

CATEGORÍA INVESTIGACIÓN EJE N° 2 DOCENCIA INVESTIGACIÓN Y EXTENSIÓN EN EL NUEVO CONTEXTO SOCIAL

BARRERAS PARA EL ACCESO A UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE EN PROFESIONALES DE LA SALUD EN LA CIUDAD DE SAN LUIS

QUIROGA Yanina Verónica, DUARTE Silvia Raquel, GENOVESIO Fernando Martin, ROMERO Páez Maira

Universidad Nacional de San Luis Facultad de Ciencias de la Salud E-mail srduarte33@gmail.com

La hipertensión (HTA) es un padecimiento crónico que requiere de un sistema de cuidados que opere armónica, integral y de manera continua. Las enfermedades cardiovasculares son una prioridad incuestionable de Salud Pública. Los beneficios de tratar la hipertensión son claros, consistentes y costo efectivos. El objetivo principal de este estudio fue describir las barreras existentes para un estilo de vida saludable, en profesionales de la salud de la Ciudad de San Luis. Estudio descriptivo de corte transversal. La muestra estuvo compuesta por profesionales de la salud (n=50). Se utilizó un cuestionario el cual ha sido elaborado y validado por Martínez 2011. La primera parte, contiene los datos demográficos y consideraciones de autocuidado específicas de la HTA. La segunda parte consta de 25 ítems en relación a actividades de autocuidado, clasificados según sus dimensiones: dimensión ocio-descanso, hábitos alimentarios básicos, dimensión actividad física, dimensión hábitos nocivos, dimensión barrera percibidas. Criterios de inclusión: profesionales de salud de la provincia de San Luis entre 25 y 60 años. Los resultados encontrados fueron que el 76% correspondieron al sexo femenino y el 24 % al sexo masculino. Con respecto a la profesión el 52% son enfermeros, el 20% médicos y el 28% de otras profesiones. En cuanto al rango etario la media fue de 36 años y la mediana de 34 años. El 70% de la muestra tiene una antigüedad laboral menor a 10 años, el 16% entre 11 y 20 años y un 14% más de 20 años. Sobre el estrés laboral el 50% de los profesionales de la salud lo padecen. Sobre las conductas de autocuidado el 68% poseen conductas de autocuidado regulares, el 30% son malas y solo un 2% tienen conductas buenas. El 14% de la muestra estaba diagnosticada con HTA y el 86% no padecía la enfermedad. De los hipertensos el 86% tuvo conductas de autocuidado regulares y el resto buenas. El 71 % de los encuestados con HTA presentaron IMC normal y el 29% sobrepeso y obesidad. Como la Media Nacional, los profesionales de la salud no adhieren a conductas de autocuidado. Aunque tengan diagnóstico de HTA no realizan acciones de autocuidado. Y en esta muestra la mayoría son enfermeros. Hay un 45% de profesionales de la salud con alteraciones del peso. Que independientemente de la antigüedad laboral los profesionales de la salud padecen niveles de estrés relacionados a su trabajo.