

RESUMEN

El presente trabajo trata sobre la educación a la salud a usuarios con factores de riesgo de padecer alguna cardiopatía, el cual se llevó a cabo en el Centro Médico “Dr Ignacio Chávez” en Hermosillo Sonora, durante mi prestación del servicio social de la licenciatura en enfermería, la razón por la cual me interesó es poder educar a los usuarios con problemas de salud que en la actualidad se presentan como lo son las “cardiopatías”, enfermedades crónico degenerativas en las cuales se pueden prevenir complicaciones que perjudiquen a las personas por lo cual es fundamental la promoción de información oportuna, es necesario que los profesionales de la salud se sensibilicen en el manejo de este grupo poblacional así como ampliar los horizontes de la prevención, para poder cubrir las demandas requeridas, es necesario que este apoyo sea integral, humanístico y holístico.

Se brindaron cuidados de enfermería dentro del primer nivel de atención utilizando distintos instrumentos, se integraron al proyecto diversos profesionales como médico, psicóloga y trabajadora social, cada uno de ellos desde su abordaje se trabaja para lograr la mejoría de la calidad de vida de los usuarios. Esta intervención multidisciplinaria es coordinada por enfermería, logrando que el médico realice una valoración integral, así como la psicóloga una valoración completa y la trabajadora social participe en las actividades recreativas que se han realizado dentro del proyecto, el cual ha beneficiado directamente a los usuarios de la Institución; organizando en conjunto con la clínica de corazón sano y las diferentes clínicas que conforman la clínica de medicina preventiva, y así la participación activa del usuario y del personal en el taller de yoga que se formó para la ejecución de un “corazón sano”

Dentro del objetivo planeado durante la creación de este trabajo fue Integrar a los pacientes con perfil de alto riesgo, múltiples factores predisponentes o ya con diagnóstico de enfermedad cardiovascular en el proceso de atención, sea con el fin de que en coordinación con el profesional de la salud conozca su enfermedad y participe activamente en el autocuidado, disminuyendo en consecuencia la morbimortalidad por enfermedad cardiovascular.

En la encuesta de salud proporcionada por un test de la asociación estadounidense del corazón, arrojaron resultados muy importantes para la colaboración de este trabajo de investigación, y sobre todo el cómo ayudar a mantener un corazón sano, fueron 300 los usuarios encuestados, en tres grupos de edad, con diferente religión, estado civil, diagnóstico, etc., Para esto se llegó a la conclusión de mantener un mejor estado de salud, mejores hábitos para un corazón sano, con la ayuda de un taller de yoga diseñado especialmente y con características de acuerdo a las necesidades de un paciente con cardiopatía, hipertensión, obesidad y tabaquismo. Dicho programa ayudó a mejorar el estado anímico de los pacientes, al igual mejoró la presión arterial de los pacientes hipertensos, los niveles de glucosa en sangre de los pacientes con diabetes se mantuvieron dentro de límites normales, se presentó una mayor agilidad en pacientes con obesidad o sobrepeso.