

PRINCIPALES CAUSAS DE POR QUE LOS ESTUDIANTES DEL ÁREA DE LA SALUD SE AUTOMEDICAN

Adela Alba Leonel¹, Samantha Papaqui Alba², Ferando Castillo Nájera³, Jorge Ricardo Medina Torres¹, Joaquín Papaqui Hernández⁴, Esteban Ordiano Hernández¹.

¹Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia, UNAM, México.

²Universidad Westhill.

³Servicios de Salud Pública de la Ciudad de México.

⁴Instituto Mexicano del Seguro Social, México.

RESUMEN

Introducción: La OMS identificó a la automedicación como un componente del autocuidado en la salud. El 80% por ciento de la población mexicana usa medicamentos por iniciativa propia sin indicación médica y sin receta. **Objetivo:** Identificar las principales causas de automedicación en estudiantes del área de la salud. **Material y Métodos:** Se realizó un estudio transversal donde el universo del estudio fue estudiantes del área de la salud de nivel licenciatura y posgrado. Se utilizó un instrumento ex profeso. **Resultados:** La muestra fue de 305 estudiantes, el 72% correspondió al género femenino, el 71% tiene entre 17 a 30 años. La prevalencia de automedicación fue del 88%. Las razones principales por la que se automedican son por falta de tiempo 42.1%, fácil acceso a los medicamentos 37.4% y 14.4% por economía. Y el principal motivo de salud por que se automedican es por algiás 73.8%, gripe con 49.7%, fiebre 33.8%, gastroenteritis 27.8% y edema 26.4%. **Conclusión:** La automedicación es frecuente en estudiantes del área de la salud y las principales causas de automedicación son falta de tiempo, fácil acceso, algiás, gripe y fiebre. El profesional de enfermería debe establecer estrategias de prevención para evitar el enmascaramiento y agravar el proceso de la enfermedad, resistencia a medicamentos, intoxicación e inclusive la muerte. Así mismo debe de fomentar que la automedicación es un componente del autocuidado.

Palabras clave: tratamiento farmacológico, automedicación, estudiantes del área de la salud, autoadministración, dolor, gripe humana.

REVISIÓN SISTEMATIZADA DE LAS INTERVENCIONES EDUCATIVAS PARA REDUCIR EL SEDENTARISMO EN PACIENTES CON CARDIOPATÍA ISQUÉMICA

Enf. Daniela Montserrat Rivera Aguilar¹, Enf. Lourdes Belem González Vargas¹.

¹Escuela de Enfermería del Instituto Nacional de Cardiología Ignacio Chávez, México.

RESUMEN

Introducción: El sedentarismo es un factor de riesgo que favorece la presencia de enfermedades no transmisibles, principalmente la cardiopatía isquémica, que es la segunda causa de mortalidad en todo el mundo; no obstante, la actividad física moderada y/o vigorosa como intervención estandarizada podría modificar o controlarlo. **Objetivo:** Conocer las intervenciones educativas más eficaces para reducir el sedentarismo. **Métodos:** revisión sistematizada con metodología integradora guiados por los pasos de Enfermería Basada en la Evidencia: pregunta clínica con formato PICOT, descriptores en ciencias de la salud de “intervenciones educativas”, “isquemia miocárdica” y “estilo de vida sedentario” en español, inglés y portugués; búsqueda de la evidencia científica en bases de datos (SciELO, PubMed, LILACS, CUIDEN, Biblioteca UNAM), incluyó artículos completos, publicados del 2013 a 2017; lectura y evaluación crítica de la evidencia con tabla de evidencia. **Análisis de contenido a profundidad para integración de la evidencia en dimensiones.** **Resultados:** Se identificaron 16 artículos. Prevalcieron estudios con nivel de evidencia III/C, publicada en países de gentilicio hispanoamericano y medicina. Se identificaron tres dimensiones: Factores de riesgo (estilo de vida, edad, estado físico, depresión), enfermedades (obesidad, hipertensión arterial sistémica, Diabetes mellitus), intervención educativa (seguimiento, visita domiciliaria, actividad física ligera-moderada 20/30 min trotar/caminar, alimentación, consejería de 15 a 30 minutos para establecer cambios de dieta de semáforo, atención psico-emocional). **Conclusión:** Las intervenciones educativas basadas en evidencia pueden ser eficaces para llevar un buen control del sedentarismo como factor de riesgo de la cardiopatía isquémica y mejorar la calidad de vida.

Palabras Clave: Intervenciones Educativas, estilo de vida Sedentario, isquemia miocárdica.