

Revista

Edición No 12

CUIDAR



Facultad de
Ciencias de la Salud
Programa de Enfermería

ISSN 2463-1124

Diego Fernando Jaramillo López

Rector
Corporación Universitaria Alexander Von
Humboldt.

Adriana Gutiérrez Salazar

Vicerrectora Académica
Corporación Universitaria Alexander Von
Humboldt.

Adriana María Zuluaga

Directora de Investigaciones
Corporación Universitaria Alexander Von
Humboldt.

Luz Lahiri Cortes Gálvez

Decana Ciencia de la Salud
Corporación Universitaria Alexander Von
Humboldt.

Mónica María López

Coordinadora de Investigación
Programa de Enfermería.

Edna Johana Mondragón Sánchez

Edición y Diseño
Programa de Enfermería.

Los textos publicados en esta revista pueden ser
reproducibles citando la fuente.

Estado legal: ISSN 2463-1124
12° Edición.
Publicación de Circulación Semestral
Armenia, Colombia

TABLA DE CONTENIDO

Editorial.....	5
Bilingüismo en Enfermería: Abriendo Puertas a Nuevas Oportunidades y Mejores Cuidados	
Ana Patricia Pérez Saavedra y Jacqueline García Botero.....	5
Artículos Originales.....	40
“Autocuidado” prácticas seguras en el uso de spa en jóvenes de Armenia, Quindío	
Aura Maria Amador Sanchez, Anlly Tatiana Castaño Rodriguez y Thamara Alejandra Garcia Castaño.....	7
Rol de profesionales de Enfermería frente a la eutanasia y sus implicaciones socio legal en instituciones de tercer nivel de atención	
José Javier Aguirre Camacho, Oscar Yesid Ipia León y Farhlyn Paola Bermúdez Moreno.....	34
Desafíos y Triunfos: Experiencias de las adolescentes gestantes bajo la teoría del Rol Materno de Ramona T. Mercer	
Maria de Los Angeles Fernandez Barraza, Yency Maria Cuero Gonzales, Dayra Alejandra Ortiz Mina, Yenny Alejandra Sánchez Ceballos.....	46
Artículos de Revisión.....	59
La Atención Primaria en la Promoción, Prevención y Recuperación de la Salud Mental en Adolescente	
Dharly Dadiana Mueses Benavides, Leidy Bibiana Caicedo Muñoz, Steven Ortega Marín, Yenny Alexandra Cantero Nuñez, Yamid Amparo Leyton Ruiz, Eddy Magola Guerrero Zapata.....	59

Revista CUIDAR

Abordaje de La Lactancia Materna Desde la Atención Primaria en Salud

Mónica Hernández Cardona, Vanessa Botero Rojas, Cristian Mauricio Moreno Valesquez, Yesica Yulieth Murillo Grajales, Gina Paola Avila Garavito, Raquel Cordoba Arias, Eddy Magola Guerrero Zapata.....70

Promover la Participacion de la Comunidad en la Atencion Primaria en Salud

Karen Tatiana Baena Vinasco, Alyssa Yineth Maturana Renteria, Juliana Restrepo Marin, Heidi Yulissa Renteria Palacios y Yaneth Jaramillo.....83

Artículos Proyecto Nuclear84

Situación de enfermería “Del miedo a la realidad”

Cristian Camilo Salazar Diaz, Camila Andrea Garces Rueda, Sergio Sánchez Arboleda, Ines Alexandra Torres, Valeria Flórez, Briyith Dayanna Guzman Holguin.....84

Bilingüismo en Enfermería: Abriendo Puertas a Nuevas Oportunidades y Mejores Cuidado

Ana Patricia Pérez Saavedra¹

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9968-4451>

Jacqueline García Botero¹

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9850-7947>

¹ Universidad del Quindío. Armenia. Quindío, Colombia

El bilingüismo, como realidad lingüística que permea todos los ámbitos en los que se desenvuelven los individuos es, sin duda, una puerta no sólo para mejores oportunidades en el campo laboral, sino una manera de abrir nuestros horizontes hacia nuevas perspectivas y formas de entender el mundo. Visto desde un enfoque crítico, el bilingüismo permite además reflexionar entorno a procesos identitarios, relaciones de poder y procesos hegemónicos culturales (Galindo y Moreno, 2024) que llevan al individuo a repensar su rol en una sociedad globalizada. El aprendizaje y uso del inglés ha tenido un rol protagónico a nivel mundial por factores históricos y sociales, además de que tiene un gran impacto en el campo científico (Hamel, 2005); de hecho, como lo plantea Hernández (2021) el 95% de los artículos en revistas científicas se escriben en esta lengua. En el ámbito de las ciencias de la salud, numerosas investigaciones científicas, manuales técnicos, protocolos clínicos y conferencias internacionales, se publican en inglés (Fernández, 2020). Para el caso específico de la enfermería, las certificaciones, los cursos de especialización y los programas de educación avanzada a menudo están disponibles en inglés, lo cual exige el dominio del idioma para el acceso a estas oportunidades de desarrollo profesional (González, 2022).

El conocimiento de diferentes lenguas-culturas representa bastas oportunidades en el campo de las ciencias de la salud, y más concretamente para la enfermería. Por un lado, la habilidad de comunicarse en otro idioma es una ventaja que puede facilitar el desempeño de múltiples tareas y contribuir al desarrollo profesional de lxs enfermerxs¹ ya que la capacidad de leer y entender documentos en otra lengua les permite aplicar tratamientos y protocolos de acuerdo con las prácticas más recientes las cuales son basadas en evidencia y validadas a nivel internacional. Así, se potencia la calidad de los servicios de salud que ofrecen y su capacidad de innovación en los cuidados clínicos (Martínez et al., 2019). Por otro lado, el uso adecuado y efectivo de un idioma extranjero – e incluso de lenguas minoritarias-prioriza la diversidad y el acceso a pacientes de distintas culturas (Díaz y Pérez, 2021) estableciendo

¹ Se hace uso de la letra “x” como alternativa de inclusión para referirse a todas las personas independientemente de su género, se busca ser mas equitativo y respetuosos hacia todas las identidades, permitiendo asumir otras categorías como orientación sexual, etnia o clase.

una comunicación clara y empática que favorezca su bienestar y seguridad (Smith, 2018). Además, la capacidad de hablar y entender otros idiomas (y en especial el inglés por su impacto en el campo científico) permite a lxs enfermerxs ampliar sus habilidades, especializarse en áreas de interés y mantenerse actualizadx en conocimientos que pueden ser fundamentales y tener impacto en su trabajo y en las prácticas de cuidado.

Sin duda, ser enfermerx bilingüe tendrá una mayor posibilidad de estabilidad laboral, incluso en otros países en los cuales tanto la situación geográfica, la infraestructura hospitalaria diseñada en tecnología y protocolos internacionales y los procesos migratorios hacen que sea indispensable el uso de dos o más lenguas. Pero más allá de dicha estabilidad laboral, un enfermerx bilingüe ampliará su visión del mundo, reflexionará sobre el valor de las lenguas y su poder simbólico y reconocerá la importancia del reconocimiento de la diversidad lingüística y cultural para que las prácticas de cuidado sean más integrales e inclusivas.

Bibliografía

- Díaz, M., & Pérez, L. (2021). *Enfermería globalizada: Retos y oportunidades*. Madrid: Editorial Salus.
- Fernández, J. (2020). *La investigación en salud y su idioma internacional: Una revisión del uso del inglés en publicaciones científicas*. *Revista de Ciencias de la Salud*, 12(3), 202-214.
- Galindo, A., Moreno, L., *Repensar el bilingüismo individual. Acercamiento teórico con enfoques evolutivo e integral*. Editorial Kinesis.
- González, A. (2022). *Desarrollo profesional en enfermería y la importancia del inglés*. Bogotá: Ediciones Médicas.
- Hamel, R. E. (2005). *Language Empires, Linguistic Imperialism, and the Future of Global Languages*. Universidad Autónoma Metropolitana.
- Hernández, J. (2021). La dictadura del inglés en la ciencia: el 95% de los artículos se publica en esa lengua y solo el 1% en español o portugués. *El País* .
- Martínez, S., López, R., & Ramírez, J. (2019). "La enfermería en el contexto internacional: Ventajas del bilingüismo". *Revista Internacional de Enfermería y Salud*, 15(4), 134-142.
- Smith, P. (2018). *Comunicación de enfermería y barreras lingüísticas*. Londres: Global Health Publishers.

“Autocuidado” prácticas seguras en el uso de spa en jóvenes
de Armenia, Quindío”

“Self-care” safe practices in the use of spas in young people from Armenia, Quindío”.

“Práticas seguras de “autocuidado” na utilização de spas em jovens da Armênia, Quindío”.

Aura Maria Amador Sanchez^I

ORCID: 0009-0003-9573-9835

Anlly Tatiana Castaño Rodriguez^{II}

ORCID: 0009-0001-9884-082X

Thamara Alejandra Garcia Castaño^{III}

ORCID: 0009-0008-7309-952X

Universidad Alexander Von Humboldt. Armenia - Quindío, Colombia.

Autor correspondiente:

Thamara Alejandra Garcia Castaño

Email: tgarcia1032@cue.edu.co

Revista CUIDAR

Resumen: Objetivo: Analizar las prácticas seguras en el uso de spa, bajo la mirada de la teoría del “autocuidado” (Dorothea Orem). **Metodología:** Esta investigación se llevó a cabo por medio de un estudio cualitativo con enfoque fenomenológico; el cual permite analizar detalladamente un tema específico. Este tipo de estudio se utiliza en la investigación cualitativa con el propósito de responder la pregunta de investigación y por este medio generar estrategias que permitan analizar y aportar evidencia basándose según la teoría del Orem de Autocuidado. **Resultado:** Surgieron cuatro (4) categorías entre ellas: pilares del autocuidado adolescente, Fomentando el Bienestar Adolescente a través de Redes de Apoyo y Vínculos Significativos, Estrategias para el Bienestar Integral Promoviendo la Salud Emocional y Mental durante la Adolescencia y La Importancia Vital del Vínculo Familiar en la adolescencia. **Conclusión:** Los hallazgos revelaron la importancia del autocuidado en el desarrollo integral de los adolescentes, destacando su papel en la toma de decisiones saludables, el cuidado del cuerpo y la mente, así como en el fortalecimiento de la autoestima y la confianza en sí mismos. Se identificaron estrategias para promover el bienestar emocional y mental durante la adolescencia, como la adopción de patrones de sueño saludables, la práctica regular de ejercicio físico y el desarrollo de habilidades para establecer relaciones interpersonales saludables.

Palabras Claves: Adolescencia, consumo, autocuidado, spa, ansiedad, autocontrol, déficit de salud, descuido, maltrato, soledad, patrones, habilidades, experiencias, enseñanzas.

Abstract: Objective: To analyze the safe practices in the use of spas, under the perspective of the theory of “self-care” (Dorothea Orem). **Methodology:** This research was carried out through a qualitative study with a phenomenological approach; which allows a detailed analysis of a specific topic. This type of study is used in qualitative research with the purpose of answering the research question and by this means generate strategies to analyze and provide evidence based on Orem's theory of self-care. **Result:** Four (4) categories emerged among them: pillars of adolescent self-care, Fostering Adolescent Well-Being through Support Networks and Meaningful Bonds, Strategies for Comprehensive Well-Being Promoting Emotional and Mental Health during Adolescence and The Vital Importance of Family Bonding in Adolescence. **Conclusion:** The findings revealed the importance of self-care in the integral development of adolescents, highlighting its role in healthy decision-making, care of the body and mind, as well as in strengthening self-esteem and self-confidence. Strategies to promote emotional and mental well-being during adolescence were identified, such as the adoption of healthy sleep patterns, the regular practice of physical exercise, and the development of skills to establish healthy interpersonal relationships.

Key words: Adolescence, consumption, self-care, spa, anxiety, self-control, health deficits, neglect, abuse, loneliness, patterns, skills, experiences, lessons learned.

Resumo: Objetivo: Analisar as práticas de spa seguro sobre la perspectiva da teoria de “autocuidado” (Dorothea Orem). **Metodologia:** Esta investigação foi realizada através de um estudo qualitativo com uma abordagem fenomenológica, que permite uma análise detalhada de um tópico específico. Este tipo de estudo é utilizado na investigação qualitativa com o objetivo de responder à questão de investigação e assim gerar estratégias para analisar e fornecer evidências baseadas na teoria do autocuidado de Orem. **Resultado:** Emergiram quatro (4) categorias, incluindo: Pilares do Autocuidado do Adolescente, Fomento do Bem-Estar do Adolescente através de Redes de Apoio e Ligações Significativas, Estratégias para o Bem-Estar Integral Promovendo a Saúde Emocional e Mental durante a Adolescência e A Importância Vital da Ligação Familiar na Adolescência. **Conclusão:** Os resultados revelaram a importância do autocuidado no desenvolvimento holístico dos adolescentes, destacando o seu papel na tomada de decisões saudáveis, no cuidado do corpo e da mente, bem como no reforço da autoestima e da autoconfiança. Foram identificadas estratégias de promoção do bem-estar emocional e mental na adolescência, como a adoção de padrões de sono saudáveis, a prática regular de exercício físico e o desenvolvimento de competências para estabelecer relações interpessoais saudáveis.

Palavras-chave: Adolescência, consumo, auto-cuidado, spa, ansiedade, auto-controlo, défices de saúde, negligência, abuso, solidão, padrões, competências, experiências, lições.

INTRODUCCIÓN

La problemática del consumo de sustancias psicoactivas (SPA) entre los jóvenes es un fenómeno de preocupación creciente a nivel mundial, caracterizado por el impacto adverso que genera en la salud física y mental de quienes las utilizan.

Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS), las SPA son compuestos naturales o sintéticos que alteran las funciones del sistema nervioso, afectando el pensamiento, las emociones y el comportamiento (1). Este uso conlleva un riesgo inherente de sufrir consecuencias adversas, tanto a corto plazo, como intoxicaciones y accidentes, como a largo plazo, con el desarrollo de trastornos por dependencia y daño del sistema nervioso central.

Colombia, en particular, enfrenta un desafío significativo, como lo demuestran estudios que revelan un alto consumo de SPA entre los jóvenes. El Estudio Nacional de 2016 encontró que cerca de uno de cada seis estudiantes había experimentado con sustancias ilícitas, destacando la prevalencia en ciudades como Cali. Esta problemática se ve agravada por factores como la disfuncionalidad familiar, la influencia de malas amistades y la baja autoestima, que pueden llevar a los jóvenes a refugiarse en las drogas (2).

La falta de conciencia sobre los riesgos reales del consumo de SPA y la presión social para integrarse en grupos que normalizan su uso contribuyen a esta situación preocupante. A nivel mundial, el consumo de drogas entre personas jóvenes está en aumento, con consecuencias devastadoras como la propagación de enfermedades infecciosas como el VIH y la hepatitis C (4).

Sin embargo, hay señales de esperanza. Estudios recientes, como el Informe Nacional de Consumo de SPA en Colombia de 2019, sugieren una disminución en el consumo en ciertos grupos demográficos y regiones. Además, los esfuerzos de prevención y control de SPA, impulsados por entidades como el Ministerio de Justicia y del Derecho, están contribuyendo a mitigar este problema (5).

En este contexto, la enfermería emerge como un actor fundamental en la promoción de la salud y la prevención de daños relacionados con el consumo de SPA. A través de la educación para la salud, la creación de conocimiento y el cambio de hábitos y actitudes, los profesionales de enfermería pueden desempeñar un papel crucial en la protección de los jóvenes contra los riesgos asociados con estas sustancias.

La colaboración multidisciplinaria es esencial para detectar y abordar los comportamientos de riesgo en los adolescentes, fomentando hábitos de vida saludables y proporcionando el apoyo necesario para superar el consumo problemático de SPA (6).

En este sentido, la presente investigación busca explorar las prácticas de autocuidado en el uso de SPA entre los adolescentes de la ciudad de Armenia, Quindío, fundamentándose en la teoría del autocuidado de Dorothea Orem. Comprender estas prácticas es fundamental para promover el autocuidado, comportamientos saludables y prevenir las consecuencias negativas del consumo de SPA en esta población vulnerable.

MÉTODOS

Esta investigación se llevó a cabo por medio de un estudio de Cualitativo con enfoque fenomenológico; el cual permite analizar detalladamente un tema específico. Este tipo de estudio se utiliza en la investigación cualitativa con el propósito de responder la pregunta de investigación y por este medio generar estrategias que permitan analizar y aportar evidencia basándose según la teoría del Orem de Autocuidado.

Con relación a la población, esta investigación genera aporte de datos en un momento único en abril del 2024 en el Quindío. El enfoque de la investigación está dirigida a jóvenes entre 18 a 19 años que sean consumidores de Spa.

Para la recolección de estos datos se llevará a cabo por medio de una entrevista semiestructurada, que implica una conversación en la que el entrevistador hará preguntas abiertas, lo que permitirá una discusión fluida con el entrevistado. Se crearán preguntas relacionadas con la experiencia de jóvenes entre 18 a 19 años que sean consumidores de Spa, con el fin de analizar las prácticas seguras en el uso de spa, bajo la mirada de la teoría del “autocuidado”.

Las preguntas a realizarse son las siguientes: Qué experiencias ha tenido al ser adolescente, usted estudia, ¿cómo es el entorno con su familia? En su proceso qué sustancias ha consumido, con qué frecuencia, por qué, qué siente al consumir, ¿cuál es el entorno en el que consume, con quién? ¿En el entorno en el que vive qué medidas de autocuidado o bioseguridad tiene, consume con alguien

responsable, sabe qué hacer en caso de algo suceda? ¿Ha experimentado situaciones peligrosas? ¿Qué actividades realiza para cuidar su salud física, emocional y social? ¿Cómo influye el entorno y estilo de vida en la capacidad para cuidarse a sí mismo? ¿Qué crees que podrías hacer para mejorar tu práctica de autocuidado? ¿Qué desafíos enfrentan al tratar de cuidarse a sí mismo en su vida cotidiana?

¿Se sienten apoyados por su entorno y con quien vive? ¿Consideras que podrías mejorar la práctica de autocuidado? ¿Qué estrategias han encontrado útiles para mantener el bienestar emocional en su consumo? ¿Qué pasa cuando no consume? ¿Qué hace para buscar una posible recuperación o salida del consumo? ¿Qué hace para minimizar el riesgo de contagio y complicaciones de consumo?

La transcripción de la entrevista se realizará en el formato Word en donde serán añadidos y organizados en la herramienta Atlas Ti 23, del cual surgen diferentes categorías partiendo de la narrativa desarrollada por la participante, de este modo se generarán fragmentos de texto transcrito que contengan una idea central de lo que se desea analizar; se realizará la codificación de las categorías y subcategorías emergentes, que permitan una mejor comprensión del fenómeno, mediante la búsqueda de patrones o afinidades dentro de las narrativas para la construcción de las categorías; en última instancia se llevará a cabo la triangulación de los datos encontrados para su posterior análisis que son de interés para el presente artículo, teniendo en cuenta las experiencias, vivencias y emociones propias de la entrevistada alrededor del fenómeno de estudio.

De este modo se generarán fragmentos de texto transcrito que contengan una idea central de lo que se desea analizar, se realizó la codificación de las categorías y subcategorías emergentes, permitiendo una mejor comprensión del fenómeno, mediante la búsqueda de patrones o afinidades dentro de las narrativas para la construcción de las categorías y por último se realizó la triangulación de los datos encontrados para su posterior análisis que son de interés para el presente artículo, teniendo en cuenta las experiencias, vivencias y emociones propias de la entrevistada alrededor del fenómeno de estudio.

La presente investigación es avalada por el Grupo Docente de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Corporación Universitaria Empresarial Alexander Von Humboldt. Se respetaron los principios éticos de beneficencia, no maleficencia, justicia y respeto a la autonomía.

Para la confidencialidad de la información e identificación de los participantes, respecto al aceptar participar o no en la investigación y la devolución de los resultados a los participantes, según la Ley 1581 de 2012 y el decreto 1377 de 2013. Todas las participantes firmaron el consentimiento informado.

RESULTADOS

1. *Pilares del Autocuidado Adolescente:*

El concepto de autocuidado es esencial para el desarrollo integral de los adolescentes, especialmente en el contexto de la prevención del consumo de sustancias psicoactivas. El autocuidado no solo implica la adopción de hábitos saludables, sino que también abarca la capacidad de los adolescentes para tomar decisiones informadas y reflexivas sobre su bienestar físico, mental y emocional. El autocuidado se vincula estrechamente con la neurobiología del cerebro adolescente; durante la adolescencia, el cerebro

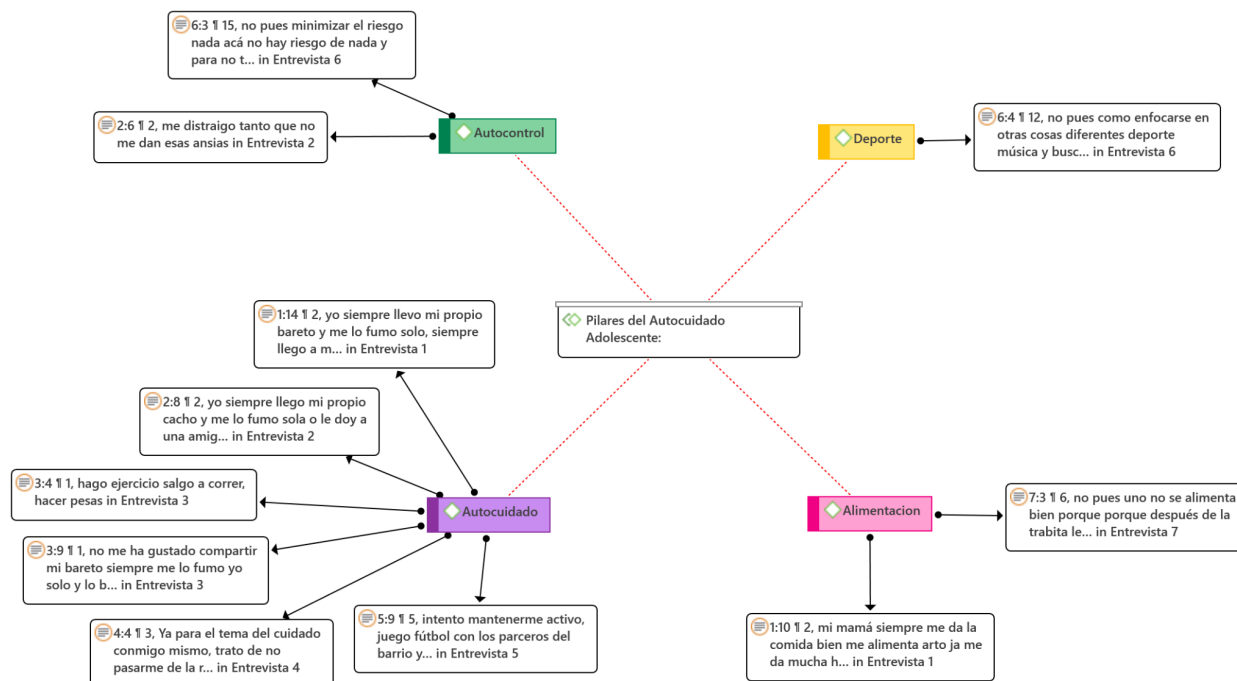
experimenta cambios significativos en áreas clave como la corteza prefrontal, que está involucrada en la toma de decisiones, el control de los impulsos y la regulación emocional. Estos cambios neurobiológicos hacen que los adolescentes sean más susceptibles a la influencia de factores externos, como la presión de grupo y la exposición a sustancias psicoactivas.

El autocuidado proporciona a los adolescentes las herramientas necesarias para resistir estas influencias negativas. Les capacita para evaluar los riesgos y beneficios de sus acciones, fomentando así la toma de decisiones saludables y la resistencia al consumo de sustancias. Además, el autocuidado promueve la autorreflexión y el desarrollo de habilidades de afrontamiento, lo que les permite manejar de manera efectiva los desafíos y el estrés asociados con la vida adolescente implicando la adopción de hábitos saludables, como una alimentación equilibrada, ejercicio regular y suficiente descanso. También incluye el cuidado de la salud mental, a través de prácticas como la gestión del estrés, la búsqueda de apoyo social y el desarrollo de estrategias de afrontamiento positivas.

En conclusión, los pilares del autocuidado adolescente ofrecen un enfoque integral y científicamente fundamentado para fortalecer la resiliencia de los adolescentes frente al consumo de sustancias psicoactivas. Al empoderar a los adolescentes con las habilidades necesarias para cuidar de sí mismos, se promueve su bienestar integral y se reduce el riesgo de comportamientos de riesgo, incluido el consumo de sustancias. (11)

Es una categoría que nos permite comprender las actitudes individuales y sociales teniendo en cuenta concepto se consideró que estas expresiones alimentan esta categoría:

- *E1 “mi mamá siempre me da la comida bien me alimenta arto ja me da mucha hambre”*
- *E7 “no pues uno no se alimenta bien porque porque después de la trabitita le da severa gurbia pues yo como bien y me compró mi bareta”*
- *E6 “no pues como enfocarse en otras cosas diferentes deporte música y buscar de otras amistades”*
- *E6 “no pues minimizar el riesgo nada acá no hay riesgo de nada y para no tener complicaciones es controlarme en el consumo de alcohol y no más socia de resto nada hacerla para delante que para atrás asustan monita”*
- *E2 “me distraigo tanto que no me dan esas ansias”*
- *E1 “yo siempre llevo mi propio bareto y me lo fumo solo, siempre llevo a mi casa lo primero que hago es lavarme las manos, me hecho loción”*
- *E2 “yo siempre llevo mi propio cacho y me lo fumo sola o le doy a una amiga pero ya yo no fumo más de ahí , yo llevo a mi casa lo primero que hago es lavarme las manos, cepillarme y si me siento muy acalorada me baño, me hecho loción ”*
- *E3 “hago ejercicio salgo a correr, hacer pesas”*
- *E3 “no me ha gustado compartir mi bareto siempre me lo fumo yo solo y lo boto y ya, llevo a mi casa me hecho la loción, me lavo las mano, me cepillo”*
- *E4 “Ya para el tema del cuidado conmigo mismo, trato de no pasarme de la raya y siempre tener a un parche, una nena responsable cerca por si las moscas”*
- *E5 “ intento mantenerme activo, juego fútbol con los parceros del barrio y a veces me lanzo al gimnasio”*



La red se organiza en torno a cuatro pilares principales del autocuidado adolescente:

Autocontrol: Este pilar se centra en la capacidad de los adolescentes para regular sus impulsos y tomar decisiones de manera consciente y reflexiva, con el objetivo de minimizar los riesgos asociados con sus acciones. Esta habilidad implica no solo la capacidad de resistir la presión de grupo y las tentaciones inmediatas, sino también la capacidad de considerar las consecuencias a largo plazo de sus elecciones. Además, el autocontrol se relaciona con el desarrollo de habilidades de resolución de problemas y la capacidad de gestionar el estrés, lo que les permite a los adolescentes enfrentar los desafíos de manera efectiva sin recurrir a comportamientos de riesgo.

Deporte: Esta actividad no solo desvía la atención de comportamientos riesgosos, sino que también proporciona una salida saludable para la energía y la frustración acumuladas durante la adolescencia. Además, participar en deportes promueve el desarrollo físico, emocional y social de los adolescentes, alentando la cooperación, el trabajo en equipo y el respeto mutuo. Esta experiencia compartida también les brinda un sentido de pertenencia a un grupo y les enseña habilidades de liderazgo y resolución de conflictos, contribuyendo así a su desarrollo integral y a una mayor autoestima.

Alimentación: Una nutrición adecuada es fundamental para el bienestar general de los adolescentes, ya que proporciona los nutrientes necesarios para el desarrollo físico, cognitivo y emocional durante esta etapa crucial de la vida. El entorno familiar desempeña un papel significativo en la configuración de los hábitos alimenticios de los adolescentes, ya que influye en la disponibilidad de alimentos saludables, los modelos de comportamiento alimentario y las prácticas culinarias. Un entorno familiar que

Revista CUIDAR

promueve una alimentación balanceada y variada ayuda a los adolescentes a adoptar hábitos alimenticios saludables que contribuyen a su crecimiento y desarrollo óptimos, así como a la prevención de enfermedades a largo plazo. Además, la implicación activa de los padres en la planificación y preparación de las comidas puede fomentar una relación positiva con la comida y promover la autonomía y la responsabilidad en la elección de alimentos por parte de los adolescentes

Autocuidado: Son las acciones y decisiones que los adolescentes toman de manera deliberada para preservar y promover su bienestar físico, emocional y mental. Implica una serie de prácticas que van desde el cuidado básico del cuerpo, como la higiene personal y la alimentación saludable, hasta el manejo activo del estrés, la búsqueda de apoyo emocional y la participación en actividades que fomenten el equilibrio y la satisfacción personal. El autocuidado también abarca la capacidad de establecer límites saludables, reconocer y gestionar las emociones, así como tomar decisiones conscientes que promuevan el bienestar a largo plazo. En esencia, el autocuidado capacita a los adolescentes para cuidar de sí mismos de manera integral, fortaleciendo su capacidad de afrontar los desafíos de la vida con resiliencia y autonomía.

Podemos encontrar las relaciones:

- *Autocontrol y Autocuidado:* Se observa una relación directa entre el autocontrol y el autocuidado, donde los adolescentes expresan cómo intentan manejar sus hábitos y comportamientos.

Ejemplos: de autocontrol incluyen evitar compartir drogas (Entrevista 3) y regular el consumo de sustancias (Entrevista 1).

- *Deporte como Componente de Autocuidado:* El deporte se menciona como una actividad esencial para mantener un estilo de vida saludable y activo.

Ejemplos: Se mencionan diferentes deportes (Entrevista 6).

- *Alimentación y Bienestar:* La alimentación se menciona como un aspecto fundamental del autocuidado, con énfasis en recibir una buena nutrición de la familia

Ejemplos: “me alimento arto...”(Entrevista 1) “uno se alimenta bien...” (entrevista 7)

Cada uno de estos pilares está interconectado, mostrando que el autocuidado adolescente es un esfuerzo holístico que abarca la mente, el cuerpo y el entorno social. Este análisis resalta la importancia de fomentar un ambiente de apoyo y recursos adecuados para que los adolescentes puedan practicar un autocuidado efectivo.

2. *Fomentando el Bienestar Adolescente a través de Redes de Apoyo y Vínculos*

Significativos:

La adolescencia es una etapa crucial en el desarrollo humano, marcada por la exploración de la identidad y la gestión de las emociones. Durante este período, el establecimiento de relaciones sociales sólidas y significativas no solo es vital para el bienestar emocional general, sino que también desempeña un papel fundamental en la prevención del consumo de sustancias psicoactivas.

La idea de que el establecimiento de redes de apoyo y conexiones significativas tiene un impacto fundamental en la salud mental y emocional de los adolescentes es respaldada por la neurociencia. Desde esta perspectiva, se ha observado que la activación de áreas cerebrales asociadas con las interacciones sociales y el afecto, como la corteza prefrontal

medial y el sistema de recompensa, se ve facilitada cuando los adolescentes tienen relaciones sociales positivas y de apoyo durante esta etapa crucial de la vida; estas interacciones fortalecen las vías neuronales asociadas con la regulación emocional y la toma de decisiones, mitigando así la vulnerabilidad hacia comportamientos de riesgo, como el consumo de sustancias psicoactivas.

Las redes de apoyo y los vínculos significativos ofrecen un entorno propicio para diversos procesos psicosociales fundamentales en la vida de los adolescentes. Actúan como plataformas donde pueden expresar emociones, resolver conflictos y desarrollar habilidades sociales clave. Además, al proporcionar un espacio seguro y de confianza, estas conexiones sociales promueven un sentido de pertenencia y autonomía en los adolescentes, aspectos cruciales para el desarrollo saludable de su identidad y autoestima.

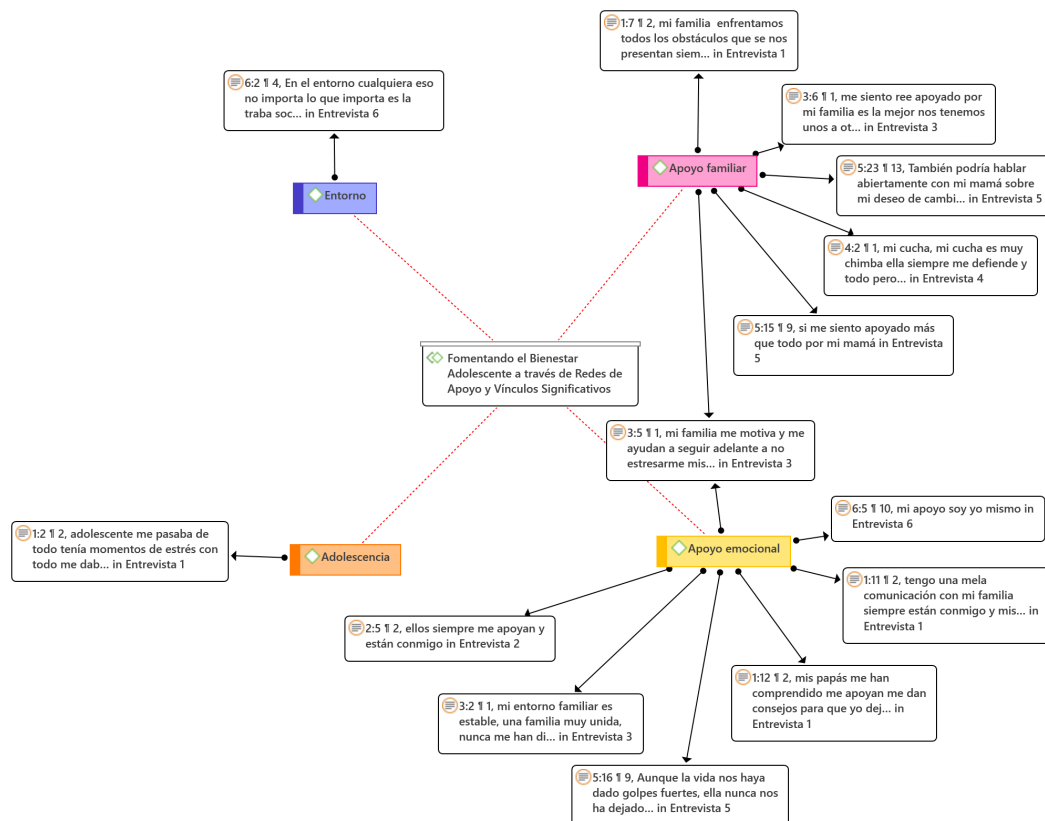
En el contexto de la prevención del consumo de sustancias, fortalecer las redes de apoyo y los vínculos significativos actúa como un factor de protección contra los riesgos inherentes, como la presión de grupo o los conflictos familiares. La existencia de relaciones sociales y familiares sólidas potencia la habilidad de los adolescentes para resistir la influencia negativa y buscar apoyo constructivo durante períodos de vulnerabilidad.

En conclusión, promover el bienestar adolescente mediante redes de apoyo y vínculos significativos se constituye como una estrategia integral para cultivar la salud mental y evitar el consumo de sustancias psicoactivas durante esta fase crucial del desarrollo humano. Al brindar un ambiente emocionalmente enriquecedor y de apoyo tanto social como familiar, se fortalecen los vínculos de los adolescentes contra los desafíos inherentes a la adolescencia, contribuyendo así a su bienestar integral y a su resiliencia frente al consumo de sustancias. (12)

Teniendo en cuenta estos conceptos se considera que estas expresiones alimentan esta categoría:

- *E1 “tengo una mala comunicación con mi familia siempre están conmigo y mis parceros que no fallan”*
- *E1 “mis papás me han comprendido me apoyan me dan consejos para que yo deje de consumir siempre están conmigo sin juzgarme”*
- *E2 “ellos siempre me apoyan y están conmigo”*

- E3 “mi entorno familiar es estable, una familia muy unida, nunca me han discriminado por fumar,”
- E5 “Aunque la vida nos haya dado golpes fuertes, ella nunca nos ha dejado solos.”
- E6 “mi apoyo soy yo mismo”
- E1 “mi familia enfretamos todos los obstáculos que se nos presentan siempre están conmigo y nunca me han dejado luchan conmigo para que yo deje de consumir”
- E3 “me siento ree apoyado por mi familia es la mejor nos tenemos unos a otros, vivo con mi papá, mamá y hermanito menor, son la motivación de mi día a día,”
- E4 “mi cucha, mi cucha es muy chimba ella siempre me defiende y todo pero también tiene su carácter y cuando se le sale la rabia uy no esa señora se pone como el diablo jajajaja y no se deja pisotear fácilmente ni de mi cucho ja, pero en el fondo sé que me quieren, aunque lo demuestren a los madrazos”
- E5 “si me siento apoyado más que todo por mi mamá”
- E5 “ También podría hablar abiertamente con mi mamá sobre mi deseo de cambiar y pedir su apoyo en este proceso ”
- E6 “En el entorno cualquiera eso no importa lo que importa es la traba socia con los socios del parche medidas noooo medidas del bareto será acá no hay cuidado de eso bioseguridad que es eso parce aca no manejamos esos cuenticos que raras eso es pa usd que se quieren preparar y estudian esa vaina ”
- E1 “como adolescente me pasaba de todo tenía momentos de estrés con todo me daba rabia, pero sabe también estaba explorando cambios en mis gustos, descubriendo nuevas cosas nuevos parceros esto era lo más importante pero ash aunque a veces me encontraba con mucha presión de cambios de mi forma de ser, ser más como ellos hacer todo lo que ellos hacian y ser realmente quien no era ”



La red se organizó en torno a cuatro pilares principales como las redes de apoyo, tanto familiares como emocionales, entorno y adolescencia.

Entorno: El entorno desempeña un papel crucial en el bienestar adolescente al influir en cómo enfrentan situaciones y toman decisiones. Incluye diversos aspectos, como el entorno familiar, escolar, social y comunitario, que interactúan para moldear la experiencia y el desarrollo de los adolescentes. La calidad del entorno familiar, caracterizada por la presencia de relaciones positivas, apoyo emocional y comunicación abierta, puede fortalecer la resiliencia y la capacidad de afrontamiento de los adolescentes ante el estrés y los desafíos. Del mismo modo, un entorno escolar que fomente un clima de respeto, inclusión y apoyo académico puede contribuir al bienestar emocional y al rendimiento académico de los adolescentes. Además, el entorno social y comunitario, que incluye la disponibilidad de recursos y oportunidades para el desarrollo personal y social, puede influir en la formación de identidad, valores y aspiraciones de los adolescentes. En conjunto, un entorno que promueva la seguridad, el apoyo y la oportunidad de crecimiento puede potenciar el bienestar y el desarrollo positivo de los adolescentes, facilitando su capacidad para enfrentar los desafíos y tomar decisiones saludables en su vida.

Apoyo Familiar: El apoyo familiar se revela como un pilar fundamental para el bienestar de los adolescentes, al brindar estabilidad emocional y orientación práctica. Este apoyo se manifiesta a través de la presencia constante de figuras familiares significativas que ofrecen un entorno emocionalmente seguro y reconfortante. Además de proporcionar afecto y apoyo emocional, el apoyo familiar implica también la provisión de consejos prácticos y orientación para afrontar los desafíos cotidianos y tomar decisiones importantes. Esta red de apoyo familiar fortalece la autoestima y la confianza de los adolescentes, proporcionándoles un sólido cimiento emocional desde el cual enfrentar los retos propios de esta etapa de desarrollo.

Apoyo Emocional: Este término engloba tanto el respaldo recibido de la familia como de otros vínculos significativos, promoviendo la estabilidad emocional de los adolescentes. Se manifiesta a través de la expresión de afecto, comprensión y empatía por parte de las personas cercanas, tanto familiares como amigos. Este tipo de apoyo proporciona un espacio seguro donde los adolescentes pueden compartir sus preocupaciones, miedos y alegrías, sintiéndose valorados y comprendidos. Además, el apoyo emocional fortalece la autoestima y la confianza en uno mismo, ayudando a los adolescentes a enfrentar los desafíos de la vida con mayor resiliencia y optimismo.

Adolescencia: Es una etapa de la vida caracterizada por cambios físicos, emocionales y sociales significativos, así como por diversos desafíos de adaptación y crecimiento. Durante este período, el apoyo emocional y el entorno juegan un papel crucial en el bienestar y el desarrollo saludable de los adolescentes. La presencia de relaciones de apoyo, tanto dentro de la familia como en el entorno social y comunitario, proporciona un sostén emocional fundamental que ayuda a los adolescentes a enfrentar los desafíos propios de esta etapa. Además, un entorno seguro, inclusivo y enriquecedor facilita el proceso de exploración, autodescubrimiento y toma de decisiones de los adolescentes, promoviendo su

desarrollo integral y su capacidad para enfrentar con éxito los desafíos y oportunidades que presenta la adolescencia.

- *Interrelación entre Apoyo Familiar y Emocional:* Las citas reflejan que el apoyo familiar no solo provee estabilidad física y consejos, sino que también fortalece el apoyo emocional, lo cual es esencial para el manejo del estrés y la motivación.

Ejemplos: Apoyo familiar (Entrevista 3) y proporciona una comunicación abierta (Entrevista 1).

- *Impacto del Entorno en el Bienestar:* El entorno en el que se desarrollan los adolescentes afecta su percepción de apoyo y su capacidad de manejar situaciones difíciles.

Ejemplos: “El entorno en cualquier parte lo importante es estar con los socios” (entrevista 6)

- *Autopercepción y Resiliencia Personal:* El apoyo emocional también se encuentra en la autopercepción de los adolescentes.

Ejemplos: “el apoyo es uno mismo...” (Entrevista 6), mostrando una dimensión de autodependencia y resiliencia.

La red muestra que el bienestar adolescente es influenciado por una combinación de factores, en los cuales se incluyen el entorno, el apoyo familiar y emocional. Estos elementos están interconectados y son esenciales para proporcionar un entorno de apoyo que permita a los adolescentes manejar el estrés y los desafíos de manera efectiva.

El apoyo familiar se destaca como un pilar crucial, proporcionando tanto estabilidad emocional como motivación y guía práctica. Además, el entorno y la autopercepción juegan roles importantes en la resiliencia y el bienestar general de los adolescentes en el consumo de spa.

3. Estrategias para el Bienestar Integral Promoviendo la Salud Emocional y Mental durante la Adolescencia:

La adolescencia representa un período crítico en el desarrollo socioemocional, donde se establecen los orígenes de la salud mental a lo largo de la vida. Desde una perspectiva neurocientífica, esta etapa se caracteriza por una plasticidad cerebral significativa, lo que la convierte en un momento óptimo para la adopción de hábitos que promuevan una salud emocional y mental sólida.

La relevancia de diversas estrategias para fomentar el bienestar integral durante la adolescencia es innegable. Por ejemplo, adoptar patrones de sueño saludables se vincula directamente con la regulación del estado de ánimo y la función cognitiva, lo que influye positivamente en la salud mental. Asimismo, la práctica regular de ejercicio físico no solo conlleva beneficios fisiológicos, sino que también se

relaciona con una mejora en la salud emocional, gracias a la liberación de neurotransmisores como las endorfinas y la reducción del estrés.

El desarrollo de habilidades sociales para establecer y mantener relaciones interpersonales saludables es otro componente clave en la promoción del bienestar emocional durante la adolescencia. Estas habilidades, que incluyen la empatía, la comunicación asertiva y la resolución de conflictos, son fundamentales para la construcción de redes de apoyo social, que a su vez actúan como amortiguadores contra el estrés y la ansiedad.

Además, la adquisición de estrategias para afrontar situaciones difíciles y resolver problemas de manera efectiva es crucial para la salud mental durante la adolescencia. La capacidad de gestionar el estrés, regular las emociones y tomar decisiones informadas contribuye a la resiliencia emocional y al bienestar general.

Es fundamental reconocer que el entorno desempeña un papel crítico en la promoción de estas estrategias. Un entorno familiar, escolar y comunitario que brinde apoyo y protección facilita la adopción de hábitos saludables y fortalece la capacidad de los adolescentes para enfrentar los desafíos propios de esta etapa con mayor resiliencia.

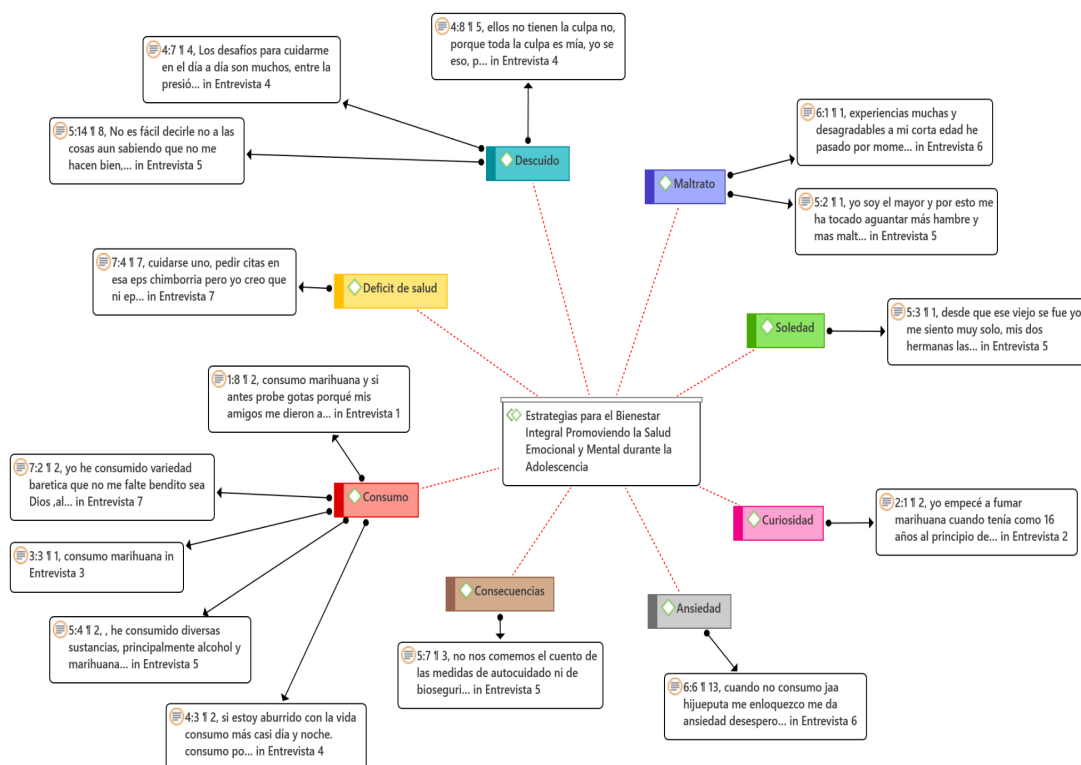
En conclusión, la promoción del bienestar integral durante la adolescencia implica la implementación de estrategias científicamente fundamentadas que aborden tanto los aspectos físicos como emocionales de la salud.

Al fomentar hábitos saludables y proporcionar un entorno de apoyo, se sientan las bases para un desarrollo emocional y mental positivo que perdure a lo largo de la vida del individuo. (13)

Teniendo en cuenta estos conceptos se considera que estas expresiones alimentan esta categoría:

- E6 “cuando no consumo jaa hijueputa me enloquezco me da ansiedad desespero es algo muy chanda que da y siento no soy el mismo de siempre me da puteria todo a todo mundo se la monto se arma el mierdero a veces no me puedo controlar”
- E4 “Los desafíos para cuidarme en el día a día son muchos, entre la presión de los parceros y la tentación de las drogas, es difícil mantenerse firme, las ganas le ganan a uno, y uno nunca piensa en esas cosas, yo solo pienso en el momento, en sentirme chimba y olvidarme de todo”
- E4 “ellos no tienen la culpa no, porque toda la culpa es mía, yo se eso, pero si estuvieran mas pendiente o fueran estado en el pasado a lo bien, todo sería diferente yo no mantendría tanto en la calle, si pillá”
- E5 “No es fácil decirle no a las cosas aun sabiendo que no me hacen bien, a veces ni siquiera me doy cuenta de que estoy descuidándome hasta que ya es tarde”
- E6 “experiencias muchas y desagradables a mi corta edad he pasado por momentos muy pichurrias en esta vida mi papá desde pequeño me dio mala vida, mucho maltrato aguantar hambre muchas veces y así ud me entiende socia”
- E5 “yo soy el mayor y por esto me ha tocado aguantar más hambre y más maltrato”

- E5 “desde que ese viejo se fue yo me siento muy solo, mis dos hermanas las cuida mi abuela y a mi el estudio no me gusta, me gusta mas mantener en la calle con los socios y por esto tengo muchos problemas en casa”
- E2 “yo empecé a fumar marihuana cuando tenía como 16 años al principio de eso era por curiosidad y porque mis amigos ya lo hacían recuerdo la primera vez que lo probé me sentí relajado y eso me gusto porque me hacia olvidar de las cosas”
- E5 “no nos comemos el cuento de las medidas de autocuidado ni de bioseguridad, sinceramente son una especie de cuento chino. A veces nos tiramos al ruedo sin pensar en las consecuencias”
- E1 “consumo marihuana y si antes probé gotas porqué mis amigos me dieron a probar pero no me tramo, me trabo todos los días”
- E7 “yo he consumido variedad baretica que no me falte bendito sea Dios ,alcohol y en las rumbisas mis pepas de vez en cuando mi polvito magico jajajaja perico la baretica diario”
- E3 “ consumo marihuana ”
- E5 “he consumido diversas sustancias, principalmente alcohol y marihuana. La frecuencia varía, depende de la oportunidad y de cómo me siento en el momento”
- E4 “ si estoy aburrido con la vida consumo más casi día y noche. consumo porque, parece, la vida sin emociones fuertes es más insípida que una arepa sin sal. Cuando me meto algo, me siento más elevado que un avión.”



La red se organizó en torno a ocho factores que afectan la salud emocional y mental de los adolescentes consumidores de Spa, incluyendo descuido, maltrato, déficit de salud, consumo, soledad, curiosidad, consecuencia y ansiedad.

Descuido: Implica la falta de atención y cuidado hacia uno mismo, lo cual puede ser consecuencia de la presión y desafíos diarios a los que se enfrentan los adolescentes. Este fenómeno puede manifestarse en diferentes áreas de la vida, como el descuido de la higiene personal, la alimentación poco saludable, la falta de descanso adecuado o la ausencia de actividades que promuevan el bienestar emocional y mental. El descuido puede surgir como resultado de la sobrecarga de responsabilidades, el estrés académico, la presión social o problemas familiares, entre otros factores. Es importante reconocer y abordar el descuido tempranamente, ya que puede tener un impacto negativo en la salud física, emocional y el rendimiento académico de los adolescentes. Fomentar prácticas de autocuidado y promover un entorno de apoyo que brinde herramientas para manejar el estrés y los desafíos cotidianos puede ayudar a prevenir el descuido y promover un desarrollo saludable durante la adolescencia.

Maltrato: El maltrato tanto físico como emocional, tiene un impacto significativo en la salud mental y emocional de los adolescentes. Este tipo de abuso puede manifestarse de diversas formas, como el castigo físico, la intimidación, el abuso verbal o la negligencia emocional. Las experiencias de maltrato durante la adolescencia pueden dejar secuelas emocionales profundas, como la ansiedad, la depresión, el estrés postraumático y la baja autoestima. Además, el maltrato puede afectar negativamente las relaciones interpersonales, el rendimiento académico y el desarrollo personal de los adolescentes. Es fundamental abordar el maltrato de manera temprana y proporcionar apoyo emocional y recursos adecuados para ayudar a los adolescentes a superar estas experiencias traumáticas y promover su bienestar mental y emocional a largo plazo.

Déficit de salud: Se refiere a la falta de acceso a servicios de salud adecuados y a las dificultades para mantener una buena salud física. Esta situación puede manifestarse de diversas maneras, como la falta de acceso a atención médica preventiva, la escasez de recursos para tratamientos médicos necesarios o la ausencia de información sobre prácticas de salud adecuadas. El déficit de salud puede tener consecuencias significativas en la salud y el bienestar de los adolescentes, aumentando el riesgo de enfermedades crónicas, discapacidades y problemas de salud mental. Es fundamental abordar este déficit mediante políticas y programas que garanticen el acceso equitativo a servicios de salud de calidad, así como educación y promoción de la salud que empoderen a los adolescentes para cuidar de su bienestar físico y emocional.

Consumo: El uso de sustancias como la marihuana y otras drogas es un fenómeno recurrente entre los adolescentes, influenciado por la curiosidad y el entorno social. Este comportamiento puede surgir como resultado de diversos factores, como la presión de grupo, la búsqueda de sensaciones novedosas, la experimentación con la identidad y la influencia de modelos de comportamiento dentro del entorno social del adolescente. Además, factores como el estrés, la falta de habilidades de afrontamiento y la exposición a situaciones traumáticas pueden aumentar la vulnerabilidad de los adolescentes al consumo

de sustancias. Es crucial abordar este tema desde una perspectiva integral, que incluya la educación sobre los riesgos asociados con el consumo de drogas, el fortalecimiento de habilidades de resistencia a la presión de grupo y la creación de entornos seguros y de apoyo que promuevan estilos de vida saludables y alternativas positivas para los adolescentes.

Soledad: Una sensación de aislamiento y abandono que experimentan los adolescentes debido a la ausencia de figuras de apoyo significativas en sus vidas. Esta experiencia puede surgir cuando los adolescentes se sienten desconectados emocionalmente de su entorno familiar, escolar o social, ya sea debido a conflictos familiares, falta de amigos cercanos o dificultades para establecer relaciones significativas. La soledad puede tener consecuencias negativas en la salud mental y emocional de los adolescentes, aumentando el riesgo de depresión, ansiedad y otros problemas psicológicos. Es fundamental abordar la soledad de nuestros adolescentes ofreciendo oportunidades para la conexión social y el apoyo emocional, fomentando relaciones positivas y fortaleciendo la resiliencia de los adolescentes para enfrentar los desafíos emocionales que puedan surgir durante esta etapa de desarrollo.

Curiosidad: Es un impulso natural que lleva a los adolescentes a explorar y experimentar nuevas experiencias, incluyendo sustancias y comportamientos de riesgo. Esta tendencia surge de la búsqueda de emociones intensas, la necesidad de descubrir y comprender el mundo que les rodea, y la influencia del entorno social. La curiosidad puede ser un factor significativo en el inicio del consumo de sustancias y otras conductas riesgosas durante la adolescencia, ya que los adolescentes pueden sentirse atraídos por la novedad y el desafío de probar algo prohibido o desconocido. Es vital reconocer y abordar esta curiosidad de manera constructiva, proporcionando información precisa sobre los riesgos y consecuencias de ciertos comportamientos, así como alternativas saludables y actividades enriquecedoras que satisfagan la necesidad de exploración y aprendizaje de los adolescentes.

Consecuencias: El consumo de sustancias y el descuido puede acarrear una serie de problemas de salud y dificultades para adherirse a medidas de autocuidado y bioseguridad entre los adolescentes. Estos comportamientos pueden conducir a una variedad de efectos adversos para la salud física y mental, como lesiones, enfermedades crónicas, trastornos mentales y adicciones. Además, el descuido de hábitos de autocuidado, como la higiene personal y la alimentación adecuada, puede aumentar la vulnerabilidad a enfermedades infecciosas y afectar negativamente la salud general. Es crucial abordar estas consecuencias mediante la promoción de estilos de vida saludables, la educación sobre los riesgos asociados con el consumo de sustancias y el fomento de prácticas de autocuidado y bioseguridad entre los adolescentes.

Ansiedad: Es una reacción común entre los adolescentes que consumen sustancias y se enfrentan a situaciones de estrés. El consumo de sustancias puede desencadenar o exacerbar los síntomas de ansiedad debido a los efectos neuroquímicos de las drogas en el cerebro, así como a las preocupaciones sobre los riesgos asociados con el consumo y las posibles consecuencias negativas. Además, los adolescentes que enfrentan situaciones estresantes, como problemas familiares, académicos o sociales,

pueden recurrir al consumo de sustancias como una forma de hacer frente a la ansiedad y aliviar temporalmente los síntomas. Sin embargo, este comportamiento puede conducir a un ciclo de ansiedad y consumo de sustancias, aumentando el riesgo de problemas de salud mental y adicción a largo plazo. Es fundamental abordar la ansiedad en los adolescentes de manera integral, brindando apoyo emocional, educación sobre estrategias de afrontamiento saludables y acceso a servicios de salud mental adecuados para prevenir y tratar la ansiedad de manera efectiva.

- *Interrelación entre consumo y ansiedad:* El consumo de sustancias está directamente relacionado con la ansiedad. Los adolescentes recurren a las drogas para manejar la ansiedad, pero esto puede crear un ciclo de dependencia y mayor ansiedad.

Ejemplos: “cuando no consumo me da ansiedad...” (entrevista 6)

- *Impacto del Entorno en el Bienestar:* El entorno y las experiencias de maltrato y descuido afectan profundamente la salud emocional y mental de los adolescentes. La falta de apoyo y los desafíos diarios dificultan el autocuidado.

Ejemplos: “me ha tocado aguantar más hambre y maltrato...” (entrevista 5), “experiencias muchas y desagradables...” (entrevista 6).

- *Soledad y Curiosidad como Factores de Riesgo:* La soledad y la curiosidad llevan a los adolescentes a experimentar con sustancias, buscando alivio o simplemente explorando nuevas sensaciones, lo que puede llevar a consecuencias graves.

Ejemplos: “empecé a fumar marihuana cuando tenía como 16 años...” (entrevista 2), “desde que ese viejo se fue yo me siento muy solo...” (entrevista 5)

- *Déficit de Salud y Consecuencias:* La falta de acceso a servicios de salud adecuados y el descuido en las prácticas de autocuidado resultan en consecuencias negativas para la salud de los adolescentes, dificultando su bienestar integral.

Ejemplos: “no nos comemos el cuento de las medidas de autocuidado...” (entrevista 5), “yo creo que ni eps tengo...” (entrevista 7)

La red muestra que el bienestar integral de los adolescentes está influenciado por múltiples factores interrelacionados, incluyendo el descuido, maltrato, consumo de sustancias, soledad, ansiedad, consecuencias y déficit de salud. Estos factores crean un ciclo donde los adolescentes enfrentan desafíos significativos para mantener su salud emocional y mental. Las estrategias para promover el bienestar integral deben abordar estos factores de manera holística, proporcionando apoyo emocional, acceso adecuado a servicios de salud, y creando un entorno que fomente el autocuidado y la resiliencia.

4. La Importancia Vital del Vínculo Familiar en la adolescencia:

La trascendencia del vínculo familiar durante la adolescencia radica en su influencia crítica sobre el desarrollo integral de los adolescentes, especialmente en el contexto de la prevención del consumo de sustancias psicoactivas. Este vínculo se caracteriza por la conexión emocional, la comunicación efectiva, el apoyo mutuo y la interacción positiva entre padres, hermanos y otros miembros familiares. A nivel científico, diversos estudios respaldan la relevancia de este vínculo en el bienestar y la salud mental de los adolescentes.

Desde una perspectiva neuropsicológica, la adolescencia se caracteriza por cambios significativos en la estructura y función cerebral, lo que hace que los adolescentes sean más susceptibles a influencias externas, como el consumo de sustancias psicoactivas. En este contexto, la presencia de un vínculo familiar sólido actúa como un factor protector, mitigando los riesgos asociados con el consumo de drogas.

La calidad del vínculo familiar puede influir en múltiples aspectos del desarrollo adolescente. Por ejemplo, un ambiente familiar que fomente la comunicación abierta y el apoyo emocional puede fortalecer la autoestima y la confianza en sí mismo del adolescente, reduciendo así la probabilidad de recurrir a sustancias psicoactivas como una forma de escape o autoafirmación.

Además, la interacción positiva en el seno familiar proporciona a los adolescentes modelos de comportamiento saludables y habilidades de afrontamiento efectivas, que pueden aplicar en situaciones fuera del ámbito familiar. Esto promueve la capacidad del adolescente para establecer relaciones saludables y afrontar los desafíos sociales sin recurrir al consumo de sustancias.

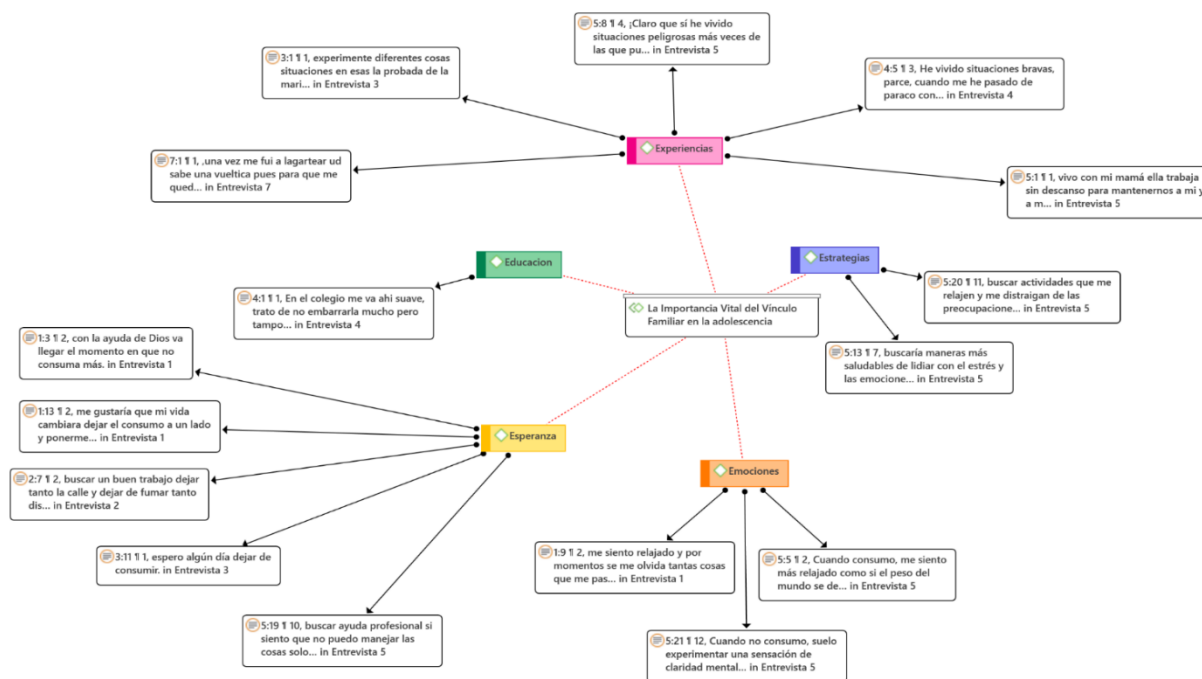
En conclusión, la importancia vital del vínculo familiar en la adolescencia va más allá de la mera dinámica familiar, extendiéndose a influir en la salud mental, el comportamiento y las decisiones de los adolescentes, incluida la prevención del consumo de sustancias psicoactivas. Un vínculo familiar sólido proporciona una base emocional y psicológica que fortalece la resiliencia del adolescente frente a los factores de riesgo asociados con el consumo de drogas, contribuyendo así a su bienestar integral y desarrollo saludable. (14)

Teniendo en cuenta estos conceptos se considera que estas expresiones alimentan esta categoría:

- *E5 “¡Claro que sí he vivido situaciones peligrosas más veces de las que puedo contar. Entre las drogas y rumbas hasta el amanecer, uno se mete en líos sin darse cuenta. Desde enfrentamientos con los tumbos hasta encontronazos con manes que no andan con chistes, la adrenalina está al máximo, todo es parte de la diversión”*
- *E4 “He vivido situaciones bravas, parce, cuando me he pasado de paraco con las drogas o me he echado unos manes peligroso”*
- *E5 “vivo con mi mamá ella trabaja sin descanso para mantenernos a mi y a mis hermanos, mi viejo se largó hace años sin dejar rastro, sin importarle nada, yo soy el mayor y por esto me ha tocado aguantar más hambre y más maltrato”*

Revista CUIDAR

- E5 “buscar actividades que me relajen y me distraigan de las preocupaciones, como escuchar música que me gusta, ver películas o series, o salir a dar un paseo con los socios”
- E5 “buscaría maneras más saludables de lidiar con el estrés y las emociones fuertes, como hacer ejercicio o hablar con alguien de confianza en vez de meterme en líos o drogarme”
- E1 “ me siento relajado y por momentos se me olvida tantas cosas que me pasan”
- E5 “Cuando consumo, me siento más relajado como si el peso del mundo se desvaneciera por un momento”
- E5 “Cuando no consumo, suelo experimentar una sensación de claridad mental y física. Me siento más centrado y en control de mis acciones, puedo percibir mejor mis emociones, me siento más conectado conmigo mismo pero también puedo experimentar momentos de ansiedad y aburrimiento y ahí es donde vuelvo a fumar y consumir”
- E4 “En el colegio me va ahí suave, trato de no embarrarla mucho pero tampoco me pongo a estudiar como un ñerito de esos todo nerd jajajaja me entiende”
- E1 “con la ayuda de Dios va llegar el momento en que no consuma más.”
- E1 “me gustaría que mi vida cambiara dejar el consumo a un lado y ponerme metas enfocarme en lo que quiero salir adelante con mis papás que siempre están para mi”
- E2 “Buscar un buen trabajo dejar tanto la calle y dejar de fumar tanto disminuir eso, que la gente me vea y diga uyuy pille la pelaita esa ya dejó de consumir de estar parada en las esquinas y está estudiando una carrera o tiene buen trabajo”
- E3 “espero algún día dejar de consumir”
- E5 “ buscar ayuda profesional si siento que no puedo manejar las cosas solo”



La red se organizó en torno a cinco factores de importancia vital del vínculo en las familias de los adolescentes consumidores de Spa, incluyendo emociones, esperanza, educación, experiencias y estrategias.

Experiencias: Este término abarca una amplia gama de situaciones que enfrentan los adolescentes, que van desde el consumo de sustancias hasta circunstancias de riesgo y dificultades familiares. Las experiencias de consumo de sustancias pueden variar desde la experimentación ocasional hasta el uso problemático y la adicción, y pueden estar influenciadas por factores individuales, sociales y ambientales. Además, los adolescentes pueden enfrentarse a situaciones de riesgo, como el comportamiento impulsivo, la violencia o el comportamiento sexual de riesgo, que pueden tener consecuencias negativas para su salud y bienestar. Por otro lado, las dificultades familiares, como el conflicto familiar, la falta de apoyo emocional o el abuso, pueden afectar significativamente el desarrollo y la salud mental de los adolescentes. Reconocer y abordar estas diversas experiencias es fundamental para proporcionar un apoyo adecuado y ayudar a los adolescentes a superar los desafíos que enfrentan durante esta etapa crucial de su vida.

Estrategias: Los jóvenes manifiestan la necesidad de buscar métodos alternativos y más saludables para hacer frente al estrés, reconociendo la importancia de buscar ayuda profesional cuando sea necesario. Esto incluye la exploración de actividades como el ejercicio físico, la meditación, la expresión artística o la participación en grupos de apoyo como formas positivas de gestionar el estrés y promover el bienestar emocional. Al mismo tiempo, reconocen que la ayuda profesional, como la terapia psicológica o el asesoramiento, puede ofrecer herramientas adicionales y un apoyo especializado para abordar los desafíos emocionales de manera más efectiva. Al adoptar estas estrategias, los jóvenes pueden fortalecer su resiliencia, desarrollar habilidades de afrontamiento saludables y mejorar su calidad de vida en general.

Educación: Refleja la actitud ambivalente de los jóvenes hacia su desempeño escolar, donde no se sienten particularmente motivados ni exitosos, pero tratan de no empeorar las cosas. Esta ambivalencia puede surgir de una variedad de factores, como la falta de interés en el contenido del currículo, dificultades académicas, presiones externas o problemas personales que afectan su rendimiento escolar. Aunque algunos jóvenes pueden sentir apatía o desmotivación hacia la educación, muchos reconocen la importancia de mantener un nivel mínimo de compromiso académico para evitar consecuencias negativas a largo plazo. Esto puede manifestarse en un esfuerzo por cumplir con las expectativas mínimas o evitar situaciones que puedan empeorar su situación académica. Es crucial abordar esta ambivalencia mediante estrategias que promuevan la motivación intrínseca, la participación activa y el apoyo académico y emocional para ayudar a los jóvenes a superar los obstáculos y alcanzar su máximo potencial en el ámbito educativo.

Esperanza: Se evidencia un deseo común entre los jóvenes de dejar el consumo y mejorar sus vidas, mostrando la esperanza de un futuro mejor y la voluntad de cambiar. Esta esperanza actúa como un motor impulsor para muchos jóvenes que desean superar los desafíos asociados con el consumo de

sustancias y otros comportamientos de riesgo. A través de este deseo de cambio, los jóvenes muestran una determinación para construir un futuro más saludable y satisfactorio para sí mismos, enfocándose en metas positivas y aspiraciones personales. La esperanza no solo les brinda una visión optimista del futuro, sino que también les proporciona la motivación y la fortaleza necesarias para enfrentar los obstáculos y perseverar en su camino hacia la recuperación y el bienestar. Reconocer y cultivar esta esperanza es fundamental para apoyar a los jóvenes en su proceso de cambio y empoderamiento para construir una vida más plena y significativa.

Emociones: Las emociones de los jóvenes están estrechamente relacionadas con su consumo de sustancias, donde encuentran un alivio temporal en el consumo, pero también reconocen los beneficios de no consumir. Las emociones juegan un papel fundamental en la motivación y el comportamiento de los jóvenes en relación con el consumo de sustancias. Por un lado, el consumo puede estar asociado con una búsqueda de alivio o escape de emociones difíciles, como el estrés, la ansiedad o la depresión. Sin embargo, muchos jóvenes también experimentan sentimientos contradictorios, reconociendo los efectos negativos del consumo en su salud y bienestar emocional. Esto puede llevarlos a buscar alternativas más saludables para lidiar con sus emociones, como hablar con amigos o buscar ayuda profesional. Al comprender y gestionar sus emociones de manera más efectiva, los jóvenes pueden tomar decisiones más informadas y saludables con respecto al consumo de sustancias, promoviendo así su bienestar emocional y su calidad de vida en general.

- *La conexión entre Estrategias y Educación y el apoyo* familiar puede influir en cómo los jóvenes afrontan sus estudios.

Ejemplos: En el colegio me va ahí suave, trato de no embarrarla mucho pero tampoco” (entrevista 4), “buscar actividades que me relaje y me distraigan de las preocupaciones- buscar maneras saludables de lidiar el estrés” (entrevista 5)

- *La relación entre Esperanza y Emociones* indica que la familia puede ser una fuente de apoyo emocional que fortalezca la esperanza de los jóvenes en un futuro mejor.

Ejemplos: “con la ayuda de Dios va llegar el momento en que no consuma más” (entrevista 1), “buscar un buen trabajo dejar de fumar” (entrevista 2)

- *La experiencias* refleja un ciclo complejo donde las experiencias de vida, relacionadas con el consumo de spa y dificultades familiares tienen un impacto profundo en las emociones de los consumidores, estas emociones influyen en las decisiones y estrategias que adoptan para manejar sus situaciones.

Ejemplos: "Experimenté diferentes cosas, situaciones en esas la probada de la marihuana." (entrevista 3)

Esta red revela la complejidad de las experiencias de los adolescentes en relación con el consumo de sustancias, las estrategias para enfrentar el estrés, la educación, la esperanza de un cambio positivo y sus emociones. La presencia del vínculo familiar emerge como un elemento vital que puede influir en todos estos aspectos, resaltando la importancia de un entorno familiar solidario y comprensivo para ayudar a los jóvenes a superar sus desafíos y construir un futuro mejor.

DISCUSIÓN

Esta investigación, llevada a cabo con un enfoque cualitativo fenomenológico, aborda un tema crucial: el autocuidado de jóvenes consumidores de Spa en el Quindío, ofreciendo una mirada profunda y detallada sobre sus experiencias y prácticas en el contexto del autocuidado.

Teniendo en cuenta los pilares del autocuidado adolescente podemos decir que proporcionan un marco integral basado en evidencia para fortalecer la resiliencia de los adolescentes contra el consumo de sustancias psicoactivas. Al empoderar a los adolescentes con las habilidades necesarias para cuidar de sí mismos, se promueve su bienestar integral y se reduce el riesgo de comportamientos de riesgo. En lo cual la implementación de estrategias de autocuidado puede ser un componente crucial en los esfuerzos de prevención y en la promoción de una juventud más sana y segura, también encontramos en un artículo Prácticas de Autocuidado en Adolescentes y su Influencia Emocional como resultados, los estudios revisados revelaron que las prácticas de autocuidado más comunes entre los adolescentes incluyen la práctica regular de ejercicio físico, la alimentación saludable, el sueño adecuado y la gestión del estrés, además, se encontró que aquellos adolescentes que se comprometían en estas prácticas tenían niveles más bajos de ansiedad y depresión, así como una mayor resiliencia emocional.(15)

Fomentando el Bienestar Adolescente a través de Redes de Apoyo y Vínculos Significativos: promover el bienestar adolescente mediante el fortalecimiento de redes de apoyo y vínculos significativos es una estrategia integral y efectiva para prevenir el consumo de sustancias psicoactivas. Las relaciones sociales sólidas proporcionan un entorno emocionalmente enriquecedor que fortalece la capacidad de los adolescentes para manejar el estrés, tomar decisiones saludables y desarrollar una identidad y autoestima positivas. Al brindar este tipo de apoyo, se contribuye significativamente al bienestar integral de los adolescentes y se refuerza su resiliencia frente a los desafíos propios de esta etapa del desarrollo humano en comparación con otro artículo que encontramos

Los factores familiares de riesgo incluyen el consumo por parte de uno o ambos padres, violencia intrafamiliar, conflictos familiares y el manejo emocional deficiente. Relaciones cálidas con la madre, el padre o ambos y la adecuada supervisión familiar al adolescente son factores protectores contra el inicio del consumo de sustancias (16)

Estrategias para el bienestar integral promoviendo la salud emocional y mental durante la adolescencia:promover el bienestar integral durante la adolescencia requiere de estrategias basadas en evidencia que aborden tanto los aspectos físicos como emocionales de la salud. fomentar hábitos saludables, como el sueño adecuado y el ejercicio regular, y proporcionar un entorno de apoyo que

enseñe habilidades sociales y de afrontamiento, establece una base sólida para un desarrollo emocional y mental positivo. Estas estrategias no solo benefician a los adolescentes en el presente. Al integrar estos enfoques en las políticas educativas y comunitarias, se puede contribuir significativamente al bienestar integral de los adolescentes. Encontramos un artículo sobre el bienestar subjetivo relacionado con las condiciones de vida y los sentimientos de satisfacción de las personas frente a sus experiencias cotidianas. Esta es una visión amplia, que incluye tanto las emociones de las personas, como la percepción de satisfacción con ciertos dominios de la vida y los juicios sobre la satisfacción (17)

La importancia vital del vínculo familiar en la adolescencia: la trascendencia del vínculo familiar durante la adolescencia es fundamental para el desarrollo integral de los adolescentes, influyendo significativamente en su salud mental, el comportamiento y decisiones durante esta etapa, incluida la prevención del consumo de spa. Un vínculo familiar sólido proporciona una base emocional y psicológica que fortalece la resiliencia del adolescente frente a los factores de riesgo asociados con el consumo de drogas. Al fomentar una conexión emocional fuerte, comunicación efectiva y apoyo mutuo, se contribuye de manera decisiva al bienestar integral y desarrollo saludable de los adolescentes encontramos un artículo la familia es el escenario más importante para el desarrollo armónico de los adolescentes, cuestión de gran relevancia en la cambiante sociedad actual. Para que la familia cumpla las funciones que se le atribuyen histórica y socialmente, requiere un adecuado funcionamiento, el que se ha asociado con el desarrollo de cualidades y comportamientos específicos en los adolescentes (18)

La importancia de implementar prácticas seguras en el uso de sustancias psicoactivas entre los jóvenes radica en la protección de su salud y bienestar a largo plazo. Comparativamente, países que han adoptado enfoques de reducción de daños, como Portugal y Suiza, han experimentado una disminución en las tasas de sobredosis y problemas de salud relacionados con el consumo de drogas. En Portugal, por ejemplo, la despenalización del uso personal de drogas junto con la implementación de programas de reducción de daños ha llevado a una notable reducción en las muertes por sobredosis y en las tasas de VIH entre los consumidores de drogas. Este enfoque contrastante con las políticas correctivas de otros países demuestra que un enfoque de salud pública, basado en la educación, la prevención y el apoyo, puede ser más efectivo en abordar los problemas asociados al consumo de sustancias entre los jóvenes. (22)

La importancia de implementar prácticas seguras en el uso de sustancias psicoactivas entre los jóvenes radica en la protección de su salud y bienestar a largo plazo, y la teoría del autocuidado de Dorothea Orem refuerza esta necesidad al enfatizar el empoderamiento personal y la responsabilidad en la gestión de la salud. Al proporcionarles la educación y el apoyo necesarios, se promueve un sentido de responsabilidad personal y autoeficacia, permitiéndoles tomar decisiones informadas y adoptar prácticas seguras que minimicen los riesgos asociados con el consumo de drogas. Este enfoque no solo contribuye a la prevención de problemas de salud relacionados, sino que también fomenta un bienestar integral a largo plazo, alineándose con los principios de salud pública y reducción de daños.

La elección del método cualitativo permite una exploración enriquecedora de las vivencias y perspectivas de los participantes, mientras que el enfoque fenomenológico proporciona un marco teórico sólido para comprender la esencia subyacente de las experiencias relacionadas con el autocuidado en este grupo demográfico. La población objetivo, compuesta por jóvenes de 18 a 19 años que frecuentan Spa, se seleccionó cuidadosamente para capturar una variedad de experiencias y perspectivas relevantes para el estudio. La recolección de datos a través de entrevistas semiestructuradas permite una interacción abierta y fluida con los participantes, lo que facilita la exploración de temas clave relacionados con el autocuidado, como las prácticas de salud, las experiencias emocionales y las estrategias de afrontamiento.

Sin embargo, hay otras teorías en las cuales se desarrolló un estudio que se centró en la participación juvenil entendiendo esta como un mecanismo potencial de prevención específica que permite promocionar vínculos emocionales y de percepción de apoyo, que contribuyen a persuadir el consumo de spa y a fomentar el desarrollo social y personal de los jóvenes.

Bajo el marco teórico de los determinantes sociales, se reconoce que en el análisis de fenómenos complejos tal como corresponde al consumo de spa y su prevención, se requieren incorporar factores individuales como aquellos factores de los entornos comunitarios, las cuales se constituyen en espacios cruciales para analizar en el desarrollo de estrategias de promoción de la salud (19)

Por otra parte, hoy en día, el abuso de sustancias psicoactivas (SPA) está asociado a graves problemas sociales, educativos, de seguridad y de salud pública en todo el mundo. La primera experiencia de consumo suele producirse en la adolescencia y tiene varias motivaciones, como el alivio de crisis existenciales, la formación de vínculos sociales y afectivos y la búsqueda de diversión. También hay que destacar las motivaciones biopsicosociales, como la fragilidad de los vínculos sociales y familiares, la distancia emocional entre los adolescentes y sus padres y/o tutores legales, y las características de esta fase de la vida como la impulsividad y la curiosidad. Este consumo abusivo de drogas tiene varias consecuencias negativas, entre ellas problemas como el ausentismo escolar y el abandono escolar prematuro que, entre otras cosas, reflejan el debilitamiento de los procesos de promoción de la salud. (20)

No obstante, el cuidado se rige como un pilar fundamental en la existencia humana, reflejando una profunda preocupación por el bienestar ajeno, y se manifiesta a través de acciones responsables, afectivas, respetuosas y solidarias. A lo largo de la historia, la disciplina de Enfermería ha sido moldeada por diversas corrientes de pensamiento, lo que ha incitado a reflexionar sobre conceptos cruciales y ha impulsado cambios significativos en su ejercicio profesional con el propósito de ampliar su alcance y mejorar la calidad de las intervenciones prioritarias. (21)

Por último, la transcripción y análisis de las entrevistas utilizando herramientas especializadas como Atlas Ti garantiza una comprensión profunda de los datos recopilados, identificando patrones y tendencias emergentes en las narrativas de los participantes. Este proceso de codificación y triangulación de datos es fundamental para validar los hallazgos y proporcionar una base sólida para el

análisis y la interpretación. Es alentador ver que la investigación ha sido avalada por el Grupo Docente de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Corporación Universitaria Empresarial Alexander Von Humboldt y que se han respetado los principios éticos fundamentales, incluida la confidencialidad y el consentimiento informado de los participantes ofreciendo una contribución significativa al campo del autocuidado en jóvenes consumidores de Spa, proporcionando información valiosa que puede informar intervenciones y políticas destinadas a promover la salud y el bienestar en este grupo demográfico específico.

CONCLUSIÓN O CONSIDERACIONES FINALES

La investigación sobre el autocuidado de jóvenes consumidores de SPA en el Quindío ofrece una visión detallada y profunda de las experiencias y prácticas de este grupo demográfico en relación con su salud y bienestar. Mediante un enfoque cualitativo fenomenológico y la recolección de datos a través de entrevistas semiestructuradas, se exploraron las actitudes, comportamientos y percepciones de los jóvenes respecto al autocuidado y su relación con el consumo de SPA.

Los hallazgos revelaron la importancia del autocuidado en el desarrollo integral de los adolescentes, destacando su papel en la toma de decisiones saludables, el cuidado del cuerpo y la mente, así como en el fortalecimiento de la autoestima y la confianza en sí mismos. Se identificaron estrategias para promover el bienestar emocional y mental durante la adolescencia, como la adopción de patrones de sueño saludables, la práctica regular de ejercicio físico y el desarrollo de habilidades para establecer relaciones interpersonales saludables.

Asimismo, se resaltó la relevancia del vínculo familiar en el proceso de autocuidado de los adolescentes, subrayando la importancia de la comunicación efectiva, el apoyo mutuo y la interacción positiva entre padres e hijos. Estos hallazgos ofrecen información valiosa que puede informar intervenciones y políticas destinadas a promover la salud y el bienestar en este grupo demográfico específico.

A través de este estudio, se resalta la necesidad de abordar el autocuidado como un aspecto integral de la salud de los jóvenes consumidores de SPA, reconociendo la importancia de su entorno familiar y social en el desarrollo de hábitos saludables y la prevención de riesgos asociados al consumo de sustancias psicoactivas.

FINANCIAMIENTO y / o RECONOCIMIENTO

N/A

REFERENCIAS

1. Abuso de sustancias [Internet]. OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/abuso-sustancias>
2. EBSCOHost Login [Internet]. Disponible en: <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=ccm&AN=174994106&lang=es&site=e=ehost-live>

3. Barrón IC. CONSUMO DE DROGAS ILEGALES EN ADOLESCENTES. PAPEL DE ENFERMERÍA EN SU PREVENCIÓN [Internet]. Uva.es. [citado el 16 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/41931/TFG-H1886.pdf?sequence=1>
4. El Informe Mundial sobre las Drogas 2022 de la UNODC destaca las tendencias del cannabis posteriores a su legalización, el impacto ambiental de las drogas ilícitas y el consumo de drogas entre las mujeres y las personas jóvenes [Internet]. Naciones Unidas : Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito. [citado el 6 de abril de 2024]. Disponible en: <https://www.unodc.org/unodc/es/press/releases/2022/June/unodc-world-drug-report-2022-highlights-trends-on-cannabis-post-legalization--environmental-impacts-of-illicit-drugs--and-drug-use-among-women-and-youth.html>
5. Gov.co. [citado el 16 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://www.minjusticia.gov.co/programas-co/ODC/Documents/Publicaciones/Consumo/Estudios/estudio%20Nacional%20de%20consumo%202019v2.pdf?csf=1&e=iV5lh3>
6. Mendoza FG. Habilidades Sociales y Consumo de Sustancias Psicoactivas en Adolescentes: una Revisión Sistemática [Internet]. Edu.co. [citado el 7 de abril de 2024]. Disponible en: <https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/59228/fgmendoza.pdf?sequence=1#:~:text=En%20el%20Eje%20Cafetero%2C%20a%20trav%2C%A9s%20de%20informaci%2C%B3n.de%20edad%20de%20los%2012%20a%2017%20a%2C%B1os%2C>
7. Edu.co. [citado el 16 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://repository.udca.edu.co/bitstream/handle/11158/932/Monografi%2C%20Davis%20Steven%20Romero%20Acosta.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
8. La Teoría de Autocuidado de Dorothea Orem: Cómo cuidar de ti mismo de manera efectiva [Internet]. Teoría Online. Teoría Online; 2023 [citado el 16 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://teoriaonline.com/dorothea-orem-teoria-autocuidado/>
9. Medigraphic.com. [citado el 16 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/espirituana/gme-2017/gme173i.pdf>
10. Naranjo Hernández Y, Concepción Pacheco JA, Rodríguez Larreynaga M. La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Elizabeth Orem. Gac médica espirituana [Internet]. 2017 [citado el 16 de marzo de 2024];19(3):89–100. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1608-89212017000300009
11. Admin. Consejos y estrategias para el autocuidado y bienestar en adolescentes [Internet]. PATERNIDAD Y CRIANZA. 2023. Available from: <https://paternidadycrianza.com/comofomentar-habitos-de-autocuidado-y-bienestar-en-los-adolescentes/>
12. Desarrollo durante la adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. (2017, junio 29). Pediatría integral. <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2017-06/desarrollo-durante-la-adolescencia-aspectos-fisicos-psicologicos-y-sociales/>
13. Salud mental del adolescente. (s/f). Who.int. Recuperado el 21 de mayo de 2024, de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
14. Ventana Abierta a la Familia - Relación de los adolescentes con la familia. (s/f-b). Ses.es. Recuperado el 21 de mayo de 2024, de <https://saludextremadura.ses.es/ventanafamilia/contenido?content=relacion-adolescentes-con-familia>
15. Vista de Prácticas de Autocuidado en Adolescentes y su Influencia Emocional [Internet].

- Available from: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/9768/14406>
16. Tena-Suck Antonio, Castro-Martínez Guadalupe, Marín-Navarrete Rodrigo, Gómez-Romero Pedro, Fuente-Martín Ana de la, Gómez-Martínez Rodrigo. Consumo de sustancias en adolescentes: consideraciones para la práctica médica. *Med. interna Méx.* [revista en la Internet]. 2018 Abr [citado 2024 Mayo 26] ; 34(2): 264-277. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-48662018000200008&lng=es. <https://doi.org/10.24245/mim.v34i2.1595>
 17. Arroyave COM, Arango DC, Restrepo-Ochoa DA, Calvo AC. Salud mental positiva: entre el bienestar y el desarrollo de capacidades. *Revista CES Psicología* [Internet]. 2022 May 20;15(2):151–68. Available from: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2011-30802022000200151
 18. Moreira JAZ, Parra IM. Efectos del funcionamiento familiar en la adolescencia: una revisión sistemática. *MQRInvestigar* [Internet]. 2022 Sep 30;6(4):03–23. Available from: https://www.researchgate.net/publication/364056526_Efectos_del_funcionamiento_familiar_en_la_adolescencia_una_revision_sistemica
 19. EBSCOHost Login [Internet]. Disponible en: <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=ccm&AN=174994106&lang=es&site=ehost-live>
 20. EBSCOhost Login. (s/f). Ebscohost.com. Recuperado el 21 de mayo de 2024, de <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=ccm&AN=139518378&lang=es&site=ehost-live>
 21. EBSCOhost Login. (s/f). Ebscohost.com. Recuperado el 21 de mayo de 2024, de <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=ccm&AN=146110043&lang=es&site=ehost-live>
 22. de Sustancias Psicoactivas, P. y. A. del C. (s/f). Política Integral para la. Gov.co. Recuperado el 28 de mayo de 2024, de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/politica-prevencion-atencion-spa.pdf>

Rol de Profesionales de Enfermería frente a la Eutanasia y sus implicaciones socio legal en Instituciones de Tercer Nivel de Atención

Role of nursing professionals in relation to euthanasia and its socio-legal implications in third-level care institutions.

Papel dos profissionais de enfermagem frente à eutanásia e suas implicações sócio-jurídicas em instituições de atenção terciária

José Javier Aguirre Camacho¹

ORCID: 0009-0004-1466-4614

Oscar Yesid Ipia León¹

ORCID: 0009-0003-0384-1411

Farhlyn Paola Bermúdez Moreno¹

ORCID: 0000-0001-6587-8939

¹ Fundación Universitaria del Área Andina. Pereira Risaralda Colombia.

Autor correspondiente: Oscar Yesid Ipia Leon
E-mail: oipia@estudiantes.areandina.edu.co

Resumen: La eutanasia es un tema controversial en el ámbito de la salud, especialmente entre los profesionales de enfermería, debido a sus implicaciones éticas, sociales y legales. La falta de consenso sobre su práctica plantea interrogantes sobre el rol del personal sanitario en la toma de decisiones al final de la vida. **Objetivo:** Comprender el rol de los profesionales de enfermería frente a la eutanasia y sus implicaciones socio legal en la atención del paciente al final de la vida. **Métodos:** La metodología de esta investigación fue cualitativa, descriptiva, fenomenológica. Los participantes del estudio fueron profesionales de enfermería seleccionados de la base de datos de egresados de la Fundación Universitaria del Área Andina que trabajan en instituciones de tercer nivel de atención. Se realizó un muestreo intencional de seis participantes donde se aplicó una entrevista semiestructurada con tres categorías de investigación.

Resultados: Los resultados revelan que los profesionales de enfermería experimentaron dilemas éticos y emocionales significativos en relación con la eutanasia, y percibieron una falta de formación adecuada en el manejo de estas situaciones. **Conclusión/Consideraciones finales:** Este estudio destaca la necesidad de una formación más sólida para los profesionales de enfermería y sugiere la implementación de protocolos éticos más claros en el manejo de la eutanasia, e incluir en la formación de los profesionales de enfermería en el acompañamiento en este proceso complejo.

Descriptor: Eutanasia, Paciente, Dolor, Decisión, Leyes.

Abstract: Euthanasia is a controversial topic in the health field, especially among nursing professionals, due to its ethical, social, and legal implications. The lack of consensus on its practice raises questions about the role of health personnel in decision-making at the end of life. **Objective:** To understand the role of nursing professionals in the face of euthanasia and its socio-legal implications in end-of-life care. **Methods:** The methodology of this research was qualitative, descriptive, phenomenological. The study participants were nursing professionals selected from the database of graduates of the Fundación Universitaria del Área Andina who work in third-level care institutions. An intentional sampling of six participants was carried out where a semi-structured interview with three research categories was applied. **Results:** The results reveal that nursing professionals experienced significant ethical and emotional dilemmas in relation to euthanasia, and perceived a lack of adequate training in the management of these situations. **Conclusion/Final Considerations:** This study highlights the need for more solid training for nursing professionals and suggests the implementation of clearer ethical protocols in the management of euthanasia, and to include in the training of nursing professionals in the accompaniment of this complex process.

Descriptor: Euthanasia, Patient, Pain, Decision, Laws..

Resumo: A eutanásia é um tema polêmico na área da saúde, principalmente entre os profissionais de enfermagem, devido às suas implicações éticas, sociais e legais. A falta de consenso sobre a sua prática levanta questões sobre o papel dos profissionais de saúde na tomada de decisões no final da vida.

Objetivo: Comprender o papel dos profissionais de enfermagem diante da eutanásia e suas implicações sociolegais e implicações sócio-legais nos cuidados no final da vida. **Métodos:** A metodologia desta pesquisa foi qualitativa, descritiva, fenomenológica. Os participantes do estudo foram profissionais de enfermagem selecionados a partir do banco de dados de egressos da Fundación Universitaria Área Andina que atuam em instituições de nível terciário. Foi realizada uma amostragem intencional de seis participantes onde foi aplicada uma entrevista semiestructurada com três categorias de pesquisa. **Resultados:** Os resultados revelam que os profissionais de enfermagem vivenciaram dilemas éticos e emocionais significativos em relação à eutanásia, e perceberam falta de formação adequada no manejo dessas situações. **Conclusão/Considerações Finais:** Este estudo destaca a necessidade de um treinamento mais sólido para os profissionais de enfermagem e sugere a implementação de protocolos éticos mais claros no manejo da eutanásia e a inclusão no treinamento dos profissionais de enfermagem no acompanhamento desse processo complexo.

Descritores: Eutanásia, Paciente, Dor, Decisão, Leis.

Introducción.

La eutanasia es la acción deliberada de poner fin a la vida de un paciente por parte de un profesional de la salud con el propósito de aliviar el sufrimiento del paciente que enfrenta una enfermedad terminal o un estado de salud irreversible. La eutanasia es un tema ético y legalmente complejo que varía según las leyes y regulaciones en diferentes países y jurisdicciones. En la actualidad la eutanasia o también llamada “muerte asistida” es legal en muchos países entre ellos, España, Países Bajos, Bélgica y en Portugal desde el año 2023. La Eutanasia, según Bertolini-Guillen (1), es el procedimiento en el cual una persona entrenada suministra una serie de medicamentos con dosis letales prescritas por el médico encargado que llevarán al deceso al paciente que la ha solicitado. A nivel mundial se han llevado a cabo estudios sobre creencias, experiencias clínicas, apoyo institucionales y educación para el personal. Esta práctica es inconstitucional en Alemania y está prohibida desde el 2017. Por el contrario, en Colombia desde el año 1997, fue despenalizada su práctica. La resolución 971 del 2021 (2) es la que regula los procedimientos para llevar a cabo el procedimiento de morir dignamente, además se autoriza la conformación de un comité médico-científico. Dichas prácticas se podrán realizar en establecimientos sanitarios públicos y privados. La situación en Colombia para el 2023 es la siguiente: el 70% de las personas apoya la eutanasia según lo indicado por la revista “muerte lenta #2” (3) publicado por Desclab (Laboratorio de derechos Económicos, Sociales y Culturales) aunque el panorama revela que para el 2023 el acceso a la información ha sido limitado. En el 2015 se reportaron 322 casos de eutanasia aproximadamente, pero en el 2020 disminuyó a causa del COVID. Por otro lado, en estudios realizados en Bélgica, países bajos y Canadá se concluyó que, para la persona solicitante, las enfermeras son un vínculo indispensable, y que, aunque la ley no le confiere un papel específico a sus familias, médicos o allegados, éstos se convierten en participantes activos durante el proceso de la eutanasia (4). Es imperativo en Colombia, especialmente en egresados de la Fundación Universitaria del Área Andina del programa de enfermería, medir de manera cuantificada el nivel de conocimiento y aceptación cuando

una persona accede a ellos con un Documento de Voluntad Anticipada (DVA) logrando intervenir en el momento que sea oportuno y tener participación con el paciente que solicite el derecho de morir dignamente.

Objetivo: Comprender el rol de los profesionales de enfermería frente a la eutanasia y sus implicaciones socio legal en la atención del paciente al final de la vida.

Métodos.

La presente investigación fue descriptiva y cualitativa-fenomenológica. Los participantes del estudio fueron profesionales de enfermería registrados en la base de datos de egresados de la Fundación Universitaria del Área Andina que se encontraban laborando en instituciones de tercer y cuarto nivel de atención. El muestreo fue intencional con aproximadamente 6 participantes a los cuales se les aplicó una entrevista semiestructurada que contaba con tres categorías. El análisis de datos se llevó a cabo mediante un método comparativo constante el cual se dividió en la obtención de datos y codificación. En estos a su vez, se analizaba la información y se agrupaba según la categoría correspondiente, códigos y propiedades con el apoyo del programa de análisis de datos cualitativos ATLAS. Ti hasta alcanzarse la saturación teórica de la información.

Resultados.

Después de realizar las entrevistas con los profesionales de enfermería, a continuación, se presentan los resultados analizados de forma manual y con la aplicación ATLAS. Ti que hacen parte de análisis exploratorios, de la investigación de la eutanasia. La presentación de la población socio demográficamente descrita en la tabla 1 donde se encuentra información detallada con el aporte de personas profesionales de enfermería que cuenta con especialización en oncología y una vasta experiencia en la parte clínica y la investigación, y que a su vez, trabajan en unidades de tercer nivel en diferentes ciudades y quienes aceptaron de manera libre por medio de un consentimiento informado participar en esta investigación.

Tabla 1
Caracterización sociodemográfica.

CARACTERIZACIÓN SOCIODEMOGRÁFICA DE LOS PROFESIONALES PARTICIPANTES	
SEXO	NÚMERO
Masculino	1
Femenino	5
EDAD	NÚMERO
35	1
32	1
45	1
38	1
51	1
36	1
ESTRATO SOCIOECONOMICO	NÚMERO
1	0
2	0
3	3
4	3
NIVEL DE EDUCACIÓN, SI CUENTA CON ALGUNA ESPECIALIZACIÓN, MAGÍSTER O DOCTORADO, ESPECIFICARLO EN OTRA	NÚMERO
Profesional de enfermería	5
Profesional de enfermería oncológica	1
ÁREA O SERVICIO EN EL QUE SE DESEMPEÑA	NÚMERO
Urgencias	2
Hospitalización	1
UCI pediátrica	1
Oncología	1
Quimioterapia ambulatoria	1
NIVEL HOSPITALARIO EN EL QUE LABORA ACTUALMENTE	NÚMERO
Alta complejidad	4
Mediana complejidad	2
LUGAR DE RESIDENCIA	NÚMERO
Pereira	3
Cali	1
Dos Quebradas	1
Manizales	1
TIENE O HA TENIDO CONTACTO CON PACIENTE EN EL PROCESO DE LA EUTANASIA	NÚMERO
Si	6
No	0

A partir de estos datos, se obtuvo la figura 1 que es representa gráficamente las palabras más utilizadas en un conjunto de datos relacionados relacionados a la eutanasia. La nube de palabras relaciona la frecuencia y el color de las palabras para ayudar a la comprensión del texto.

Figura 1
Nube de palabras



Palabras claves principales

Las palabras que aparecen con mayor frecuencia son "paciente", "eutanasia", "vida", "decisión", y "ley". Esto indica que son los términos más frecuentemente mencionados en el análisis o el conjunto de datos revisados. "Paciente" y "eutanasia" destacan como términos centrales, lo cual es lógico dado que el tema de la eutanasia está fuertemente vinculado a las decisiones médicas en torno a la vida de los pacientes.

Se pueden observar temas relacionados a la religión ("Dios", "creencia", "religión"), a la ética y la profesionalidad ("profesional", "ético", "conflicto"). El análisis también explora las implicaciones éticas y religiosas de la eutanasia puesto que la decisión de acompañar al paciente y familiares en el procedimiento está ligado a una decisión en la que influyen las creencias y el aspecto ético, pero también se puede relacionar, generando conflicto en el profesional que los practica. En el análisis también se tiene encuentra el rol de la familia en la toma de decisiones sobre la eutanasia.

Dimensiones sociales y legales

La "ley" aparece como un término significativo, lo que sugiere que el marco legal sobre la eutanasia es un tema recurrente. Esta ley se relaciona con los derechos de los pacientes en una sociedad poco sensibilizada sobre esta práctica. En cuanto lo emotivo y experimental, surgieron palabras como "dolor", "vida", "final", y "momento" que hacen referencia a aspectos personales y vivenciales de los involucrados probablemente en torno a la muerte y la calidad de vida del paciente.

Para el análisis de nuestra investigación se agruparon tres grandes categorías: la primera actitudes y creencias, la segunda experiencias y opiniones y la tercera percepción sobre los aspectos socio legales.

Actitudes y creencias

La actitud hacia la relación enfermero-paciente estuvo estrechamente influenciada por sus creencias. Muchos de ellos expresaron que no estaban de acuerdo con la eutanasia, argumentando que

sólo Dios debe determinar el fin de la vida. Esta perspectiva puede generar conflictos en algunas personas debido a sus convicciones religiosas ya que creen que no se debería apresurar el final de la vida, incluso reconociendo el sufrimiento del paciente.

Por otro lado, entre la minoría de encuestados, las creencias no representaban una barrera para aceptar la realización del procedimiento y no influyen en su actitud hacia los pacientes, pues aun siendo creyentes en Dios, reconocen que el sufrimiento puede ser mayor y consideran la eutanasia como una opción necesaria para aliviar el dolor y atribuyen la terminación de la vida como una decisión del paciente, y creen que esta decisión debe asumirse con respeto y amor.

Experiencias y opiniones

En esta categoría, se pudo concluir que la mayoría de los encuestados revelaba una tensión entre el rol tradicional de la enfermería, que se centra en prolongar la vida, y el acto de facilitar la muerte, lo que generaba una controversia significativa en su práctica. Esta situación se tradujo en un impacto emocional y psicológico que dificultaba la toma de decisiones. Sin embargo, algunos encuestados abogaban por priorizar el bienestar del paciente, indicando que es crucial ponerse en su lugar y comprender su sufrimiento. Algunos han experimentado conflictos éticos significativos, como fue en el caso de un paciente funcional que solicitó la eutanasia. Un encuestado describió la dificultad emocional de no poder administrarle el medicamento necesario reflejando la carga que estos dilemas pueden representar.

Por otro lado, había quienes no han sentido conflictos éticos, argumentando que el proceso de toma de decisiones es guiado por un equipo interdisciplinario, lo que les permite participar sin tensión personal y muchos encuestados consideraban que el marco ético actual no es suficiente, ya que existen vacíos legales y éticos que deben ser abordados. Se mencionó la ambigüedad en las leyes y sobre qué condiciones calificaban para la eutanasia, así como la necesidad de que el marco ético evolucionara.

Además, hubo un consenso sobre la falta de formación específica en eutanasia durante la preparación profesional. La mayoría expresó que una educación más robusta en ética y eutanasia sería beneficiosa para manejar mejor estos dilemas y, por último, los encuestados concordaron en hacer un llamado a que los enfermeros sean parte activa en las discusiones éticas, aportando su cercanía y comprensión del sufrimiento del paciente.

Percepción sobre los aspectos socio legales

Se concluyó que en relación con el conocimiento sobre las leyes y regulaciones que rigen la eutanasia en Colombia, muchos encuestados expresaron que no tenían un conocimiento profundo del marco legal actual. Algunos reconocen que la eutanasia es un derecho que ya tienen los pacientes, pero consideraban que aún es un tema tabú en la sociedad, lo que limita la conversación abierta sobre el tema. Por otro lado, hay quienes mencionaron que la eutanasia fue legalizada en 2015 y que la Ley Consuelo

Devís Saavedra (33) aborda aspectos de muerte digna y cuidados paliativos, aunque subrayan la importancia de actualizarse sobre los cambios y regulaciones actuales.

La falta de conocimiento sobre la normativa puede dificultar la participación en la eutanasia y su confianza hacia ella, llevando a algunos a evitar realizar estos procedimientos hasta tener una comprensión más clara de la legislación. A pesar de que la normativa establece un marco legal que se debe seguir, se reconocen desafíos en su aplicación y en la interpretación de las condiciones que califican para la eutanasia. Respecto a la capacitación sobre las implicaciones legales de la eutanasia, muchos encuestados indicaron que no habían recibido formación específica en sus áreas de trabajo, sin embargo, expresaron que es necesario contar con una capacitación adecuada para abordar estos casos de manera profesional.

La percepción general es que una formación más robusta y continua sobre las implicaciones legales y éticas de la eutanasia sería beneficiosa para el personal de salud. En cuanto a la percepción de la eutanasia por parte de la sociedad colombiana, se observaron opiniones mixtas. Algunos encuestados creen que, aunque sigue siendo un tema tabú en ciertos sectores, cada vez más personas la ven como una opción válida para aliviar el sufrimiento. Sin embargo, también se reconoce que hay resistencia, especialmente entre grupos más conservadores o religiosos, lo que genera un entorno de debate complicado para los profesionales de la salud al interactuar con pacientes y sus familias.

Sobre los cambios legales o sociales que se consideran necesarios para mejorar la práctica de la eutanasia en Colombia, los encuestados sugirieron que la legislación debería ser más específica en cuanto a qué enfermedades califican para la eutanasia, para evitar ambigüedades y facilitar la implementación. También se mencionó la importancia de ofrecer capacitación continua y educación pública sobre el tema, para que tanto los profesionales de la salud como la sociedad en general, comprendan mejor las regulaciones y el proceso de la eutanasia. Finalmente, algunos encuestados plantearon que es crucial que la eutanasia sea de fácil acceso para aquellos que cumplen con las condiciones, y que se reconozca el dolor crónico como un factor significativo en la evaluación de la eutanasia. Esto resaltaría la necesidad de un enfoque más integral y humano en la práctica

Discusión.

Este estudio encontró que los profesionales de enfermería enfrentan una gran incertidumbre emocional y ética en torno a la eutanasia, principalmente debido a la falta de formación adecuada que lleva a un desconocimiento sobre el tema y temor para abordarlo además de tener respeto por la vida y el temor a Dios. Este hallazgo se alinea con estudios previos que también han identificado la formación como un factor clave en el manejo de estas decisiones al final de la vida que se pueden identificar en estas tres categorías:

Actitudes y creencias

Se pudo identificar que en un estudio anterior de Picón et al, había concordancia con este estudio al identificar que la práctica de la eutanasia se contraponen a la moral creada por la religión, creando conflictos en el rol del ámbito hospitalario, deduciendo que, desde la ética, se podrían abordar las creencias y disminuir tensiones en el rol.

En esta categoría también hay algunos contrastes entre los enfermeros pues algunos refirieron que es un procedimiento necesario en algunas condiciones, y que sus creencias no influyeron en su rol. Además, se concluyó que la responsabilidad de todo lo que suceda es del paciente pues es su decisión y su voluntad (19).

Experiencias y opiniones

En esta categoría se identificó, junto con un estudio similar, que las emociones son las que prevalecen en el momento de ayudar en la toma de decisiones frente al procedimiento para dar fin a la vida y, como dice Aguayo (34), se percibe la decisión como una falta de auto respeto directamente hacia el paciente. A su vez los enfermeros refirieron que no solo es una decisión médica y que se debería de tener consideraciones éticas y morales, además no se concordó con que el entorno social influye en el rol. (24).

Percepción sobre los aspectos socio legales

La necesidad de tener más conocimiento sobre el proceso de eutanasia al parecer es algo en lo que se concuerda aun con otros estudios realizados, como el de Álvarez Rodríguez EA (35), en donde queda evidenciado que el desconocimiento en la normatividad permite que se invalide una decisión autónoma aun cuando haya un DVA.

Por el contrario, se piensa, al igual que lo expuso Pinzón-Segura (36), que se podría ir más allá teniendo en cuenta que Colombia reconoce a los niños como sujetos de cuidado, objetos de derecho igual que una persona adulta y que también podrían tener oportunidades para la terminación de la vida pues se conoce muchas enfermedades terminales en menores que por causa de un esfuerzo terapéutico mayor prolongan sus vidas y a su vez su dolencia.

Conclusiones.

Con base en el estudio sobre la eutanasia se ha podido deducir y concluir aspectos que involucra conocimientos, religión y aspectos éticos que influyen el rol del profesional de enfermería en el entorno del procedimiento de la eutanasia que dan respuesta a los objetivos planteados en el inicio de la investigación y se desarrollan a continuación las siguientes conclusiones:

Se concluyó, dando respuesta al primer objetivo de la investigación sobre el explorar las actitudes y creencias de los profesionales de enfermería hacia la práctica de la eutanasia y el final de la vida, que las creencias religiosas pueden influir en las actitudes hacia la eutanasia y además generan conflictos entre su rol profesional y sus convicciones personales.

Se dedujo también que la formación insuficiente en eutanasia genera incertidumbre ética y emocional y que, de igual manera, la formación inadecuada en el manejo de la eutanasia provoca miedo entre los profesionales de enfermería lo que impacta su capacidad para participar en la toma de decisiones informadas y éticas. La ética puede ayudar a mitigar los conflictos relacionados con la eutanasia y la formación en ética clínica puede ser una herramienta fundamental para reducir las tensiones entre las creencias religiosas y el rol profesional de los enfermeros, permitiéndoles manejar mejor los dilemas éticos que surgen en torno a la eutanasia.

Con relación al segundo objetivo planteado para interpretar las experiencias y opiniones de los profesionales de enfermería con respecto a las implicaciones éticas de la eutanasia, se concluyó que la toma de decisiones sobre eutanasia no se limita al ámbito médico y los enfermeros consideraron que la decisión sobre la eutanasia no debe ser exclusivamente médica, sino que debía incluir consideraciones éticas, emocionales y sociales, dadas las profundas implicaciones personales y familiares enfatizando en el respeto por la autonomía del paciente. Para los profesionales de enfermería es uno de los mayores desafíos en la práctica el respetar la decisión autónoma del paciente, especialmente cuando sus propias creencias y valores entran en conflicto con la voluntad del paciente.

Para el último objetivo, se pudo concluir que para analizar las percepciones de los profesionales de enfermería sobre los aspectos socio legales de la eutanasia en la atención médica y la sociedad en general, se debe mitigar el desconocimiento de la normativa porque afecta la autonomía del paciente. Teniendo en cuenta también que la falta de conocimiento sobre la normativa vigente en relación con la eutanasia puede llevar a la invalidación de decisiones autónomas del paciente, incluso cuando existe un DVA. Adicionalmente se pudo concluir que se necesita una discusión sobre eutanasia en menores de edad puesto que son relevantes en la legislación colombiana que los reconoce como sujetos de derechos, lo que implica que también deberían tener la posibilidad de acceder a la eutanasia en casos de enfermedades terminales que les provoque sufrimiento prolongado.

Referencias

1. Bertolín-Guillén, JM (2021). Eutanasia, suicidio asistido y psiquiatría. Rev Asoc Esp Neuropsiq [Internet]. Julio - diciembre de 2021 [citado 9 de septiembre de 2024];41(140):51-7. Disponible en: <https://www.revistaaen.es/index.php/aen/article/view/17169>
2. Ministerio de Salud. Resolución No. 971 de 2021 por medio de la cual se establece el procedimiento de recepción, trámite y reporte de las solicitudes de eutanasia, así como las directrices para la organización y funcionamiento del Comité para hacer Efectivo el Derecho a Morir con Dignidad a través de la Eutanasia. Minsalud, cop [Internet]. 1 de julio de 2021 [citado 23 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/resolucion-971-de-2021.pdf>
3. De muerte lenta #2: Cifras, barreras y logros sobre el derecho a morir dignamente en Colombia. Colombia: DescLAB. Vol. 7, 2022. Disponible en: <https://www.desclab.com/monitor/monitor07>

Revista CUIDAR

4. Busquets-Surribas M. La relevancia ética del cuidado enfermero en la eutanasia y el suicidio asistido. *Enf Cli* [Internet]. 2021 [citado 1 de septiembre de 2024];31(5):266-67. Disponible en: <https://revistas-colaboracion.juridicas.unam.mx/index.php/derechos-humanos-emx/article/view/24557>
5. De Prada Pérez FJ. Niebla en agosto (2016) y la sombra del pasado (2018). *Aktion T4: el plan de eutanasia nazi para la eliminación de las personas con discapacidad*. *RMC* [Internet]. 26 de noviembre de 2021 [citado 27 de agosto de 2024];17(4):275-90. Disponible en: https://revistas.usal.es/cinco/index.php/medicina_y_cine/article/view/rmc2021174275290
6. Zucker MB. *The Right to Die Debate: A Documentary History*. Estados Unidos: Greenwood Press; 1999. 135-40 p.
7. Emanuel EJ. The history of euthanasia debates in the United States and Britain. *Ann Intern Med* [Internet]. 15 de Noviembre de 1994 [citado 27 de agosto de 2024];121(10):793-802. Disponible en: https://www.utas.edu.au/_data/assets/pdf_file/0006/1434084/Submission-37_Christopher-Middleton_attachment-4.pdf
8. Tomás-Valiente Lanuza C. La evolución del derecho al suicidio asistido y la eutanasia en la jurisprudencia constitucional colombiana: otra muestra de una discutible utilización de la dignidad. *CEPC* [Internet]. 2019 [citado 27 de agosto de 2024];116(Supl. 1):301-28. Disponible en: <https://www.cepc.gob.es/publicaciones/revistas/revista-espanola-de-derecho-constitucional/numero-116-mayoagosto-2019/la-evolucion-del-derecho-al-suicidio-asistido-y-la-eutanasia-en-la-jurisprudencia-constitucional-1>
9. Derecho a morir dignamente. España: DMD. Vol. 73, 2017. Disponible en: <https://derechoamoir.org/2017/01/29/revista-de-dmd-no73/>
10. Corte Constitucional. Sentencia C-164/22: asistencia médica al suicidio. Corte Constitucional. [Internet]. 11 de mayo de 2022 [citado 31 de agosto de 2024] Disponible en: <https://www.corteconstitucional.gov.co/relatoria/2022/C-164-22.htm>
11. Medicina paliativa. España: SECPAL. Vol. 26(2), 2019. Disponible en: https://www.medicinapaliativa.es/revista_201926229
12. Echeverría C, Goic A, Herrera C, Quintana C, Rojas A, Salinas R, Serani A, Taboada P, Vacarezza R. Eutanasia y acto médico. *Rev Med Chile* [Internet]. 9 de mayo de 2011 [citado 31 de agosto de 2024];139(5):642-54. Disponible en: <https://www.revistamedicadechile.cl/index.php/rmedica/article/view/1276>
13. Seay G. Euthanasia and Physicians' Moral Duties. *Med Phi* [Internet]. 2005 [citado 9 de septiembre de 2024];30(5):517-33. Disponible en: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/03605310500253071>

Revista CUIDAR

14. Hurtado Medina MJ. La eutanasia en Colombia desde una perspectiva bioética. Rev Med Ris [Internet]. 31 de diciembre de 2015 [citado 1 de septiembre de 2024];21(2):49-51. Disponible en: <https://revistas.utp.edu.co/index.php/revistamedica/article/view/11081>

15. Vélez Ramírez A. La eutanasia. Pebi [Internet]. 31 de julio de 2009 [citado 1 de septiembre de 2024];(3):110-8. Disponible en: <https://personaybioetica.unisabana.edu.co/index.php/personaybioetica/article/view/619>

**Desafíos y Triunfos: Experiencias de las adolescentes gestantes
bajo la teoría del Rol Materno de Ramona T. Mercer**

*Desafios e triunfos: experiências de adolescentes grávidas sob a teoria do papel materno de
Ramona T. Mercer*

*Challenges and triumphs: experiences of pregnant adolescents under Ramona T. Mercer's
maternal role theory*

*Maria de Los Angeles Fernandez Barraza*¹

ORCID: 0009-0000-0785-2415

*Yency Maria Cuero Gonzales*¹

ORCID: 0009-0007-0712-9578

*Dayra Alejandra Ortiz Mina*¹

ORCID: 0009-0001-5071-252

*Yenny Alejandra Sánchez Ceballos*¹

ORCID: 0009-0004-9033-7869

¹ Universidad Alexander Von Humboldt

Autor Corresponsal: Yenny Alejandra Sánchez Ceballos

Email: ysanchez1037@cue.edu.co

Revista CUIDAR

Resumen: El estudio aborda el embarazo adolescente como un problema global que afecta la salud física, psicológica y social de las jóvenes y sus comunidades. Utilizando la teoría del Rol Materno de Ramona T. Mercer, se busca entender en profundidad las experiencias de las adolescentes gestantes, sus desafíos y triunfos a lo largo del proceso. Se destaca que el embarazo en adolescentes es una problemática significativa debido a las complicaciones de salud y las repercusiones sociales que conlleva. El objetivo principal es conocer cómo las adolescentes gestantes enfrentan los cambios físicos, psicológicos y sociales, y cómo la red de apoyo influye en sus experiencias. La investigación adopta un enfoque cualitativo con un diseño fenomenológico, centrado en captar las vivencias subjetivas de las adolescentes embarazadas. Se realizaron entrevistas en profundidad para recolectar datos, permitiendo un análisis detallado de las percepciones y experiencias de las participantes. Los hallazgos revelan una variedad de desafíos y triunfos que enfrentan las adolescentes gestantes. Entre los desafíos se encuentran el estigma social, la presión familiar y las dificultades económicas. Los triunfos incluyen la adaptación al rol materno, el fortalecimiento de la resiliencia y el apoyo recibido de familiares y amigos. La red de apoyo se destaca como un factor crucial para enfrentar estos desafíos y alcanzar una experiencia de embarazo más positiva. El estudio subraya la importancia de comprender las experiencias de las adolescentes gestantes para mejorar las prácticas clínicas y las políticas de salud pública. Recomienda fortalecer las redes de apoyo y proporcionar recursos adecuados para ayudar a las adolescentes a enfrentar los desafíos del embarazo y la maternidad.

Palabras clave: Embarazo, adolescente, gestante, adaptación, experiencias, madres.

Resumo: O estudo aborda a gravidez na adolescência como um problema global que afeta a saúde física, psicológica e social das jovens e de suas comunidades. Utilizando a teoria do Papel Materno de Ramona T. Mercer, busca-se entender em profundidade as experiências das adolescentes grávidas, seus desafios e triunfos ao longo do processo. Destaca-se que a gravidez na adolescência é uma problemática significativa devido às complicações de saúde e às repercussões sociais que acarrega. O objetivo principal é conhecer como as adolescentes grávidas enfrentam as mudanças físicas, psicológicas e sociais, e como a rede de apoio influencia suas experiências. A pesquisa adota uma abordagem qualitativa com um desenho fenomenológico, centrado em captar as vivências subjetivas das adolescentes grávidas. Foram realizadas entrevistas em profundidade para coletar dados, permitindo uma análise detalhada das percepções e experiências das participantes. As descobertas revelam uma variedade de desafios e triunfos que as adolescentes grávidas enfrentam. Entre os desafios estão o estigma social, a pressão familiar e as dificuldades econômicas. Os triunfos incluem a adaptação ao papel materno, o fortalecimento da resiliência e o apoio recebido de familiares e amigos. A rede de apoio destaca-se como um fator crucial para enfrentar esses desafios e alcançar uma experiência de gravidez mais positiva. O estudo sublinha a importância de compreender as experiências das adolescentes grávidas para melhorar as práticas clínicas e as políticas de saúde pública. Recomenda-se fortalecer as redes de apoio e fornecer recursos adequados para ajudar as adolescentes a enfrentar os desafios da gravidez e da maternidade.

Palavras-chave: Gravidez, adolescente, gestante, adaptação, experiências, mães.

Abstract: The study addresses teenage pregnancy as a global issue that affects the physical, psychological, and social health of young women and their communities. Using Ramona T. Mercer's Maternal Role Theory, it seeks to deeply understand the experiences of pregnant adolescents, their challenges, and triumphs throughout the process. It highlights that teenage pregnancy is a significant issue due to the health complications and social repercussions it entails. The main objective is to understand how pregnant adolescents cope with physical, psychological, and social changes, and how the support network influences their experiences. The research adopts a qualitative approach with a phenomenological design, focused on capturing the subjective experiences of pregnant adolescents. In-depth interviews were conducted to collect data, allowing for a detailed analysis of the participants' perceptions and experiences. The findings reveal a variety of challenges and triumphs that pregnant adolescents face. Among the challenges are social stigma, family pressure, and economic difficulties. The triumphs include adaptation to the maternal role, strengthening resilience, and support received from family and friends. The support network is highlighted as a crucial factor in facing these challenges and achieving a more positive pregnancy experience. The study emphasizes the importance of understanding the experiences of pregnant adolescents to improve clinical practices and public health policies. It recommends strengthening support networks and providing adequate resources to help adolescents face the challenges of pregnancy and motherhood.

Keywords: Pregnancy, adolescent, pregnant woman, adaptation, experiences, mothers.

INTRODUCCIÓN.

El fenómeno del embarazo adolescente representa un desafío complejo y de gran preocupación a nivel mundial, afectando a un gran número de jóvenes en todas las regiones del mundo. Esta problemática no solo impacta a las adolescentes, sino también a sus comunidades, especialmente en lo que respecta a la salud tanto de las madres como de los recién nacidos. A pesar de los esfuerzos realizados para abordar esta situación, las altas tasas de embarazo adolescente y los riesgos asociados, como los defectos congénitos, continúan siendo persistentes.

Este estudio tiene como objetivo principal comprender y abordar el embarazo adolescente desde una variedad de perspectivas, enfocándose en los desafíos relacionados con la salud materna e infantil, la adaptación psicosocial y las estrategias de intervención. Para ello, se tomará en consideración la investigación previa que ha explorado este tema, así como también se examinarán las oportunidades que ofrecen las aplicaciones digitales como herramientas innovadoras en la atención médica y psicosocial de las adolescentes embarazadas. La teoría del Rol Materno desarrollada por Ramona T. Mercer ofrece un marco conceptual sólido para entender las vivencias de las adolescentes gestantes, permitiendo explorar cómo se enfrentan a los desafíos físicos, psicológicos y sociales inherentes al embarazo y la maternidad.

Revista CUIDAR

Asimismo, se analizarán conceptos como la adaptación psicosocial y el apoyo psicosocial para mejorar la comprensión de las estrategias de intervención efectivas en este contexto. Desde la perspectiva de la enfermería profesional, abordar el tema del embarazo adolescente es de suma importancia, dado que los profesionales de enfermería juegan un papel fundamental en la promoción de la salud materna e infantil y en la atención integral a las adolescentes embarazadas.

Esta investigación contribuirá al avance de la disciplina de enfermería al proporcionar un entendimiento más profundo de las necesidades y desafíos específicos de las adolescentes gestantes, lo cual puede informar tanto la práctica clínica como las políticas de salud pública dirigidas a este grupo de población vulnerable. Esta introducción no solo presenta el contexto del problema, sino que también destaca los objetivos del estudio, describe la metodología utilizada, plantea las preguntas de investigación y revisa el marco teórico que sustenta este estudio. A través de esta investigación, se espera contribuir al desarrollo de estrategias efectivas para la prevención y el manejo del embarazo adolescente, así como al fortalecimiento de una atención integral y centrada en el paciente para las adolescentes gestantes.

OBJETIVO GENERAL: Conocer las experiencias de las adolescentes gestantes bajo la teoría de Ramona T. Mercer: desafíos y triunfos.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar los desafíos y triunfos que enfrentan las adolescentes gestantes durante su embarazo, percibiendo sus desafíos y triunfos a lo largo de su proceso aplicando los conceptos de la teoría de Ramona T. Mercer.
- Conocer cómo ha sido la experiencia de las adolescentes en gestación sobre su capacidad para lidiar con los desafíos del entorno social, centrándose en conocer los factores protectores y de riesgo que afectan su bienestar emocional y social durante el periodo de gestación.
- Indagar sobre la experiencia de la red de apoyo de adolescentes embarazadas, centrándose en las fortalezas y debilidades de los recursos disponibles, los niveles de satisfacción percibidos, las barreras percibidas y las necesidades no satisfechas, con el fin de profundizar las intervenciones de enfermería efectivas para el bienestar de las adolescentes durante el embarazo y la transición a la maternidad.

MARCO TEÓRICO.

La teoría del Rol Materno de Ramona T. Mercer es un marco conceptual que se centra en la adaptación de la madre al embarazo, parto y período postparto. Mercer propuso que la maternidad es un proceso de desarrollo que implica cambios físicos, psicológicos y sociales. Su teoría se basa en la idea de que las mujeres atraviesan una serie de etapas durante la transición a la maternidad, y que estas etapas están influenciadas por factores internos y externos.

- Adaptación Materna: Se refiere al proceso mediante el cual las mujeres se ajustan física, psicológica y socialmente al embarazo, parto y maternidad. - Rol Materno: Se refiere al conjunto de comportamientos, actitudes y responsabilidades asociadas con la crianza y cuidado de los hijos.

-Estímulos Externos e Internos: Factores externos incluyen el apoyo social, el entorno físico y las influencias culturales, mientras que los internos son los procesos psicológicos y emocionales de la madre.

-Adaptación del Rol Materno: Este concepto se refiere al proceso mediante el cual las mujeres se internalizan y se ajustan a las demandas y expectativas del rol maternal.

El metaparadigma del rol materno de Ramona Mercer puede entenderse a través de cuatro conceptos claves:

- Persona: La persona es la madre en transición hacia su rol materno, integrando su identidad individual con su nueva identidad de madre. Esto incluye sus características personales, historia de vida, expectativas y experiencias previas.
- Entorno: Incluye los factores externos que influyen en la madre, como la familia, amigos, comunidad, sistema de salud y condiciones socioeconómicas. Mercer destaca la importancia del apoyo social y familiar en la adaptación al rol materno.
- Salud: Se refiere al bienestar físico, emocional y social de la madre, incluyendo su capacidad para cuidar de sí misma y de su hijo. Mercer ve la salud de la madre y del bebé como interrelacionadas.
- Enfermería: Implica el apoyo e intervención de profesionales de la salud para facilitar la adaptación al rol materno, mediante educación, apoyo emocional y la promoción de un entorno positivo.

Variables:

-Embarazo en la adolescencia: Se refiere al estado de gestación en mujeres menores de 20 años.

-Adaptación Psicosocial: Proceso mediante el cual las adolescentes embarazadas ajustan sus pensamientos, emociones y comportamientos para enfrentar los desafíos asociados con el embarazo y la maternidad.

-Aplicaciones Digitales en Salud Materna: Uso de tecnología digital, como aplicaciones móviles, para proporcionar información, apoyo y seguimiento durante el embarazo y el período postparto.

Revista CUIDAR

- Complicaciones Perinatales: Problemas de salud que ocurren durante el embarazo o el parto, que pueden afectar tanto a la madre como al bebé.
- Apoyo Psicosocial: Red de apoyo emocional y práctico que las adolescentes embarazadas reciben de familiares, amigos, profesionales de la salud y otras fuentes.
- Control Prenatal: Acceso y participación en la atención médica durante el embarazo para monitorear la salud de la madre y el bebé, y prevenir complicaciones.

El embarazo durante la adolescencia es frecuentemente inesperado y desafiante; implica una serie de cambios significativos para la madre adolescente. Estos cambios abarcan no solo el aspecto físico y fisiológico del embarazo y el parto, sino también una transformación emocional, anatómica y sociocultural. La madre adolescente se ve obligada a adaptarse rápidamente al rol materno durante el periodo posparto, enfrentándose a la responsabilidad de cuidar tanto de sí misma como de su hijo.

Este proceso de transición hacia la maternidad puede resultar especialmente difícil para la adolescente, ya que debe equilibrar el desarrollo de su propia identidad personal con la construcción de una identidad como madre. Las experiencias de adaptación, las diferentes situaciones, entornos y, sobre todo, las historias que ellas mismas cuentan muestran que, generalmente, ninguna presenta similitud.

Este grupo poblacional es sensible, con deficiente apoyo social o familiar, bajo nivel socioeconómico y educativo, tensión emocional, sentimientos de tristeza y desesperanza, discriminación, vergüenza, baja autoestima, limitación en el proyecto de vida, fracaso en la adquisición de independencia y la imposibilidad de constituir una familia estable. Todos estos factores afectan su calidad de vida y la del hijo.

Según la Organización Mundial de la Salud, cada día se producen aproximadamente 830 muertes de mujeres por causas relacionadas con el embarazo y el parto, casi todas en países en desarrollo, y en su mayoría prevenibles. Las mujeres con mayor riesgo de presentar muerte materna son las adolescentes y las mayores de 35 años. En las jóvenes entre 15 y 19 años, el riesgo de muerte está relacionado con trastornos hipertensivos de la gestación, hemorragias posparto, infecciones puerperales, alteraciones nutricionales y depresión posparto.

METODOLOGÍA.

Esta investigación se llevó a cabo por medio de un estudio de Cualitativo con enfoque fenomenológico; el cual permite analizar detalladamente un tema específico. Este tipo de estudio se utiliza en la investigación cualitativa con el propósito de responder la pregunta de investigación y por este medio generar estrategias que permitan analizar y aportar evidencia basándose según la teoría del Rol Materno de Ramona T. Mercer bajo la mirada de sus cuatro metaparadigmas: entorno, personal, salud y enfermería.

Revista CUIDAR

Con relación a la población, esta investigación genera aporte de datos en un momento único en abril del 2024 en el Quindío. El enfoque de la investigación está dirigido a conocer las experiencias de las madres adolescentes o gestantes en la teoría del Rol Materno de Ramona T. Mercer.

Con el fin de enfocar y comprender el proceso en la adaptación de las mujeres a su rol materno, considerando factores como el desarrollo personal, emocional y social así como la influencias del entorno e interacciones con el sistema de salud.

Para la recolección de estos datos se llevó a cabo por medio de una entrevista semiestructurada, que implica una conversación en la que el entrevistador hará preguntas abiertas, lo que permitirá una discusión fluida con el entrevistado. Se crearon preguntas como: ¿Cómo describirías tu experiencia de ser madre adolescente?, ¿Si pudiera devolver el tiempo cambiaría el momento de serlo y el entorno en el que se encontraba?, ¿Qué tipo de apoyo recibiste por parte de tu familia?, ¿Desde tu experiencia como madre adolescente cómo afectó esto en tu vida personal, social, económica y familiar?, Cuéntanos un poco sobre cómo te impactó emocionalmente el ser madre adolescente, En este momento qué significado tiene para ti ser madre, Usted qué conductas o acciones específicas has aprendido y practicado desde el nacimiento de tu hij@, Cómo has integrado el rol maternal en tu estilo de vida considerando tus experiencias pasadas,Cuál es tu percepción de cómo la sociedad veía un embarazo en el tiempo que tú fuiste madre adolescente a como se ve en la actualidad, Hay algo más que quieras compartir sobre tu experiencia?, relacionadas con la experiencia de las adolescentes gestantes, enfocándose en cómo se han desarrollado y adaptado a su rol materno, en concordancia con la teoría del Rol Materno de Ramona T. Mercer. Esta teoría proporciona un marco conceptual para comprender cómo las madres desarrollan y desempeñan su rol a través de las diferentes etapas de la maternidad, enfatizando el proceso de adaptación y los factores que influyen en él, como el apoyo social, las experiencias pasadas y las expectativas personales.

La transcripción de la entrevista se realizó en formato Word en donde serán añadidos y organizados en la herramienta Atlas Ti 23, del cual surgen diferentes categorías partiendo de la narrativa desarrollada por la participante, de este modo se generarán fragmentos de texto transcrito que contengan una idea central de lo que se desea analizar; se realizará la codificación de las categorías y subcategorías emergentes, que permitan una mejor comprensión del fenómeno, mediante la búsqueda de patrones o afinidades dentro de las narrativas para la construcción de las categorías; en última instancia se llevará a cabo la triangulación de los datos encontrados para su posterior análisis que son de interés para el presente artículo, teniendo en cuenta las experiencias, vivencias y emociones propias de la entrevistada alrededor del fenómeno de estudio.

De este modo se generaron fragmentos de texto transcrito que contengan una idea central de lo que se desea analizar, se realizó la codificación de las categorías y subcategorías emergentes,

permitiendo una mejor comprensión del fenómeno, mediante la búsqueda de patrones o afinidades dentro de las narrativas para la construcción de las categorías y por último se realizó la triangulación de los datos encontrados para su posterior análisis que son de interés para el presente artículo, teniendo en cuenta las experiencias, vivencias y emociones propias de la entrevistada alrededor del fenómeno de estudio.

La presente investigación es avalada por el Grupo Docente de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Corporación Universitaria Empresarial Alexander Von Humboldt. Se respetaron los principios éticos de beneficencia, no maleficencia, justicia y respeto a la autonomía. Para la confidencialidad de la información e identificación de los participantes, respecto al aceptar participar o no en la investigación y la devolución de los resultados a los participantes, según la Ley 1581 de 2012 y el decreto 1377 de 2013. Todas las participantes firmaron el consentimiento informado.

RESULTADOS.

1. Apoyo, factores de riesgo y recursos disponibles:

El apoyo a las adolescentes embarazadas se refiere a los recursos emocionales, sociales, prácticos y financieros que las adolescentes embarazadas reciben de su entorno. Este apoyo puede provenir de diversas fuentes, como la familia, el padre del bebé, amigos, profesionales de la salud. Las entrevistadas expresaron tener una red de apoyo familiar sólida, siendo esta fundamental para enfrentar los desafíos del embarazo y la maternidad. El apoyo del entorno familiar ayuda a las adolescentes a lidiar con el estrés y las preocupaciones que conlleva estar embarazada a temprana edad, proveer recursos económicos para cubrir los gastos y manutención del bebe, ofrecer orientación sobre el cuidado del bebe y las responsabilidades de la maternidad. La presencia del padre del bebe es fundamental ya que es una fuente importante de apoyo emocional, el acompañamiento al centro de salud para los controles, exámenes diagnósticos de seguimiento para verificar el adecuado crecimiento y desarrollo del feto y el bienestar físico y emocional de la gestante. E2 “He bueno, gracias a Dios, tuve mucho apoyo, en especial por parte de mis papás. Me apoyaron demasiado he y también tuve el apoyo del papá de mi hijo, pero pues digamos que si fue ya como cuando él embarazó, pues está muy avanzado, pero pues más sin embargo, mi red de apoyó he.. Me apoyo en absolutamente todo.”

Por lo tanto, como factores de riesgo las adolescentes se sintieron aisladas, señaladas y discriminadas debido al estigma social asociado con el embarazo adolescente, afectando así su autoestima y bienestar emocional. La interrupción educativa algunas de las adolescentes embarazadas debieron interrumpir su formación educativa ya que debían tomar con responsabilidad la maternidad, lo que afecta negativamente su futuro y desarrollo personal. El embarazo y la maternidad a una edad temprana pueden ser emocionalmente abrumadoras, llevando

a altos niveles de estrés, ansiedad y depresión. E2 “Bueno, personal, pues digamos que me dio mucha depresión, porque pues como le digo, pues no esperaba ser madre, y menos a esa edad, entonces sí me dio depresión, me dio mucho miedo de saber de que tenía que cuidar a un bebé y pues que un ser humano estaba creciendo dentro de mí, me daba miedo los cambios físicos que pudiese tener, he.. social, pues, recibí muchísimo rechazo por parte de mis amigas de colegio, también recibí acoso de los profesores, al saber de que ya estaba esperando un bebé, empezaron a acosarme y pues ya como a insinuarme cosas. Entonces, digamos, como que esa parte del respeto se perdió hacia mí. También por parte de algunos familiares, cuestionan mucho, me criticaron, acusaban a mis papás de descuidados, pues, porque había resultado embarazada a esa edad, pero pues no, ellos no tuvieron nada que ver y en lo económico, pues, digamos que ya sí se tuvo como hacer algunos ajustes, porque pues ya se tenían que comprar cosas para el bebé, entonces, sí fue como un poquito complejo también por ese lado.”

2 . Triunfos y resiliencia en la maternidad adolescente:

El éxito y la resiliencia de las madres adolescentes durante el embarazo es un testimonio de la capacidad de las madres jóvenes para afrontar y superar los desafíos de la maternidad temprana. Al enfatizar la importancia del apoyo, los recursos y las características personales, se puede promover un enfoque positivo y alentador que reconozca y celebre los logros y fortalezas de las adolescentes embarazadas y las madres jóvenes. Esta comprensión es fundamental para desarrollar políticas y programas que apoyen el éxito y el bienestar de estas mujeres jóvenes. Las entrevistadas enfrentaron una carga emocional significativa, incluyendo depresión, miedo, frustración y rechazo social debido al embarazo adolescente. A pesar de estos desafíos emocionales, demostraron una notable resiliencia y capacidad para adaptarse, encontrando significado y aprendizaje en su experiencia como madres jóvenes. El “La verdad, personalmente es algo muy difícil. Pues a mí me dio bastante duro porque pues frustró muchos proyectos que yo tenía. He... pues tener un bebé uno siendo prácticamente una niña es algo muy complejo, es una niña criando a otra niña entonces es bastante difícil, he me dio, este... ¿Cómo es que se dice eso? he.. Depresión post parto y pues apenas hasta ahorita es como que estoy medio asimilando pues el proceso de ser mamá porque aún me da muy difícil, la verdad, Pues he, en parte, pues algunos me apoyaron, otros me critican, pero pues ahí la vamos llevando. Pues en mi vida personal me afectó pues que me frustró muchos proyectos que yo tenía, o sea, no, no podía realizarlos, he... a nivel familiar, pues fue un golpe muy duro, pues para mis papás, para mis hermanos y, pues, nada, eso.” Estos resultados muestran la complejidad de la experiencia de las adolescentes gestantes bajo la teoría del Rol Materno de Ramona T. Mercer, resaltando la importancia del apoyo, la resiliencia y la comprensión en el abordaje de esta realidad.

DISCUSIÓN.

El estudio realizado en adolescentes embarazadas revela la complejidad de sus experiencias y los múltiples factores que influyen en su salud mental y emocional, destacando una etapa crucial

Revista CUIDAR

de desarrollo en la vida de estas mujeres que fueron madres adolescentes. Los hallazgos principales incluyen niveles elevados de ansiedad y estrés, con el 68% de las adolescentes reportando ansiedad y el 73.6% estrés. Estos porcentajes reflejan una prevalencia significativa de problemas emocionales entre las adolescentes gestantes, subrayando la necesidad de intervenciones específicas para esta población.

El análisis de los factores asociados con la ansiedad y el estrés revela diferencias interesantes. Para la ansiedad, los factores incluyen malas relaciones familiares, consumo de alcohol e inicio temprano de la vida sexual. Estos factores sugieren que las dinámicas familiares y comportamientos de riesgo juegan un papel crucial en la salud mental de las adolescentes embarazadas. El estrés, por otro lado, se asocia con una gama más amplia de factores: ser menor de 15 años, malas relaciones familiares y de pareja, consumo de alcohol, inicio de vida sexual y tener familiares con enfermedad mental. La identificación de estos factores puede guiar el diseño de intervenciones específicas para reducir el estrés en esta población.

El estudio comparativo entre adolescentes gestantes, como grupo de control revela que pertenecer a familias no nucleares durante la infancia y adolescencia aumenta la probabilidad de embarazo en la adolescencia. La separación de los padres emerge como la principal causa de cambios en la estructura familiar, indicando que la estabilidad familiar es un factor protector significativo. La presencia de ambos padres parece influir positivamente en la resolución de conflictos y el estilo de crianza, promoviendo un entorno más equilibrado para el crecimiento de las adolescentes.

La red de apoyo que las adolescentes embarazadas reciben es fundamental para enfrentar los desafíos del embarazo y la maternidad. Las entrevistas revelan que el apoyo de los padres, la pareja y otras fuentes es crucial. Las adolescentes expresaron gratitud por el apoyo recibido, indicando que este respaldo les permitió manejar mejor las dificultades asociadas con el embarazo adolescente. Una entrevistada mencionó: “Gracias a Dios, tuve mucho apoyo, en especial por parte de mis papás... mi red de apoyo me ayudó en absolutamente todo.” Este apoyo emocional y práctico es esencial para promover un embarazo y maternidad más saludables.

A pesar de enfrentar una carga emocional significativa, incluyendo depresión, miedo y rechazo social, las adolescentes demostraron una notable resiliencia. La capacidad de adaptarse y encontrar significado en su experiencia es un testimonio de su fortaleza. Las adolescentes expresaron sentimientos ambivalentes sobre su embarazo, pero también mostraron motivación y preparación para asumir su rol maternal. Una entrevistada compartió: “Es algo muy difícil... me frustró muchos proyectos que yo tenía... es una niña criando a otra niña... pero pues ahí la vamos

Revista CUIDAR

llevando.” Esta resiliencia destaca la importancia de reconocer y apoyar las fortalezas de las adolescentes embarazadas.

Los resultados del estudio se alinean con la teoría del Rol Materno de Ramona T. Mercer, que enfatiza la importancia del apoyo y la resiliencia en el desarrollo del rol maternal. Las experiencias de las adolescentes gestantes subrayan la necesidad de un enfoque comprensivo que considere los factores emocionales, sociales y familiares que afectan su bienestar. La implementación de políticas y programas que apoyen el éxito y bienestar de estas jóvenes madres es fundamental.

CONCLUSIÓN.

El embarazo en la adolescencia es una experiencia cargada de desafíos que afectan significativamente la salud mental y emocional de las jóvenes madres. La identificación de los factores asociados con la ansiedad y el estrés proporciona una comprensión más profunda de las dinámicas que afectan a estas jóvenes, la ansiedad se relaciona estrechamente con la gestación a temprana edad.

El apoyo que reciben las adolescentes embarazadas, ya sea de sus padres, parejas u otros miembros de su red social, es fundamental para afrontar los desafíos asociados con el embarazo y la maternidad. Las adolescentes con sistemas de apoyo sólidos son más capaces de manejar las dificultades y encuentran que el apoyo es una fuente de fortaleza. Esta red de apoyo no sólo facilita la gestión de las responsabilidades diarias, sino que también proporciona el apoyo emocional necesario para reducir los niveles de ansiedad y estrés.

A pesar de las dificultades, estas adolescentes embarazadas mostraron una resiliencia notable. Afrontan las cargas emocionales del embarazo y la maternidad temprana con determinación y resiliencia. Esta resiliencia, junto con el apoyo de su red, ha permitido a muchos de ellos encontrar un sentido de propósito y satisfacción en sus nuevos roles. Estas experiencias resaltan la importancia de reconocer y fortalecer las capacidades internas de las madres jóvenes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Herrera Zuleta IA, Fernández Durán V, Sánchez Cabrera LT, Rodríguez Ruiz MF. Enfermería en la salud sexual y reproductiva para jóvenes y adolescentes: un desafío desde la ruralidad. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo* [Internet]. 2022 Jan [cited 2024 May 29];24:1–19. Available from: <https://shre.ink/D0Vu>

Revista CUIDAR

2. McFarlane SJ, Kim S, Kirch Schneider K, Dubey S. Cultural factors influencing teenage pregnancy in Jamaica. *Culture, Health & Sexuality* [Internet]. 2019 Aug [cited 2024 May 29];21(8):929–45. Available from: <https://shre.ink/D0Ve>
3. Ochoa Camac KA, Cuba Sancho JM. Factores familiares que predisponen el embarazo adolescente en América Latina y El Caribe 2009-2019: revisión sistemática. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo* [Internet]. 2021 Jan [cited 2024 May 29];23:57–65. Available from: <https://shre.ink/D0VI>
4. Ortiz Rodríguez SP, del Pilar Niño BA, Solano Aguilar S, Mónica Ribeiro P, Amaya Rueda CM, Serrano Henao L. Caracterización de adolescentes gestantes escolarizadas en instituciones educativas públicas de Bucaramanga, Colombia. *Revista Cuidarte* [Internet]. 2019 Jan [cited 2024 May 29];10(1):1–15. Available from: <https://shre.ink/D0VQ>
5. von Hoveling Schindler A, Larrea Schindler E, Norambuena Narváez C, Carrasco Leal L. Prevención del Embarazo Reiterado en Adolescentes: una Experiencia Clínica Exitosa. *Revista Chilena de Obstetricia y Ginecología* [Internet]. 2020 Dec [cited 2024 May 29];85(6):631–40. Available from: <https://shre.ink/D0wX>
6. Vargas Gómez V, Upegui SR, Restrepo DS, Zea Ríos D, Bareño Silva J. Embarazo adolescente en Andes, Antioquia, 2017-2019. *Revista CES Salud Pública y Epidemiología* [Internet]. 2022 Jan [cited 2024 May 29];1(1):20–37. Available from: <https://shre.ink/D0wG>
7. Vélez Pulgarín MA, Restrepo Patiño NA, Quirós Gómez OI. Apoyo familiar como factor protector del embarazo adolescente en Colombia. *Revista CES Salud Pública y Epidemiología* [Internet]. 2022 Jul [cited 2024 May 29];1(2):86–98. Available from: <https://shre.ink/D0wj>
8. De Botero M del PA, González-Rico CE, Cardona-Duque HH, Quitián-Camacho MG, Acero-Díaz EA. Vista de Historias de vida familiar en madres adolescentes: estudio cualitativo realizado en el Hospital Engativá ESE en Bogotá, Colombia [Internet]. *Fecolsog.org*. [citado el 5 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://shre.ink/D0wQ>
9. Schleifer P, Urrutia L. Comunicación Y Masculinidades Adolescentes en Torno Al Embarazo No Intencional. Un Análisis Comunicacional Del Plan Enia. *Revista de Comunicación y Salud* [Internet]. 2023 Jan [cited 2024 Feb 22];13:1–21. Available from: <https://shre.ink/D0OP>
10. Cadena-Camargo Y, Krumeich A, Duque-Páramo MC, Horstman K. Experiences of pregnancy in adolescence of internally displaced women in Bogotá: an ethnographic approach. *Reprod*

Revista CUIDAR

Health [Internet]. 2020 [citado el 5 de marzo de 2024];17(1). Disponible en: <https://shre.ink/D0OL>

11. Martinez EA, Montero GI, Zambrano RM. El embarazo adolescente como un problema de salud pública en Latinoamérica. Espacios. 2020;41(47):1-10. Disponible en: <https://shre.ink/D0OM>
12. Alvarado L, Guarín L, Cañon-Montañez W. Adopción del rol maternal de la teorista Ramona Mercer al cuidado de enfermería binomio madre-hijo: reporte de caso en la unidad materno infantil. Rev Cuidarte. 2011;2(1):195-201. Disponible en: <https://shre.ink/D0Og>
13. EBSCOhost Login. Ebscohost.com. Recuperado el 28 de mayo de 2024. Disponible en: <https://shre.ink/D0Om>

“La atención primaria en la promoción, prevención y recuperación de la salud mental en Adolescente”

Primary care in the promotion, prevention and recovery of adolescent mental health

Os cuidados primários na promoção, prevenção e recuperação da saúde mental dos adolescentes

Dharly Dadiana Muses Benavides ^I

ORCID: 0009-0007-4622-6485.

Leidy Bibiana Caicedo Muñoz ^I

ORCID: 0009-0000-1613-1425.

Steven Ortega Marín ^I

ORCID: 0009-0006-5894-7485.

Yenny Alexandra Cantero Nuñez ^I

ORCID: 0009-0004-5448-2233.

Yamid Amparo Leyton Ruiz ^I

ORCID: 0009-0002-4760-6782.

Eddy Magola Guerrero Zapata ^I

ORCID: 0009-0003-5055-321

^IFundación Universitaria del Área Andina

Autor correspondiente: Eddy Magola Guerrero Zapata
eguerrero3@areandina.edu.co

Revista CUIDAR

RESUMEN: El siguiente artículo tiene como objetivo reflexionar sobre cuál es la importancia de la atención primaria en promoción, prevención y recuperación de la salud mental en adolescentes, el cual consiste en resaltar las diferentes categorías que abarcan la promoción, la prevención y la recuperación en cuanto a salud mental de los adolescentes, en donde se expone la siguiente pregunta ¿Cuál es la importancia de la atención primaria en cuanto a promoción, prevención y recuperación de la salud mental en adolescentes?, y para dar respuesta idónea se utilizó como método la revisión de bases de datos indexadas donde los resultados fueron que la atención básica en salud es el primer contacto que tendría los adolescentes que en determinado momento necesiten intervención en atención mental, de este modo, podemos concluir que la importancia de la salud mental en la adolescencia aboga por intervenciones basadas en evidencia científica para promover la salud y prevenir trastornos mentales, enfatizamos la necesidad de proporcionar habilidades para la vida en la etapa de la adolescencia y abordar agentes de riesgo para garantizar un desarrollo pleno y sano, por tal motivo es crucial la identificación temprana, evaluación, intervención oportuna y la atención integral para aquellos que enfrentan desafíos en su salud mental.

Palabras Clave: Salud mental, promoción, prevención, recuperación, adolescentes.

ABSTRACT: The following article aims to reflect on the importance of primary care in promotion, prevention and recovery of mental health in adolescents, which consists of highlighting the different categories that cover promotion, prevention and recovery in terms of mental health of adolescents, where the following question is presented: What is the importance of primary care in terms of promotion, prevention and recovery of mental health in adolescents?, and to provide an ideal answer, the review of indexed databases where the results were that basic health care is the first contact that adolescents who at a certain moment need intervention in mental care would have, in this way, we can conclude that the importance of mental health in adolescence advocates interventions based on scientific evidence to promote health and prevent mental disorders, we emphasize the need to provide life skills in the stage of adolescence and address risk agents to guarantee full and healthy development, for this reason early identification is crucial, evaluation, timely intervention and comprehensive care for those facing challenges in their mental health.

Keywords: Mental health, promotion, prevention, recovery, adolescents.

INTRODUCCIÓN

La atención primaria de salud (APS) se caracteriza por un enfoque integral y participativo, en búsqueda de brindar garantía en el máximo nivel admisible de salud y además el bienestar para todos los individuos, en particular las que se encuentran más vulnerables y marginadas. Este nivel de atención es primordial ya que proporciona el punto inicial para los adolescentes que requieren intervención en términos de salud mental. (Organización Mundial de la Salud 2023).

La atención primaria es de gran importancia en cuanto a la promoción de la salud mental en adolescentes ya que esta requiere de atención integral que haga énfasis en los factores de riesgo, incentive factores protectores, implementar intervenciones efectivas y además fomente un entorno saludable; en cuanto a la prevención se basa en minimizar los efectos adversos relacionados a la salud mental y si hablamos

Revista CUIDAR

de la recuperación, los profesionales en salud, deben estar capacitados para reconocer e identificar señales de alerta y así brindar apoyo necesario en la intervención temprana, donde se pueda prevenir los problemas y que estos empeoren para así contribuir en pro del bienestar de ese individuo, a corto plazo y también a largo plazo en el ámbito de la salud mental de los adolescentes. (Ministerio de Salud y de Protección Social, 2016) ^[14,15].

Es así que la APS incorpora acciones de promover la salud, educación sanitaria, prever las enfermedades, diagnosticar, tratar, rehabilitar y dar cuidados paliativos, siendo estas las categorías esenciales de la misma, es por eso que la APS se fundamenta en los principios de equidad, universalidad, integralidad, participación social, solidaridad y calidad. (Ministerio de Salud y de Protección Social, 2012) ^[1-6].

Por tal razón la salud mental es un miembro esencial de la salud y el desarrollo humano, que se ve alterado por varios factores ya sean biológicos, psicológicos, sociales o ambientales, es por eso que a salud mental de los adolescentes es tan importante, porque es la etapa donde se originan cambios significantes que en la mayoría de casos se manifiestan con estrés, ansiedad, depresión, conductas de riesgo, violencia o adicciones.

Ahora bien, la promoción de la salud mental de los jóvenes se alcanza por medio de políticas y leyes que la amparen, dando apoyo a los padres o a los cuidadores, colocando en marcha programas escolares, programas de atención integral que sea asequible y priorizada en las necesidades y los derechos de los adolescentes y sus familias, restableciendo los entornos comunitarios que mejorarían su calidad de vida.

Siendo así, desde la atención preliminar se pueden llevar a cabo actividades de prevención primaria, secundaria y terciaria, encaminadas a prevenir el surgimiento, el aumento o las complicaciones de la salud mental, es decir, en la atención primaria se puede efectuar actividades de promoción de la salud mental, que se basan en brindar a los individuos y a sus comunidades las herramientas propicias para desempeñar la máxima vigilancia sobre su salud y poder restablecerla de manera óptima, entre estas actividades se incluye la práctica de vida saludable, el fortalecimiento de redes de apoyo, el incremento de habilidades personales y comunitarias, la creación de entornos favorables y la participación comunitaria. De este modo el enfoque de la (APS) es crucial en el entorno social y desarrollo del individuo, ya que aborda la salud de manera integral, considerando no sólo los aspectos fisiológicos, sino también el factor social, ambiental y emocional ^[1]. Este enfoque reconoce que la salud no demarca la ausencia de enfermedad, sino que involucra el equilibrio físico, mental y social. Al considerar el entorno social y de desarrollo, la APS puede identificar y abordar factores que impactan directa o indirectamente en la salud, como condiciones económicas, educativas y culturales. Además, al promover la equidad y participación social, se busca restablecer los ámbitos sociales y ambientales que afectan el progreso saludable de los individuos. En resumen, este enfoque amplio y contextualizado busca no solo tratar enfermedades, sino también promover un entorno propicio para el estado integral de las personas.

¿Cuál es la importancia de la atención primaria como espacio de promoción, prevención y recuperación

de la salud mental en adolescentes?

La alta prevalencia de problemas de salud mental en adolescentes en Colombia se atribuye a la falta de detección temprana y a la escasa implementación de políticas en el ámbito comunitario. “Las estadísticas revelan que entre el 10% y el 20% de los jóvenes experimentan ansiedad, el 25% fobia social y el 27% depresión. La pandemia de COVID-19” ^[1]. exacerbó estos trastornos debido al confinamiento y a factores como la violencia intrafamiliar, feminicidios, consumo de sustancias y otras adicciones, contribuyendo significativamente al aumento de la problemática en salud mental. (MPS, 2021).

Por lo tanto, la población de 10 a 24 años se ha visto especialmente afectada, y las mujeres, según la Gran Encuesta Integrada de Hogares, han experimentado más sentimientos de soledad, estrés y depresión debido a la pandemia. Además, en junio de 2021, solo el 0.9% buscó ayuda profesional, siendo las mujeres más propensas a buscar apoyo, y las personas de 25 a 54 años son las que más recurren a profesionales. La percepción económica del hogar también se vio afectada, con un porcentaje significativo considerando que la situación empeorará en los próximos meses, lo que ha impactado en la capacidad de ahorro.

“El informe elaborado por la Federación Mundial de la Salud Mental (World Federation for Mental Health), se titula Los jóvenes y la salud mental en un mundo en transformación en 2018” ^[2]. En este informe se evidencia los causantes más comunes de los trastornos mentales y condiciones mentales que afectan a la población de jóvenes y adolescentes. Los riesgos como atravesar experiencias traumáticas, como situaciones de violencia, bullying, acoso o no poder afrontar problemas, también, los riesgos como trastornos mentales de aparición crónica o aguda, entre otros y para enfatizar el acoso escolar es una de las dificultades que más se presentan en el informe WFMH ^[2,3].

Aunque la mayoría de estas conductas son evitables y es clave enfrentar los causantes, uno de los obstáculos más grandes es que muchos adolescentes no suelen ser diagnosticados ni tratados. Debido a su impacto en el rendimiento escolar y que es compromiso de la APS proporcionar cuidados de salud mental, se pretende promover una discusión con los profesionales de la salud y la comunidad, sobre la importancia del trabajo que realiza la APS en el tratamiento, vigilancia y control de estas patologías orientando a los adolescentes a crecer saludables, felices y resilientes.

Es crucial sensibilizar a los adolescentes sobre la salud mental, debido a las preocupantes tendencias a nivel global, incluyendo Colombia. La presencia de casos diagnosticados en infantes y fallecimientos entre los 10 y 20 años subraya la urgencia de abordar la falta de atención, la implementación deficiente de políticas públicas, y la escasez de tratamientos y cuidados como factores que agravan la problemática. ^[1,5,6]. Además, la estigmatización, la falta de conciencia sobre las propias o ajenas dolencias, y la violación de los derechos humanos son aspectos cruciales a priorizar. La salud pública debe centrarse en abordar estos factores, implementando medidas sanitarias de acuerdo a los lineamientos institucionales para la salud mental especificados en la Ley 1616 de 2013 de Colombia.

Por lo tanto, la situación de salud mental en Colombia evidencia brechas significativas, destacando la

falta de apropiación en el 21% de los departamentos y la carencia del 15% en políticas públicas. La presencia de problemas como nerviosismo en niños, dolores de cabeza frecuentes y de ideas suicidas resalta la necesidad de enfoques preventivos y holísticos. Las consultas externas significativas por trastornos mentales indican la urgencia de intervenciones efectivas, mientras que el aumento del consumo de alcohol en escolares alerta sobre la importancia de enfoques educativos que fomenten la autodisciplina y la resiliencia, para así fortalecer la salud mental de los adolescentes en Colombia y en el mundo. ^[5,7,10,11].

Para reducir los problemas de salud mental en adolescentes en Colombia, se propone fortalecer la implementación de estrategias basadas en la atención primaria. Esto implica promover la importancia de la atención primaria en la detección temprana de patologías mentales, capacitando al personal para intervenir y derivar, mejorando el acceso a servicios de salud mental y desarrollando enfoques integrales que aborden factores sociales y psicosociales. La colaboración con el Ministerio de Salud es esencial para implementar programas de prevención de enfermedades o monitorear continuamente la eficacia de las intervenciones y garantizar la inclusión de familias y comunidades. Propiciando un entorno adecuado para la atención integral de la salud mental en adolescentes, alineándose con los objetivos de la Atención Primaria de Salud y las iniciativas del Ministerio de Salud en la promoción de la salud mental en la población juvenil. (OMS, 2020). ^[2,3,5].

La presencia de trastornos mentales, como depresión, ansiedad o esquizofrenia, puede ser resultado de la interacción compleja de muchos causales y predisposiciones que implican abordar la salud desde un punto de vista íntegro y diseñar intervenciones que aborden tanto los aspectos biológicos como los psicológicos, sociales y ambientales para lograr un bienestar integral. Además, debemos destacar la importancia de la prevención, la detección temprana y el tratamiento adecuado para mitigar el impacto negativo de los trastornos mentales en la vida de los adolescentes, sus familias y su entorno.

Al destacar que la salud mental es un estado de bienestar, se fomenta desde la prevención a la recuperación de un estado de máximo de sanidad realzando la tarea de conservar la salud mental y no simplemente tratar trastornos ya existentes. “Los trastornos mentales son un problema global que afecta a millones de personas, causando sufrimiento y discapacidad. Según la OMS, alrededor de 970 millones de personas padecen algún trastorno mental en 2017, lo que representa el 13% de la carga global de enfermedad” ^[9,20]. En cierto modo la APS promueve la empatía a través del contacto de la comunidad con el personal de la salud, así mismo el personal debe saber reconocer de manera objetiva los signos y síntomas que se manifiestan en la salud mental y física de los adolescentes, la detección temprana, tratamiento y rehabilitación son esenciales para el buen funcionamiento de las comunidades previniendo y tratando estas dolencias ^[9,20]. Estas acciones no solo mejoran la calidad de vida individual, sino que también construyen comunidades saludables y respetan derechos humanos, promoviendo la inclusión social.

Reconocer y tratar problemas mentales no solo mejora directamente la salud mental de las personas, sino que también puede tener un impacto positivo en la gestión de condiciones físicas, reduciendo el riesgo de enfermedades crónicas asociadas. Desde el enfoque en salud podemos resaltar que aquellos

Revista CUIDAR

adolescentes con buena salud mental pueden aprovechar al máximo sus capacidades, contribuyendo y promoviendo así al bienestar comunitario y abordando los desafíos de manera positiva. En contraste, las personas con problemas de salud mental pueden enfrentar barreras como estigma, discriminación, el empleo, la vivienda y la protección social discriminación, exclusión, violencia, violación de derechos humanos y barreras para acceder a la educación derivando en pobreza, afectando no solo su salud individual, sino también la dinámica social y comunitaria.

Desafortunadamente en nuestro contexto histórico, la salud mental en adolescentes no se ha priorizado derivando a una sociedad poco comprensiva ante estas condiciones mentales, complicando así su reinserción a la sociedad y el sistema educativo. Básicamente todos tienen derecho a una salud mental óptima y a accesibilidad a servicios de calidad que promueva y recupere a los adolescentes de la comunidad, ahora bien, existen impedimentos como la alta necesidad y la oferta o capacidad de tratarse en un sistema de capitales que en específico en países de ingresos bajos y medios. Aproximadamente el 76% de las personas con trastornos mentales graves no reciben atención [3-5].

Ciertamente, desde la salud, es esencial implementar un enfoque intersectorial de especialistas para la disminución de la aparición de estos trastornos mentales en los adolescentes para construir una sociedad más justa, comprensiva y éticamente comprometida con el bienestar de sus adolescentes.

Objetivo: Reflexionar sobre cuál es la importancia de la atención primaria en promoción, prevención y recuperación de la salud mental en adolescentes.

MÉTODOS

La metodología se realizó bajo la revisión de la literatura de veinticinco artículos tanto en inglés como en español según el tema seleccionado para la reflexión en las bases de datos indexadas como Scielo, Scencedirect, Redalyc, PubMed, Organización Panamericana de Salud (OPS), Ministerio de Salud, Revista Acta Académica, Revista Elsevier, Neopraxis, News, UNVIME, Studocu, Cambridge y la Organización Mundial de la Salud (OMS), Revista CES de Psicología, después se prosiguió a realizar una matriz de coherencia en Excel con la siguiente estructura: autores, fecha, palabras clave, descripción, fuentes, metodología y conclusiones que permite construir un contenido teórico del tema, el objetivo del tema con varias posturas, se sintetiza en las siguientes categorías promoción, prevención, recuperación y atención en salud mental de adolescentes, que permitieron argumentar la discusión desde el conocimiento de los autores, desde el conocimiento y experiencia.

Cuadro de Categorías:

Tabla N° 1

AUTOR	CATEGORÍA	REFERENCIA
La Organización Mundial de la Salud. 2004.		Los ambientes proporcionan condiciones que permiten adquirir y conservar pautas de vida saludables, es así que la promoción referente a la salud mental apoya el modo de vida de cada ser humano.

Revista CUIDAR

<p>Ramires Parrondo; Arbesù Prieto; Arrieta Anton; Lopez Chamon; Casquero Ruiz.</p>	<p>PROMOCIÓN</p>	<p>En la atención primaria se enfatizan diferentes escenarios, donde es de suma importancia aplicar la promoción de la salud mental en beneficio de la resiliencia que va enlazado con técnicas cognitivas y conductuales.</p>
<p>Matías Irrazabal; Fernanda Prieto; Julio Armijo. 2016.</p> <p>Arthur Kleinman</p>	<p>PREVENCIÓN</p>	<p>Las intervenciones en los problemas de la salud mental, identificando los riesgos y además los factores protectores contrarrestan los procesos que contribuyen a modificar las patologías mentales.</p> <p>Es importante resaltar la diversidad de las culturas, en cuanto a la intervención y políticas de la salud mental, ya que estas reconocen la experiencia y expresión de la misma.</p> <p>Fortalecer competencias y habilidades en SM en los diferentes entornos desde un abordaje individual y comunitario.</p> <p>Fortalecer redes de apoyo, el trabajo colaborativo en diferentes sectores involucrando actores institucionales y comunitarios ^[20].</p>
<p>Larry Davinson; Angeles Gonzales. 2017.</p> <p>William A. Anthony</p>	<p>RECUPERACIÓN</p>	<p>Al recuperarse una persona de sus afecciones mentales debe desarrollar capacidades para el manejo de sus problemas de salud mental, buscando un sentido de pertenencia en su propia identidad con un enfoque positivo.</p> <p>La recuperación es un camino individual donde se busca una vida plena a pesar de los condicionamientos de la enfermedad mental, es donde toma importancia la autonomía para un proceso de recuperación ^[20].</p>
<p>La Organización Mundial de la Salud. 2020.</p> <p>La Organización Mundial de la Salud. 2021.</p>	<p>ATENCIÓN EN SALUD MENTAL EN ADOLESCENTES</p>	<p>Los programas destinados a educar a los adolescentes y adultos jóvenes sobre el cuidado de su salud mental son fundamentales para promover el bienestar emocional individual y colectivo dando herramientas necesarias para afrontar desafíos emocionales, brindando apoyo emocional a otros, estas acciones ayudan significativamente a la creación de entornos e iniciativas que desempeñen un papel crucial en la construcción de una sociedad más unida y solidaria ^[5].</p> <p>Los adolescentes que enfrentan problemas de salud mental son susceptibles a diversos impactos negativos en diferentes aspectos de sus vidas, estos impactos incluyen discriminación social, dificultades educativas, alteraciones del comportamiento, mala salud física y la violación de sus derechos ^[4].</p>

Fuente: construcción propia, revisión temática 2023.

Consideraciones Éticas: El desarrollo de esta investigación se adhiere al tratado de Helsinki y a la normatividad nacional establecida por la resolución 8430 de 1993. Según estas regulaciones, se considera que esta investigación no presenta riesgo, ya que se basa en el análisis de la información, se respetaron los principios de propiedad intelectual.”

DISCUSIÓN

En la revisión literaria se evidencia como la salud mental de la población del mundo entero se ha visto afectada con el paso de los años, así mismo, deja ver que cada vez es más frágil y susceptible a los diversos cambios sociales y culturales; principalmente en una población tan vulnerable como son los adolescentes, ya que, por su etapa de desarrollo y maduración psicológica, se ven fácilmente influenciados por aspectos o factores de riesgo, como la ansiedad, el estrés por encajar y cumplir con los estándares sociales. Por esto se tomaron en cuenta estudios e investigaciones basadas en esta misma temática, buscando obtener una visión más coherente y con una perspectiva mucho más amplia “Debemos abordar la evolución del concepto de salud mental desde una perspectiva histórica y política.”[3-5]. Se destaca que el auge de la salud mental se vincula con la necesidad de establecer políticas que aseguren la paz social después de la posguerra. Se menciona la crítica de movimientos como la Antipsiquiatría y la Medicina Social hacia la psiquiatría tradicional, resaltando la conexión entre salud mental y condiciones sociales, económicas y culturales. Se discute la falta de una definición clara de salud mental y se plantea la pregunta sobre qué se intenta promover con tantas acciones en este ámbito. Además, se cuestiona la instrumentalización política del concepto y la posibilidad de medicalizar la vida cotidiana en nombre de la salud mental. Igualmente, con la revisión bibliográfica se observó la importancia del primer nivel de contacto con la atención primaria en salud a través del personal del sistema de salud. Este personal debe estar capacitado para ofrecer una atención integral, y una ruta de atención continua accesible, centrada, coordinada, integral y equitativa para de este modo brindar a los adolescentes y sus familias. Es importante la promoción de la salud mental en la población adolescente porque mediante las estrategias de APS podemos proporcionar , educación y orientación sobre los factores que afectan su bienestar emocional y psicológico. Por ende, al ofrecer educación a los adolescentes sobre cómo pueden mejorar y recuperar su tranquilidad mental a través del desarrollo de buenos hábitos y estilos de vida saludables, se fomenta el desarrollo de capacidades individuales y colectivas. Este enfoque preventivo y educativo contribuye a fortalecer la resiliencia, la autoestima y la comprensión emocional, creando las bases para un crecimiento saludable y la prevención de posibles desafíos en la salud mental. Además, previene los trastornos mentales en adolescentes mediante la orientación y el abordaje de las consecuencias, los riesgos y los métodos de recuperación y protección de su salud mental. Destacando la oportunidad de intervenir tempranamente la sintomatología y evitando el deterioro del estado mental de los adolescentes y posible agravamiento hacia los trastornos mentales. Una buena recuperación e integración de los adolescentes beneficia a la comunidad ya que por medio de la participación activa en la comunidad se orienta al individuo y a las personas que lo rodean acerca del cuidado, control y prevención de estas condiciones mentales. Al brindar tratamiento

Revista CUIDAR

adecuado y oportuno, se fortalecen los lazos sociales y contribuye a una sociedad más resiliente y solidaria.

Por otra parte, atender la salud mental de los adolescentes es crucial para evitar estigmatización y percepciones negativas. La detección temprana, comunicación abierta, educación, apoyo profesional y consideración de factores de riesgo como el uso de redes sociales, sueño y nutrición son fundamentales. Al abordar los impactos negativos de manera integral, se promueve el bienestar general de los jóvenes, impactando positivamente en aspectos sociales, educativos, conductuales, físicos y legales a lo largo de sus vidas.

Es de vital importancia la contribución y el papel de la familia y la APS en la recuperación y bienestar mental de los adolescentes, centrándose en la creación de un entorno hogareño positivo y la inculcación de valores sólidos ya que a través de este enfoque además de los adolescentes, la sociedad se ve beneficiada. Porque esta colaboración activa permite a los profesionales conocer a fondo las prácticas culturales y creencias locales, facilitando un diálogo abierto que asegure la comprensión precisa de las necesidades específicas de la población adolescente. Esto no solo mejora el bienestar individual sino también alivia la carga en los servicios de salud, orientándose hacia la prevención. En el ámbito educativo, estos adolescentes exhiben un mejor desempeño, mayor motivación y actitud positiva, generando un impacto positivo en el sistema educativo y destacando la interconexión entre el hogar, la educación y la salud.

CONCLUSIÓN O CONSIDERACIONES FINALES: En conclusión, cuando hablamos de la salud mental es primordial abordarla en la etapa de la vida donde somos más susceptibles a desarrollar traumas o condiciones mentales, además la adolescencia representa una base importante para su bienestar y desarrollo adecuado, aún así, es evidente que muchos adolescentes se ven expuestos a factores de riesgo o sufren de algún tipo de trastorno mental que afecta en su funcionalidad en los diferentes aspectos o áreas de su vida.

Es por esto que, se hace necesaria la intervención en esta temática, ejecutando estrategias con bases científicas y adaptadas a las necesidades o problemáticas de este grupo poblacional para la promoción de la salud mental y la prevención de las enfermedades o alteraciones mentales.

La prevención de las enfermedades mentales en adolescentes por su parte tiene como objetivo mitigar los factores de riesgo que pueden generar el malestar psicológico del adolescente; buscando de manera efectiva la identificación temprana de estas y posteriormente su evaluación e intervención adecuada y oportuna, buscando con esto vincular a los adolescentes, su red de apoyo y el contexto social en este proceso. Finalmente podemos decir que la promoción de la salud mental y la prevención de las enfermedades mentales en los adolescentes, se vuelven primordialmente importantes para garantizar el desarrollo pleno y sano [6-12].

REFERENCIAS

- Política Nacional de Salud Mental, Editores Médicos. Ministerio de Salud y Protección Social; Colombia; (2018).
[<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/politica-nacional-salud-mental.pdf>]
- Manual de salud mental para adolescentes; Ministerio de Salud y Protección Social; Colombia; (2019).
[<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/ED/GCFI/guia-ross-salud-mental.pdf>]
- Estado Mundial de la Infancia 2021: En mi mente: Promover, proteger y cuidar la salud mental de la infancia Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. Colombia; (2022).
[<https://www.unicef.org/media/114641/file/SOWC%202021%20Full%20Report%20Spanish>]
- Servicios de Salud Mental .Organización Mundial de la Salud. Colombia; (2020).
[<https://www.who.int/es/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey>]
- Clemens Hosman; Eva Jané-Llopis; Shekhar Saxena; Prevención de los Trastornos Mentales; Organización Mundial de la Salud; Ginebra; (2005).
- World Economic Forum; Salud mental, desigualdad y confianza: Lo que hemos aprendido de la pandemia de COVID-19; (2022). [<https://es.weforum.org/agenda/2022/05/salud-mental-desigualdad-y-confianza-lo-que-hemos-aprendido-de-la-pandemia-de-covid-19/>]
- Isabel Baenas; Mikel Etxandi; Lucero Munguía; At al; Impact of COVID-19 Lockdown in Eating Disorders: A Multicentre Collaborative International Study; PubMed; (2021).
- Nancy Elena Cuenca Robles; Liz Maribel Robladillo Bravo; Monica Elisa Meneses La Riva; Josefina Amanda Suyo -Vega; Salud mental en adolescentes universitarios Latinoamericanos; Universidad César Vallejo; Lima Perú; (2020).
- Pambukdjian Marina Fernanda, Parenti Mariana; Aps y salud mental: la incorporación del concepto de cuidado como política pública.Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología; Buenos Aires. (2017).
- Luz Helena Rúa; Liliana Sierra Pardo; Ángela Andrea Portela Dussán;.Manual para la detección e intervención temprana del consumo de sustancias psicoactivas y problemas de salud mental en los servicios de salud amigables para adolescentes y jóvenes; Autor Institucional: Ministerio de la Protección Social; Bogotá; (2011).
- Sandra Paola Hurtado Palacio; Jose Antonio Correa Lopez Nebio; Jairo Londoño Buitrago; Claudia Soraya; Nivia Montenegro; Implementación de un modelo de atención primaria en salud mental; Quindío; (2013-2014).
- Trejos Castillo Elizabeth; Gutiérrez Restrepo Marta Cecilia Salud; Salud Mental Mental en la Niñez y la Adolescencia CES Psicología; Universidad CES; Medellín; (2012).

Revista CUIDAR

- Carlos Haquin F; Marcela Larraguibel Q; Jorge Cabezas A.; Factores protectores y de riesgo en salud mental en niños y adolescentes de la ciudad de Calama; Scielo; Chile; (2004).
- Carlos Gómez Restrepo; Andrea Padilla Muñoz; Carlos Javier Rincón; Deserción escolar de adolescentes a partir de un estudio de corte transversal; Revista Colombiana de psiquiatría; Elsevier; Colombia; (2015).
- Ramón E. Paniagua-Suárez; Carlos M. González-Posada; Brígida Montoya Gómez; Tres tipologías de salud mental de los adolescentes; Rev. salud pública; Medellín-Colombia; (2006).
- Marianela Hoffmann; Graciela Rojas; Vania Martínez; Prevención, detección, tratamiento o seguimiento en salud mental de adolescentes a través del uso de Internet: una revisión sistemática cualitativa; Revista médica de Chile; Santiago – Chile; (2014).
- Niveles de atención, de prevención y atención primaria de la salud; Vignolo Julio. Mariela Vacarezza. Cecilia Álvarez; Alicia Sosa; Niveles de atención, de prevención y atención primaria de la salud; Sciel; Montevideo – Uruguay; (2011).
- Miranda Hiriart Gonzalo; ¿De qué hablamos cuando hablamos de salud mental?; Utopía y praxis Latino Americana; Zulia- Venezuela; (2018).
- Lopera E, Juan D.; El concepto de salud mental en algunos instrumentos de políticas públicas de la Organización Mundial de la Salud; Revista Facultad Nacional de Salud Pública; Medellín - Colombia; (2015).
- Jairo Ramírez Ortiz; Diego Castro Quintero; Carmen Lerma Córdoba; Francisco Yela-Ceballos; Franklin Escobar Córdoba; Consecuencias de la pandemia Covid 19 en la salud mental asociadas al aislamiento social; Bogotá – Colombia; (2021).

Abordaje de la lactancia materna desde la Atención Primaria en Salud

Approacht To Breastfeeding From Primary Health Care

Abordagem ao aleitamento materno nos cuidados de saúde primários

Mónica Hernández Cardona¹
ORCID: 0009-0004-0517-5050

Vanessa Botero Rojas¹
ORCID: 0009-0006-5198-8938

Cristian Mauricio Moreno Valesquez¹
ORCID: 0009-0004-4954-2035

Yesica Yulieth Murillo Grajales¹
ORCID: 0009-0002-1147-5741

Gina Paola Avila Garavito¹
ORCID: 0009-0009-6020-5503

Raquel Cordoba Arias¹
ORCID: 0009-0000-0524-5160

Eddy Magola Guerrero Zapata¹
ORCID: 0009-0003-5055-321

Fundación Universitaria del Área Andina

Autor correspondiente: Eddy Magola Guerrero Zapata
eguerrero3@areandina.edu.co

RESUMEN

La lactancia materna es el alimento más importante para el recién nacido en el transcurso de los primeros meses, desde el día 1 hasta los 6 meses. Por tanto, esta proporciona grandes beneficios para el binomio madre-hijo necesarios para garantizar la LME eficaz hasta los 2 años de vida. Objetivo: Sensibilizar la práctica de la lactancia materna en la población gestante. Método: Se llevó a cabo revisión de la literatura con 33 artículos 5 de idioma inglés y 28 en español, según el tema seleccionado para la reflexión en la información de las referencias indexadas Scielo, Lilacs, Elsevier, Google académico, el objetivo del tema con varias posturas se sintetiza en una tabla de categorías. Conclusión: En definitiva, la LM es un pilar importante ya que favorece el desarrollo del infante porque provee los nutrientes necesarios para su crecimiento del mismo modo reduce la morbimortalidad del neonato y ayuda a fortalecer el vínculo del binomio madre-hijo.

Palabras claves: Gestación, promoción, prevención, post-parto, lactancia, atención primaria.

ABSTRACT

Breastfeeding is the most important food for the newborn during the first months, from day 1 to 6 months. Therefore, this provides great benefits for the mother-child combination necessary to guarantee effective EBF up to 2 years of life. Objective: Raise awareness of the practice of breastfeeding in the pregnant population. Method: A literature review was carried out with 33 articles, 5 in English and 28 in Spanish, according to the topic selected for reflection on the information from the indexed references Scielo, Lilacs, Elsevier, Google academic, the objective of the topic with various postures are synthesized in a table of categories. Conclusion: In short, BF is an important pillar since it favors the development of the infant because it provides the necessary nutrients for its growth, at the same time it reduces the morbidity and mortality of the neonate and helps to strengthen the bond between the mother and child.

Keywords: Pregnancy, promotion, prevention, postpartum, breastfeeding, primary care.

INTRODUCCIÓN

Para iniciar esta introducción se plantea la siguiente pregunta ¿Cómo se sensibiliza la práctica en lactancia materna en la población gestante?

La leche materna es el nutriente más importante para el recién nacido en el transcurso de su desarrollo, desde el día 1 hasta los 6 meses. Por tanto, esta proporciona grandes beneficios para el binomio madre-hijo, algunos de estos tales como, la protección inmunológica, el afianzamiento del vínculo y el aporte de los nutrientes necesarios al neonato durante el amamantamiento, han sido la preeminencia para garantizar la LME incluso hasta los 2 años de vida. Es por esto, que surge el interés de sensibilizar esta práctica en la población gestante con el fin de evitar las barreras que llevan a la interrupción temprana y abandono precoz de esta práctica y así atender estas consideraciones mejorándola y garantizándola durante los primeros 6 meses de vida.

Revista CUIDAR

Actualmente, los sistemas de salud en todo el mundo han establecido claramente el tiempo y la exclusividad de la LM para múltiples propósitos, y es responsabilidad del personal de salud informar a las madres gestantes y a la comunidad sobre el respeto y el derecho a la lactancia en todos los lugares. Es ampliamente reconocido que la lactancia es muy beneficiosa para la salud de la madre y el recién nacido. Por tal motivo, es importante motivar a la sociedad en general a llevar a cabo esta práctica, evitando mitos y creencias que la impidan.

Los estudios científicos, en los últimos años han demostrado que la LME protege al niño y a la madre contra el sobrepeso y la obesidad en el transcurso de la vida. Por tanto, se recomienda que la mujer gestante reciba educación en cuanto a alimentación nutritiva, con el fin de promover hábitos saludables para mantener una nutrición balanceada. Por otra parte, se ha encontrado una relación inversa en muchos de estos estudios entre el lapso de la LM y la presencia de peso excesivo de las madres los hijos durante la adolescencia y la vida adulta, si bien, algunos autores cuestionan este efecto protector, que es uno de los motivos por los que las madres suspenden la lactancia exclusiva.

En relación con lo anterior, muchos factores como la edad de la madre, el bajo nivel socioeconómico, la atención inapropiada en el transcurso del parto y puerperio, el bajo peso al nacer, la sensación de que no hay suficiente leche y la mala técnica durante esta práctica están relacionados con no iniciar o rechazar la práctica de la LME antes de los 6 meses. Sin embargo, es poco común en todo el mundo, a pesar de los riesgos asociados con la lactancia artificial o el abandono de la lactancia materna y los esfuerzos realizados por los países durante décadas para proteger, promover y apoyar la lactancia materna exclusiva. En 2010, el 39 % de los países en desarrollo como España, los bebés se alimentaban exclusivamente del pecho durante los 6 primeros meses (31).

Posteriormente, Los resultados sugieren que se deben continuar planteando métodos de promoción con la intervención activa de los profesionales de salud no solo en APS, también a nivel hospitalario y comunitario para promover la LME hasta los 6 meses para que las personas tengan una vida saludable y feliz. (30)

La Organización Mundial de la Salud (OMS) (2020) establece directrices fundamentales para la salud infantil, recomendando la lactancia exclusiva con leche materna durante los primeros 6 meses, segunda de la introducción de alimentos complementarios adecuados y la continuación de la lactancia materna hasta los 2 años de edad. Estas pautas buscan asegurar un óptimo desarrollo del infante. Contrariamente, la organización panamericana de la salud (OPS) advierte sobre los riesgos asociados con la inadecuada lactancia en la etapa inicial, destacando posibles repercusiones irreversibles en el desarrollo cerebral del bebé. En este contexto, una nutrición adecuada emerge como un factor crucial para el bienestar general, ofreciendo beneficios sustanciales tanto para la madre como para el niño. Así, la elección consciente de seguir estas recomendaciones no solo contribuye a un inicio saludable en la vida del infante, sino que también establece las bases para un desarrollo óptimo a lo largo del tiempo.

Asimismo, La UNICEF (2019) aconseja mantener la lactancia materna continua durante los primeros 6 meses, recomendando específicamente que comience en la primera hora de vida del recién nacido. En otras palabras, la leche materna se posiciona como la opción única y óptima de alimentación que una madre puede brindar a su hijo desde el momento mismo de su nacimiento, ya que contiene todos los nutrientes esenciales para respaldar su crecimiento. Este valioso alimento presenta una composición nutritiva completa y equilibrada, de fácil digestión y absorción, diseñada específicamente para las necesidades de la especie humana. De igual manera destaca por incluir anticuerpos que ofrecen protección al neonato frente a posibles infecciones.

Por otro lado, el plan decenal de salud pública (2021-2030) presenta y define las acciones que deben llevarse a cabo con el objetivo de impulsar, salvaguardar y respaldar de manera efectiva la lactancia materna. Este plan busca ofrecer respaldo de todo su proceso de gestación, parto y puerperio, creando un entorno propicio mediante estrategias destinadas a priorizar la LME durante la primera infancia.

Según las directrices establecidas en el plan decenal de salud pública (2021- 2030), la estrategia conocida como Instituciones Amigas de la Mujer y la Infancia (IAMI) señala un aumento en el abandono de la LM, atribuido en gran medida a la falta de conocimientos de muchas mujeres, lo que resulta en prácticas incorrectas y consecuentemente, en la renuncia temprana a esta forma de alimentación infantil. En respuesta a esta problemática, se destaca la importancia de brindar educación a las futuras madres durante el embarazo y el periodo intermedio posterior al parto, así como a su red de apoyo, enfocándose en la práctica de la lactancia materna. Se reconoce al personal de la salud como el agente primordial para impartir información precisa y educación sobre la práctica, subrayando su papel esencial en abordar este desafío.

En congruencia, resulta fundamental que el enfermero sensibilice a las mujeres embarazadas acerca de la LM desde la atención primaria en salud, con el objetivo de reconocer elementos de riesgo que puedan contribuir al abandono temprano. Para así, establecer estrategias de intervención tanto individuales como colectivas que abarquen la red de apoyo de la gestante, fomentando la práctica de la LME durante los 6 primeros meses de edad y complementarias hasta los 2 años. Teniendo en cuenta que es un método de bajo costo con múltiples beneficios que permitirá disminuir la prevalencia de enfermedades en la infancia, de tal modo un adecuado desarrollo del niño y así mismo un paso armónico a las etapas evolutivas que comprende el curso de la vida. En tal sentido, es de vital importancia capacitar y actualizar al personal de talento humano en salud para sus competencias, teniendo como énfasis el incentivar, apoyar y brindar educación en cuanto a técnica de posturas adecuadas y beneficios de la LM, haciendo participe al padre y a la familia. Teniendo en cuenta lo anterior, se recomienda que el talento humano en salud al momento de abordar madre-hijo y padre explique aspectos positivos, características de la lactancia ya que resultan imperantes para estimular a la madre a lactar, así mismo enseñar técnicas para crear banco de leche en casa y evitar el abandono precoz. Se reconoce que la capacitación continua

del personal favorece a la estimulación y que la interrupción o remplazo de la misma sede por desconocimiento. Para este artículo de reflexión se plantea como objetivo Sensibilizar la práctica de lactancia materna en la población gestante.

MÉTODOS.

Se llevo a cabo la revisión de 33 artículos 5 en inglés y 28 en español, de acuerdo con el tema que se ha elegido para discutir en las bases de datos indexadas Scielo, Lilacs, Elsevier, Google Académico, después se prosiguió a realizar una matriz de coherencia en Excel con la siguiente estructura: Título, autor, fecha, palabras claves, descripción, fuentes principales, contenido, metodología y conclusiones, que permite construir un contenido teórico del tema, el objetivo del tema con varias posturas, se condensa en las siguientes categorías, métodos de LM, educación durante la gestación de la LM, adherencia a la práctica de la LM, beneficios de la LM y apoyo familiar de LM que permitieron argumentar una discusión desde el conocimiento y la experiencia de sus autores.

Tabla número 1
CATEGORIAS DE REFLEXIÓN

AUTOR	NOMBRE DE LA CATEGORÍA	ANÁLISIS
Madero-Zambrano (2020) Marsiglia-López, (2020) Patricia Del Rio Martínez Maribel López García	Métodos de lactancia materna	Basados en los métodos, bajo los componentes de: AIEPI se logra evidenciar que la leche materna trae oligoelementos fundamentales para el buen funcionamiento mental y social en el lactante. Disminuyendo significativamente factores de riesgo como, padecer de alguna afección tales como las diarreas e infecciones respiratorias. (Madero-Zambrano (2020) Marsiglia-López, (2020). Por otro lado, Patricia Del Rio Martínez, Maribel López García nos habla del valor que tiene la comunicación entre la madre y el niño al momento de lactar, teniendo en cuenta dichas estrategias queda evidenciado que la práctica de lactar es un factor fundamental para el desarrollo y crecimiento adecuado de los niños en su etapa inicial de vida.
Odalís Tamayo Velázquez (2020) Jairo Jesús Gómez Tejeda (2020)	Educación durante la gestación de lactancia materna	Las bases educativas son el pilar fundamental para disminuir los riesgos de una ingesta inadecuada, el estudio causal experimental realizado por Odalís Tamayo

<p>Magalis Paz Pérez, Dra. C. Magdelin Navarro Cutiño.</p>		<p>Velázquez (2020), Jairo Jesús Gómez Tejeda (2020) donde después de realizar la intervención educativa tiene como resultados un nivel de conciencia en cuanto a los beneficios de la lactancia y su importancia en el primer ciclo de vida de los niños, dejando en evidencia que después de sensibilizar a la población de lactantes se puede generar una mejor práctica de lactancia y nutrición adecuada del recién nacido.</p> <p>En el año 2023 Magalis Paz Pérez, Dra. C. Magdelin Navarro Cutiño, Toman la delantera en definir el desempeño profesional para la lactancia materna desde la educación médica, con el objetivo de cumplir la competencia profesional en APS, con el objetivo de aumentar la nutrición durante la infancia y niñez temprana, lo cual es importante para garantizar que los niños alcancen su máximo potencial en términos de crecimiento, salud y desarrollo en los cognitivo y lo social.</p>
<p>Nibia Novillo Luzuriaga (2019) Junes Robles Amaya (2019)</p> <p>Dra. Mónica Solano Pochet (2020)</p>	<p>Adherencia a la práctica de lactancia materna</p>	<p>Lo descrito por Nibia Novillo Luzuriaga (2019) Junes Robles Amaya (2019) en cuanto a los beneficios de la lactancia materna y factores asociados al cese de la práctica. Donde nos describen la gran ayuda de la lactancia materna en la comunicación madre e hijo y a su vez de las desventajas por la deserción a lactar. con bases educativas con el objetivo de generar una adherencia en la práctica activa, reconociendo que la lactancia fomenta una buena salud en la pareja: madre e hijo, argumentada con razones fuertes y convenientes que incluye; apoyo emocional del cónyuge, familia y en general su entorno social.</p> <p>La Dra. Mónica Solano Pochet en el 2020, sustenta que la lactancia materna (LM) como formula prioritaria, es una fuente óptima de alimento con propiedades inmunológicas, antimicrobianas y de desarrollo. Recomendando la lactancia materna prioritaria en la vida inicial desde la edad de:</p>

		<p>0 a los 6 meses. Luego añadir otro tipo de alimentación al menos los primeros 2 años de vida.</p> <p>La adherencia es un factor que se debe trabajar desde lo educativo y en la persistencia de hacer tomar conciencia a las lactantes y su círculo social teniendo como objetivo la buena práctica y óptimo estado del binomio madre e hijo.</p>
<p>Diego Armando Rodríguez Aviles (2020)</p> <p>Mirella Katiuska Barrera Rivera (2020)</p>		<p>La función que cumple la leche materna en el desarrollo biológico del neonato es algo que se ha estudiado de manera específica, Diego Armando Rodríguez Avilés (2020), Mirella Katiuska Barrera Rivera (2020) en su artículo “Beneficios inmunológicos de la leche materna” donde nos describe la leche materna como fuente de factores que promueven varios segmentos bioactivos que contiene, ayudando a prevenir múltiples patologías durante el periodo de desarrollo y crecimiento, siendo reconocido por la OMS en el desarrollo del ser humano, implementa como política de nutrición y salud infantil el derecho exclusivo a amamantar al recién nacido durante los primeros 6 meses.</p> <p>Por otro lado, Juan Manuel Salas-Vázquez (2023) realiza un estudio basado en revisiones sistémicas donde intenta verificar la efectividad de lactar en el desarrollo de la lactancia materna la cual correlaciona positivamente con el desarrollo activo del cerebro del niño. Promueve el desarrollo continuo de la estructura cerebral, la función cognitiva, desarrollo del lenguaje, desarrollo motor y desarrollo neuropsicológico de los niños</p>
<p>Juan Manuel Salas-Vázquez (2023)</p>	<p>Beneficios de lactancia materna</p>	<p>Al realizar un análisis detallado de ambos estudios, se puede concluir que para obtener un desarrollo óptimo del neonato, es fundamental lograr una excelente adaptación a la práctica de lactar, haciendo uso de los componentes biológicos para el preciso desarrollo del sistema inmune.</p>
<p>Alfredo Hernández Magdariaga</p>		<p>Alfredo Hernández Magdariaga (2023) Naifi</p>

<p>(2023) Naifi Hierrezuelo Rojas (2023)</p> <p>Sofía Astorga Escudero (2021) Pedro Pablo Aguirre González (2021)</p>	<p>Apoyo familiar en lactancia materna</p>	<p>Hierrezuelo Rojas (2023), en la búsqueda de definir los niveles de conocimiento de madres y padres en la importancia de lactar exclusivamente realizó un estudio detallado y transversal haciendo uso de la herramienta “encuesta” donde concluye a base de los resultados que el entendimiento del hombre sobre el lactar no es adecuado,</p> <p>Por el contrario, la madre necesita aumentar su percepción ante las diferentes técnicas de lactar, teniendo en cuenta que la leche materna se estima como la vacuna más perfecta que existe y la adecuada fuente de nutrición para los niños en etapa de desarrollo y crecimiento.</p> <p>El contacto de la madre con su hijo en el posparto ha sido la práctica de atención sanitaria más recomendada por la Organización Mundial de la Salud. Sofía Astorga Escudero (2021) Pedro Pablo Aguirre González (2021) en uno de sus estudios realizados se realizó una búsqueda bibliográfica para identificar los beneficios del contacto madre e hijo en el período posparto temprano durante la lactancia y la ictericia neonatal, Después de revisar la literatura, se llegó a la conclusión de que la relación entre la mujer y el infante en la sala de partos tiene un efecto positivo significativo sobre la importancia de lactar y este podría ser un elemento valioso en la prevención de la hiperbilirrubinemia no conjugada entre enfermeras registradas. Factores protectores.</p> <p>Después de analizar la respectiva revisión de los estudios realizados por estos investigadores se puede detectar el papel importante que juega el apoyo continuo en el proceso de parto, posparto y etapas de adaptación del binomio madre e hijo, en el proceso de incluir en la sociedad al nuevo integrante de la familia.</p>
---	--	--

Fuente construcción propia revisión temática 2023

CONSIDERACIONES ETICAS: “El desarrollo de esta investigación se adhiere al tratado de Helsinki y a la normatividad nacional establecida por la resolución 8430 de 1993. Según estas regulaciones, se considera que esta investigación no presenta riesgo, ya que se basa en el análisis de la información, se respetaron los principios de propiedad intelectual.”

DISCUSIÓN

Es importante sensibilizar a la gestante durante el periodo de gestación desde que inicia sus controles prenatales, para que la mujer desde este momento aborde las numerosas ganancias de la LM tanto para ella como para el neonato, así mismo adquiriendo autocuidado e identificando las herramientas de educación disponibles como cartillas, folletos y educación directa con el equipo multidisciplinario de talento humano en salud como es el médico general, el ginecobstetra y la enfermera profesional. Por este motivo, Es importante sensibilizar a la población gestante para que todo el tiempo haya una preparación para una lactancia materna eficaz fomentando la práctica de la misma

La búsqueda de las categorías nos permite realizar las siguientes reflexiones. En cuanto a la experiencia de lactancia materna, se considera más que un acto biológico es un acto de amor y conexión entre la madre y el hijo, donde esta brinda seguridad y múltiples nutrientes esenciales con el fin de crear bases sólidas para su futuro desarrollo. En otras palabras, la lactancia es un acto esencial que proporciona nutrición, es un regalo de amor y salud con una ganancia para el binomio madre-hijo tanto a corto como a largo plazo. En cuanto a la educación durante la gestación, es preciso decir que es de gran importancia enseñar la técnica correcta de la práctica en lactancia materna, generando a la población gestante un conocimiento acerca de los diferentes provechos que tiene la lactancia materna y sus propiedades, lo que ayudará a que la mujer tome conciencia y tenga una motivación para realizar dicha práctica y no abandonarla con el fin de mantener una práctica exitosa. La adherencia de dicha práctica es de gran utilidad para el confort de la madre y él bebe. Reflexionar sobre este proceso nos permite educar a la mujer gestante y red de apoyo con respecto a los beneficios nutricionales, inmunológicos y emocionales que esta ofrece y de paso implica reconocer la importancia de los mismos. Sin embargo, también es importante comprender que existen diversos factores, como el entorno familiar y laboral, estos pueden influir en la capacidad de mantener esta práctica de manera constante, por lo surge la necesidad de educar en cuanto a la innovación del banco de leche con el fin de no interrumpir la LME.

Es así como, fomentar un ambiente propicio y brindar información adecuada son claves para fortalecer la adhesión a la lactancia promoviendo así la salud y el lazo afectivo entre el binomio. Teniendo en cuenta, los múltiples beneficios que otorga la lactancia materna exclusiva, hemos considerado imperante la continuidad de esta práctica en beneficio del binomio madre e hijo, con base en los diferentes estudios analizados anteriormente, cabe resaltar que la LM permite el desarrollo cognitivo, inmunológico y motriz, por tanto es necesario garantizar la exclusividad la lactancia los 6 meses de vida del neonato, por ende es fundamental aumentar la adherencia a esta práctica ya que está relacionada positivamente con el desarrollo continuo del cerebro y de sus estructuras, y está a su vez a el desarrollo del lenguaje y

el estado neuropsicológico del infante. En síntesis, la red de apoyo familiar de la mujer gestante en la lactancia materna, juega un rol crucial en el proceso de gestación y puerperio ya que es el momento donde la madre vive una experiencia gratificante llena de aprendizaje, en el que la familia tiene una función motivacional durante este proceso, con el fin de propiciar que la madre lactante tenga una adecuada alimentación y descanso. Puesto que, la lactancia materna deber de ser universal y apoyada por la sociedad ya que permite que la madre logre un adecuado nivel psicológico y físico durante el puerperio, disminuyendo las tasas de depresión postparto que estas circunstancias pueden generar y por tanto llevar al abandono temprano de la lactancia.

CONCLUSIÓN O CONSIDERACIONES FINALES

Es importante sensibilizar la destreza de la LM en las gestantes ya que es un punto clave, que promueve la salud física y mental. Esta información debe estar soportada ser útil y efectiva; recibir ayuda constante del cónyuge, la familia y el entorno social hacen de que esta práctica sea más positiva y cumpla con los objetivos establecidos. Se concluye que alentar a las madres a amamantar mejorará la salud mental de las mujeres gestantes lo que disminuye significativamente una de las causas de enfermedad mental como es la depresión post-parto. Por tanto, la información clara y accesible que proporciona el profesional de talento humano en salud sobre el rendimiento de la LM es fundamental ya que empodera a las gestantes a tomar buenas decisiones sobre bases informadas.

En definitiva, leche materna es un pilar fundamental ya que favorece el desarrollo del infante porque proporciona los nutrientes necesarios para el crecimiento y asimismo preserva la salud del niño de ciertas enfermedades, del mismo modo reduce la morbimortalidad del bebe y favorece el vínculo del binomio madre hijo siendo un beneficio que disminuye costos.

REFERENCIAS

1. Del Rio-Martínez P, López-García M, Nieto-Martínez C, Cabrera-Cabrera MA, Harillo-Acevedo FD, Mengibar-Carrillo A, et al. Aplicación y evaluación de la Guía de buenas prácticas: lactancia materna. *Enferm Clin* [Internet]. 2020;30(3):168–75. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.enfcli.2020.03.016>
2. Cortés-Rúa L, Díaz-Grávalos GJ. Interrupción temprana de la lactancia materna. Un estudio cualitativo. *Enferm Clin* [Internet]. 2019;29(4):207–15. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.enfcli.2018.11.003>
3. Vila-Candel R, Soriano-Vidal FJ, Murillo-Llorente M, Pérez-Bermejo M, Castro-Sánchez E. Mantenimiento de la lactancia materna exclusiva a los 3 meses posparto: experiencia en un departamento de salud de la Comunidad Valenciana. *Aten Primaria* [Internet]. 2019 [citado el 6 de diciembre de 2023];51(2):91–8. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-mantenimiento-lactancia-materna-exclusiva-los-S0212656717304730>

4. Tamayo Velázquez O, Gómez Tejeda JJ, Dieguez Guach RA, Iparraguirre Tamayo AE, Abreu MRP. Intervención educativa sobre los beneficios inmunológicos de la lactancia materna para los lactantes. *Rev Cuba Med Gen Integral* [Internet]. 2022 [citado el 6 de diciembre de 2023];38(2). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252022000200003
5. Córdova DCC, Espinoza YTC. Proceso enfermero en lactancia materna y método Baby Led Weaning. Un reto para las enfermeras comunitarias. *Investig innov* [Internet]. 2023 [citado el 6 de diciembre de 2023];3(2):124–40. Disponible en: <https://revistas.unjbg.edu.pe/index.php/iirce/article/view/1699>
6. Vista de Beneficios inmunológicos de la leche materna [Internet]. *Reciamuc.com*. [citado el 6 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://reciamuc.com/index.php/RECIAMUC/article/view/440/680>
7. Madero-Zambrano K, Marsiglia-López D, Ruidiaz-Gómez K, Rivera-Gómez J. Aplicación de prácticas clave: lactancia materna, alimentación complementaria, micronutrientes, desarrollo mental y social de niños menores de 5 años. *Arch Med (Manizales)* [Internet]. 2021;21(1):92–106. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=273865670009>
8. Salas-Vázquez JM, Materna L, Cerebral D. El beneficio de la lactancia materna en el desarrollo cerebral infantil en niños típicos de 0 a 5 años [Internet]. *Neuropsychologylearning.com*. [citado el 6 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://neuropsychologylearning.com/wp-content/uploads/pdf/pdf-revista-vol6/vol6-n1-2023-2.pdf>
9. Filipin MAG, Moreira MA, Teixeira MA, Luz RT, Marques PF. Actuación de enfermería ante complicaciones mamarias relacionadas con la lactancia materna. *Rev Cubana Enferm* [Internet]. 2023 [citado el 6 de diciembre de 2023];39(1). Disponible en: <https://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/5512/0>
10. Pico Fonseca SM, Guarín García LF, Pava-Cárdenas A, Pilar León Zea M del, Martínez Rivera J, Yulisa Ponce Y, et al. Relaciones institucionales en la implementación de estrategias de promoción, protección y apoyo de la lactancia materna: una revisión integrativa. *Rev esp nutr comunitaria* [Internet]. 2023 [citado el 6 de diciembre de 2023];1–12. Disponible en: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/fr/ibc-226570>
11. Benites Suárez C, Medín Espínola M, Sánchez Bernal S, González Céspedes L. Disminución de la práctica de lactancia materna en lactantes ingresados a un programa alimentario: causas y factores asociados. *Pediatr (Asunción)* [Internet]. 2022 [citado el 6 de diciembre de 2023]; Disponible en: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1386702>
12. Gallardo MDQ, Soberado MPR, María EG, Muñoz LA, del Mar Gutiérrez Martínez M, Acevedo FDH, et al. Satisfacción de madres lactantes con la promoción de la lactancia materna y adherencia de los profesionales a las recomendaciones: Estudio multicéntrico. *Rev Esp Salud Publica* [Internet]. 2020 [citado el 6 de diciembre de 2023];(94):51. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7721424>
13. Siqueira LS, Santos FS, Santos RM de MS, Santos LFS, Santos LH dos, Pascoal LM, et al. Factors associated with Breastfeeding Self-efficacy in the immediate puerperium in a public maternity hospital. *Cogitare Enferm* [Internet]. 2023;28. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/cenf/a/hFnTHRbmnysBKm4m3tb67gR/?format=pdf&lang=en>
14. Subiabre MAM, Montecinos TDO, Ortiz VCO, Villaseñor XBR, Zamora MCZ, Ojeda IM. Políticas e intervenciones para fomentar la lactancia materna exclusiva en la atención primaria en Chile.

- BENESSERE [Internet]. 2022 [citado el 6 de diciembre de 2023];7(1). Disponible en: <https://revistas.uv.cl/index.php/Benessere/article/view/3312>
15. Hernández MIN, Riesco ML. Abandono de la lactancia materna exclusiva en madres adolescentes: un estudio de cohorte en los servicios de atención primaria de salud. *Rev Lat Am Enfermagem* [Internet]. 2022;30(spe). Disponible en: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/nh4dzJYS6sWyLBYHvKjJknL/?format=pdf&lang=es>
 16. López Granados L, Serrano Reynal A, Crespo Mora C. Inducción de la lactancia sin gestación. *Pediatr Aten Primaria* [Internet]. 2018 [citado el 6 de diciembre de 2023];20(80):113–5. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1139-76322018000400010
 17. Cabedo R, Manresa JM, Cambredó MV, Montero L, Reyes A, Gol R, et al. Tipos de lactancia materna y factores que influyen en su abandono hasta los 6 meses. *Estudio LACTEM* [Internet]. Ionoscloud.com. [citado el 6 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://s3-eu-south-2.ionoscloud.com/assetsedmayo/articles/kxqyBSkt1OWxMJx9Ektobj0fPaeRxnXnF4TndNR.pdf>
 18. Paz Pérez M, Elizabeth P, Padilla A. Estrategia educativa para el mejoramiento del desempeño del Equipo Básico de Salud en la promoción de la lactancia materna Educational strategy to improve the performance of the Basic Health Team in promoting breastfeeding. *Estratégia educativa para melhorar a atuação da Equipe Básica de Saúde na promoção do aleitamento materno* [Internet]. Edu.cu. [citado el 6 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://luz.uho.edu.cu/index.php/luz/article/view/1385/2226>
 19. González Requejo Á, Mateo Ciria R, Carmona Gallardo AM, Gómez Deyros C, Bravo Rodríguez J, Escobar Castellanos M. El apoyo a la lactancia materna en los centros de Atención Primaria: “Es la formación, idiota”. *Pediatr Aten Primaria* [Internet]. 2020 [citado el 6 de diciembre de 2023];22:24–24. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1139-76322020000200011
 20. Minchala-Urgiles RE, Ramírez-Coronel AA, de los Ángeles Estrella-González M, Altamirano-Cárdenas LF, Pogyo-Morocho GL, Andrade-Molina MC, et al. La lactancia materna como alternativa para la prevención de enfermedades materno-infantiles: Revisión sistemática. 2021; Disponible en: <https://zenodo.org/records/4543500>
 21. Rosa C, Alonso P, Soriano Faura J, Revuelta JC, Cortés O, Esparza Olcina J, et al. Apoyo a la lactancia materna en Atención Primaria [Internet]. *Isccc.es*. [citado el 6 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://scielo.isccc.es/pdf/pap/v21n82/1139-7632-pap-21-82-191.pdf>
 22. García L, Pilar E. El papel de la enfermera en la promoción de la lactancia materna en el ámbito rural. *Rev pediatr electrón* [Internet]. 2021 [citado el 6 de diciembre de 2023];20–8. Disponible en: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1370888>
 23. Magdariaga AH, Rojas NH, Brizuela CMG, Soler UG, Arias LF. Conocimientos de madres y padres sobre lactancia materna exclusiva. *Medisan* [Internet]. 2023 [citado el 6 de diciembre de 2023];27(2):4336. Disponible en: <https://medisan.sld.cu/index.php/san/article/view/4336/html>
 24. Gallego IR, Baena LR, López ME, Carrasco MP. Efectividad del uso de los probióticos en la prevención y el tratamiento de las mastitis durante la lactancia materna. *Revisión integrativa. Matronas Prof* [Internet]. 2020 [citado el 6 de diciembre de 2023];21(3):51–8. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8123386>

25. Ramiro González MD, Ortiz Marrón H, Arana Cañedo-Argüelles C, Esparza Olcina MJ, Cortés Rico O, Terol Claramonte M, et al. Prevalencia de la lactancia materna y factores asociados con el inicio y la duración de la lactancia materna exclusiva en la Comunidad de Madrid entre los participantes en el estudio ELOIN. *An Pediatr (Barc)* [Internet]. 2018;89(1):32–43. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.anpedi.2017.09.002>
26. Ferreira CV, Silvera F. Estrategias de mejora de calidad en lactancia en recién nacidos muy bajo peso. Revisión del tema. *Arch Pediatr Urug* [Internet]. 2023 [citado el 6 de diciembre de 2023];94(1). Disponible en: http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-12492023000101401
27. Silva DGM, Santana JH de, Rodrigues T de O, Bernardo EM, Pedroza AA da S, Lagranha CJ. Effects of perinatal protein restriction on the oxidative balance in the hypothalamus of 60-day-old rats. *Rev Nutr* [Internet]. 2023;36. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1590/1678-9865202336e220181>
28. Fauzia RA, Badruddin IA, Setiawati F. Association between early childhood caries and feeding pattern in 3- to 5-year-old children in grogol utara, south Jakarta. *Pesqui Bras Odontopediatria Clin Integr* [Internet]. 2019 [citado el 6 de diciembre de 2023];19(1):1–10. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/pboci/a/PskGNL35J9fzbR68FdRtwsn/abstract/?lang=en>
29. Astorga Escudero S, Aguirre González PP, Anich Gutiérrez F, González A. El contacto piel a piel como promotor de la lactancia materna, y su posible relación con la disminución de la hiperbilirrubinemia. *Rev pediatr electrón* [Internet]. 2021 [citado el 6 de diciembre de 2023];35–8. Disponible en: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1370977>
30. Magdariaga AH, Rojas NH, Brizuela CMG, Soler UG, Arias LF. Conocimientos de madres y padres sobre lactancia materna exclusiva. *Medisan* [Internet]. 2023 [citado el 7 de diciembre de 2023];27(2):4336. Disponible en: <https://medisan.sld.cu/index.php/san/article/view/4336/htm>
31. Ramiro González MD, Ortiz Marrón H, Arana Cañedo-Argüelles C, Esparza Olcina MJ, Cortés Rico O, Terol Claramonte M, et al. Prevalencia de la lactancia materna y factores asociados con el inicio y la duración de la lactancia materna exclusiva en la Comunidad de Madrid entre los participantes en el estudio ELOIN. *An Pediatr (Barc)* [Internet]. 2018;89(1):32–43. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.anpedi.2017.09.002>
32. Vista de Relación de la interrupción de la lactancia materna exclusiva con la pérdida de peso materno ganado durante el embarazo [Internet]. *Org.mx*. [citado el 7 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://www.cemys.org.mx/index.php/CEMYS/article/view/314/358>

**Promover la Participación de la Comunidad en la Atención
Primaria en Salud**

Promoting Community Involvement in Primary Health Care

Promover a participação da comunidade nos cuidados de saúde primários

Karen Tatiana Baena Vinasco
ORCID: 0009-0009-8398-5602

Alyssa Yineth Maturana Renteria
ORCID: 0009-0009-2001-0891

Juliana Restrepo Marin
ORCID: 0009-0005-5730-9097

Heidy Yulissa Renteria Palacios
ORCID: 0009-0003-6150-267

Yaneth Jaramillo
ORCID: 0002-9870-3243

Fundación Universitaria del Área Andina

Autor correspondiente: Yaneth Jaramillo
yjaramillo88@cue.edu.co

RESUMEN: Objetivo: Promover la participación de la comunidad en la atención primaria en salud. Introducción: La APS es una herramienta de los entes gubernamentales, el sector salud y la población, en donde se realizan estrategias para cuidar de la salud pública; su surgimiento se posiciona a finales de la década de los 80's y principios de los 90's; considerándolo un tema nuevo para la sociedad. Pregunta problema: ¿Cuál es la importancia de la participación ciudadana en la atención primaria en salud? Relevancia de resultados: Analizar situaciones y crear estrategias que ayuden a cada comunidad a resolver retos de forma urgente con participación social y autocuidado junto con la familia. Conclusión: Las comunidades pueden identificar desventajas que tienen en sus entornos como: situación económica, apoyo social, condiciones de trabajo, estilos de vida, género, entorno psicosocial y demográfico; una vez identificadas las problemáticas, logran en comunidad crear una estrategia resolutoria a esos desafíos.

Palabras Clave: Promoción de la salud, APS, participación comunitaria, educación.

ABSTRACT: Objective: To promote community participation in primary health care. Introduction: The APS is a tool of government entities, the health sector and the population, where strategies are carried out to take care of public health; its emergence is positioned in the late 80's and early 90's; considering it a new issue for society. Problem question: What is the importance of citizen participation in primary health care? Relevance of results: Analyze situations and create strategies that help each community to solve challenges urgently with social participation and self-care together with the family. Conclusion: Communities can identify disadvantages that they have in their environments such as: economic situation, social support, working conditions, lifestyles, gender, psychosocial and demographic environment; once the problems are identified, they manage in the community to create a strategy that resolves those challenges.

Keywords: Health promotion, APS, community participation, education

INTRODUCCIÓN

La atención primaria en salud es una herramienta de los entes gubernamentales, el sector salud y la población, en donde se realizan estrategias para cuidar de la salud pública, como: promoción de la salud, prevención de la enfermedad, investigación, vigilancia, control y seguimiento de los servicios de salud; en donde cada persona realiza una actividad importante individual o colectiva dependiendo de su rol en la sociedad.

Teniendo en cuenta que la APS es la encargada de brindar el mayor nivel posible de salud a las comunidades, refiere que, debemos partir de su surgimiento que se posiciona a finales de la década de los 80's y principios de los 90's; y se podría considerar un tema nuevo de alta relevancia en la sociedad. Por tal motivo se requiere promover el tema de la APS teniendo en cuenta que tiene muy poca incidencia a nivel global, conllevando a que los profesionales, territorios, comunidades y grupos sociales no posean el conocimiento necesario respecto al tema. Es de destacar que las comunidades están teniendo un leve acercamiento con las estrategias, investigaciones y servicios de salud comunitarios y esto permite que las comunidades se concienticen sobre sus derechos y deberes que tienen y deben ofrecer de forma colectiva e individual.

Nuestra estrategia de reflexión es impulsar en la medida de lo posible el correcto funcionamiento de la APS, con el fin que esta tome cada vez mayor fuerza y recorrido en el cumplimiento de sus

funciones para los entes gubernamentales, sector salud (EPS-IPS) y la comunidad en general, de igual forma el objetivo se basa en educar, vigilar, orientar y apoyar las problemáticas y servicios a los que pueden acceder, cuidando y evitando inequidades, desigualdades e injusticias.

Las fuentes de información en Colombia son asequibles a la comunidad, contando con redes de apoyo, ubicación de sedes, datos estadísticos, información territorial, prevalencias y se debe recalcar que las fuentes de información en Colombia son alcanzables y de libre acceso a toda la comunidad. Es de tener en cuenta que la página de Min Salud posee todas las especificaciones en sectores de salud; ASIS brinda datos estadísticos y territoriales, las sedes hospitalarias brindan información de programas de actividades preventivas y de promoción de la salud (PAPPS), el programa de actividades comunitarias en atención primaria (PACAP); la declaración de ALMA - ATA - 1978 y declaración de ASTAND - 2018 brindan información verídica de la APS y salud pública.

MÉTODOS.

La metodología se realizó a través de una revisión de la literatura de 16 artículos en español y 4 en inglés según el tema seleccionado “Atención Primaria En Salud”, se buscaron los artículos en las siguientes bases de datos indicadas PubMed, Google Académico, Scielo, Lilacs, después se prosiguió a realizar una matriz de coherencia en Excel con la siguiente estructura; autor, fecha, palabras claves, descripción, fuentes principales, contenidos, metodología y conclusión que permite construir un contenido teórico del tema, el objetivo de este frente a varias posturas, se sintetiza en las siguientes categorías: Diagnóstico, participación activa, autocuidado y conocimiento, que permitieron argumentar la discusión desde el conocimiento de los autores.

CUADRO DE CATEGORÍAS

AUTORES	CATEGORÍA	DESCRIPCIÓN
Virginia Esmeralda Pincay Pin - 2020	Diagnóstico / Necesidades	Incluir a la comunidad de forma urgente, para que participen en la prevención de enfermedades y detener su avance, ejemplo: patologías prevalentes como hipertensión arterial, embarazo a temprana edad, infecciones respiratorias, enfermedad diarreica aguda, cáncer de mama etc.
Ernesto Cotonieta Martínez - 2020		Implementar estrategias que permiten brindar atención integral con las redes de atención institucionales para poder identificar necesidades emergentes en temas de salud pública como las infecciones transmitidas por vectores, por contacto y gotas.

<p>Pilar Martín María Martín Rabadán Muroa Jesús González Esperanza Romero Luis Ángel Pérula de Torresa Francisco Camarelles Guillén - 2020</p>	<p>Participación</p>	<p>Analizar la situación en base a la participación de la comunidad en la atención primaria con el fin de mejorar las actividades preventivas y de promoción en salud.</p>
<p>Óscar Suárez Álvarez Alba Martínez Álvarez Belén García Bustob Sergio Palacio Martínc - 2018</p>		<p>Incluir nuevas estrategias o herramientas normativas que permitan el aumento de los niveles de participación ciudadana, además fomentar el uso de herramientas comunitarias, todo esto basado en políticas de salud y actuando sobre determinantes desde un enfoque de equidad.</p>
<p>Rojas Torres, Indiana Luz; Gil Herrera, Richard De Jesús - 2021</p>	<p>Autocuidado</p>	<p>Permite dar respuesta a todo lo que requiere la atención primaria en salud y posterior a eso fomentar el autocuidado en la comunidad</p>
<p>Dr. Esteban Sánchez Gaitán Dr. Cesar Vallejos Pasache, Anais López - 2020</p>		<p>La familia juega un papel significativo en el individuo, es considerada la unidad básica en el enfoque de medicina familiar y comunitaria, además participa de manera interactiva y dinámica brindando respuesta oportuna en común.</p>
<p>Daniel Egana Rojas Lorena Iglesias Vejar - 2020</p>	<p>Conocimiento</p>	<p>Indagar las perspectivas del personal de la salud para trabajar continuamente con miembros de la comunidad en todo aspecto que implique la atención primaria en salud en conceptualización de la participación social.</p>
<p>Montse Gil-Girbau Mariona Pons-Vigués - 2022</p>		<p>Todas las actividades de promoción y prevención son propias de la atención primaria en salud, enmarcada principalmente en el entorno sanitario con el fin de ser cumplidas en un entorno comunitario, teniendo presente los determinantes sociales de la salud. El solo hecho que la comunidad sea la población objeto debe ser educada continuamente sobre dichos beneficios en salud, todo esto en colaboración con los actores encargados.</p>

Fuente construcción propia revisión temática 2023

DISCUSIÓN

El diagnóstico y la identificación de las necesidades de una comunidad en el contexto de la APS son fundamentales para asegurar que los servicios de salud sean más eficaz, culturalmente apropiados y puedan abordar los desafíos específicos que enfrenta la población, además permite abordar barreras específicas que pueden limitar el acceso a la atención primaria, ya sean geográficas, económicas, culturales o relacionadas con la información, por otro lado ayuda a gestionar y por consiguiente asignar recursos de manera más eficiente al identificar áreas prioritarias de intervención y optimizar el uso de dichos recursos disponibles. Este enfoque centrado en la comunidad contribuye a una atención primaria más eficiente, equitativa y sostenible.

La participación comunitaria en la APS es de suma importancia por múltiples razones, como lo es educar a los miembros sobre prácticas saludables y medidas preventivas, retroalimenta a la comunidad en ayudar a adaptar los servicios de atención primaria a las características y demandas locales, Además contribuye a la mejora continua de la atención y los involucra en las decisiones promoviendo el empoderamiento.

En resumen, la participación de la comunidad en APS no solo fortalece la efectividad de los servicios, sino que también promueve la equidad, la responsabilidad compartida y la salud a largo plazo de la población. La colaboración entre los profesionales de la salud y la comunidad es esencial para lograr resultados óptimos en la promoción, prevención y tratamiento de la salud.

El autocuidado es importante tanto el autocuidado personal como en comunidad; en el personal realizamos un cuidado propio en el control de nuestras emociones, estado físico, social y espiritual con el que prestamos atención a nuestras propias necesidades y podemos brindar ambientes propicios para la resolución de problemas y en comunidad porque damos respuesta a compromisos que asumimos, contribuyendo a algo positivo en nuestro entorno y trabajando para un fin colectivo.

Los conocimientos son una base fundamental de la atención primaria en salud, ya que estos brindan a la comunidad saber qué beneficios y a que procedimientos tienen acceso, diferentes eventos clínicos que aborda y las múltiples necesidades que tiene los usuarios, los diferentes profesionales que van a brindar sus conocimientos para resolver los diferentes problemas vinculados al proceso tanto de salud como de enfermedad de las personas, familias y comunidad.

CONCLUSIÓN O CONSIDERACIONES FINALES

- Las comunidades pueden identificar inequidades o desventajas que tienen en sus entornos como la situación económica, redes de apoyo social, empleo, condiciones de trabajo, estilos de vida, género, entorno psicosocial, demográfico y la exclusión social; una vez identificadas las problemáticas, logran en comunidad crear una estrategia resolutoria a esos desafíos.
- La sociedad debe reflexionar sobre la cercanía y conexión que puede tener con la APS; es una manera de incentivar más su participación en las actividades individuales y colectivas que impulsan a su comunidad a estar saludable física, mental y socialmente, ayudándolos a identificar sus problemáticas en determinantes sociales y cómo darles una solución efectiva a corto y largo plazo.

- La APS garantiza la salud y el bienestar de las comunidades, además comprende que cada individuo tiene necesidades diferentes, todo esto conduce a que la población objeto tenga acceso al servicio de salud, siendo más equitativo, eficiente y eficaz, permitiendo mejorar la calidad de vida de la población, ayudando a prevenir las enfermedades y promover el bienestar de cada uno de ellos.

REFERENCIAS

1. Sanyaolu A, Okorie C, Qi X, Locke J, Rehman S. Childhood and adolescent obesity in the United States: A public health concern. *Glob Pediatr Health* [Internet]. 2019;6:2333794X1989130. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1177/2333794x19891305>
2. Egaña Rojas D, Iglesias Vejar L, Cerda Rioseco R, Molina Carrasco P, Gálvez Espinoza P. Participación social en la atención primaria en salud: tensiones y contradicciones. *Aten Primaria* [Internet]. 2020;52(10):690–6. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0212656720301025>
3. García-Huidobro D, Barros X, Quiroz A, Barría M, Soto G, Vargas I. Modelo de atención integral en salud familiar y comunitaria en la atención primaria chilena. *Rev Panam Salud Publica* [Internet]. 2018;42. Disponible en: https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/49524/v42e1602018_eng.pdf?sequence=5&isAllowed=y
4. Lopes AC de F, Novaes HMD, Soárez PC de. Participação social na gestão de tecnologias em saúde em âmbito federal no Brasil. *Rev Saude Publica* [Internet]. 2020 [citado el 7 de diciembre de 2023];54:136. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/ypvNJdHgtgdnJqZNn5smV4K/?lang=en>
5. Suárez Álvarez O, Martínez Álvarez A, García Busto B, Palacio Martín S. Claves para el éxito de la participación comunitaria: diálogos sobre participación en el ámbito local. Informe SESPAS 2018. *Gac Sanit* [Internet]. 2018;32:48–51. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0213911118301432>
6. Lou Alcainebe y Carmen Belén Benedé Azagra MDGMP-GBOBLBML. Análisis de las agendas comunitarias en atención primaria y factores asociados a su implantación [Internet]. *Scielosp.org*. 2022 [citado el 7 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://www.scielosp.org/pdf/gS/2023.v37/102257/es>
7. Luzón Oliver L, Molina Pérez de los Cobos E, Novoa Jurado A, Pérez Martínez E, Martínez Monreal D. La seguridad del paciente en las residencias sociosanitarias. La experiencia de la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia. *Aten Primaria* [Internet]. 2021;53(102228):102228. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0212656721002626>
8. Desarrollo de un instrumento de evaluación formativa del agente comunitario de salud [Internet]. Elsevier.es. [citado el 7 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-pdf-S0212656721003097>
9. Mamani-Vilca EM, Pelayo-Luis IP, Guevara AT, Sosa JVC, Carranza-Esteban RF,

Huancahuire-Vega S. Validación de un cuestionario que mide las percepciones del rol del profesional de enfermería comunitaria en Perú. *Aten Primaria* [Internet]. 2022;54(2):102194. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0212656721002286>

PROYECTO NUCLEAR

Ángel Encubierto, la bella labor del Cuidado

Undercover angel, the beautiful work of care

Anjo disfarçado, o lindo trabalho de cuidado

Mariana Andrea Muriel Ortiz¹
ORCID: 0009-0000-04253994

Juan Diego Tenorio Zuluaga¹
ORCID: 0009-0006-7689-0312

Lina Sofia Rosero Valencia¹
ORCID: 0009-0002-6761-2610

Nicolas Manrique Cardona¹
ORCID: 0009-0003-2959-7322

Diana Marcela Cerón Caicedo¹
ORCID: 0009-0003-4100-3072

Laura Melissa Salazar¹
ORCID: 0009-0004-4665-7363

Corporación Universitaria Alexander Von Humboldt Armenia, Quindío.

Autor Corresponsal: Mariana Andrea Muriel Ortiz
Email: mamuriel_162@cue.edu.co

RESUMEN: En esta conmovedora historia de supervivencia y esperanza, se narra el viaje de Mariana, una recién nacida prematura cuya vida pende de un hilo. A través de los ojos de un enfermero dedicado, se exploran los patrones de conocimiento de enfermería y los metaparadigmas que sustentan la práctica clínica, mientras se enfrenta a las complejas circunstancias de Mariana. A medida que la historia se desenvuelve, se evidencian los diagnósticos de la NANDA que guían la atención de enfermería, abordando las complicaciones médicas que amenazan la vida de la pequeña, desde la meningitis bacteriana hasta la neumonía. Además, se integra la teoría del cuidado de Kristen Swanson, resaltando la importancia del apoyo emocional y la presencia compasiva en momentos de crisis. A lo largo de esta narrativa, se demuestra cómo estos principios teóricos y prácticos de enfermería se aplican en la vida real, informando y mejorando la atención al paciente mientras brindan esperanza y consuelo a una familia desgarrada por la incertidumbre. En última instancia, la historia de Mariana no solo es un testimonio de la resistencia humana frente a la adversidad, sino también un recordatorio poderoso del impacto transformador del cuidado enfermero en la vida de aquellos que más lo necesitan.

ABSTRACT: In this touching story of survival and hope, the journey of Mariana, a premature newborn whose life hangs by a thread, is narrated. Through the eyes of a dedicated nurse, the patterns of nursing knowledge and the metaparadigms that underpin clinical practice are explored as they face Mariana's complex circumstances. As the story unfolds, the NANDA diagnoses guiding nursing care are highlighted, addressing the medical complications that threaten the child's life, from bacterial meningitis to pneumonia. Additionally, Kristen Swanson's theory of caring is integrated, emphasizing the importance of emotional support and compassionate presence during moments of crisis. Throughout this narrative, it is demonstrated how these theoretical and practical principles of nursing are applied in real life, informing and improving patient care while providing hope and comfort to a family torn by uncertainty. Ultimately, Mariana's story is not only a testament to human resilience in the face of adversity but also a powerful reminder of the transformative impact of nursing care on the lives of those who need it most.

RESUMO: Nesta comovente história de sobrevivência e esperança, é narrada a jornada de Mariana, uma recém-nascida prematura cuja vida pende por um fio. Através dos olhos de um enfermeiro dedicado, são explorados os padrões de conhecimento de enfermagem e os metaparadigmas que sustentam a prática clínica, enquanto ele enfrenta as complexas circunstâncias de Mariana. À medida que a história se desenrola, evidenciam-se os diagnósticos da NANDA que orientam os cuidados de enfermagem, abordando as complicações médicas que ameaçam a vida da pequena, desde a meningite bacteriana até a pneumonia. Além disso, integra-se a teoria do cuidado de Kristen Swanson, destacando a importância do apoio emocional e da presença compassiva em momentos de crise. Ao longo desta narrativa, é demonstrado como esses princípios teóricos e práticos de enfermagem são aplicados na vida real, informando e melhorando os cuidados ao paciente enquanto oferecem esperança e conforto a uma família devastada pela incerteza. Em última análise, a história de Mariana não é apenas um testemunho da resistência humana frente à adversidade, mas também um poderoso lembrete do impacto transformador do cuidado de enfermagem na vida daqueles que mais precisam

INTRODUCCIÓN

En este documento encontraran la narrativa de Mariana Muriel una menor que paso por varios procedimientos y situaciones difíciles apenas nació pero con la ayuda de la bella labor de un enfermero logro salir de aquella dura situación, basado en el ámbito profesional para dar a conocer el contexto laboral y ético independientes de las acciones del hospital, analizado bajo la teoría de Watson, dando a conocer los

metaparadigmas, patrones y necesidades básicas según Henderson, con la finalidad de Fomentar enfermeros íntegros, éticos, con vocación , analíticos y comprometidos con el cuidado de Calidad.

OBJETIVOS

- Analizar y aplicar conceptos de enfermería a la narrativa.
- Identificar las diferentes necesidades del cuidado en base a la narrativa.
- Comprender las necesidades para la realización de este proyecto y que los futuros enfermeros tengan vocación y reflexionen sobre la importancia de cuidado desde la parte ética.

NARRATIVA EN ENFERMERÍA

En el año 2006, Paula, una gestante de 34 semanas ingresa al servicio de urgencias del hospital de Quimbaya, Quindío acompañada por su esposo Agustín, puesto que, estaba experimentando contracciones de parto, sin embargo, el médico que estaba a cargo de las madres gestantes no tenía el conocimiento suficiente para atender a una paciente con contracciones a destiempo. Por consiguiente, le dio la orden a las enfermeras para que aplicaran un medicamento que tiene como efecto, retardar las fases del parto mientras era trasladada en una ambulancia para un hospital en la ciudad de Armenia, lugar donde fue atendido el parto prematuro y denominado el nacimiento como pretérmino tardío. Al examen físico del neonato, el personal enfermero se percató que este había ingerido meconio, lo que desencadenó en una meningitis bacteriana.

Al enterarse de esto, los padres del bebé estaban tan desesperanzados como tristes, puesto que las probabilidades de que su bebé mejorara, eran demasiado escasas. Como primera medida, las enfermeras ingresaron a la bebé a una incubadora, pero desafortunadamente, aunque estaban a cargo del bienestar e integridad del paciente, tuvieron descuidos lo que favoreció las condiciones para que la bebé fuera diagnosticada con neumonía adquirida en la comunidad.

Día tras día la situación de salud de la recién nacida, se tornaba más complicada, sin embargo, sus padres hacían lo que estuviera a su alcance para que ella recibiera toda la atención que requería. Al pasar el tiempo, luego de unas semanas los padres recibieron un llamado del área de urgencias, la condición de la bebé la volvía más y más débil, hasta que el médico de turno tomó la palabra y le indicó a los padres que lo más sensato era despedirse puesto que no tenía fuerzas para soportar el tratamiento, al escuchar esto los padres se miraron uno al otro con los ojos llenos de angustia y una inmensa tristeza; suspirando se acercaron a ella, la tocaron suavemente para no hacerle daño, lloraron en silencio, le dieron un beso en la frente y rogaron por un milagro.

En el pasar de los siguientes días, la recién nacida tuvo una crisis gracias al acelerado avance de la meningitis bacteriana, por lo que el personal médico decidió mantenerla en un estado de coma inducido durante 3 meses, tiempo en el que los padres de la niña no conseguían paz sino era al lado de ella, día y noche, acompañándola, protegiéndola y esperando que el tan anhelado milagro llegara pronto y ella abriera sus ojos.

Siempre estuvo con soporte de ventilación en la incubadora, con signos vitales, hasta que un día el monitor no pudo detectar su pulso cardíaco, y fue así como las enfermeras y el médico tomaron la decisión de desconectarla, ratificando que no había ninguna esperanza de que volviese a despertar, y en caso de hacerlo, nunca tendría una vida normal e independiente, esta decisión también fue influenciada ya que los padres de la bebé no contaban con los fondos suficientes para seguir costeadando los tratamientos, todo lo habían agotado durante la batalla que su hija había perdido. Mientras los padres se encontraban en sala de espera como todos los días, desconocían la decisión que había sido tomada sobre la vida de su

bebé, ya que ninguna enfermera les brindaba información, hasta que escucharon el llamado del médico quien los invitaba a pasar al consultorio; tomaron asiento suponiendo lo peor, y sus sospechas y miedos se volvieron realidad cuando él dijo: “Lamentablemente, su hija falleció esta mañana, no resistió la enfermedad, ahora está descansando en paz”, seguido extendió su mano y les hizo entrega del acta de defunción.

La madre de la bebé, devastada, no resistió la noticia y se desmayó mientras que el padre rompió en llanto y pidió que les permitieran verla, sin embargo, el médico se negaba ante la petición de unos padres desesperados que anhelaban darle un adiós a su hija.

Uno de los enfermeros había estado al tanto y al pendiente de la situación de la bebé, y fue así como inmediatamente después de escuchar la desoladora noticia, se dirigió apresuradamente a la morgue, buscó en las bandejas y en las camillas, pero no encontró nada, hasta que a punto de abandonar su búsqueda se percató del cuerpo inmóvil y frágil de un bebé que yacía bajo sábanas y bandejas sucias, tristemente pensó que era demasiado tarde, hasta que la niña dio su último suspiro de aliento. Conmovido y emocionado, la cubrió con una manta y se dirigió a conectarla nuevamente al ventilador e ingresarla a la incubadora, hasta que el médico se percató y le impidió hacerlo diciéndole: “La niña está muerta, no hay nada que hacer”, a lo que el enfermero le respondió: “Mi vocación y profesionalismo llega hasta la última esperanza, haré lo que esté a mi alcance a toda costa”. Fue así como la conectó al ventilador, pero para su pesar, la niña no daba ninguna señal de vida, conmovido el enfermero, no aguantó las lágrimas, pero siguió adelante, intentándolo.

Tras minutos llenos de angustia y ansiedad, por fin el monitor detectó pulsaciones cardiacas, la alegría inmediatamente invadió al enfermero de pies a cabeza, quien no se contuvo y les dio la noticia a los padres, quienes, al verla respirar de nuevo, gritaban de felicidad, y le agradecieron incansablemente al enfermero. Ese mismo día por petición del enfermero, la bautizaron en el hospital y le pusieron el nombre de Mariana, ya que su presencia era la solidificación del milagro que día tras día los padres clamaban a Dios.

Durante la recuperación y estabilización de la bebé, hubo tratamientos e intervenciones incontables, pero la más importante fue la que se llevó a cabo cuando durante la toma de signos vitales disminuyó considerablemente su saturación de oxígeno, presentaba disnea, fiebre y letargo, por lo que la niña fue sometida a un drenaje de pulmón, gracias a que se encontraba colapsado y lleno de líquido. A través del periodo de recuperación de la niña, los doctores siempre les recordaban a los padres que, debido a la meningitis, la niña presentaría condiciones de discapacidad motriz, visual, cognitiva y demás, preocupados por el futuro de la bebé, los padres decidieron solicitar que fuera sometida a exámenes especializados, los cuales arrojaron resultados poco alentadores: Hidrocefalia. El personal médico les aclaró que esto se debía al nacimiento prematuro, donde no hubo un correcto desarrollo de los órganos, motivo por el cual también presentaba episodios prolongados de estreñimiento y demás complicaciones.

Los padres decidieron consultar con el enfermero que le había devuelto a su hija, el cual inmediatamente inició un tratamiento farmacológico para contrarrestar la hidrocefalia, gracias a esto, la enfermedad fue desapareciendo y la niña fue sometida a terapias y procedimientos con el fin de madurar los órganos infradesarrollados. Todo esto fue supervisado por el enfermero, aquel que le proporcionó los cuidados que necesitaba y además les brindaba apoyo emocional a los padres, quienes acompañaron en todos los procesos a la niña, la cual goza de vida y buena salud a sus 16 años.

Tiempo después, el enfermero decidió que era tiempo de revelarles a los padres la verdadera razón por la que la niña había sido desconectada. Se debía a la delicada y grave condición de salud que padecía la hija de un agente político muy reconocido e influyente, la cual, requería de manera inmediata una

incubadora. El hospital no contaba con los equipos suficientes para todos los pacientes, sin embargo, decidió aceptar una muy generosa contribución monetaria por parte de este agente para que el bebé cuyos padres contarán con fondos nulos para el tratamiento, fuese desconectado, contribución que cobijó incluso al personal de médicos y enfermeras a cargo del servicio de neonatología.

MARCO TEÓRICO

Kristen M Swanson

Procesos analizados desde la teoría de los cuidados de Kristen M. Swanson

- **Cuidados:** Desde la acción interpersonal ya que más allá de los aspectos netamente técnicos el cuidado se centra en la relación interpersonal entre el enfermero, Mariana y su familia, se evidencia la compasión, empatía y apoyo emocional reflejando la importancia del cuidado como una relación humana significativa. También se analiza el cuidado como proceso de transición, ya que el enfermero actúa como guía y facilitador en la adaptación a cambios y desafíos de los padres, alineándose con la noción de Swanson de que el cuidado implica acompañar al individuo a través de procesos de transformación y transición.
- Conocimiento:** Se analiza desde 3 enfoques:
 - **En la experiencia:** Basándose en la experiencia profesional y conocimiento adquirido tras su formación, el enfermero toma decisiones informadas donde evidencia su capacidad de reconocer signos y síntomas de complicaciones médicas, así como la aplicación de estrategias de cuidado efectivas.
 - **Contextual:** Aunque el enfermero comprende y considera el contexto como familia de sus pacientes, proporciona cuidados individualizados, comprendiendo factores como las creencias, necesidades emocionales y circunstancias socioeconómicas que pueden influir en los resultados de atención.
 - **Ético:** Se expresan los dilemas éticos y morales del personal médico al tomar decisiones sobre el cuidado de Mariana, implicando el equilibrio entre el principio de beneficencia y el respeto a la autonomía y la justicia en la distribución de los recursos de atención médica.
 - **Personal:** El enfermero muestra una conexión personal y empática con la bebé y sus padres influyendo directamente en la calidad de la atención, implicando comprender las emociones y necesidades individuales de cada uno y establecer relaciones de confianza y comunicación.
- **Estar con:** Se resalta la importancia de la presencia compasiva y la conexión interpersonal del enfermero y sus objetos de cuidado, manifestándose a través del acompañamiento y la empatía, cualidades fundamentales del cuidado que contribuyen de forma significativa al bienestar físico, espiritual y emocional de los padres y la bebé durante el proceso de enfermedad y recuperación.
- **Hacer por:** Se representa como hacer por los demás lo que se haría por uno mismo, actuando con habilidad y competencia para proteger al que se cuida, respetando su dignidad, lo cual se evidencia en la narrativa a través de la acción directa e intervención del enfermero para satisfacer las necesidades físicas, emocionales y de autocuidado de la paciente y su familia, acciones que son esenciales para la promoción de la salud y el bienestar contribuyendo al proceso de recuperación de la niña.
- **Posibilitar:** Se establece como facilitar el paso del otro por las transiciones de la vida y los acontecimientos desconocidos, que se logra a través del empoderamiento y la participación de los padres para participar activamente en el proceso de recuperación de su hija, proporcionando conocimientos y apoyo emocional, asumiendo un papel activo.

- **Mantener las creencias:** El enfermero valora, respeta y apoya las creencias de los padres de Mariana, integrándolas en el proceso de atención para proporcionar una atención centrada y holística a la bebé, según Swanson, esta consideración por las creencias contribuye a una experiencia de atención significativa y satisfactoria, así como directamente con el enfermero, mantiene la fe en la capacidad de su paciente de superar el acontecimiento sobre su salud y como podrá enfrentarse al futuro, pero siempre ofreciendo un optimismo realista.

RESULTADOS

IDENTIFICACIÓN DE NECESIDADES

En muchas ocasiones, "en la práctica de enfermería se observa que el cuidado es identificado como un quehacer monótono, lineal y sin sentido, dentro de la racionalidad técnica y el enfoque biomédico, entendido como una ayuda o un complemento en las ciencias de la salud, situación que propicia la negación de la enfermería como ciencia y como arte" (Henderson, 1964). Henderson propone un modelo de atención al paciente en la cual se incluyen 14 necesidades básicas de los seres humanos, estas no solo cubren con la parte fisiológica, sino también la parte moral, espiritual y psicológica.

Necesidades identificadas:

- Necesidad de dormir y descansar
- Necesidad de respirar con normalidad
- Necesidad de mantener la temperatura corporal
- Necesidad de comunicar emociones, temores, y opiniones.

RESPUESTAS NECESIDADES HUMANAS	
RESPUESTAS SUBJETIVAS	RESPUESTAS OBJETIVAS
1." Lamentablemente, su hija falleció esta mañana, no resistió la enfermedad, ahora está descansando en paz"	Se observa en el rostro de los padres angustia, cansancio, desesperanza, temor, la madre se desmayó, mientras el padre rompió en llanto.
2." La niña está muerta no hay nada que hacer"	La bebé da su último suspiro de aliento, pero el enfermero busca alternativas para hacer lo posible por salvar a la recién nacida.
3." La condición del bebe está muy crítica"	La recién nacida presenta frecuencias cardiacas muy bajas, disnea, estreñimiento, está con soporte de ventilación avanzado, esta monitorizada, cianosis generalizada.

DIAGNÓSTICOS DE ENFERMERÍA

DOMINIO NANDA	RESPUESTAS HUMANAS
Dominio 3	-Estreñimiento
Dominio 4	-Insomnio -Fatiga -Deterioro de la ventilación espontánea -Disminución del gasto cardíaco
Dominio 6	-Desesperanza -Disposición para mejorar la esperanza -Riesgo de compromiso de la dignidad humana
Dominio 7	-Cansancio del rol del cuidador -Disposición para mejorar el rol del cuidador -Síndrome de trastorno de identidad familiar
Dominio 9	-Ansiedad ante la muerte -Temor -Impotencia
Dominio 11	-Riesgo de infección -Riesgo de muerte súbita del lactante
Dominio 13	-Riesgo de retraso en el desarrollo motor infantil

Los diagnósticos de NANDA más importantes de la situación, son los siguientes:

Por parte de los padres es:

Dominio 9: Afrontamiento/ tolerancia al estrés

Clase 2: Respuestas de afrontamiento

Código: 00146

Ansiedad **R/C** Estresores, situación desconocida y necesidades no satisfechas **E/P** Llanto, expresa angustia, expresa ansiedad por los cambios en los eventos de la vida, congoja, inseguridad, expresa pavor intenso, desamparo, expresa preocupación y comportamiento de indagación.

Por parte de la paciente lactante:

Dominio 4: Actividad/ reposo

Clase 4: Respuestas cardiovasculares/ pulmonares

Código: 00033

Deterioro de la ventilación espontánea **R/C** Fatiga de los músculos de la respiración **E/P** Disminución de la saturación de oxígeno arterial y disminución de la cooperación.

Dominio 6: Autopercepción

Clase 1: Autoconcepto

Código: 00174

Riesgo de compromiso de la dignidad humana **R/C** Deshumanización e intrusión por parte del personal de salud.

METAPARADIGMA

El metaparadigma de esta situación de enfermería, es basado en la teoría de Swanson, ya que “los cuidados son una forma educativa de relacionarse con un ser apreciado hacia el que se siente un compromiso y una responsabilidad personal” (Swanson, 1991)

<p>Enfermería</p>	<p>El cuidado del enfermero esta basado en la teoría de Swanson, ya que los cuidados que le proporcione a la lactante, están basados en el conocimiento ético, experiencia clínica y los valores personales. Además, está presente física y emocionalmente con la bebé y su entorno que son sus padres. Por parte de las enfermeras iniciales fallaron en su responsabilidad de brindar un cuidado de calidad a la lactante. Su negligencia o descuido al no seguir el protocolo de higiene, puso en riesgo la vida de la prematura.</p>
<p>Persona</p>	<p>La teoría proporciona una guía para comprender a la lactante y a sus padres como seres únicos en proceso de creación. (Holísticos). También como lo menciona Swanson, que enfermería debe tomar liderazgo para luchar por los derechos de los pacientes y su familia, así mismo, lo hizo el enfermero de esta historia. También debemos tener en cuenta que los padres son objeto de cuidado ya que sus emociones están presentes y se ven afectadas por el entorno y las experiencias que viven con su hija</p>
<p>Salud</p>	<p>La intervención del enfermero ayuda a restaurar la salud de la lactante y a proporcionar a sus padres un sentido de esperanza. Esta intervención ayuda a restaurar la salud de la bebé y proporcionarles a sus padres una luz de esperanza y esta experiencia puede verse como un movimiento hacia la plenitud para la lactante y sus padres, como lo menciona Swanson.</p>
<p>Entorno</p>	<p>La familia es el principal entorno de la lactante, y su bienestar depende en gran medida del apoyo y cuidado que reciba de sus padres. Por esto el entorno de la paciente compromete la salud y el bienestar de la bebé, por tal motivo Swanson dice que el entorno influye mucho en la persona.</p>

PATRONES DE CONOCIMIENTO

<p>Empírico</p>	<p>El enfermero identifica que la menor indica dolor identificado con el llanto constante, igualmente presenta disnea relacionado con saturación de oxígeno bajo, por presencia de letargo y fiebre, presentando color de piel anormal sin presencia de signos vitales ni funcionamiento del organismo, basado en sus bases y conocimientos propios de un profesional de enfermería</p>
<p>Personal</p>	<p>El enfermero presenta una actitud de conciencia, empatía, apoyo, profesionalismo, conociendo la situación poco profesional presentada en el hospital, además visualizo la tristeza y dolor que vivían los padres, motivando su profesionalismo para ayudar a la menor, dándole una nueva oportunidad de vida.</p>

<p>Estético</p>	<p>Se visualiza en los rostros de angustia y tristeza de los padres, además de la vocación y amor por su labor del enfermero al lograr poner a salvo a la menor, haciendo que los padres recuperaran la esperanza y la confianza en la labor de enfermería.</p>
<p>Ético</p>	<p>Se refleja a través de la falta profesional y ética de los profesionales del hospital al momento de aceptar el dinero que se les ofrecía para realizar el retiro de la menor de las incubadoras e ingresar en su lugar a otra menor.</p>

CONCLUSIÓN Y CONTRIBUCIÓN A LA DISCIPLINA.

De este modo, se llega a la conclusión que este trabajo contribuye un conocimiento y reflexión para que todo el personal de la ciencia de la salud tenga en cuenta la importancia de actuar con ética profesional y vocación; además le contribuye a la ciencia una experiencia y conocimiento sobre las complicaciones de estas enfermedades, que sí no se actúa a tiempo y con las técnicas apropiadas, se pone en riesgo la vida del paciente. A su vez, se puede evidenciar del fallo ético de parte del médico, los enfermeros y el personal profesional que puso en riesgo la vida de un bebé recién nacido, el bienestar de su madre y la estabilidad emocional de su padre. Por otra parte, la falta de equipos e instrumentos necesarios en el hospital, lo cual llevó al médico a tomar esa decisión tan fatal de recibir el dinero y dejar morir lentamente a ese ser inocente. También, se resalta el profesionalismo, la empatía y el buen corazón del enfermero quien dio su mayor esfuerzo hasta el último momento y recurrió a todos los métodos para salvarle la vida, estabilizarla y darles un milagro a los padres.

BIBLIOGRAFÍA

1. Alligood, M. R., & Tomey, A. M. (2018). *Modelos y teorías de enfermería* (Novena ed.). ELSEVIER.
2. Angel, Y. M. (2019). Patrón de conocimiento personal identificado en narrativas de profesores de Enfermería. *Revista Cuidarte, 10(2)*, e688. doi:<https://doi.org/10.15649/cuidarte.v10i2.688>
3. Herdman, H., Kamitsusru, S., & Lopes, C. T. (2021-2023). *NANDA Internacional, Inc. Diagnósticos de enfermería*. ELSEVIER.

Revista
CUIDAR

Edición No 12



Facultad de
Ciencias de la Salud
Programa de Enfermería

Conoce más en:
unihumboldt.edu.co

