

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA PATAGONIA SAN JUAN BOSCO

FACULTAD DE CIENCIAS NATURALES Y CIENCIAS DE LA SALUD

LICENCIATURA EN ENFERMERÍA

TALLER DE INVESTIGACIÓN EN ENFERMERÍA

PERCEPCIÓN DEL AUTOCUIDADO DEL PATRÓN NUTRICIONAL DEL PERSONAL
DE ENFERMERÍA DE LA UNIDAD DE TERAPIA INTENSIVA DEL HOSPITAL SUBZONAL
SANTA TERESITA RW- CHUBUT 2023

Presentado por:

ENFERMERA MOÑAGORRI LILIANA.

Tutora: SILVINA ROSALESCOMODORO RIVADAVIA, Diciembre 2023

AGRADECIMIENTOS

Primero que nada, agradecer a Dios, por acompañarnos, guiarnos y cuidarnos en cada viaje, siempre en todo momento, doy gracias a la vida por este momento.

En segundo lugar, gracias a mi tutora Rosales, Silvina por este año que transitamos juntas, gracias profe por su dedicación y acompañamiento.

En tercer lugar, a mi familia, a mis hijas que en estos dos años mamá no estuvo presente como le hubiese gustado estar, gracias a mi marido que le tocó ser mamá, papá, amigo, etc., gracias familia de corazón por estar siempre, los amo hasta el infinito y más allá.

A mi mamy Victoria por estar siempre en cada detalle, siendo mamá y abuela, acompañando siempre mi trayectoria, mis altos y bajos durante estos dos años. Te amo mamita de mi corazón

A mi hermana Nadia y su familia, por cada mensaje de aliento, por recordarme lo importante que es esta profesión que tanto amo, los amo, gracias infinitas.

A mis sobrinos Flor y Ginito por estar cada vez que tía Lili estaba triste, agobiada, esos besos y abrazos que te vuelve el alma al cuerpo

A mi ángel, espero que estes orgulloso de tu gordita, te amo siempre Pá

A los promotores de esta odisea Dany y Lau, gracias por las risas, llantos, viajes, mates, libros, aliento, compañerismo, “si se puede”, o por lo menos falta poco ja, ja gracias infinitas.

A mis compañeros de trabajo, gracias por aportar su granito de arena ya sea en la investigación como así también cada vez que tenía que estudiar.

A mis amigas y compañeras de hockey por el aguante, siempre deseando lo mejor.

Gracias infinitas profe, familia, amigos y compañeros!!!!

Me despido con esta frase, “El éxito es la suma de pequeños esfuerzos repetidos día tras día”

ÍNDICE GENERAL

AGRADECIMIENTOS.....	II
ÍNDICE GENERAL.....	III
RESUMEN.....	V
Abstract:.....	VI
INTRODUCCIÓN.....	6
DESARROLLO.....	7
CAPÍTULO I.....	8
Dimensión epistemológica.....	9
Área Temática.....	9
LÍNEA DE INVESTIGACIÓN.....	11
OBJETO DE INVESTIGACIÓN.....	13
PREGUNTAS AL PROBLEMA.....	13
FUENTES DE INTERÉS.....	14
ESTADO DEL ARTE.....	14
MARCO REFERENCIAL/ CONCEPTUAL/ TEÓRICO (MRCT).....	23
OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	34
RELEVANCIA ACADÉMICA.....	35
CAPÍTULO II.....	36
Dimensión de la estrategia general.....	37
TIPO DE DISEÑO.....	37
POBLACIÓN EN ESTUDIO.....	38
SELECCIÓN DE MUESTRA/CASOS.....	38
CRITERIOS DE SELECTIVIDAD.....	39

ASPECTOS ÉTICOS- BIOÉTICOS.....	39
CAPÍTULO III.....	41
Dimensión de las técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	42
MAPEO/ CARTOGRAFÍA SOCIAL:.....	42
TÉCNICA RECOLECCIÓN DE DATOS.....	42
Entrevista.....	43
MATRIZ DE DATOS.....	44
CATEGORÍAS Y CONVERGENCIAS.....	121
INTERPRETACIÓN:.....	122
RE-CONTEXTUALIZACIÓN.....	126
CONCLUSIÓN GENERAL.....	128
BIBLIOGRAFÍA.....	129
ANEXO.....	133
ANEXO I: Consentimiento informado.....	133
ANEXO II: Entrevistas.....	135
Anexo III : Autorización institucional para realizar la investigación.....	155
Anexo IV: Consentimiento informado de los entrevistados.....	156

RESUMEN

Un problema de la práctica cotidiana puede, bajo ciertas circunstancias, transformarse en un problema científico, por lo tanto, se investigó sobre la percepción del autocuidado del patrón nutricional del personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del Hospital subzonal Santa Teresita, Rawson- Chubut 2023. El objetivo de la presente investigación es analizar la percepción del autocuidado del patrón nutricional del personal de enfermería, describir la influencia de la carga horaria del personal de enfermería, conocer la influencia del entorno laboral en la alimentación del personal de enfermería. La metodología, investigación cualitativa, tipo descriptivo con diseño fenomenológico y transversal. La recolección de datos se obtuvo mediante una entrevista semiestructuradas y con la observación directa. De los datos procesados de 12 preguntas, se obtuvieron 12 categorías de análisis con una agrupación en la que se llegó a 3 categorías de convergencia final. Los principales resultados obtenidos fueron que el personal enfermero se encuentra en un proceso para realizar una alimentación más saludable, reconocen la importancia de contar con un patrón nutricional equilibrado, aun así, se evidenció que existe un déficit para mantener una alimentación adecuada en los horarios laborales, reconociendo el almuerzo como la comida más importante del día. Se llegó a la conclusión de que los personales de enfermería tienen hábitos alimentarios inadecuados, atribuyéndose a la falta de tiempo y mala organización. Por lo anterior se recomienda fomentar la importancia de una alimentación adecuada, que haya un seguimiento y acompañamiento de parte de los profesionales de nutrición del hospital, para todo el personal de enfermería de la institución, para fomentar el autocuidado del personal de enfermería.

Palabras clave:

Enfermería - Hábitos alimentarios - Autocuidado - Patrón nutricional.

Abstract:

A problem of daily practice can, under certain circumstances, become a scientific problem, therefore, research was conducted on the perception of self-care of the nutritional pattern of the nursing staff of the intensive care unit of the Santa Teresita Subzonal Hospital, Rawson- Chubut 2023. The objective of this research is to analyze the perception of self-care of the nutritional pattern of the nursing staff, to describe the influence of the nursing staff's workload, to know the influence of the work environment on the nutrition of the nursing staff. The methodology, qualitative research, descriptive type with phenomenological and transversal design. Data collection was obtained through a semi-structured interview and direct observation. From the data processed from 12 questions, 12 categories of analysis were obtained with a grouping in which 3 categories of final convergence were reached. The main results obtained were that the nursing staff is in a process to make a healthier diet, they recognize the importance of having a balanced nutritional pattern, even so it was evidenced that there is a deficit to maintain an adequate diet during working hours, recognizing lunch as the most important meal of the day. It was concluded that the nursing staff has inadequate eating habits, attributed to lack of time and poor organization. Therefore, it is recommended to promote the importance of adequate nutrition, and that there is a follow-up and accompaniment by the hospital's nutrition professionals, for all the nursing staff of the institution, in order to promote self-care of the nursing staff.

Keywords:

Nursing - Eating habits - Self-care - Nutritional pattern.

INTRODUCCIÓN

La investigación es un procedimiento reflexivo, sistemático, controlado y crítico que tiene como finalidad descubrir, describir, explicar o interpretar los hechos, fenómenos, procesos, relaciones constantes o generalizaciones que se dan en un determinado ámbito de la realidad. J. A Yuni- C.A. Urbano (2014)

Un problema de la práctica cotidiana, puede bajo ciertas circunstancias, transformarse en un problema científico, por lo tanto, se investigó sobre la percepción del autocuidado del patrón nutricional del personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del Hospital subzonal Santa Teresita, Rawson- Chubut 2023.

El objetivo de la presente investigación es analizar la percepción del autocuidado del patrón nutricional del personal de enfermería, describir la influencia de la carga horaria del personal de enfermería, conocer la influencia del entorno laboral en la alimentación del personal de enfermería.

La investigación que se desarrolló fue de lógica cualitativa, de tipo descriptiva con diseño fenomenológico y transversal. Para así obtener una visión del fenómeno tal cual lo percibe el personal de enfermería.

La recolección de datos se obtuvo mediante una entrevista semiestructurada y con la observación directa de la población seleccionada de forma intencional no probabilística, siendo 5 los participantes de la misma.

Mediante una matriz de datos se procesaron 12 preguntas, se obtuvieron 12 categorías de análisis que se la agruparon y se llegó a 3 convergencias finales.

Los principales resultados obtenidos fueron que el personal enfermero se encuentra en un proceso para realizar una alimentación más saludable, reconocen la importancia de contar con un patrón nutricional equilibrado, aun así, se evidencio que existe un déficit para mantener una alimentación adecuada en los horarios laborales, reconociendo el almuerzo como la comida más importante del día.

Se llegó a la conclusión de que los personales de enfermería tienen hábitos alimentarios inadecuados, atribuyéndose a la falta de tiempo y mala organización.

Por lo anterior mencionado se recomienda fomentar la importancia de una alimentación adecuada, que haya un seguimiento y acompañamiento de parte de los profesionales de nutrición del hospital, para todo el personal de enfermería de la institución, para fomentar el autocuidado del personal de enfermería.

DESARROLLO

CAPÍTULO I

Dimensión epistemológica

Área Temática

En el área temática “salud laboral del personal de enfermería” se describe la percepción del autocuidado del patrón nutricional del personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del hospital subzonal Santa Teresita Rawson-Chubut 2023, siendo de interés personal conocer las mismas, como así también la inquietud por conocer tales percepciones del autocuidado de dicho personal.

La organización mundial de la salud (OMS, 1946) define a la salud como “un estado de completo bienestar físico, y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”. Luego de caracterizar el concepto de salud, también estableció una serie de componentes que lo integran:

- Estado de adaptación al medio (biológico y sociocultural);
- Estado fisiológico de equilibrio;
- Equilibrio entre la forma y la función del organismo (alimentación); y
- Perspectiva biológica y social (relaciones familiares, hábitos)¹.

Hay que mencionar, además, (OMS, 2014) refiere que el autocuidado se relaciona con todo aquello que las personas hacen por sí mismas para conservar sus condiciones de salud, cuyo propósito es el de promocionar la vida y el bienestar de los seres humanos, mientras que la gestión de la salud y seguridad en el trabajo, está orientada a preservar la integridad de las personas, siendo consciente de que un gran porcentaje del resultado es responsabilidad de cada uno y de su estilo de trabajo².

¹La definición de salud de la Organización Mundial de la Salud y la interdisciplinariedad. Sapiens. Revista Universitaria de Investigación, 9(1), 93-107. https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=concepto+autocuidado+oms&oq=autoc

²Hernández, M. R. (2015). Autocuidado y promoción de la salud en el ámbito laboral. *Revista salud bosque*, 5(2), 79-88. https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=concepto+autocuidado+oms&oq=autoc

Así mismo, un informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) sostiene que “los establecimientos públicos, como escuelas, guarderías, residencias de ancianos, hospitales, centros penitenciarios y los comedores de los establecimientos públicos pueden ser fundamentales para que todos comamos alimentos saludables y para prevenir así los 8 millones defunciones que se registran cada año a causa de la alimentación insalubre.

El objetivo del nuevo Plan de acción para formular y aplicar políticas públicas relativas a la adquisición de alimentos y los servicios de restauración en pro de la salubridad de la alimentación - en inglés elaborado por la OMS - es aumentar la disponibilidad de alimentos saludables mediante el establecimiento de criterios nutricionales para los alimentos que se sirven y venden en las instituciones públicas, así como reducir las enfermedades y defunciones evitables debidas al consumo elevado de sodio, sal, azúcares y grasas, en particular ácidos grasos trans, y a la ingesta insuficiente de cereales integrales, legumbres, frutas y hortalizas³.

Desde el nacimiento hasta el final de nuestra vida, es fundamental alimentarse de forma saludable para prevenir todas las formas de malnutrición y afecciones como la diabetes, el cáncer y otras enfermedades no transmisibles. El nuevo marco permitirá que los gobiernos elaboren, apliquen, supervisen y evalúen políticas públicas de adquisición de alimentos y de servicios de restauración coherentes con los principios básicos de la alimentación saludable establecida en las recomendaciones de la OMS (2021):

- Restringir la ingesta de sodio y procurar que la sal de consumo esté yodada;
- Limitar el consumo de azúcares libres;
- Priorizar el consumo de grasas insaturadas con respecto a las saturadas;
- Dejar de utilizar los ácidos grasos trans de elaboración industrial;
- Aumentar el consumo de cereales integrales, hortalizas, frutas, legumbres y frutos secos; y
- Garantizar la disponibilidad gratuita de agua potable⁴.

³ Organización Mundial de la Salud <https://www.who.int/es/news/item/12-01-2021-who-urges-governments-to-promote-healthy-food-in-public-facilities>

⁴ Organización Mundial de la Salud

Por otro lado, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) (2021) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) tienen como principal objetivo, la promoción de elecciones saludables, identificando alimentos con alto contenido calórico y bajo valor nutricional de manera rápida y sencilla.

En noviembre del año 2021 se promulgó en nuestro país la Ley de Etiquetado Frontal, reglamentada el miércoles 23 de marzo del 2022. El etiquetado frontal es una de las acciones enmarcadas en la ley de Promoción de la Alimentación Saludable. No aplica a los alimentos frescos, naturales o mínimamente procesados como frutas, verduras, carnes, entre otros ni tampoco aceite y sal de mesa o el azúcar⁵.

Con esto se hace mención a que a través de los hábitos saludables una dieta adecuada en cuanto a calidad y cantidad de nutrientes favorece el desarrollo y mantenimiento de una buena salud en todos los grupos de edad, considerando que realizar actividad física, tener una dieta equilibrada o dormir adecuadamente son algunas de las prácticas más recomendadas para tener una salud física y mental en buenas condiciones⁶.

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

El presente trabajo está encuadrado en la línea de investigación “El profesional de enfermería y la gestión del cuidado”, centrándose en la percepción del autocuidado del patrón nutricional del personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del hospital Santa Teresita Rawson- Chubut 2023.

Se ha observado que el personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del hospital Santa Teresita, seleccionado para la presente investigación, han precisado contar con dos trabajos, doblar turno (realizar, horas extras), tal problemática podría traer como consecuencia que el personal de enfermería no tenga el tiempo suficiente para recreación, descanso y alimentación adecuada.

5 Tiscornia, V. (2022). ¡Bienvenidos, octógonos! Etiquetado frontal: avances y desafíos. *BORDES*, (26), 35-41. file:///C:/Users/PC/Downloads/1365-Texto%20del%20art%C3%ADculo-2539-1-10-20221117.pdf

6 Romero, M. B. (2020). Hábitos alimenticios en el personal de salud y rendimiento laboral (Bachelor's thesis, Universidad Nacional de Rosario. Facultad de Ciencias Médicas.) <https://rehip.unr.edu.ar/handle/2133/22172>

Se considera que los factores mencionados con anterioridad, entre otros, son relevantes si se tiene en cuenta que la alteración de alguno de ellos tiene un gran impacto en el rendimiento físico, intelectual, salud y la capacidad de producción del personal de enfermería.

Esta situación se ve reflejada en la calidad de vida de estos trabajadores que pasan a adquirir una alimentación incompleta, insuficiente, poco variada e inadecuada para las actividades que realizan. Más allá del desequilibrio orgánico que genera una inadecuada alimentación, es imprescindible no dejar de lado el aspecto psíquico, el cual se manifiesta por la falta de interés por las cosas⁷.

Muchas veces se observa en este personal de enfermería, estados de irritabilidad, insomnio, cambios de humor, estreñimiento, falta de reflejos y fatiga, que inciden negativamente en el ámbito hospitalario porque se produce una atención de enfermería de baja calidad. Además, no presentan una ingesta de alimentos con frecuencia regular, y en ocasiones no realizan el número estipulado de comidas diarias, ni las colaciones en relación con el turno a trabajar. Es importante destacar que, al momento de ingerir alimentos, el personal de enfermería lo hace de manera rápida, en movimiento y se destaca un mayor consumo de grasas, azúcares e infusiones y menor proporción de lácteos, frutas y cereales.

Según la actividad laboral que se realiza, el requerimiento puede ser una dieta hipo o hiper calórico y a veces la cantidad/calidad de nutrientes es deficiente o excesiva, es por ello que aparecen casos de obesidad o bajo peso. Si a todo ello le agregamos la demanda del resto del equipo interdisciplinario por el aumento del trabajo, se crea una jornada laboral con aumento del estado de estrés, escasa oportunidad para el descanso y el consumo de alimentos, u omisión de esos momentos⁸.

Lo anteriormente indicado nos puede hacer reflexionar sobre la frase ¿Quiénes cuidan a los que cuidan? Ya que, si tenemos en consideración las rutinas del personal de enfermería podemos

⁷ Dotti, G., & Rodríguez, C. (2013). El multiempleo, ¿trae consecuencias en la calidad de vida del equipo de Enfermería que trabaja en unidades de Cuidados Intensivos?. *Revista Uruguay de enfermería*, 8(2) <http://rue.fenf.edu.uy/index.php/rue/article/view/51>

⁸ Orellano, V. (2011). Espacios de alimentación y hábitos alimentarios de los trabajadores. http://redi.ufasta.edu.ar:8082/jspui/bitstream/123456789/3308/2/2011_n_038e.pdf

observar un sistema de turnos rotativos, de seis horas cada turno, (06 a 12 turno mañana, de 12 a 18 turno tarde, de 18 a 24 turno intermedio y de 24 a 06 turno noche). En esta dirección Nola Pender (1996) estableció que la promoción de la salud está motivada por el deseo de aumentar el bienestar y de actualizar el potencial humano. Pender afirma que existen procesos biopsicosociales complejos que motivan a los individuos para que se comprometan con la conducta destinada al fomento de la salud⁹.

OBJETO DE INVESTIGACIÓN

Percepción del autocuidado del patrón nutricional del personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del hospital Santa Teresita Rawson –Chubut 2023.

PREGUNTAS AL PROBLEMA

1. ¿Cuál es la percepción que tiene el personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva con respecto al autocuidado del patrón nutricional?
2. ¿Cómo influye la carga horaria en la alimentación del personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva?
3. ¿Cómo influye el entorno laboral en la alimentación del personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva?
4. ¿Cómo cuida el personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva su alimentación?
5. ¿Qué hábitos alimentarios tiene el personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva?

FUENTES DE INTERÉS

El interés personal por analizar, conocer y describir sobre la percepción del autocuidado del patrón nutricional del personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del hospital Santa Teresita RW es lo que me llevó a realizar este proyecto, mediante la lectura de distintos trabajos de investigación elegidos, para poder aportar/ contribuir al servicio mencionado, la importancia del autocuidado del personal de enfermería.

⁹ Martha Raile Alligood y Ann Marriner Tomey (2011) Modelo y teorías en enfermería séptima edición, Elsevier. España SL

Es un gran desafío como trabajadores de esta gran profesión lograr una atención de alta calidad, y por supuesto, que se conserve un nivel óptimo de salud que permita trabajar de manera satisfactoria y evitando complicaciones futuras.

ESTADO DEL ARTE

En el trabajo que se realizó se analizó, conoció y describió la percepción del autocuidado del patrón nutricional del personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del hospital subzonal Santa Teresita, se utilizó distintos trabajos de investigación, como así también artículos de interés relacionados con el tema a desarrollar a continuación

Actualmente el trabajador se inserta a espacios laborales más vulnerables y con pocas posibilidades de conocer y hacer cumplir sus derechos en materia de salud y alimentación, generando una vida laboral se torna conflictiva trastocando de forma significativa cada una de las demás esferas en las que se encuentra envuelto el ser humano.

A continuación, se citan trabajos relacionados con el tema a investigar

Los hábitos alimenticios se consideran una construcción sociocultural que puede estar atravesada por diversos factores y ser fluctuante en el lapso de nuestras vidas, los vamos adquiriendo a medida que crecemos mediante el reflejo de nuestros pares. Hoy en día con el fácil acceso a la información sabemos que llevar una alimentación saludable, variada, equilibrada y energética nos llevará a sentirnos con mayor energía para poder realizar las actividades de la vida cotidiana. Como profesional de la salud creo que existen ciertos factores que afectan nuestro rendimiento laboral, uno de ellos es la alimentación. El objetivo general de este trabajo será determinar qué relación existe entre los hábitos alimenticios y el rendimiento laboral en el personal médico y de enfermería en un centro de salud municipal en la ciudad de Pérez en el primer semestre del año 2021. Como tipo de estudio; se optó por una investigación cuantitativa, bivariado, observacional, no experimental, con el tipo de estudio analítico, transversal y prospectivo. Como técnica de recolección de datos se utilizará la encuesta, utilizando al cuestionario como instrumento, cuyas preguntas se medirán mediante la escala de Likert. La población está conformada por la unidad de análisis que serán cada uno de los médicos y enfermeros de un centro de salud municipal, sector guardia. Para el plan de análisis, se

analizarán y procesarán los datos mediante el programa Epidat, aplicando estadísticas descriptivas. Se representarán los datos mediante graficas circulares y graficas de barras¹⁰.

Romero, M. B. (2020). Hábitos alimenticios en el personal de salud y rendimiento laboral (Bachelor's thesis, Universidad Nacional de Rosario. Facultad de Ciencias Médicas.)

Por otra parte, todavía son poco conocidas las especificidades que la organización alternada de turnos de trabajo puede representar para la salud y en particular para la alimentación y nutrición. El objetivo de este trabajo fue analizar los hábitos alimenticios y nutricionales en profesionales con turno rotatorios. Métodos: Se enrolaron 15 mujeres, personal sanitario, voluntarias sanas con normo peso. Rellenaron un recordatorio de 24 h y un cuestionario de frecuencias autocompletadas diariamente, de forma exhaustiva, con los alimentos consumidos durante 7 días¹¹.

Hernández, L. F., Santos, R. B., López, C. L. S., Romero, E., Rodríguez, A. B., Moratinos, C. B. I., & Juárez, J. C. (2012). Análisis nutricional y hábitos alimentarios en personal sanitario con turnos rotatorios. *Rev Esp Nutr Comunitaria*, 18(1), 200-204.

A su vez, el presente trabajo destaca la importancia de la nutrición, la obesidad, las enfermedades, los estilos de vida y el estrés, como parte de la visión de salud ocupacional entre los trabajadores del Hospital de La Anexión. Es una investigación descriptiva y se llevó a cabo durante los años 2000 y 2001. Se elaboró un cuestionario con 60 segmentos distribuidos en cinco partes: aspectos sociodemográficos, historia clínica, hábitos alimentarios, actividad física y estrés. Se utilizó además la entrevista, la cual fue directa y dirigida. Se trabajó con un muestreo estratificado y focalizado al azar del 30% del total de los empleados hospitalarios, lo que correspondió sobre un universo de 431 personas a 129 individuos, el 50% entre los 40 y 49 años de edad y la mayoría mujeres (51,1%). El 77% presenta algún grado de obesidad (el 91% de tipo ginoide). Padecen colitis el 62% (80% asocia obesidad), gastritis 41 % (79% con obesidad), várices el 33% (84% con obesidad), hemorroides el 19% (59% con obesidad), enfermedades cardiacas el 7% (67% con obesidad), diabetes mellitus el 25% (69% con obesidad) e hipertensión arterial el 15% (76% con obesidad). Presentan hemoglobinas bajas el 26,4% (79% obesos), hematocritos bajos el 30,2% (82%

10 . <https://rehip.unr.edu.ar/handle/2133/22172>

11 https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/Nutr_1-2012-art%205.pdf

obesos), glicemias elevadas el 37,2% (95,8% obesos), colesterol elevado el 82,9% (90,6% obesos), triglicéridos elevados el 72,9% (91,5% obesos) y ácido úrico elevado el 11,6% (100% obesos). Un 46% realiza algún tipo de ejercicio físico, la mayoría hombres (25%). Se encuentra una alta ingesta calórica tanto en hombres (6215 Kcal) como en mujeres (4180 Kcal) y el 84% consume alimentos fritos. El 60% consume alcohol, con altos porcentajes en ambos sexos (hombres 31% y mujeres 29%). El 83% presentan un nivel de estrés en zona elevada. Se recomienda a las autoridades hospitalarias y comités de apoyo contemplar medidas tendientes para abordar los aspectos de salud y enfermedad encontrados con base en los resultados de esta investigación, incluyendo estrategias de educación y promoción de la salud, poniendo énfasis en estilos de vida saludable. También se recomienda la implementación de un programa de atención integral interdisciplinaria en salud dirigido a los trabajadores¹².

Villarreal Ramírez, S. M. (2003). Prevalencia de la obesidad, patologías crónicas no transmisibles asociadas y su relación con el estrés, hábitos alimentarios y actividad física en los trabajadores del Hospital de la Anexión. *Revistas de Ciencias Administrativas y Financieras de la Seguridad Social*, 11(1), 83-96.

Más aun, el estudio tenía como objetivo establecer la relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional del personal de salud de la micro red virgen del Carmen, Bambamarca – 2014. Fue un estudio de tipo no experimental de nivel descriptivo y de diseño correlacional, cuya muestra fue 53 personales de salud. Entre sus conclusiones están El mayor porcentaje de personal de salud tiene 25 a 35 años, seguida por personal de salud de 36 a 46 años. A si mismo predomina el género femenino, según el tipo de profesión el 34%(18) son Lic. En enfermería, el 39%(21) técnicos de enfermería el 18%(10) médicos y un 9%(5) eran Lic. En obstetricia. Predomina entre el personal de salud hábitos alimentarios adecuados, pero también existe un mínimo, pero importante porcentaje de ellos que no tienen hábitos alimentarios adecuados. Un mayor porcentaje en los técnicos de enfermería del 17%(9) tienen sobrepeso y obesidad En las Lic. Enfermería el 22%(12) tienen estado nutricional normal y el 11%(6) tienen sobrepeso. Asimismo, en los médicos el 7%(4) tiene sobrepeso y también en el 4%(2) obstetricas Existe relación entre las variables hábitos alimentarios con el estado nutricional ya que según el IMC el 64% (34 profesionales de salud) tienen hábitos

12 https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1409-12592003000100009&script=sci_arttext

alimentarios saludables y no tienen sobrepeso y obesidad. Asimismo el 36%(19) no tienen hábitos saludables y según el IMC se encuentran en sobrepeso y obesidad¹³.

Vásquez Vásquez, N. J. (2017). Relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional del personal de salud de la Microred Virgen del Carmen, Bambamarca–2014.

Así mismo, el personal de salud que labora en áreas críticas como emergencia, cuidados intensivos y quirófano, está sometido a grandes presiones laborales que demandan su trabajo y servicio, por lo que el tiempo para dedicarle a su salud es muy limitado, los períodos para preocuparse de su alimentación son escasos, sumado a que duermen y descansan poco, traen como consecuencias el deterioro paulatino de su estado de salud, que condicionan su calidad de vida, por ese motivo se planteó en esta investigación; Evaluar en qué medida el estado nutricional del personal de salud de entre 30 y 50 años de edad que trabaja en áreas críticas como son cuidados intensivos, emergencia y quirófano de 4 hospitales públicos en las ciudades de Quito y Guayaquil incide en la calidad del sueño, la actividad física y los patrones alimentarios. Por su naturaleza la investigación fue aplicada, de tipo correlacional, porque midió el grado de intensidad y significancia en las variables del estudio. Para evaluar el estado nutricional Se utilizó el Cuestionario de Comportamiento Alimentario; CA, mientras que, para la calidad del sueño, se utilizó la Escala del Índice de Calidad del Sueño de Pittsburgh; PSQ, y finalmente para la actividad física y patrones alimentarios, se utilizó el índice metabólico; MET, además de aplicar el Cuestionario Internacional de Actividad Física; IPAQ. Fue aplicado a una muestra de 292 profesionales de la salud, obteniendo que el estado nutricional predominante fue la obesidad; 53,28 por ciento, seguido del sobrepeso con un 39,38 por ciento; en cuanto a la calidad del sueño duermen entre 4 y 5 horas; 89,38 por ciento, y descansan entre 5 y 6 horas; 84,94 por ciento, la actividad física que realizan es la ligera; 79,79 por ciento. Concluyendo que el estado nutricional de los profesionales de la salud se relaciona con la calidad del sueño, la actividad física y los patrones alimentarios al obtener un coeficiente de significancia asintótica o p-valor menor al 5 por ciento para cada variable¹⁴.

Riofrío Ordóñez, R. A., & Karol Jennifer, R. G. (2023). Estado nutricional del personal de salud de entre 30 y 50 años de edad que trabaja en áreas críticas como son cuidados intensivos,

13 <https://repositorio.uap.edu.pe/handle/20.500.12990/921>

14 <https://dspace.udla.edu.ec/handle/33000/14822>

emergencia y quirófano de 4 hospitales en las ciudades de Quito y Guayaquil y su incidencia en la calidad del sueño, la actividad física y los patrones alimentarios (Master's thesis, Quito: Universidad de las Américas, 2023).

Por otra parte, el personal sanitario del Hospital Vilcabamba no está exento de sufrir malnutrición, así pues, la obesidad y el sedentarismo se han convertido en una epidemia que afecta a todas las personas a nivel mundial y es un problema que está vinculado a la mayoría de las causas de muerte en todas las regiones. Nuestra propuesta radicó en determinar el estado nutricional y factores asociados en los trabajadores sanitarios afluentes a la casa de salud en mención, mediante un estudio descriptivo transversal con el uso de encuesta, instrumentos biomédicos y aplicativos ofimáticos. De la muestra obtenida, el 13,8 por ciento del personal hospitalario sufre de obesidad, el 72,3 por ciento de sobrepeso y el 4,6 por ciento de bajo peso; el 77 por ciento presenta hábitos alimenticios inadecuados, de este rango el 13,9 por ciento es obeso y el 58,4 por ciento presenta sobrepeso; el 69,2 por ciento padece sedentarismo, de los cuales el 10,8 por ciento es obeso y el 50,8 por ciento presentan sobrepeso. Según la fórmula Pearson arroja un valor de correlación de 0.99 de ambas variables, demostrando una fuerte asociación entre el estado nutricional y los factores asociados, causa directa para padecer enfermedades crónicas no transmisibles¹⁵.

Lara Orellana, C. M., & Ojeda Luzuriaga, J. K. (2023). Estado nutricional y factores asociados en el personal de salud del Hospital Básico de Vilcabamba-Loja, 2023 (Master's thesis, Quito: Universidad de las Américas, 2023)

Habría que decir también, este estudio pretende demostrar la relación directa del estado nutricional de cada colaborador con el desempeño laboral, se realiza un estudio de cohorte transversal siendo un estudio observacional y descriptivo que mide prevalencia en un lugar y en un tiempo determinado esto por medio de variables antropométricas para calcular el diagnóstico nutricional junto con el cálculo del desempeño laboral. En caso de encontrar una relación negativa entre el estado nutricional y el desempeño laboral se podrá generar hábitos de vida saludable de los colaboradores, para generar un cambio en la forma de pensar de los empresarios y promover futuras emergencias que reforzarán la alimentación en el sitio de trabajo, impidiendo una población trabajadora con futuras enfermedades crónicas y contribuyendo con la política pública de promoción

15 <http://dspace.udla.edu.ec/handle/33000/14735>

y prevención, de esta manera se podrá obtener un mejoramiento en la productividad de la empresa y se dará pauta para que las demás empresas puedan promover hábitos de vida saludable entendiendo sus múltiples beneficios como; mejor desempeño, menor cantidad de ausentismos, menor riesgo de enfermedades, disminución en los costos y bajo nivel de estrés¹⁶.

Pita Ruiz, A. M. (2016). Estudio de la relación del desempeño laboral con el estado nutricional y posibles enfermedades crónicas, en las auxiliares de dieta del servicio de alimentos de la Fundación Santa Fe de Bogotá.

Otro rasgo de, identificar los conocimientos, percepciones y comportamientos relacionados con el consumo de la sal y el sodio alimentarios y su relación con la salud y el etiquetado nutricional de los alimentos, en tres países de la Región. Métodos. Estudio cualitativo-exploratorio basado en entrevistas semiestructuradas, según las categorías del modelo de creencias en salud. Se realizaron 34 entrevistas y 6 grupos focales con líderes comunales (71 informantes en total) en áreas rurales y urbanas de Argentina, Costa Rica y Ecuador. Resultados. El consumo de sal varía en las áreas rurales y urbanas de los tres países. Para la mayoría de los entrevistados, los alimentos no se podrían consumir sin sal y solo las personas que consumen una cantidad excesiva de sal tendrían riesgos para la salud. Se desconoce que los alimentos procesados contienen sal y sodio. Aunque no medían la cantidad de sal agregada a las comidas, los participantes consideraban que consumían poca sal y no percibían su salud en riesgo. La mayoría de los informantes no revisaba la información nutricional y los que lo hacían manifestaron no comprenderla. Conclusiones. Existe un conocimiento popular en relación con la sal, no así con el término “sodio”. Se consume más sal y sodio de lo informado y no hay perspectivas de reducción. Aunque se sabe que el consumo excesivo de sal representa un riesgo para la salud, no se perciben en riesgo. El reemplazo de la palabra sodio por sal facilitaría la elección de los alimentos¹⁷.

Sánchez, G., Peña, L., Varea, S., Mogrovejo, P., Goetschel, M. L., Montero-Campos, M. D. L. Á., ... & Blanco-Metzler, A. (2012). Conocimientos, percepciones y comportamientos

¹⁶ <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/10630>

¹⁷ <https://www.scielosp.org/pdf/rpsp/v32n4/03.pdf>

relacionados con el consumo de sal, la salud y el etiquetado nutricional en Argentina, Costa Rica y Ecuador. *Revista panamericana de salud pública*, 32(4), 259-264.

Habría que decir también, el proceso de cuidar es el resultado de una construcción propia de cada situación, se origina con la identificación de los problemas de salud y las necesidades reales o potenciales de la persona, familia y comunidad que demandan cuidado. Esta construcción es el resultado de la relación entre quienes ofrecen el cuidado y quienes lo demandan y que puede generar autonomía o dependencia como consecuencia de las actividades que asuma el enfermero. Nuestro objetivo es analizar las reflexiones derivadas del pensamiento enfermero, su vigencia, relación del estilo de vida y el autocuidado de la persona, la familia y la comunidad descrito como un esencial componente transcultural en el nivel primario de atención de salud en Cuba. Es en este dónde existe el escenario valorativo de las áreas que necesitan ser examinadas por la Enfermería para planificar cuidados, atendiendo a elementos como el régimen nutricional, hábitos tóxicos, creencias religiosas, costumbres y prácticas culturales, valores culturales, estrés, comportamiento sexual, relaciones humanas y sentido de la vida. Se hizo un trabajo descriptivo informacional sobre el componente transcultural, estilo de vida mediante revisión bibliográfica y toma de partido por la experiencia profesional y las características de nuestro sistema único de salud, basados en las teorías de *Orem* y *Leininger*, se obtuvo un patrón de conducta en el modo de actuación enfermero para brindar un autocuidado holístico actualizado, fundamentado, responsable y coherente culturalmente ajustado a las necesidades de las personas, sus valores, creencias y estilo de vida¹⁸.

Rojas Teja, J., & Zubizarreta Estéve, M. (2007). Reflexiones del estilo de vida y vigencia del autocuidado en la atención primaria de salud. *Revista Cubana de enfermería*, 23(1), 0-0.

En cuanto a, esta investigación tuvo por objeto describir cambios en los hábitos alimentarios y factores relacionados percibidos por los estudiantes de enfermería de la universidad El Bosque, durante su proceso de formación académica, como una contribución al conocimiento de esta problemática, con miras a fortalecer estilos de vida saludables en la comunidad universitaria, por medio de la promoción de hábitos alimentarios adecuados, para lo cual se realizó un estudio descriptivo transversal.

¹⁸ http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=s0864-03192007000100007&script=sci_arttext

La población de estudio estuvo constituida por los alumnos matriculados de primero a décimo semestre, durante el primer período académico del año 2007, en la facultad de Enfermería de la Universidad El Bosque. Se excluyeron todos los estudiantes que tenían algún tipo de patología relacionada y adquirida antes de su ingreso a la Universidad, tales como gastritis, estreñimiento e hipoglucemia, entre otras. Se contrastaron los hábitos alimentarios que tenían antes del inicio de su carrera con los adquiridos posteriormente durante su proceso de formación profesional. Los resultados del estudio mostraron que el 43% de los estudiantes de enfermería tienen hábitos alimentarios inadecuados, atribuyéndose a la falta de tiempo y a la poca variedad en la oferta de platos dentro de la universidad. Por lo anterior se recomendó: 1. Fomentar la importancia de una alimentación para el mantenimiento de la salud, la prevención de enfermedades y el desarrollo integral del cuerpo humano, a través de la estrategia de información, comunicación y educación IEC- dirigida a los estudiantes; 2. Promocionar el incremento de la variedad de ofertas de platos, a través de la ampliación de menús o de la creación de nuevos sitios de alimentación dentro del campus universitario, y 3. Realizar nuevas investigaciones para profundizar en el conocimiento de ésta problemática, con miras a mejorar y fortalecer los hábitos alimentarios estudiantes, para mantener la salud, prevenir enfermedades y permitir el desarrollo integral de su organismo¹⁹.

Saad Acosta, C. (2016). Cambios en los hábitos alimentarios de los estudiantes de Enfermería de la Universidad El Bosque durante su proceso de formación académica, Bogotá, D. C., 2007. *Revista Colombiana De Enfermería*, 3, 51–60.

Se debe agregar que, el entorno laboral es un ámbito propicio para la promoción de la salud, dado el tiempo dedicado al trabajo diariamente. Las enfermedades desencadenadas por hábitos inadecuados se traducen en un alto costo para los empleadores. El objetivo del estudio fue comparar el estado nutricional, hábitos de alimentación y de vida saludable en un grupo de funcionarios que cuenta con un programa de Entorno Laboral Saludable y otro grupo que no, en la ciudad del Asunción, Paraguay, en el año 2014. Se realizó evaluación antropométrica, nutricional y encuestas sobre hábitos saludables a 121 funcionarios de dos empresas distintas: 55 personas con entorno laboral saludable (Grupo A) y 66 personas sin el entorno laboral saludable (Grupo B). Se observaron diferencias entre grupos en: ingesta de tipos de alimentos, comer entre comidas, realización de

¹⁹ <https://doi.org/10.18270/rce.v3i3.1402>

comidas principales, horas de sueño y actividad física. No se hallaron diferencias en cuanto al estado nutricional, adiposidad abdominal, tiempo dedicado a la alimentación, calidad del sueño, consumo de tabaco y alcohol. Los resultados encontrados sugieren que un entorno laboral saludable predispone a la promoción de un estilo de vida saludable en un ambiente laboral²⁰.

Paredes, F. G., Ruiz Díaz, L., & González, N. (2018). Hábitos saludables y estado nutricional en el entorno laboral.

Se debe agregar que, la mayoría de las áreas del campo laboral del nutricionista, involucran en algún momento ya sea directa o indirectamente, estimular, guiar o inducir el cambio de conductas ligadas a la alimentación, proceso que se realiza a través de la enseñanza y el aprendizaje. Sin embargo, en la actualidad, esto se reduce en muchas ocasiones a la transmisión del conocimiento de manera unidireccional, donde la persona a cargo de realizar los cambios en realidad es un sujeto pasivo a cargo de seguir indicaciones. Por el contrario, el Coaching Nutricional (CN), es un proceso a través del cual la persona es totalmente activa en su cambio, identifica y vence sus obstáculos, crea el entorno adecuado, adopta una actitud y determinación necesarias para conseguir adaptar su alimentación, logrando a su vez mejorar otros aspectos de su persona y de su estilo de vida. En esto es clave evaluar el grado de motivación del sujeto, estableciendo estrategias específicas de acuerdo a los intereses y factores que motivan su cambio de conducta, de manera de favorecer la adherencia terapéutica y el cambio real de conductas en salud²¹.

Revista chilena de nutrición, 45(2), 119-127. Moya, J. (2019). Coaching Nutricional y motivación para el cambio de conducta alimentaria. Revista chilena de nutrición, 46(1), 73-80.

MARCO REFERENCIAL/ CONCEPTUAL/ TEÓRICO (MRCT)

El presente trabajo investigativo fue iniciado a raíz de la observación de una problemática en la alimentación del personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del hospital sub zonal Santa Teresita.

20 https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182018000300119&script=sci_arttext&tlng=en

21 <http://dx.doi.org/10.4067/s0717-75182019000100073>

Dicha institución se ubica en la ciudad capital Rawson Chubut, con dirección en Julio Argentino Roca 555, teléfono de contacto 2804481260, es un hospital público, abierto las 24 hs los 365 días del año, a la prestación de servicios de salud en base a cuidados progresivos, con criterio de equidad, gratuidad, accesibilidad, integralidad y calidad de atención, mediante acciones de promoción, prevención, recuperación y rehabilitación de la salud en todas sus unidades dependiente.

Cuenta con servicio de internación, teco ginecología, pediatría, clínica/ quirúrgica, guardia, salud mental, patología prevalente, unidad de terapia intensiva. Quirófano, laboratorio, Rx, ecografía, mantenimiento, sectores administrativos, conforman los servicios complementarios a los cuales se suman, los servicios descentralizados de consultorios externos con sus especialidades (diabetes, oftalmología, cardiología, nutrición, control de niño sano, rehabilitación, servicio social, etc.) y siete centros de atención primaria ubicados en los barrios en distintos puntos de la ciudad.

La unidad de terapia intensiva es un servicio nuevo en la institución, comenzó a funcionar en épocas de pandemia con 8 camas, las cuales actualmente quedan 5 box, cada unidad cuenta con cama electrónica, monitor multiparametricos, respiradores mecánicos, paneles de oxígeno central, bombas infusoras, 2 carros desfibriladores, sector para preparado de medicación y stock de las mismas, heladera para la medicación.

Si bien el servicio no tiene vestuario, recurre al uso de un baño para tal fin. También existe un pequeño sector, que es utilizado a modo de estar de enfermería y es el lugar de descanso y alimentación del personal cuenta con una mesita, sillas, un microondas, bacha, agua caliente y fría, cubiertos y plato, un televisor.

Respecto al plantel, se conforma por 18 personas: 1 jefe del servicio licenciada, 4 licenciados en enfermería, 9 enfermeros profesionales (6 estudiando la licenciatura en enfermería) y 4 auxiliares de enfermería. Todos pertenecen a planta permanente. La carga horaria se cumplimenta según convenio colectivo de trabajo (CCT) N° 164/13 donde especifica que el personal de enfermería trabajará en jornadas laborales de 6 horas y cumplimentando 30 horas semanales. La planilla de rotación de turno es modificada mensualmente, cumpliendo con dicha reglamentación del CCT, es

por ello que, los enfermeros trabajan en turnos rotativos y con franco móvil, contando solo con un fin de semana libre y un sábado o un domingo libre por mes²².

La enfermería tiene como esencia el cuidado autónomo, y que se dedican a grandes rasgos de personas de distintas edades, familias, grupos y comunidades, en la promoción, prevención y rehabilitación de la salud. Enfermería, profesión que se caracteriza por poseer una formación básica en todas las áreas de la ciencia de la salud. Permanece las 24 horas del día, los 365 días del año con pacientes/ clientes, proporcionando un cuidado con dedicación y la atención a las personas, en cualquier etapa de la vida²³.

Es necesario recalcar que, el ejercicio de la enfermería comprende las funciones de promoción, recuperación y rehabilitación de la salud, así como la de prevención de enfermedades, realizadas en forma autónoma dentro de los límites de competencia que deriva de las incumbencias de los respectivos títulos habilitantes.

Asimismo, será considerado ejercicio de la enfermería la docencia, investigación y asesoramiento sobre temas de su incumbencia y la administración de servicios, cuando sean realizados por las personas autorizadas por la presente a ejercer la enfermería. Reconoce la ley 24004 dos niveles para el ejercicio de la enfermería:

a) Profesional: Consistente en la aplicación de un cuerpo sistemático de conocimientos para la identificación y resolución de las situaciones de salud-enfermedad sometidas al ámbito de su competencia;

b) Auxiliar: Consistente en la práctica de técnicas y conocimientos que contribuyen al cuidado de enfermería, planificado y dispuesto por el nivel profesional y ejecutado bajo su supervisión²⁴.

22 Convenio Colectivo de Trabajo de Salud - Chubut homologado por Resolución N° 164/13 - STR año

23 Barragan Cajusol, M. (2020). Autocuidado de las enfermeras durante el trabajo nocturno en un hospital público. Lambayeque, 2018. <http://hdl.handle.net/20.500.12423/2411>

24 Ley 24004 Ejercicio de la enfermería

Dicho de otra manera, la profesión de enfermería conlleva un esfuerzo constante y su quehacer desde el punto de vista humanitario, integra al desarrollo e implementación de nuevos mecanismos permitiendo la implementación de conocimientos científicos técnicos, para poder ejecutar estrategias que construyan a la mejoría del paciente/ cliente, pero al mismo tiempo deja a un lado la conservación de su propia salud, ya que el personal de salud está expuesto a múltiples riesgos y factores que podrían afectar seriamente su salud, uno de esos factores son los hábitos alimenticios que en ocasiones lo pueden manifestar con actitudes apáticas y con desintereses que terminan afectando su desempeño laboral.

Los hábitos alimentarios son comportamientos conscientes, colectivos y repetitivos, que conducen a las personas a seleccionar, consumir y utilizar determinados alimentos o dietas, en respuesta a unas influencias sociales y culturales. El proceso de adquisición de los hábitos alimentarios comienza en la familia²⁵. Como menciona la Fundación Española (2014) los hábitos alimenticios responden a conductas socioculturales en donde las personas pueden influir unas en otras en los hábitos, características que se extiende en el personal de enfermería.

Según la información bibliográfica que establece el autor, Sananes Luis (2006) la alimentación es mucho más que la simple ingesta de alimentos, ya que supone un factor primordial a la hora de mantener un buen estado de salud de las personas, pero sobre todo de quienes realizan actividad laboral que requiera permanecer en el lugar de trabajo y consumir alimentos allí.

Con el paso del tiempo este acto de “comer” ha transitado diversos cambios que han tenido estrecha relación con los avances de la actividad, dichos progresos han sido muy beneficiosos para el sector de salud gracias a la inclusión de nueva tecnología, permitiendo la detección temprana de diversas patologías como así también de sus tratamientos²⁶.

Esta situación hace que el personal de enfermería juegue un rol preponderante en su quehacer y a la vez les permite la capacitación y especialización en sus áreas de trabajo. Pero

25 Fundación Española de la nutrición 1 de octubre 2014 <https://www.fen.org.es/blog/habitos-alimentarios/>

26 SANANES, Luis;” Alimentación Fisiológica”; 1ª edición; editorial Distal; Bs As; febrero 2006

contrariamente a estos avances, los enfermeros viven a diario jornadas laborales con menor tiempo para el descanso, debido a la numerosa demanda de pacientes cada vez más exigentes²⁷.

Si se profundiza en el tema de la alimentación en este contexto, se hace necesario indagar aún más sobre la evolución de la misma. Para comprender mejor esta modificación a través de los años, se desarrollará la evolución de la alimentación desde su etapa instintiva hasta nuestros días.

Primitivamente los hombres se dedican a la recolección de hojas y frutos para poder alimentarse y de ese modo sustentar los requerimientos energéticos necesarios para realizar sus actividades de supervivencia. En ese momento su accionar era totalmente instintivo.

Más adelante, incorporaron la cacería para incluir las carnes en su dieta y el fuego, ya que la cocción facilita la masticación, digestión y conservación de los alimentos, en primera instancia estos grupos de personas eran nómadas, pero con la consolidación de la agricultura y la ganadería, implementaron el sedentarismo. De esta manera, con esta modalidad, se inicia la alimentación civilizada, ya que podían producir sus propios alimentos.

Luego, con los avances tecnológicos, se ponen en juego diversas conductas de alimentación debido a que los cambios culturales, sociales y laborales han propiciado esta situación. Como consecuencia de estos progresos, la sociedad se alimenta con comida diferente, de manera diferente, en un ambiente diferente y generando mayormente sobrepeso y obesidad²⁸.

El autocuidado tiene que ver con aquellos cuidados que se proporciona a la persona para tener una mejor calidad de vida, autocuidado individual, o los que son brindados en grupo, familia, o comunidad, autocuidado colectivo.

El autocuidado está determinado por aspectos propios de la persona y aspectos externos que no dependen de ella; estos determinantes se relacionan con los factores protectores para la salud,

27 Tapia Mielles, M. A., & Rich Ruiz, M. (2021). El Entorno laboral y la nutrición del personal de enfermería en áreas hospitalarias. *Vive Revista de Salud*, 4(11), 32-59. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2664-32432021000200032&script=sci_arttext

28 SANANES, Luis; "Alimentación Fisiológica"; 1ª edición; editorial Distal; Bs As; febrero 2006 pag. 178

tanto como con los factores de riesgo, que generan, según el caso, prácticas favorables o riesgo para la salud.

El personal de salud es el responsable del fomento del autocuidado en las personas, tanto con su testimonio de vida sana cómo con la educación, como herramienta, para que las personas puedan optar por prácticas favorables a la salud²⁹.

A continuación, se desarrolla la teoría de enfermería que son de interés personal para sustentar dicha investigación.

Los patrones funcionales de salud de Gordon (1982) son una configuración de comportamientos, más o menos comunes a todas las personas, que contribuyen a su salud, calidad de vida y al logro de su potencial humano, y que se dan de una manera secuencial a lo largo del tiempo.

Gordon (1982), enfermera y profesora emérita en el Boston College, creó Patrones Funcionales para enseñarles a los alumnos de la Escuela de Enfermería de Boston cómo debían realizar la valoración de los pacientes, los cuales puntualizan en once áreas de la salud. Dichos patrones funcionales de la salud “tienen un enfoque funcional, de desarrollo y cultural que permite su aplicación a todos los ámbitos, especialidades y grupos de edad. Los patrones son configuraciones de comportamientos construidos desde las descripciones del cliente y las observaciones de la enfermera. Entender un patrón puede ser difícil hasta que no se hayan valorado todos los patrones debido a la naturaleza interdependiente de los patrones”.

Los patrones funcionales nos permiten comprender en mayor profundidad el trabajo que se realiza en dicha investigación ya que; se adaptan muy bien al ámbito del cuidado preventivo y de promoción de la salud; permitiendo estructurar y ordenar la valoración a nivel individual.

Seguidamente, se desarrollarán los patrones funcionales, que sustentan dicha investigación

29 Tobón Correa O. El autocuidado una habilidad para vivir. *Hacia Promoc. Salud* [Internet]. 19 de diciembre de 2003 [citado 12 de agosto de 2023];8:38-50. Disponible en: <https://revistasoj.s.ucaldas.edu.co/index.php/hacialapromociondelasalud/article/view/1870>

Patrón 1: percepción-manejo de la salud. Describe la percepción del cliente de su patrón de salud y bienestar y cómo lo maneja. Incluye la percepción del individuo de su estado de salud y de su relevancia para las actividades actuales y sus planes futuros. También incluye el manejo de los riesgos para la salud y las conductas generales de cuidado de la misma, tales como las medidas de seguridad y la realización de actividades de promoción de la salud física y mental, prescripciones médicas o enfermeras y revisiones periódicas.

Patrón 2: nutricional - metabólico. Describe el consumo de alimentos y líquidos del cliente en relación con sus necesidades metabólicas y los indicadores del aporte local de los nutrientes. Incluye los patrones individuales de consumo de alimentos y líquidos: horarios de las comidas, tipo y cantidad de alimentos y líquidos consumidos, preferencias alimentarias y el uso de suplementos nutricionales o vitamínicos.

Patrón 4: actividad-ejercicio. Describe las capacidades para la movilidad autónoma y las actividades de la vida diaria que requieren gasto energético, tales como las de realizar la higiene general, ponerse y quitarse la ropa, comer, cocinar, comprar, trabajar, hacer las tareas de la casa... También están incluidos el tipo, cantidad y calidad del ejercicio, así como las costumbres de ocio y recreo llevadas a cabo. Si procede, se incluyen los factores que interfieren con las actividades deseadas o esperadas por el individuo.

Patrón 7: autopercepción y autoconcepto. El objetivo de la valoración de este patrón es conocer el concepto y la percepción que el individuo tiene de sí mismo. Incluye las actitudes hacia uno mismo, la percepción de las capacidades (cognitivas, afectivas o físicas), imagen, identidad, sentido general de valía y patrón emocional general.

Patrón 8: rol y relaciones. Describe la percepción (satisfacción/insatisfacción) y grado de compromiso con los roles más importantes y las responsabilidades en la situación actual del cliente. Están incluidos la satisfacción o las alteraciones en la familia, trabajo o relaciones sociales, y las responsabilidades relacionadas con estos roles, incluida la capacidad de obtener ingresos suficientes para cubrir las necesidades y las condiciones de habitabilidad del hogar³⁰.

30 Bellido Vallejo, José Carlos; Lendínez Cobo, José Francisco (D.L. 2010). Proceso enfermero desde el modelo de cuidados de Virginia Henderson y los lenguajes NNN (1a. ed edición). Colegio Oficial de Enfermería de Jaén. ISBN 978-84-694-0295-5. OCLC 776593497. Consultado el 28 de abril de 2021. Edelman, C.L., & Mandle, C.L.,

A continuación, se desarrollará la teoría de conservación de Myra E. Levine (1973)

“La conservación describe el modo en que los sistemas complejos son capaces de continuar funcionando en circunstancias difíciles”, mediante la conservación, los individuos son capaces de enfrentarse a los obstáculos, adaptarse y mantener su integridad.

“El objetivo de la conservación es la salud y la fuerza para enfrentarse a las discapacidades” y “las normas de conservación y de integridad intervienen” en todas las situaciones donde se precisa un cuidado enfermero “el principal objetivo de la conservación es mantener íntegro al individuo en su globalidad”

Los tres conceptos principales del modelo de conservación son: globalidad, adaptación y conservación.

- *Globalidad (Holismo)*: Levine basó el uso del concepto de la globalidad en la descripción que Erikson hacía de este término como un sistema abierto. Levine cita a Erikson, quien afirma que “la globalización se basa en una relación mutua sólida, orgánica y progresiva entre diversas funciones y partes de un todo, cuyos límites son abiertos y fluidos”. Levine considera que la definición de Erikson ofrece la oportunidad de explorar las partes del todo y de entenderlo. La integridad se define como la unidad de los individuos e indica que estos reaccionan de un modo integral y único a los retos del entorno.
- *Adaptación*: “la adaptación es un proceso de cambio mediante el cual el individuo se ajusta a las realidades de su entorno externo e interno para permanecer íntegro”. La conservación es el resultado. Algunas adaptaciones funcionan y otras no. La adaptación es gradual, no es un proceso de o todo o nada. No existe una mala adaptación. Levine menciona tres características de la adaptación:
 1. historia
 2. especificidad
 3. redundancia

(2006) In D. Como, L. Thomas (Eds.), *Health Promotion Throughout the Lifespan* St. Louis, Missouri: Mosby Adapted from: Gordon, M. (1994) *Nursing Diagnosis: Process and Application*, 3d Ed. St. Louis: Mosby

Levine afirma “todas las especies tienen patrones de respuesta fijos diseñados únicamente para garantizar el éxito en las actividades básicas de la vida y demostrar que la adaptación es histórica y específica”.

Además, puede que los patrones adaptativos estén en el código genético del individuo. La redundancia representa las opciones de seguridad disponibles para los individuos con el fin de garantizar la adaptación. La pérdida de la redundancia de opciones, ya sea debido a traumatismo, edad, enfermedad o las condiciones del entorno, dificulta que el individuo continúe vivo. Levine sugirió que “existe la posibilidad de que el envejecimiento sea una consecuencia de la falta de procesos fisiológicos y psicológicos”.

- *Entorno:* así mismo, Levine consideraba que cada individuo tenía su propio entorno, tanto interno como externo. Las enfermeras pueden considerar que el entorno interno del paciente son sus características fisiológicas y fisiopatológicas. Levine utilizó la definición Bates del entorno externo y sugirió tres niveles:
 1. perceptivo
 2. operacional
 3. conceptual

Estos niveles determinan las interacciones entre los individuos y sus entornos. El nivel perceptivo está constituido por las características del mundo que los individuos son capaces de sentir e interpretar con sus sentidos. El nivel operacional incluye todo lo que pueda afectar a los individuos físicamente, aunque no puedan percibirlo directamente, como los microorganismos. En el nivel conceptual, el entorno se construye a partir de los patrones culturales, caracterizados por la existencia espiritual y transmitida por medio de los símbolos del lenguaje, el pensamiento y la historia.

- *Respuesta del organismo*: es la capacidad del individuo para adaptarse a las condiciones de su entorno. Puede dividirse en cuatro niveles de integración:
 1. lucha o vuelo
 2. respuesta inflamatoria
 3. respuesta al estrés
 4. conocimiento perceptivo

El tratamiento se centra en la gestión de estas respuestas a la enfermedad y al patógeno que la causa.

- *Lucha o vuelo*: la respuesta más primitiva es el síndrome de lucha o vuelo. El individuo se siente amenazado, independientemente de que la amenaza sea real o no. La hospitalización, la enfermedad y las nuevas experiencias provocan una respuesta que consiste en poner al individuo en un estado de alerta para garantizar su seguridad y su bienestar.
- *Respuestas Inflamatorias*: este mecanismo de defensa protege al individuo de las agresiones en un entorno hostil. Es un modo de curación. La respuesta utiliza la energía disponible para eliminar o mantener fuera los agentes irritantes o patógenos no deseados. Solo puede utilizarse durante un periodo de tiempo limitado, ya que consume gran parte de las reservas de energía del individuo. El control del entorno es importante.
- *Respuesta al estrés*: Selye describió el síndrome de respuesta al estrés según cambios del organismo predecibles, no específicamente inducidos. El desgaste de la vida se acumula en los tejidos y refleja las respuestas hormonales a largo plazo con respecto a las experiencias vitales que puedan provocar cambios estructurales. Se caracteriza por su carácter irreversible y por su influencia en el modo en que el paciente responde al cuidado enfermero.
- *Conocimiento perceptivo*: esta respuesta se basa en el conocimiento perceptivo del individuo. Solo tienen lugar cuando el individuo experimenta el mundo a su alrededor. Entonces utiliza esta respuesta para buscar la seguridad y mantenerla. Se trata de buscar información.

Principios de conservación

Para alcanzar los objetivos del modelo de conservación, hay que llevar a cabo intervenciones que se ajusten a los principios de conservación.

- *conservación de la energía:* El individuo necesita equilibrar su energía y renovarla constantemente para mantener sus actividades vitales. Los procesos como la curación y el envejecimiento ponen a prueba su energía. La segunda ley de la termodinámica es universal y también afecta a los seres humanos. La conservación de la energía se ha utilizado mucho en la práctica de la enfermería, incluso con los procedimientos más básicos. Las intervenciones enfermeras “según la capacidad del individuo dependen del cuidado que proporcionan y que hace disminuir la demanda adicional posible”
- *conservación de la integridad estructural:* La curación es un proceso mediante el cual se restaura la integridad estructural y funcional para proteger la globalidad. Los discapacitados son guiados a un nuevo nivel de adaptación. Las enfermeras pueden limitar la cantidad de tejido implicado en la enfermedad si reconocen de antemano los cambios funcionales y mediante las intervenciones enfermeras.
- *conservación de la integridad personal:* La auto-valoración y la identidad son importantes. Los más vulnerables se convierten en pacientes. Se empieza con la destrucción de la intimidad y la aparición de la ansiedad. Las enfermeras pueden mostrar respeto a sus pacientes llamándolos por su nombre, respetando sus deseos, valorando sus objetos personales, proporcionándoles intimidad durante los procedimientos, defendiendo sus creencias y enseñándoles “el objetivo de la enfermera es impartir conocimiento y dar fuerza del modo que el individuo pueda retomar su vida privada: que ya no sea un paciente, ni dependa de nadie”. Lo sagrado de la vida se manifiesta en todas las personas. “la conservación de la integridad personal implica el reconocimiento de la globalidad de cada persona”.
- *conservación de la integridad social:* La vida cobra significado a través de las comunidades sociales y la salud está determinada social-mente Las enfermeras cumplen una función profesional, ayudan a las familias, proporcionan asistencia en las necesidades religiosas y utilizan las relaciones interpersonales para conservar la integridad social.

Metaparadigma desarrollados en la teoría

- PERSONA: Levine (1973) describió a la persona como un ser holístico: la globalidad es la integridad, la integridad significa que la persona tiene libertad de elección y de movimiento. La persona tiene un sentido de identidad y de auto-valoración. Persona es “un sistema cuya globalidad muestra la organización de todas sus partes”
- CUIDADO O ENFERMERÍA: La enfermería es una interacción humana. La enfermería profesional debe reservarse únicamente para las personas que hayan completado un programa de nivel graduado que sea tan exigente como lo que espera de los profesionales de cualquier otra disciplina. La enfermera debe incorporar un cuerpo de principios científicos en el que basar sus decisiones para utilizarlo en la situación adecuada con el paciente. La observación sensible y la selección de los datos relevantes son la base para decidir qué acciones enfermeras deben realizarse. La enfermera participa activamente en el entorno del paciente y gran parte de sus acciones favorecen los ajustes que el paciente realiza mientras lucha contra la enfermedad. Cuando la intervención enfermera tiene una influencia favorable en la adaptación o contribuye a renovar el bienestar social, entonces la enfermera actúa terapéutica-mente si la respuesta proporciona un cuidado de apoyo el objetivo de la enfermería es promover la adaptación y mantener la globalidad.
- SALUD: La salud está determinada social-mente por la capacidad de actuar de un modo razonablemente normal. Los grupos sociales predeterminan la salud. La salud no es solo la ausencia de patologías. La salud constituye el retorno a la identidad; los individuos son libres y capaces de perseguir sus intereses aprovechando sus recursos. Incluso para un individuo único, la definición de salud cambiará con el tiempo.
- ENTORNO: El entorno es el contexto en que los individuos vivimos nuestras vidas, pero no es un telón de fondo pasivo. “el individuo participa activamente en él” “todas las adaptaciones representan la acomodación que es posible entre el entorno interno y el externo³¹”

OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

Analizar la percepción del autocuidado del patrón nutricional del personal de enfermería

Describir la influencia de la carga horaria en la alimentación del personal de enfermería

³¹ Modelosenfermerosucaldas.blogspot.com

Conocer la influencia del entorno laboral en la alimentación del personal de enfermería.

Contribuir con esta investigación para fomentar el autocuidado del personal de enfermería.

RELEVANCIA ACADÉMICA

Con la investigación que se realizó se pretende llegar a analizar la percepción del patrón nutricional del personal de enfermería de terapia intensiva del hospital subzonal Santa Teresita, además de analizar la percepción del patrón nutricional y conocer los hábitos alimentarios de dicho personal. Así mismo aportar el conocimiento de lo investigado, fomentar la importancia de una buena alimentación, así como también el cuidado de la nutrición el cual ocupa un lugar importante en la salud, el seguimiento de una alimentación sana y equilibrada es fundamental para la consecución de un óptimo estado de salud.

CAPÍTULO II

Dimensión de la estrategia general

TIPO DE DISEÑO

En la siguiente investigación se realizó una investigación con metodología cualitativa, fenomenológica, descriptiva, transversal, la cual consistió en la descripción de, la percepción del patrón nutricional del personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del hospital subzonal Santa Teresita Rw- Chubut.

Samaja (1994) afirma que el término metodología, refiere al estudio de las reglas o normas que eventualmente ordenan o pautan tales procedimientos (de investigación) con arreglo a ciertos valores cognitivos (claridad, coherencia, objetividad, originalidad, relevancia, entre otros)”.

La metodología describe, valora y prescribe un conjunto de reglas, procedimientos y criterios que el investigador debe considerar para construir y validar conocimiento científico³².

Sánchez B. (2000) al abordar el método fenomenológico se apoya en la naturaleza y complejidad del ser humano y en la manera como ésta debe entenderse, enfatizando en la capacidad de las personas para modelar y crear sus propias experiencias³³.

El centro de interés de la fenomenología es lo que experimentan o relata el personal de enfermería acerca de la percepción del patrón nutricional y el modo en que interpretan esas experiencias³⁴.

Descriptiva, se utiliza cuando se requiere una adecuada caracterización del fenómeno, el investigador llega a comprender y definir el fenómeno. Los objetivos de esta etapa son comunicar y ofrecer una descripción crítica y clara, por escrito y verbalmente³⁵.

32 J.A. Yuni, Claudio A Urbano técnica para investigar vol. 1

33 Herrera,B.S (2000), fenomenología: un método de indagación para el cuidado de enfermería, In cuidado y práctica de enfermería (pp24-36) Universidad Nacional de Colombia.

34 Polit. Hungler , investigación científica en la ciencia de la salud, sexta edición, cap10 pag 238.

35 Polit. Hungler , investigación científica en la ciencia de la salud, sexta edición, cap 10 pag 238

Diseño transversal implican la obtención de datos en un momento específico³⁶, el periodo de la coleta de datos se realizó en el mes de octubre en la unidad de terapia intensiva del Hospital subzonal Santa Teresita Rawson – Chubut 2023.

POBLACIÓN EN ESTUDIO

Pineda, Alvarado y Canales (1994) definen la población como “el conjunto de elementos que presentan una característica o condición común que es objeto de estudio”³⁷.

La población está conformada por el personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del hospital subzonal Santa Teresita, el servicio ya mencionado cuenta con dieciocho personales de enfermería, los cuales ocho son personal masculino, tres de ellos juegan al fútbol, uno realiza folklore y los restantes van al gimnasio o realizan actividades por su cuenta.

Diez son mujeres las cuales siete son madres, cinco de ellas tienen otro empleo, los tres restantes no tienen hijos, pero si cuentan con otro empleo, el personal femenino realiza actividad física en sus tiempos libres, algunas realizan Pilates, vóley, yoga y gimnasio.

Con respecto a la alimentación el hospital brinda viandas que es un menú general, tanto el almuerzo como la cena. El desayuno y merienda se consume lo que el personal de enfermería lleva.

SELECCIÓN DE MUESTRA/CASOS

La selección de muestra será intencional original, ello tiene lugar cuando el investigador define su muestreo de modo intencional a partir de su conocimiento teórico acerca del fenómeno, o sea, elige a los mejores informantes para contestar su pregunta de investigación³⁸

Con una selección exhaustiva, es decir que, se seleccionó a 5 personal de enfermería, 2 profesionales de enfermería, 2 Lic. de enfermería y 1 Aux. de enfermería.

36 Polit. Hungler , investigación científica en la ciencia de la salud, sexta edición, cap. 7 pag 158

37 José Ao, técnicas para investigar vol.. Yuni Claudio A Urban II pag. 18

38 Organización panamericana de la salud, investigación cualitativa en enfermería, serie paltex y sociedad 2000 No. 9 pag. 92

CRITERIOS DE SELECTIVIDAD

El criterio de selectividad, fue todo el personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del hospital Santa Teresita de Rawson, quedó excluido el personal que se encontraba con licencia profiláctica o anual, personal que esté con carpeta médica como así también aquel personal que no cumpla con los aspectos éticas, así como la firma de consentimiento informado.

Temporo-espacial, la investigación se llevará a cabo en la unidad de terapia intensiva del hospital Santa Teresita Rawson- Chubut, en el mes de octubre del año 2023.

Quedó eliminado aquellas personas que por algún motivo no acudieron a la institución, se lo cambió de servicio, al igual que aquellos que no asistieron adecuadamente la cita programada o la información no es completa.

ASPECTOS ÉTICOS- BIOÉTICOS

En los últimos cuarenta años, se han establecido diversos códigos de ética en gran medida como respuesta a las violaciones de los derechos humanos. Uno de los primeros esfuerzos reconocidos internacionalmente para establecer normas éticas es el llamado Código de Nuremberg, creado después de que en el curso de los juicios de Nuremberg se dieran a conocer las atrocidades de los nazis.

En lo que respecta al trabajo de investigación podemos observar que la mayor parte de la disciplina ha establecido sus propios códigos éticos, ello lo podemos observar con La American Nurses' Association (Asociación Estadounidense en Enfermería 1975). La Comisión Nacional para la protección de sujetos humanos en investigación Biomédica y de la conducta en 1978 adoptó un código de ética de especial importancia que es la "Ley Nacional de investigación" (Dicha Ley pública 93-348), publicada en 1978 brindó un informe que sirvió como base para los reglamentos que rigen la investigación patrocinada por el gobierno federal estadounidense.

El informe, a veces llamado Belmont Report, también sirvió como modelo para muchas de las pautas adoptadas por la disciplina, postula tres principios éticos primordiales sobre los que se basan las normas de conducta ética en investigación:

Principio de beneficencia: Por sobre todas las cosas, no dañar. Lo importante de esta investigación es poder lograr un beneficio para el personal de enfermería, es por ello que se respetó la confidencialidad y los datos no son revelados. Se tuvo en cuenta los beneficios siempre deberán superar los efectos indeseables para preservar la salud psicológica y física de cada participante

Principio de respeto a la dignidad humana: Comprende el derecho a la autodeterminación y al conocimiento irrestricto de la información. Es por ello que se brindó toda la información necesaria para la participación. Además, se aclaró al principio y antes de comenzar con la investigación que la participación es decisión de ellos, completamente voluntaria. Siendo su elección participar y si en algún momento decide retirarse se lo respetará, se le otorgará el consentimiento informado.

Principio de justicia: Incluye el derecho del sujeto a un trato justo y a la privacidad, los participantes tienen derecho a un trato justo y equitativo, antes, durante y después de su participación. Los participantes fueron tratados de forma digna, con el respeto que requirió dicha situación.

Consentimiento informado: Supone que los participantes cuentan con información adecuada respecto a la investigación, que son capaces de comprenderla y de ejercer su libre albedrío, el cual les permite aceptar o declinar voluntariamente la invitación a participar³⁹. (anexo I)

39 Polit Hungler, investigación científica en ciencias de la salud. Sexta edición cap. 6 pag. 132,134, 138.

CAPÍTULO III

Dimensión de las técnicas e instrumentos de recolección de datos.

MAPEO/ CARTOGRAFÍA SOCIAL:

La presente investigación se llevó a cabo en la unidad de terapia intensiva del hospital subzonal Santa Teresita Rawson-Chubut, dicha institución se ubica en la ciudad capital Rawson Chubut, con dirección en Julio Argentino Roca 555, teléfono de contacto 2804481260, es un hospital público, abierto las 24 hs los 365 días del año, a la prestación de servicios de salud en base a cuidados progresivos, con criterio de equidad, gratuidad, accesibilidad, integralidad y calidad de atención, mediante acciones de promoción, prevención, recuperación y rehabilitación de la salud en todas sus unidades dependiente.

La unidad de terapia intensiva es un servicio nuevo, cuenta con un staff de 18 profesionales de enfermería (población) de los cuales se seleccionó a 5 profesionales de enfermería (muestra), 2 kinesiólogos, 7 médicos y 2 personal de maestranza.

El servicio se divide en dos alas una donde se encuentran 5 box completos con aparatología, camas eléctricas, mesas, office para preparar medicación y stock de medicación y descartables. El otro ala se encuentra el office para realizar refrigerios (lugar donde se llevaron las entrevistas), las cuales fueron en el mes de octubre 2023, en horarios laborales, donde se planificó un horario tranquilo, confortable para llevar a cabo dicha investigación.

TÉCNICA RECOLECCIÓN DE DATOS

En cuanto a la recolección de datos se implementó la “observación participante”, el observador interpreta las conductas más llamativas de ese grupo seleccionado y registra aquellas interpretaciones entre los sujetos y el medio que resultan teóricamente significativas.

De igual manera se implementó la técnica de la “entrevista semiestructurada”, la cual cuenta de 12 preguntas abiertas, las cuales fueron grabadas y desgrabadas para ser analizadas, con previo aviso y siendo firmados el consentimiento informado. A continuación, se observan las 12 preguntas de las entrevistas, las redacciones textuales se desarrollan en el (Anexo II)

Entrevista

- 1- ¿Cómo se siente trabajando en el servicio?
- 2- ¿Cómo cuida su alimentación en horarios laborales?
- 3- ¿Cómo describiría su estado nutricional? ¿Si es bueno por qué? / ¿si es malo por qué?
- 4- ¿Respetar las cuatro comidas que se recomiendan? ¿Cuál considera la más importante del día? ¿Por qué?
- 5- ¿Me podría contar cómo es su rutina laboral?
- 6- ¿Cómo se organiza con respecto a su alimentación? Compra comida rápida/saludable, se trae su vianda, come lo que la institución le entrega.
- 7- ¿Cuentan con un espacio para realizar los refrigerios? Cómo lo describirías
- 8- ¿Cómo te sentís personalmente y físicamente con respecto a tu estado de salud?
- 9- ¿Cuenta con tiempo para organizarse y ocuparse de su estado nutricional?
- 10- ¿Realiza actividad física? ¿Cuántas veces por semana?
- 11- ¿Alguna vez concurre a una consulta con profesionales en nutrición? ¿Por qué?
- 12- ¿Me podrías describir un día de tu vida con respecto a tu alimentación y actividades?

CODIFICACIÓN DE LOS INFORMANTES:

1. (1er informante)

Edad en años: E

Identidad de género: femenino: F, masculino: M.

Personal de enfermería: enfermero: E, Lic. Enfermería LE, auxiliar enfermería: AxE

Años ejerciendo la profesión: AEP

MATRIZ DE DATOS

Pregunta 1	¿Cómo se siente trabajando en el servicio?				
N° COD	RELATO TEXTUAL	COMENTARIOS	RED 1	RED 2	RED 3
1: E37 F E AEP 11	He me siento cómoda, me gusta, me gusta, es un servicio que me gusta, que me hace sentir cómoda, aparte siempre trabaje en terapia intensiva, así que me siento cómoda.	La entrevista fue desarrollada un 10 de octubre del 2023 en casa del investigador, en un tiempo no mayor de diez minutos, el entrevistado se encontraba cómodo ya que el ambiente se preparó para recibirlo, en la casa solo estaban el investigador y la entrevistada	“cómoda, me gusta, es un servicio que me hace sentir cómoda, aparte siempre trabaje en terapia intensiva”	Los participantes refieren sentirse cómodos en el servicio, es un lindo grupo de trabajo donde se aprende mucho y les gusta realizar el trabajo en ese servicio.	Manifestación de un servicio confortable, se trabaja con comodidad y compañerismo
2: E35 M E	Bien cómodo, he nada es un lugar que me interesa estar y lo hago	La entrevista fue desarrollada un 17 de octubre del 2023 en casa	“Bien cómodo, es un lugar que me interesa		

AEP 9	satisfactoriamente	del investigador, en un tiempo no mayor de diez minutos, el entrevistado se encontraba cómodo ya que el ambiente se preparó para recibirlo, en la casa solo estaban el investigador y el entrevistado	estar”		
3: E 42 F AxE AEP 10	Me siento cómoda trabajando en el servicio, hemos logrado un buen equipo de trabajo entre compañeros todos, así que se trabaja cómodo	La entrevista fue desarrollada un 21 de octubre del 2023 en el servicio de terapia intensiva horario de guardia del personal , en un tiempo no mayor de diez minutos, el entrevistado se encontraba tranquila	“Me siento cómoda, hemos logrado un buen equipo de trabajo”		
4: E 32 F LE	Bien, cómoda	La entrevista fue desarrollada un 22 de	“Bien,		

AEP 7		<p>octubre del 2023 en el servicio de terapia intensiva horario de guardia del personal , en un tiempo no mayor de diez minutos, la entrevistada se encontraba tranquila cómoda</p>	<p>cómoda”</p>		
<p>5:E 35 F LE AEP 14</p>	<p>Bueno (risas), me siento bien me siento cómoda, me siento cómoda y tranquila con el trabajo que hago, me gusta, he aprendemos todo el tiempo, aprendemos entre compañeros, he me siento cómoda, me gusta.</p>	<p>La entrevista fue desarrollada un 24 de octubre del 2023 en el servicio de terapia intensiva horario de guardia del personal, en un tiempo no mayor de diez minutos, el entrevistada se encontraba</p> <p>Nerviosa, pero siempre predispuesta a</p>	<p>“ Me siento cómoda, tranquila con el trabajo que hago, me gusta, aprendemos todo el tiempo, aprendemos entre compañeros</p>		

		responder la entrevista			
Categoría 1	Conformidad con el servicio y una satisfacción con el trabajo en equipo				

Pregunta 2		¿Cómo cuida su alimentación en horarios laborales?				
N° COD	RELATO TEXTUAL	COMENTARIOS	RED 1	RED 2	RED 3	RED 4
1:E3 7 F E AEP 11	Hu (risas) He y mucho no la cuido, ya que de por si fuera de los horarios laborales no la cuido, así que en horarios laborales es más difícil, uno se junta y juntarse implica comer, y si no es comer más o menos lo que	Participante pensativo, la pregunta le causa risa, trata de reflexionar mientras realiza su respuesta	“Mucho no la cuido, ya que de por si fuera de los horarios laborales no la cuido, así que en horarios laborales es más difícil, uno se junta y juntarse implica comer, y si no es comer,	La mayoría de los informantes refieren no cuidar la alimentación en los horarios laborales debido a los turnos rotativos, del trabajo, otro refiere que en este último tiempo	Opinion es distintas con respecto al cuidado de la alimentación en horarios laborales, la mayoría de ellos no se cuida, lo asocian a la demanda de trabajo, turnos rotativos, mala	El personal de enfermería no se cuida con la alimentación en horarios laborales

	<p>vamos coordinando entre todos. O uno va a comprar una cosa o decís bueno no nos gusta la comida que nos dan en el hospi, entonces vas y pedís comida. He no, no me cuido mucho, aparte los horarios en si son muy complejos y hay que comer en realidad de acorde al trabajo que tenemos en el servicio, si no hay tiempo y entras a trabajar a las 06 hs y salís a las 12 del mediodía y hay</p>		<p>uno va a comprar una cosa. No nos gusta la comida que nos dan en el hospi, entonces vas y pedís comida. aparte los horarios en si son muy complejos y hay que comer en realidad de acorde al trabajo que tenemos en el servicio, si no hay tiempo y entras a trabajar a las 06 hs y salís a las 12 del mediodía y hay</p>	<p>empezó a organizarse y llevar alimentos saludables, aunque no le es fácil cuidarse, y un infórmate refiere haber aprendido a organizarse con respecto a la alimentación en horarios laborales por los años que lleva ejerciendo la profesión.</p>	<p>organización</p>	
--	--	--	--	--	---------------------	--

	mucho trabajo en esas seis horas o urgencias o lo que fuera no tener tiempo para desayunar y capaz que ni desayunas		mucho trabajo en esas seis horas o urgencias o lo que fuera no tener tiempo para desayunar y capaz que ni desayunas”			
2:E3 5 M E AEP9	Y en ese horario es como he, tenemos horarios rotativos, entonces la alimentación, he pasa a ser como en los ratos que tenemos libres o comemos lo que podemos llegar a llegar a llevarnos en ese momento de guardia o bien,	Participante pensativo, se observa confuso	“Tenemos horarios rotativos, entonces la alimentación, pasa a ser como en los ratos que tenemos libres o comemos lo que podemos llegar a llegar, o alimentarnos con lo que pueden			

	alimentarnos con lo que pueden llegar a dar en la cocina del hospital		llegar a dar en la cocina del hospital”			
3: E42 f AxE AEP 10	No es fácil cuidar la alimentación en horarios laborales, porque bueno es según si no tienes una rutina armada de cómo manejar tus alimentos, de ya tener todo programado es difícil, mayormente uno ve que acá se come, va comemos mucho lo que es harinas, frituras, y bueno en este último momento	Se observa participante relajada, concentrada	“No es fácil cuidar la alimentación en horarios laborales, porque es según si no tienes una rutina armada de cómo manejar tus alimentos, de ya tener todo programado es difícil, mayormente uno ve que acá comemos mucho lo que es harinas, frituras,			

	estoy tratando de cambiar un poco mi alimentación y trato de traerme mis cosas y organizarme un poco más y traerme lo que es mi alimentación más saludable frutas, y bueno, un poco menos de harina y eso variado.		y bueno en este último momento estoy tratando de cambiar un poco mi alimentación y trato de traerme mis cosas y organizarme un poco más”			
4: E32 F LE AEP 7	Y no es muy bueno, comemos muchas harinas la dieta en los horarios de almuerzo y cena he nos provén desde el hospital la vianda, pero,	Se observa participante relajada, tranquila	“No es muy bueno, comemos muchas harinas, los horarios de almuerzo y cena nos provén desde el hospital la vianda, pero,			

	siempre complementamos con algo más que tenga harinas o no es muy saludable.		siempre complementamos con algo más que tenga harinas o no es muy saludable”.			
5: E35 F LE AEP 14	Bueno en horarios laborales, hemm, aprendimos a distribuirnos en cuanto a las tareas y obviamente trabaja, y después los momentos que nos queden hacernos nuestro momento para poder descansar, tomarnos unos mates, para alimentarnos, nos cuesta	Se observa participante interesada por su respuesta	“En horarios laborales, aprendimos a distribuirnos en cuanto a las tareas y obviamente trabaja, y después los momentos que nos queden hacernos nuestro momento para poder descansar,			

	<p>organizarnos para alimentarnos, para poder desarrollarnos para realizar nuestras actividades</p>		<p>tomarnos unos mates, para alimentarnos, aprendí a organizarme para que no me falte esa parte y bueno nos alimentamos, estemos nutridos para poder desarrollarnos después de nuestras actividades”</p>			
<p>Categoría 2</p>	<p>Percepción de no poder mantener una la alimentación adecuada en horarios laborales</p>					

<p>Pregunta 3</p>	<p>¿Cómo describiría su estado nutricional? ¿Si es bueno por qué? / ¿si es malo por qué?</p>					
-------------------	--	--	--	--	--	--

N° COD	RELATO TEXTUAL	COMENTARIOS	RED 1	RED 2	RED 3	RED 4
1:E3 7 F E AEP 11	Malo, porque como mal, tengo sobrepeso, he no no me cuido, sinceramente no me cuido, lo que me debería cuidarme.	Se observa participante afligida, reflexiona mientras contesta la respuesta	“Malo, porque como mal, tengo sobrepeso, no me cuido, sinceramente no me cuido, lo que debería cuidarme”	La mayoría de los participantes refieren tener mal estado nutricional, tener sobrepeso, no tener horarios para hacer las comidas correctamente, no cuidarse, comen lo primero que encuentran, realizar ayunos largos, un solo informante refiere que ahora si tiene buen estado nutricional que lo adquirió con el pasar de los años	El personal de terapia manifiesta tener mala estado nutricional, sobrepeso, realizar ayunos largos, un solo informante refiere que ahora si tiene buen estado nutricional que lo adquirió con el pasar de los años	El estado nutricional de la mayoría del personal de enfermería es malo.
2:E3 5 M E AEP9	He, mal, ósea mal estado, he porque bueno al tener esos tipos de horarios de seis horas, hem no, no tengo un horario para hacer las comidas correctamente.	Se observa participante pensativo, nervioso	“Mal estado, porque al tener esos tipos de horarios de seis horas, no tengo un horario para hacer las comidas correctamente”	correctamente por		

<p>3: E42 f AxE AEP 10</p>	<p>En este último tiempo mejor, estuve en épocas que estaba mal estado nutricional, ósea no me cuidaba para nada en lo que es la nutrición, he comía lo primero que encontraba ósea no tenía una alimentación balanceada</p>	<p>Se observa participante relajada</p>	<p>“En este último tiempo mejor, estuve épocas que estaba mal estado nutricional, no me cuidaba para nada en lo que es la nutrición, comía lo primero que encontraba, no tenía una alimentación balanceada”</p>	<p>los años que lleva ejerciendo la profesión</p>		
<p>4: E32 F LE AEP 7</p>	<p>Más o menos, por ahí hago ayunos largos, he por cuestiones de horarios que no, no me organizo</p>	<p>Se observa participante sentada bien derecha, piernas cruzadas, seria</p>	<p>“Más o menos, hago ayunos largos, por cuestiones de horario, no me organizo</p>			

	bien y salteo comidas, el mate es el que siempre está ahí fijo, pero comida no, no muy bien		bien, salteo comidas, el mate es el que siempre está ahí, comida no muy bien”			
5: E35 F LE AEP 13	Yo creo hoy lo consideraría, hoy en estos momentos en el que estamos, después de haber ejercido, soy enfermera ya hace más de 10/12 años que ejerzo, específicamente 13 años, entonces con ese tiempo creo que heee, llegamos a aprender a como	Se observa participante concentrada, relata tranquila su experiencia	“consideraría hoy en estos momentos en el que estamos, después de haber ejercido, soy enfermera hace 13 años, entonces con ese tiempo creo que llegamos a aprender a como poder			

	<p>poder hemm, alimentarnos y no saltearnos esa parte que es importante para nosotros, entonces hoy me siento bien en este estado porque aprendí a por lo menos en mi caso personal a poder alimentarme, he incluso también cuando trabajamos de noche, va todos los horarios que tenemos, aprender a ver qué comer que no que sí, como distribuir el alimento y eso a mí en lo personal me</p>		<p>alimentarnos y no saltearnos esa parte que es importante para nosotros, entonces hoy siento bien este estado porque aprendí a alimentarme, incluso cuando trabajamos de noche, va todos los horarios que tenemos, aprender a ver qué comer que no que sí, como distribuir el alimento y eso a mí en lo personal me</p>			
--	---	--	---	--	--	--

	llevo tiempo, pero aprendí hoy que estoy en un estado bueno con respecto a mi alimentación		llevo tiempo, pero aprendí hoy que estoy en un estado bueno con respecto a mi alimentación”			
Categoría 3	carencia en el estado nutricional por de organización en los horarios laborales					

Pregunta 4	¿Respetas las cuatro comidas que se recomiendan? ¿Cuál considera la más importante del día? ¿Por qué?					
N° COD	RELATO TEXTUAL	COMENTARIOS	RED 1	RED 2	RED 3	RED 4
1:E3 7 F E AEP 11	No, no eso también depende mucho si estoy trabajando o no, porque ya te digo, si estoy a la mañana y tengo	Se observa participante más relajada con respecto a la entrevista	“Depend e mucho si estoy trabajando o no, si estoy a la mañana y tengo mucho trabajo no	Los participantes refieren que la comida más importante es la del medio día, el almuerzo,	El personal de terapia no realiza las cuatro comidas por la dinámica laboral y el	No se respetan las cuatro comidas diarias, se consideran el almuerzo la más, para

<p>mucho trabajo no desayuno directamente ni me siento o capaz que estoy en el turno de 18 a 24 y no meriendo antes de ir a trabajar y cuando llego capaz tomo unos mates y arrancamos a trabajar y ni meriendo y si estoy en mi casa tampoco lo hago. Yo creo que el almuerzo, para mí el almuerzo es la más importante, pero porque creo que es la que más cumplo, es la que siempre</p>		<p>desayuno directamente ni me siento o capaz que estoy en el turno de 18 a 24 y no meriendo antes de ir a trabajar y cuando llego capaz tomo unos mates y arrancamos a trabajar y ni meriendo y si estoy en mi casa tampoco lo hago. Yo creo que el almuerzo, es la más importante, porque es la que más cumplo, es</p>	<p>también la gran mayoría refieren que como segunda medida el desayuno es importante para tener energía durante el día, si bien identifican cual creen cual es la más importante, ninguno de los participante respeta las cuatro comidas, ya sea por trabajo, porque le coinciden guardias</p>	<p>almuerzo es la comida que más respetan, para tener energías y así poder realizar las actividades laborales ,</p>	<p>contar con energías para realizar las actividades del día.</p>
--	--	--	---	---	---

	<p>cumplo en realidad, el almuerzo por ahí la cena a veces, el desayuno depende el trabajo o capaz desayuno así no más, la meriendo capaz que paso de largo. El almuerzo es lo más importante</p>		<p>la que siempre cumplo en realidad, la cena a veces, el desayuno depende el trabajo o capaz desayuno así no más, la meriendo capaz que paso de largo. El almuerzo es lo más importante”</p>			
<p>2:E3 5 M E AEP9</p>	<p>No, porque ósea si bien entramos a las seis de la mañana, no respeto un horario de desayuno, por ejemplo. Si hay mucho trabajo se</p>	<p>Se observa participante nervioso, inquieto por momentos</p>	<p>“No, si bien entramos a las seis de la mañana, no respeto un horario de desayuno, por ejemplo. Si hay</p>			

	<p>empieza temprano y se desayuna una vez que se termine la tarea, o he si bien entraste tomaste unos mates y salís y listo y te pones a trabajar, con el almuerzo lo mismo. En mi caso al tener otro trabajo y a veces me coinciden guardias y son guardias de doce horas he se me dificulta, por ejemplo, hacer un almuerzo o hacer un párate para hacer el almuerzo o para hacer una</p>		<p>mucho trabajo se empieza temprano y se desayuna una vez que se termine la tarea, entraste tomaste unos mates y salís y listo y te pones a trabajar, con el almuerzo lo mismo. En mi caso al tener otro trabajo y a veces me coinciden guardias y son guardias de doce horas se me dificulta, por ejemplo, hacer un almuerzo o</p>			
--	---	--	--	--	--	--

	cena.		hacer un párate para hacer el almuerzo o para hacer una cena”.			
3: E42 f AxE AEP 10	No, generalmente no, no respeto el desayuno, generalmente, si vengo al trabajo aca en el trabajo el desayuno son mates por ahí unas galletitas dulces ósea nada, nada acorde con un buen desayuno y después lo que sigue en el día también uno llega a su casa y bueno come lo que encuentra a veces y	Se observa participante interesada en el tema, concentrada.	“No, generalmente no respeto, el desayuno, son mates por ahí unas galletitas dulces ósea nada, nada acorde con un buen desayuno y después lo que sigue en el día también uno llega a su casa y bueno come lo que encuentra a veces y bueno, no respetaría			

	<p>bueno, así que no, no respetaría mucho las cuatro comidas</p> <p>Investigador: ¿Cuál consideras la más importante?</p> <p>Entrevistado: El más importante es el desayuno que generalmente es el que no respeto.</p>		<p>mucho las cuatro comidas. El más importante es el desayuno que generalmente es el que no respeto.</p>			
<p>4: E32 F LE AEP 7</p>	<p>No, algunos días si y otros días no, lo que si respeto siempre es el almuerzo, pero por el tema de mis hijos, pero después</p>	<p>Continua con buena postura en la silla, se la observa cómoda</p>	<p>“No, algunos días si y otros días no, lo que si respeto siempre es el almuerzo, pero por el tema de</p>			

	lo que es cena no, y desayuno si trato de desayunar bien cuando estoy en casa, cuando estoy en el trabajo no, comemos mal va desayunamos mal.		mis hijos, pero después lo que es cena no, y desayuno si trato de desayunar bien cuando estoy en casa, cuando estoy en el trabajo no, comemos mal va desayunamos mal.”			
5: E35 F LE AEP 14	No, yo creo que según el horario y el descanso que tengamos, hem para mí considero personalmente que la comida más importante sería la	Se observa participante concentrada	“No, yo creo que según el horario y el descanso que tengamos, para mí considero personalmente que la comida más importante			

<p>del día, la que nos da para que podamos estar bien nutridas, he generalmente al medio día, para tener fuerzas y poder desarrollar nuestras actividades, que tengas para reforzar y cargar energías y bueno por la alimentación que sea en el día, por ahí en la noche que también trabajamos yo personalmente trato de no consumir alimentos para no perder el equilibrio</p>		<p>sería la del día, la que nos da para que podamos estar bien nutridas, generalmente al medio día, para tener fuerzas y poder desarrollar nuestras actividades, que tengas para reforzar y cargar energías, por ahí en la noche que también trabajamos yo personalmente trato de no consumir alimentos para</p>			
--	--	--	--	--	--

	<p>nutricional. Yo por lo menos vuelvo a encarar la primera comida en el día como para que sea sustentable para todo el día, para uno mismo para tener energía y además mantenerme nutrida y con energías para realizar las actividades ya sea las del hospital o si tienes trabajo afuera o lo que sea para trabajar en armonía</p>		<p>no perder el equilibrio nutricional. Yo por lo menos vuelvo a encarar la primera comida en el día como para que sea sustentable para todo el día, para uno mismo para tener energía y además mantenerme nutrida y con energías para realizar las actividades ya sea las del hospital o si tienes trabajo</p>			
--	--	--	---	--	--	--

			afuera o lo que sea para trabajar en armonía”			
Categoría 4	reconocimiento del almuerzo como el más importante para contar con energía para desarrollar las rutinas laborales					

Pregunta 5	¿Me podría contar cómo es su rutina laboral?					
Nº COD	RELATO TEXTUAL	COMENTARIOS	RED 1	RED 2	RED 3	RED 4
1:E3 7 F E AEP 11	He bueno depende del horario, pero generalmente recibimos la guardia, yo por ahí trabajo mucho de día, de mañana, es llegar y por ahí sí a la mañana, si está tranquilo te sientas,	Se observa participante mucho más relajada, cómoda	“Depend e del horario, pero generalmente recibimos la guardia, yo trabajo mucho de día, de mañana, es llegar, si está tranquilo te	Se puede observar que los informantes al llegar al servicio, reciben la guardia, observan al paciente y comienzan con la rutina de control de signos vitales,	Los informantes manifiestan recibir la guardia, realizar las actividades correspondiente al turno, evaluar las condiciones de cada paciente,	El personal de enfermería realiza rutinas del servicio, evalúa y realiza cuidados de enfermería, tiempos libres

	<p>tomamos dos o tres mates, en el turno tarde igual, va creo que en todos los turnos llegas a tomar dos o tres matecitos y después arrancamos, arrancas a controlar a ver los pacientes que estén bien, a preparar la medicación, controlar sueros, bombas y bueno si tenemos pacientes complejos acomodarlos, aspirarlos depende mucho de la demanda del servicio y los</p>		<p>sientas, tomamos dos o tres mates, arrancas a controlar a ver los pacientes que estén bien, a preparar la medicación, controlar sueros, bombas y si tenemos pacientes complejos acomodarlos, aspirarlos depende mucho de la demanda del servicio y los pacientes que haya en realidad”.</p>	<p>si tienen pacientes conectados a ventilación mecánica comienzan con los cuidados básicos como aspiración de secreciones, rotación. Se toman unos mates y luego continúan con las actividades que conlleva cada turno</p>	<p>realizar asistencia que demanda cada paciente, se toman unos mates y continúan con la demanda del servicio</p>	<p>toman mates</p>
--	---	--	--	---	---	--------------------

	pacientes que haya en realidad.					
2:E3 5 M E AEP9	Bueno ingresamos, realizamos los controles de signos vitales de los pacientes vemos las indicaciones médicas, se realiza el tratamiento se evalúa en qué condiciones se encuentran los pacientes se ve si tiene indicado una dieta, se revisa, se espera que se realicen los estudios pertinentes al	Se observa participante mucho más relajado, cómodo	“Bueno ingresamos, realizamos los controles de signos vitales de los pacientes vemos las indicaciones médicas, se realiza el tratamiento, Siempre nos hacemos un tiempo para tomar unos mates y comer algo.			

	<p>paciente, va a variar dependiendo el turno, si es despertino o noche. No todos los turnos son iguales y no todas las actividades es la misma, porque al tener tratamiento en diferentes horarios no siempre es el mismo tiempo ni se hace la misma actividad. Siempre nos hacemos un tiempo para tomar unos mates y comer algo</p>					
<p>3: E42 f AxE AEP 10</p>	<p>Si, bueno mi rutina es un día en el turno que me toque, ósea mañana, tarde,</p>		<p>“Bueno mi rutina es un día en el turno que me toque,</p>			

	<p>intermedia o noche, llegar al servicio recibir la guardia, las novedades todo, hacer los controles, ver el estado de los pacientes, después nos sentamos un ratito a charlar con los compañeros, tomamos unos mates y después ya arrancamos con la rutina del servicio, medicación, control de signos vitales, higiene, dependiendo del horario que nos encontremos.</p>		<p>llegar al servicio recibir la guardia, las novedades todo, hacer los controles, ver el estado de los pacientes, después nos sentamos un ratito a charlar con los compañeros, tomamos unos mates y después ya arrancamos con la rutina del servicio, medicación, control de signos vitales, higiene, dependiendo del</p>			
--	---	--	--	--	--	--

			horario que nos encontremos.			
4: E32 F LE AEP 7	Y por lo general trato de cambiar las guardias para venir de mañana porque como mi hija mayor que esta escolarizada, está en el jardín y el chiquito quede con la niñera que duerme casi toda la mañana trato en lo posible hacer mañana, y en la mañana desayuno en el trabajo que desayuno con harinas, con mates y el almuerzo si es		“Por lo general trato de cambiar las guardias para venir de mañana porque como mi hija mayor que esta escolarizada, está en el jardín y el chiquito quede con la niñera trato en lo posible hacer mañana, en la mañana desayuno en el trabajo que desayuno con harinas, con			

	saludable porque yo le doy toda comida cacera, le meto mucha fruta, verdura, trato de ir variando las comidas.		mates y el almuerzo si es saludable porque yo le doy toda comida cacera, le meto mucha fruta, verdura, trato de ir variando las comidas”.			
5: E35 F LE AEP 14	Bueno, nosotros tenemos trabajo nuestro independiente, en donde recibimos una guardia, donde haces observaciones al paciente, donde haces cuidado básico, hemm control de signos vitales, he pacientes		“Nosotros tenemos trabajo independiente, en donde recibimos una guardia, haces observaciones al paciente, haces cuidado básico, control de signos vitales, he			

	<p>asistidos mecánicamente, haces todos los cuidados de pacientes críticos, ya sea desde aspiración de secreciones, rotar al paciente, he bueno todos los controles de ingreso y egreso, he el cuidado integro básicamente de la persona que está internada en el servicio, todo lo que amerite según cada actividad, necesidad o procedimiento, antes o después siempre nos hacemos un tiempito</p>		<p>pacientes asistidos mecánicamente, haces todos los cuidados de pacientes críticos, ya sea desde aspiración de secreciones, rotar al paciente, los controles de ingreso y egreso, el cuidado integro básicamente de la persona que está internada en el servicio, todo lo que amerite según cada actividad”, necesidad o</p>			
--	--	--	--	--	--	--

	para tomar mates		procedimiento, antes o después siempre nos hacemos un tiempito para tomar mates			
Categoría 5	La rutina laboral modifica el refrigerio en horarios laborales					

Pregunta 6	¿Cómo se organiza con respecto a su alimentación en el horario laboral? Compra comida rápida/saludable, se trae su vianda, come lo que la institución le entrega.					
N° COD	RELATO TEXTUAL	COMENTARIOS	RED 1	RED 2	RED 3	RED 4
1:E3 7 F E AEP 11	No me organizo generalmente comemos va como lo que lo que la institución me entrega, salvo que		“No me organizo como lo que lo que la institución me entrega, salvo que no me guste o que por ahí	Los informantes refieren no organizarse con respecto a la alimentación, comen comida	El personal no se organiza con respecto a la alimentación, el almuerzo y la cena se los provee	No se organizan, en el último tiempo están tratando de organizarse para una

	no me guste o que por ahí este con un compañero que diga vamos a comprar y bueno terminamos comprando por lo general no es saludable nunca.		este con un compañero que diga vamos a comprar y terminamos comprando por lo general no es saludable nunca”	chatarra, harinas, nada saludable, el almuerzo y cena se los provee el hospital, así mismo refieren tratar de organizarse y realizar un cambio saludable en la alimentación	el hospital, en este último tiempo están tratando de organizarse para llevar una alimentación saludable	alimentación saludable
2:E3 5 M E AEP9	Dependiendo el lugar que me encuentre trabajando, en este caso en el hospital para el almuerzo y cena nos suelen dar la vianda, pero no me organizo en la otra institución se suele comprar comida chatarra, o		“En el hospital el almuerzo y cena nos suelen dar la vianda, pero no me organizo en la otra institución se suele comprar comida chatarra, o lo sea algo rápido como			

	lo sea algo rápido como para alimentarse y seguir con el trabajo.		para alimentarse y seguir con el trabajo.			
3: E42 f AxE AEP 10	Ahora en este último tiempo trato de organizarme un poco más, si vengo en el turno mañana trato de traerme cosas para comer, no comer acá lo que es harinas, tortas fritas, facturas, todas esas cosas, trato de traerme mis galletitas de arroz, algunas frutas, yogurt con cereales, trato de organizarme en la mañana, si		Ahora en este último tiempo trato de organizarme un poco más, si vengo en el turno mañana trato de traerme cosas para comer, no comer acá lo que es harinas, tortas fritas, facturas, todas esas cosas, trato de traerme mis galletitas de arroz, algunas			

	vengo almorzar o cenar no me traigo como lo que nos dan acá en el servicio.		frutas, yogurt con cereales, trato de organizarme en la mañana, si vengo almorzar o cenar no me traigo como lo que nos dan acá en el servicio”.			
4: E32 F LE AEP 7	Y desayuno en el trabajo, si estoy de mañana, si estoy en mi casa el desayuno en mi casa es más saludable porque le meto fruta, mate y alguna tostada. En el trabajo es harina y mate y el almuerzo si lo hago saludable		“Si estoy en mi casa el desayuno es más saludable porque le meto fruta, mate y alguna tostada. En el trabajo es harina y mate y el almuerzo si lo hago saludable”			

	<p>siempre comida cacera por mis hijos que trato de una vez a la semana que sea pescado, carne, pollo y verduras, de hecho, no le gusta la comida chatarra así que el almuerzo es saludable, después la merienda y a veces te con leche con masitas o mate y la cena a veces ceno o a veces no depende</p>					
<p>5: E35 F LE AEP 14</p>	<p>Hem, duda, bueno para organizarme en la alimentación, hem ya te digo aprendí ahora a manejarlo a</p>		<p>“Para organizarme en la alimentación, aprendí ahora a manejarlo a ir viendo que</p>			

	<p>ir viendo que comer de forma consiente, que comer que no comer, entonces, he si trato de ir a comprar, de tener una ensalada, de tener el agua, de la fruta, pero si mirando los horarios para consumir que puedo consumir según el horario en el que este en ese día, hem eso aprendí a manejarlo así bueno, trato de comprar cosas más saludable y no comidas chatarras, y si no bueno, lo que se implementó ahora</p>		<p>comer de forma consiente, que comer que no comer, entonces, he si trato de ir a comprar, de tener una ensalada, de tener el agua, de la fruta, pero si mirando los horarios se implementó ahora hace poco tiempo, que el hospital nos brinda la comida, entonces bueno, comes en el horario que te</p>			
--	---	--	---	--	--	--

	<p>hace poco tiempo, que el hospital nos brinda la comida, entonces bueno, comes en el horario que te toca con lo que te dan en el hospital, si no me gusta la dieta porque generalmente hay un montón de dietas que no me gustan, hemm me traigo mis cosas y como yo ya sea fruta, barritas de cereal o no se alguna vianda , pero trato de hacérmela y me la traigo de mi casa</p>		<p>toca con lo que te dan en el hospital, si no me gusta la dieta porque generalmente hay un montón de dietas que no me gustan, hemm me traigo mis cosas y como yo ya sea fruta, barritas de cereal o no se alguna vianda , pero trato de hacérmela y me la traigo de mi casa</p>			
--	--	--	---	--	--	--

Categoría 6	vianda saludable brindada por el servicio
-------------	---

Pregunta 7		¿Cuentan con un espacio para realizar los refrigerios? cómo lo describiría				
Nº COD	RELATO TEXTUAL	COMENTARIOS	RED 1	RED 2	RED 3	RED 4
1:E3 7 F E AEP 11	<p>Si, si tenemos un espacio, tenemos un espacio ahora, hace poquito, no hace mucho, hace un par de meses que tenemos un espacio porque antes no lo teníamos.</p> <p>Investigador. ¿y cómo lo describirías?</p>		<p>“Si, tenemos un espacio, hace poquito, no hace mucho, para mí, es cómodo, porque como es nuevo por ahí no tenemos heladera entonces decir me llevo un yogurt o algo, es como invadir la</p>	<p>Los informantes refieren tener un lugar, no hace mucho tiempo, pero es cómodo para realizar su refrigerio, alejado de los pacientes, familiares, área de trabajo, no cuentan con una heladera para poder llevar sus alimentos y</p>	<p>Cuentan con un espacio cómodo para realizar el refrigerio, está alejado de los pacientes y familiares, faltaría una heladera</p>	<p>Espacio cómodo, alejado del área de trabajo, limpio</p>

	<p>Entrevistado : ¿En cuanto a comodidad decís vos?, he si para mi es cómodo, como es nuevo por ahí no tenemos heladera entonces decir me llevo un yogurt o algo, es como invadir la heladera que tenemos medicación y tampoco da, después no sé si es muy cómoda la mesa que tenemos o las sillas que son así como traídas de otros lados así (risas) medias, medias chapuceadas</p>		<p>heladera que tenemos medicación y tampoco da, no es muy cómoda la mesa que tenemos o las sillas que son así como traídas de otros lados, pero bueno tenemos un lugar por lo menos”</p>	<p>tenerlos refrigerados</p>		
--	---	--	---	------------------------------	--	--

	<p>vendría hacer, pero bueno, no sé, no sé si es muy cómoda, pero bueno tenemos un lugar por lo menos</p>					
<p>2:E3 5 M E AEP9</p>	<p>Si, en el hospital si, contamos con un sector donde nosotros podemos estar tranquilos y comer, cuenta con una mesa, silla ósea no estamos en contacto con los familiares ni pacientes, tenemos un lugar a distanciado del sector de cama de los pacientes, por</p>		<p>“Si, contamos con un sector donde nosotros podemos estar tranquilos y comer, cuenta con una mesa, silla no estamos en contacto con los familiares ni pacientes, tenemos un lugar a distanciado del sector de cama</p>			

	eso considero que es un lugar tranquilo		de los pacientes, por eso considero que es un lugar tranquilo”			
3: E42 f AxE AEP 10	Si, por suerte si, este último tiempo contamos con un espacio para nuestro refrigerio, un lugar acorde para sentarnos a realizar nuestro refrigerio Investigador: ¿Cómo lo describirías? Entrevistado : Puedo decir que es acorde, en este último tiempo sí, es		“Si, por suerte si, este último tiempo contamos con un espacio para nuestro refrigerio, un lugar acorde para sentarnos, alejado de lo que es la sala de cuidados y donde estamos con nuestros compañeros y compartimos nuestros			

	<p>acorde, alejado de lo que es la sala de cuidados y donde estamos con nuestros compañeros y compartimos nuestros alimentos</p>		<p>alimentos”</p>			
<p>4: E32 F LE AEP 7</p>	<p>Sí, es cómodo, tenemos utensilios necesarios, tenemos para calentar la comida, un espacio bastante amplio para almorzar y estar, está bueno y es amplio sobre todo eso amplio y cómodo, lo que, si nos aria falta una heladera, para por</p>		<p>“Sí, es cómodo, tenemos utensilios necesarios, tenemos para calentar la comida, un espacio bastante amplio para almorzar y estar, si nos aria falta una heladera, para por ahí</p>			

	<p>ahí tener un yogurt, por ejemplo, a mí en particular me da un poco de asco guardar he un queso untable o yogurt o lo que sea en la heladera que está también la medicación de los pacientes que cuando estás trabajando vas con los guantes, si ben los desinfectas o están limpios toquetean todo así que yo particularmente no me gusta guardar comida en la heladera del servicio</p>		<p>tener un yogurt, por ejemplo, a mí en particular me da un poco de asco guardar he un queso untable o yogurt o lo que sea en la heladera que está también la medicación de los pacientes que cuando estás trabajando vas con los guantes, si ben los desinfectas o están limpios toquetean todo así que yo particularmente no me gusta</p>			
--	---	--	--	--	--	--

	y no corresponde además.		guardar comida en la heladera del servicio y no corresponde además”.			
5: E35 F LE AEP 14	He si, bueno ahora actualmente, he tenemos un lugar donde podemos comer, donde estamos apartados de nuestra área de trabajo y donde si podemos alimentarnos tranquilos de forma más segura, no como por ahí antes que nos pasaba estaba todo junto que se nos contaminaba todo,		“Actual mente tenemos un lugar donde podemos comer, donde estamos apartados de nuestra área de trabajo y donde si podemos alimentarnos tranquilos de forma más segura, no como por ahí antes que nos pasaba estaba todo junto que se nos			

	pero bueno ahora tenemos nuestro lugar.		contaminaba todo”			
Categoría 7	Disponibilidad confortable en el servicio para realizar el refrigerio					

Pregunta 8		¿Cómo te sentís personalmente y físicamente con respecto a tu estado de salud?				
N° COD	RELATO TEXTUAL	COMENTARIOS	RED 1	RED 2	RED 3	RED 4
1:E3 7 F E AEP 11	He no ahora no me siento bien, no no porque me siento limitada, me siento más cansada y yo sé que es todo por la alimentación, no y el trabajo, he yo creo que me influye porque ando más cansada, si y		“Ahora no me siento bien, me siento limitada, me siento más cansada y yo sé que es todo por la alimentación, yo creo que me influye porque ando más	Los participantes refieren que personalmente se sienten bien pero físicamente mal, cansados, estresados, con una mala alimentación, pero en este último tiempo están	Personal mente se sienten bien, físicamente mal, cansados, con una mala alimentación, están queriendo realizar un cambio con respecto a la	Se sienten bien y físicamente están realizando un cambio en la alimentación

	<p>encima en el trabajo influye que siga comiendo mal (risas)le echaba la culpa al trabajo, bueno por ahí no es tanto el trabajo es el cuidado de uno, pero bueno por ahí a veces el entorno o por ahí el estrés también, el estrés que tenemos en el mismo servicio nos hace a veces comer, todo el tiempo pavadas no sé.</p>		<p>cansada, si y encima en el trabajo influye que siga comiendo mal, bueno por ahí no es tanto el trabajo es el cuidado de uno, el entorno, el estrés que tenemos en el mismo servicio nos hace comer, todo el tiempo pavadas no sé”.</p>	<p>realizando un cambio en mejorar la parte de alimentación</p>	<p>alim delentación</p>	
<p>2:E3 5 M E AEP9</p>	<p>Yyyy que pregunta (risas), hemm cuesta, ósea a mí personalmente me cuesta, por</p>		<p>“Cuesta, ósea a mí personalmente me cuesta, por ejemplo, hacer</p>			

	<p>ejemplo, hacer actividad física o enfocarme en hacerlo o en cuidarme con respecto a las comidas, debería, debería yo cuidarme un poco más, más que nada al ser una persona con antecedentes de hipertensión que esto implica una buena alimentación, pero a veces cuesta, cuesta bastante.</p>		<p>actividad física o enfocarme en hacerlo o en cuidarme con respecto a las comidas, debería, debería yo cuidarme un poco más, más que nada al ser una persona con antecedentes de hipertensión que esto implica una buena alimentación, pero a veces cuesta, cuesta bastante”.</p>			
<p>3: E42 f AxE AEP 10</p>	<p>Personalmente y físicamente, vuelvo a repetir en</p>		<p>“Personamente y físicamente,</p>			

	<p>este último tiempo mejor, tuve tiempos en donde mi estado físico no era el mejor, te das cuenta en el día a día, en el ritmo de trabajo, he cuando vos finalizas tus rutinas te sentís más agotado, sentís dolores musculares donde estas parado y eso que también tiene mucho que ver con tu estado físico de las horas que llevas estar parado en el servicio y al no tener un buen estado físico o un peso acorde,</p>		<p>vuelvo a repetir en este último tiempo mejor, tuve tiempos en donde mi estado físico no era el mejor, te das cuenta en el día a día, en el ritmo de trabajo, cuando vos finalizas tus rutinas te sentís más agotado, sentís dolores musculares donde estas parado y eso que también tiene mucho que ver con tu estado físico de</p>			
--	--	--	--	--	--	--

	después lo sentís.		las horas que llevas estar parado en el servicio y al no tener un buen estado físico o un peso acorde, después lo sentís”.			
4: E32 F LE AEP 7	Personalmente bien, pero si me gustaría comer más saludable, pero si me siento bien		“Personamente bien, pero si me gustaría comer más saludable”			
5: E35 F LE AEP 14	Y, bueno hoy me siento mejor, he, ya te digo uno empieza a ser más consiente también de los cambios que		“bueno hoy me siento mejor, ya te digo uno empieza a ser más consiente también de los			

	<p>tenemos habitualmente, no tenemos horarios normales, entonces he te vas adaptando al cambio, adaptas la alimentación según el horario que haces, entonces vas aprendiendo, y hoy por lo menos así como me siento bien, en el estado nutricional porque lo aprendí, he si me siento más tranquila, y al alimentarme bien te sentís con mejor energías, te sentís bien, físicamente y está bueno te ayuda</p>		<p>cambios que tenemos habitualmente, no tenemos horarios normales, entonces te vas adaptando al cambio, adaptas la alimentación según el horario que haces, entonces vas aprendiendo, y hoy por lo menos así como me siento bien, en el estado nutricional porque lo aprendí, si me siento más</p>			
--	--	--	---	--	--	--

	un montón igual.		tranquila, y al alimentarme bien te sentís con mejor energías, te sentís bien, físicamente y está bueno te ayuda un montón igual.			
Categoría 8	Búsqueda del bienestar físico y personal mejorando los hábitos alimentarios y la actividad deportiva					

Pregunta 9	¿Cuenta con tiempo para organizarse y ocuparse de su estado nutricional?					
N° COD	RELATO TEXTUAL	COMENTARIOS	RED 1	RED 2	RED 3	RED 4
1:E3 7 F E AEP 11	Creería que sí, no tan bien, pero creería que sí, me		“Creería que sí, me falta un poquito más	Los participantes refieren tener tiempo para	Los participantes manifiestan	Hay tiempo, pero hay falta de

	falta un poquito más de voluntad, pero no tengo tanto tiempo, porque tengo otras actividades, pero se podría decir que sí que más o menos, no es ni un sí ni un no (risas) es más o menos ni (risas) no sé si sirve, pero bueno es un ni. (risas)		de voluntad, pero no tengo tanto tiempo, porque tengo otras actividades, pero se podría decir que sí”	organizarse y ocuparse de su alimentación, pero siempre hay excusas, falta de voluntad, estar cansado, no se ocupa de ellos en estos momentos, priorizan otras actividades	tener el tiempo para organizarse y ocuparse de su alimentación, pero están cansados y falta de voluntad, priorizan otras actividades	voluntad, cansancio, se prioriza otras actividades
2:E3 5 M E AEP9	No, no, no tengo el tiempo porque bueno, como dije anteriormente trabajo en dos lugares y el poco tiempo que tengo o lo descanso o estoy en casa con la familia o con los nenes y no, no estaría		“No, no, no tengo el tiempo porque bueno, trabajo en dos lugares y el poco tiempo que tengo o lo descanso o estoy en casa con la familia o con los			

	ocupándome de mí.		nenes y no, no estaría ocupándome de mí”.			
3: E42 f AxE AEP 10	En estos momentos considero que sí, va creo que si uno quiere se organiza lo que pasa que como siempre estamos cansados no le damos la importancia que se merece, el tiempo de ocuparnos y organizarnos de nuestra nutrición		“Si uno quiere se organiza lo que pasa que como siempre estamos cansados no le damos la importancia que se merece, el tiempo de ocuparnos y organizarnos de nuestra nutrición”			
4: E32 F LE AEP 7	Y depende, en realidad, si en realidad si quisiera si		“Si en realidad si, organizar las			

	<p>yo calculo que podría organizarme, organizar las viandas y todo, pero bueno, no es prioridad, a veces lo resuelvo sobre la marcha, no es que me organizo por la comida tal vez si la del medio día por lo de mis hijos, pero después lo que yo voy a comer durante todo el día no.</p>		<p>viandas y todo, pero bueno, no es prioridad, a veces lo resuelvo sobre la marcha, no es que me organizo por la comida tal vez si la del medio día por lo de mis hijos, pero después lo que yo voy a comer durante todo el día no”.</p>			
<p>5: E35 F LE AEP 14</p>	<p>He, si uno si se hace el tiempo si tenemos tiempo, uno por ahí dice que no, pero si tenes tiempo, si te organizas siempre tenes tiempo.</p>		<p>“Si tenemos tiempo, uno por ahí dice que no, pero si tenes tiempo, si te organizas siempre tenes</p>			

			tiempo.			
Categoría 9	Sensación de contar con el tiempo suficiente para la organización de la alimentación, pero en algunos casos falta de voluntad para realizarlo					

Pre gunta 10	¿Realiza actividad física? ¿Cuántas veces por semana?					
Nº COD	RELATO TEXTUAL	COMENTARIOS	RED 1	RED 2	RED 3	RED 4
1:E 37 F E AEP 11	Hemmmm si, si muy poca, pero si, más o menos dos veces por semana hago Pilates, pero por una cuestión que tengo problemas en la columna y es lo único, en realidad en tiempo es, esas dos clases como que las puedo cumplir, porque con el tema del		“Si, si muy poca, pero si, dos veces por semana hago Pilates, pero por una cuestión que tengo problemas en la columna y es lo único, esas dos clases como que las puedo cumplir,	Los informantes refieren realizar actividad física, dos veces por semana o todos los días, un ratito se toman para hacer Pilates, caminatas, ejercicio en su casa, paddle, andar en bici, algo mover el	Manifi estan realizar actividad física, dos veces por semana o se toman un tiempo para realizar actividad ya sea Pilates,	Realiz an actividad física, dos veces por semana.

	<p>turno rotativo y demás y otras actividades afuera, he se me complica bastante, pero esas dos clases a la semana trato de cumplirlas a rajatabla si es necesario trato de cambiar la guardia, la cambio porque sé que lo necesito, mi cuerpo lo necesita, mi estado mental también (risas)</p>		<p>porque con el tema del turno rotativo y demás y otras actividades afuera, he se me complica bastante, pero esas dos clases a la semana trato de cumplirlas a rajatabla si es necesario trato de cambiar la guardia, la cambio porque sé que lo necesito, mi cuerpo lo necesita, mi estado mental también”</p>	<p>cuerpo porque hace bien a su mente, a su cuerpo</p>	<p>caminatas, paddle, andar en bici la idea es despejar la mente y sentirse bien</p>	
<p>2:E 35 M E AEP9</p>	<p>No, no en estos momentos no, no estaría realizando actividad física</p>		<p>“No, en estos momentos no estaría realizando</p>			

			actividad física”			
3: E42 f AxE AEP 10	Si, trato de hacer caminatas día por medio, o cada dos días trato de cumplir con un ritmo de caminatas o bicicleta y por ahí también el deporte como es el vóley que en este último tiempo he dejado, pero si trato de hacer algo como ejercicios o en mi casa igual, trato de mantenerme activa en algún momento del día.		“Si, trato de hacer caminatas día por medio o bicicleta y por ahí también el deporte como es el vóley que en este último tiempo he dejado, pero si trato de hacer algo como ejercicios o en mi casa igual, trato de mantenerme activa en algún momento del día”.			
4: E32 F LE AEP 7	Si, dos veces a la semana juego al paddle		“Si, dos veces a la semana juego al paddle “			

<p>5: E35 F LE AEP 14</p>	<p>Y mm, hago actividad física he por mi cuenta (risas), en los horarios que puedo, también entiendo que no está bueno, pero bueno en los horarios que tengo libre voy haciendo igual, me ocupo aunque sea en el día tener un momento donde yo pueda hacer y descárgame y movilizarme un poco, pero sentir que hice algo y que moví el cuerpo, entonces sí, a veces cuando trabajo todo el día, no puedo pero trato que en ese día dividirlo y hacer una partecita, no se caminando o algo, o</p>		<p>“Hago actividad física por mi cuenta , en los horarios que puedo, también entiendo que no está bueno, pero bueno en los horarios que tengo libre voy haciendo igual, me ocupo aunque sea en el día tener un momento donde yo pueda hacer y descárgame y movilizarme un poco, cuando trabajo todo el día, no puedo pero trato que en ese</p>			

	trato de hacer algo en el día, también aprendí a organizarme y hacerlo, a veces no tenes ganas, pero bueno sabes que lo bueno es hacer ejercicio y que te hace bien y te ayuda a despejarte, te ayuda al cuerpo, te ayuda a moverte, relajarte, así que si trato de hacerlo en algún momento del día lo hago igual		día dividirlo y hacer una partecita, no se caminando o algo, también aprendí a organizarme y hacerlo, a veces no tenes gana, hacer ejercicio hace bien y te ayuda a despejarte, te ayuda al cuerpo, te ayuda a moverte, relajarte”			
Categoría 10	Desarrollo de actividad física en algún momento del día					

Pre gunta 11	¿Alguna vez concurrió a una consulta con profesionales en nutrición? ¿Por qué?
-----------------	--

N° COD	RELATO TEXTUAL	COMENTARIOS	RED 1	RED 2	RED 3	RED 4
1:E 37 F E AEP 11	<p>Sí, un montón de veces, sí.</p> <p>Investigador: ¿Por qué?</p> <p>Entrevistado: Y porque siempre tuve sobrepeso, he y bueno buscas ayuda, acompañamiento, he orientación por eso.</p>		<p>“Sí, un montón de veces, porque siempre tuve sobrepeso, y bueno buscas ayuda, acompañamiento, orientación por eso.</p>	<p>Los informantes refieren haber hecho consultas con profesionales de nutrición, cuando cumplían los planes estaban bien, otros iban pero no cumplían los planes pero les ayudó a ordenarse mejor con la alimentación, se sienten mejor</p>	<p>Concurrieron a consultas con nutricionistas, no respetan los planes pero si les ayuda a ordenarse con la alimentación</p>	<p>Realizaron consultas con nutricionista, para ordenar su alimentación</p>
2:E 35 M E AEP9	<p>Sí, sí la hice y fue cuando estuve bien, baje de peso y después al no continuar con la nutricionista y la actividad que estaba haciendo, hemmm, volví</p>		<p>Sí, la hice y fue cuando estuve bien, baje de peso y después al no continuar con la nutricionista y la actividad que</p>			

	a aumentar de peso		estaba haciendo volví a aumentar de peso”			
3: E42 f AxE AEP 10	Si, hice una consulta con un profesional de nutrición, el tema que siempre tengo miedo de no respetar el plan nutricional, es como que me da miedo que, si lo voy a cumplir o no,		“Si, hice una consulta con un profesional de nutrición, el tema que siempre tengo miedo de no respetar el plan nutricional, es como que me da miedo que, si lo voy o no”,			
4: E32 F LE AEP 7	Sí, pero en los embarazos fui por que como en el primer embarazo aumenté muchísimo de peso, quise cuidarme en el		“Sí, pero en los embarazos fui por que como en el primer embarazo aumenté muchísimo de			

	segundo embarazo		peso, quise cuidarme en el segundo embarazo”			
5: E35 F LE AEP 14	Si, hemm varias veces consultas que no (risas) las hacía y no cumplía, pero bueno después el mismo cuerpo te pasa factura, he bueno vos sabes y todo te lleva a entender que uno lo tiene que hacer, he para el bien de uno, entonces, cuando lo empezas hacer te sentís bien, entonces lo tenes que hacer, es tomar la decisión, tener disciplina, la última consulta que hice con el nutricionista lo entendí		“Si, varias veces consultas que no las hacía y no cumplía, pero bueno después el mismo cuerpo te pasa factura, vos sabes y todo te lleva a entender que uno lo tiene que hacer, he para el bien de uno, cuando lo empezas hacer te sentís bien, es tomar la decisión, tener disciplina, la última consulta			

<p>de otra forma, he si me ayudo un montón, no hago planes ni nada de nutricionista pero si aprendí por ahí el manejo de lo que me hace bien a mí, entonces medianamente lo voy respetando, aportando lo mejor y más sano a mi cuerpo, entonces si voy tratando de hacerlo, si fui a las consultas, no sigo su tratamiento ni los planes que te dan, pero si unifiqué, yo personalmente, los criterios y los voy haciendo igual en forma personal, pero lo voy haciendo igual a conciencia que tiene que</p>		<p>que hice con el nutricionista lo entendí de otra forma, me ayudo un montón, no hago planes ni nada de nutricionista pero si aprendí por ahí el manejo de lo que me hace bien a mí, entonces medianamente lo voy respetando, aportando lo mejor y más sano a mi cuerpo, entonces si voy tratando de hacerlo, si fui a las consultas, no sigo su</p>			
--	--	---	--	--	--

	<p>ser para el bienestar de uno y que uno se sienta satisfecho con lo que está haciendo está bien también</p>		<p>tratamiento ni los planes que te dan, pero si unifiqué, yo personalmente, los criterios y los voy haciendo igual en forma personal, pero lo voy haciendo igual a conciencia que tiene que ser para el bienestar de uno y que uno se sienta satisfecho con lo que está haciendo está bien también”</p>			
<p>Categoría 11</p>	<p>Realización de consulta con nutricionista para organizar su alimentación logrando pequeñas metas</p>					

Pregunta 12	¿Me podrías describir un día de tu vida con respecto a tu alimentación y actividades?					
N° COD	RELATO TEXTUAL	COMENTARIOS	RED 1	RED 2	RED 3	RED 4
1:E 37 F E AEP 11	He si no tengo mucho que hacer a la tarde si trato de dormir una rato siesta para recuperar, como te digo me siento cansada todo el tiempo (suspiro) y a la tarde si tengo que hacer salgo y no meriendo y si estoy en casa capaz que tomo unos mates con algo, con unas galletitas o nada por lo general no tengo hambre a esa hora, entonces como que eso lo obvio y después he, ya te digo, si tengo que salir a ser una actividad no		“ si no tengo mucho que hacer a la tarde trato de dormir una rato siesta para recuperar, como te digo me siento cansada todo el tiempo y a la tarde si tengo que hacer salgo y no meriendo y si estoy en casa capaz que tomo unos mates con algo, con unas galletitas o nada por lo general no	Los informantes describen un día con las rutinas diarias de sus quehaceres, la mayoría son femeninas, van a trabajar, luego llegan a la casa, realizan almuerzo, con respecto a la alimentación solo respetan la comida del medio día ya	Manifi estación rutinas diarias, asisten al trabajo si es almuerzo o cena comen lo que le da la institución , respetan el almuerzo, realizan actividad física en algún momento del día	Rutin a diaria, almuerzo comida principal, realizan actividad física

<p>se ir a ver a mi familia o alguna actividad social por que por ahí también lo social como que también lo dejo de lado o también porque Pilates tengo generalmente dos veces por semana horarios nocturnos casi, ósea lo que es tipo nueve de la noche y después vuelvo a mi casa y ya veo si ceno o no ceno, a veces si a veces no, a veces algo así no más un sándwich y nada me voy acostar, pero a todo esto ya son como las doce de la noche y al otro día igual a las cinco de la mañana levantarse para ir a trabajar va cinco y cuarto, cinco y veinte,</p>		<p>tengo hambre a esa hora, entonces como que eso lo obvio, lo social como que también lo dejo de lado o también porque Pilates tengo generalmente dos veces por semana horarios nocturnos, ósea lo que es tipo nueve de la noche y después vuelvo a mi casa y ya veo si ceno o no ceno, a veces sí a veces no, me voy acostar, pero a todo esto ya son como las doce de la noche y al otro día igual a las</p>	<p>que están con su familia, si están en el trabajo comen lo que la institución de da, las actividades físicas las realizan en la tarde.</p>		
---	--	---	--	--	--

	cinco y media (risas) más o menos así.		cinco de la mañana levantarse para ir a trabajar.			
2:E 35 M E AEP9	He, actividad física no estoy haciendo, ni ningún tipo de actividad que sea estar en movimiento, más allá de ir a trabajar y nada, comer lo que se tiene en el momento y lo que nos pueden llegar a dar en el servicio.		“Actividad física no estoy haciendo, ni ningún tipo de actividad que sea estar en movimiento, más allá de ir a trabajar, comer lo que se tiene en el momento y lo que nos pueden llegar a dar en el servicio.			
3: E42 f AxE AEP 10	Bueno, es levantarme, no desayuno, generalmente me preparo unos mates, voy/ vengo tomo un mate, sigo		“Es levantarme, no desayuno, generalmente me preparo unos			

	<p>haciendo mis cosas, por ahí en casa, lo cotidiano de cada casa, después si al medio día me siento a almorzar, termino de almorzar espero una o dos horas, en la tarde trato de ir a caminar, camino una hora aproximadamente y bueno regreso a casa y continuó con las cosas de la casa y duermo, lo que implemente ahora último igual si estoy en casa y no tengo que ir a trabajar es dormir temprano, trato de respetar más las horas del sueño, dormirme temprano eso.</p>		<p>mates, voy/ vengo tomo un mate, sigo haciendo mis cosas, por ahí en casa, lo cotidiano de cada casa, después si al medio día me siento a almorzar, termino de almorzar espero una o dos horas, en la tarde trato de ir a caminar, camino una hora aproximadamente y bueno regreso a casa y continuó con las cosas de la casa y duermo, lo que implemente ahora último igual si estoy en casa y</p>			
--	---	--	---	--	--	--

			no tengo que ir a trabajar es dormir temprano, trato de respetar más las horas del sueño, dormirme temprano eso”.			
4: E32 F LE AEP 7	Me levanto a las cinco de la mañana, llego al trabajo, hacemos los controles de signos vitales, entre medio tomamos unos mates, con tortas fritas o rosquitas siempre o macitas, salgo del trabajo corriendo paso a buscar a mi hija al colegio de ahí me voy, paso a comprar si no tengo nada, si deje algo armado para cocinar, por lo general tengo carne, pollo, todo frizado y		“Me levanto a las cinco de la mañana, llego al trabajo, hacemos los controles de signos vitales, entre medio tomamos unos mates, con tortas fritas o rosquitas siempre o macitas, salgo del trabajo corriendo paso a buscar a mi hija al colegio de ahí me			

<p>verduras y frutas, voy comprando día por medio por que siempre hay fruta por que el de dos años le gusta comer frutas a la mañana, entonces le dejo fruta y yogurt siempre hay también por ese motivo más que nada y llego a mi casa cocino, almorzamos y estamos un rato y después nos vamos a la parque, tengo un parque cerca de casa y si no vamos a la plaza Güemes y si no a la playa y después ya tipo seis de la tarde los pasa a buscar el padre y ahí ya quedo sola y tomo mates o a veces te con leche, por lo general como mejor cuando estoy con mis hijos</p>		<p>voy, paso a comprar si no tengo nada, si deje algo armado para cocinar, y verduras y frutas, voy comprando día por medio por que siempre hay fruta por que el de dos años le gusta comer frutas a la mañana, entonces le dejo fruta y yogurt siempre hay también por ese motivo más que nada y llego a mi casa cocino, almorzamos y estamos un rato y después nos vamos</p>			
--	--	--	--	--	--

	<p>porque en realidad los quiero hacer comer sano a ellos, entonces, yo también, pero cuando quedo sola no, como cualquier cosa, y la cena por lo general cenan con el padre así que yo, bueno últimamente me puse un tema de cocinarme para mí, para comer más sano, por lo general me pedía comida sándwich o no comía, tomaba mates, fue una de las cosas que me empecé a plantear ahora hace dos meses empezar a cocinarme para mí en la noche</p>		<p>a la parque, tengo un parque cerca de casa y si no vamos a la plaza Güemes y si no a la playa y después ya tipo seis de la tarde los pasa a buscar el padre y ahí ya quedo sola y tomo mates o a veces te con leche, por lo general como mejor cuando estoy con mis hijos porque en realidad los quiero hacer comer sano a ellos, entonces, yo también, pero cuando quedo sola no, como cualquier</p>			
--	--	--	--	--	--	--

			<p>cosa, y la cena por lo general cenan con el padre así que yo, bueno últimamente me puse un tema de cocinarme para mí, para comer más sano, por lo general me pedía comida sándwich o no comía, tomaba mates, fue una de las cosas que me empecé a plantear ahora hace dos meses empezar a cocinarme para mí en la noche “</p>			
5: E35 F LE AEP 14	Bueno yo generalmente, yo soy nochera en el hospital ósea		“Yo soy nochera en el hospital ósea que			

<p>que hago de 18 a 00 hs, entonces cuando generalmente tengo esos horarios la comida principal trato de hacer al medio día, hem y bueno voy usando colaciones, no me salteo la merienda, he como fruta, yo generalmente como no tengo hábito de comer fruta en donde ando generalmente vengo a trabajar que ya es para la noche, la intermedia noche o como lo que me dan en el hospital, o si no traigo pero todo liviano, cosa de no consumir mucho en la noche, si trato de comer bien hasta las diez de la noche, así sea que igual</p>		<p>hago de 18 a 00 hs, entonces cuando generalmente tengo esos horarios la comida principal trato de hacer al medio día, voy usando colaciones, no me salteo la merienda, como fruta, vengo a trabajar intermedia noche o como lo que me dan en el hospital, o si no traigo pero todo liviano, cosa de no consumir mucho en la noche, si trato de comer bien hasta las diez de la noche, así sea que</p>			
--	--	--	--	--	--

	<p>este de noche no como en la noche y menos en la mañana cuando llegó, y después ya me levanto y vuelvo a organizarme en las comidas ahí, si salgo a la noche hago bien la rutina si hago dos comidas buenas y bueno las colaciones no soy de comer tanto ahora</p>		<p>igual este de noche no como en la noche y menos en la mañana cuando llego, y después ya me levanto y vuelvo a organizarme en las comidas ahí, si salgo a la noche hago bien la rutina si hago dos comidas buenas y bueno las colaciones no soy de comer tanto ahora”</p>			
<p>Categoría 12</p>	<p>priorización del almuerzo en la rutina diaria y realización de actividad física</p>					

CATEGORÍAS Y CONVERGENCIAS

Categorías	Convergencias
1-Conformidad con el servicio y una satisfacción con el trabajo en equipo	El equipo de trabajo se encuentra en un proceso para realizar una alimentación más saludable en el servicio, contando con viandas aportadas por la institución y disponibilidad de espacio físico para el refrigerio
6- Viandas saludable brindada por la institución	
7-Disponibilidad confortable en el servicio para realizar el refrigerio	
8- Búsqueda del bienestar físico y personal mejorando los hábitos alimentarios y la actividad deportiva	Organización alimentaria motivada a través de consultas nutricionales para alcanzar pequeñas metas, en busca de un bienestar en el patrón nutricional
9-Sensación de contar con el tiempo suficiente para la organización de la alimentación, pero en algunos casos falta de voluntad para realizarlo.	
11-Realización de consulta con nutricionista para organizar su alimentación logrando pequeñas metas	
2- Percepción de no poder mantener una alimentación adecuada en horarios laborales	Dificultad para mantener una alimentación adecuada en horarios laborales por falta de organización personal, reconociendo el almuerzo como la comida más importante del día aportando energía necesaria para la continuidad de la rutina
3- Carencia en el estado nutricional por falta de organización en los horarios laborales	
4- Reconocimiento del almuerzo como la comida más importante del día aportando la energía necesaria para desarrollar la comunidad de las rutinas laborales	
5-Refrigerio sujeto a la rutina laboral	
12-Priorización del almuerzo en la rutina diaria y realización de actividad física	

INTERPRETACIÓN:

Con el análisis de las 12 preguntas formuladas se llegó a obtener 12 categorías, de las cuales se obtuvieron 3 convergencias, pudiendo realizar la interpretación de cada una de ellas relacionando y teniendo en cuentas el estado del arte, MRCT y las teorías de enfermería seleccionadas.

Primera convergencia

EL EQUIPO DE TRABAJO SE ENCUENTRA EN UN PROCESO PARA REALIZAR UNA ALIMENTACIÓN MÁS SALUDABLE EN EL SERVICIO, CONTANDO CON VIANDAS BRINDADAS POR LA INSTITUCIÓN Y DISPONIBILIDAD DE UN ESPACIO FÍSICO

En la primera categoría convergente se puede decir que el equipo de trabajo se encuentra en un proceso para realizar una alimentación saludable, tienen presente la importancia de una alimentación sana y cuentan con un espacio físico para realizar el almuerzo o cena ya que la institución provee de esas viandas.

Villarreal Ramírez, S. M. (2003). “Los hábitos alimentarios adecuados proporcionan beneficios en la salud de la persona a largo plazo, como la reducción del riesgo de presentar sobrepeso y obesidad y de sufrir enfermedades no transmisibles”.

Hernández, M. R. (2015) refiere en su artículo de autocuidado y promoción de la salud en el ámbito laboral.

“La organización mundial de la salud .(OMS, 2014) refiere que el autocuidado se relaciona con todo aquello que las personas hacen por sí mismas para conservar sus condiciones de salud, cuyo propósito es el de promocionar la vida y el bienestar de los seres humanos, mientras que la gestión de la salud y seguridad en el trabajo, está orientada a preservar la integridad de las personas, siendo consciente de que un gran porcentaje del resultado es responsabilidad de cada uno y de su estilo de trabajo”.

Marjory Gordon refiere en el patrón nutricional rol y relaciones:

“la percepción (satisfacción/insatisfacción) y grado de compromiso con los roles más importantes y las responsabilidades en la situación actual del cliente. Están incluidos la satisfacción

o las alteraciones en la familia, trabajo o relaciones sociales, y las responsabilidades relacionadas con estos roles, incluida la capacidad de obtener ingresos suficientes para cubrir las necesidades y las condiciones de habitabilidad del hogar”

Como así también podemos citar a Levine con uno de sus tres principios de modelo de conservación, Adaptación “La adaptación es un proceso de cambios mediante el cual el individuo se ajusta a las realidades de su entorno externo e interno para permanecer íntegro”.

2: E 35 M E AEP 9 manifiesta:

“en este caso para el almuerzo y cena nos suelen dar la vianda” “contamos con un sector donde nosotros podemos estar tranquilos y comer”.

El informante 3: E 42 F Ax E AEP 10 refiere:

“en este último tiempo trato de organizarme un poco más(,...)” si vengo almorzar o cenar no me traigo, como lo que nos dan acá en el servicio”.

La informante 5: E 35 M LE AEP 14 refiere

“... ya te digo, aprendí ahora a manejarlo a ir viendo que comer de forma consciente, (...) trato de comprar, de tener ensaladas, tener agua, fruta” “actualmente tenemos un lugar donde podemos comer, estamos apartados de nuestra área de trabajo, donde podemos alimentarnos tranquilos de forma segura..”

Segunda convergencia

ORGANIZACIÓN ALIMENTARIA MOTIVADA A TRAVÉS DE CONSULTAS NUTRICIONALES PARA ALCANZAR PEQUEÑAS METAS, EN BUSCA DE UN BIENESTAR EN EL PATRÓN NUTRICIONAL.

En la segunda categoría convergente se puede apreciar la motivación a través de consultas nutricionales para alcanzar pequeñas metas, logrando así una organización ya que es muy importante para buscar un bienestar en el patrón nutricional ya que sabemos que una nutrición equilibrada es un beneficio para la salud.

Como refiere Gordon en el patrón nutricional percepción-manejo de la salud.

“Describe la percepción del cliente de su patrón de salud y bienestar y cómo lo maneja. Incluye la percepción del individuo de su estado de salud y de su relevancia para las actividades actuales y sus planes futuros. También incluye el manejo de los riesgos para la salud y las conductas generales de cuidado de la misma, tales como las medidas de seguridad y la realización de actividades de promoción de la salud física y mental, prescripciones médicas o enfermeras y revisiones periódicas”.

Moya, J. (2019):

“Diversas son las experiencias educativas a las que el nutricionista se ve enfrentado a lo largo de su vida profesional. La mayoría de las áreas de su campo laboral, involucran en algún momento ya sea directa o indirectamente, la educación de personas a través de estimular, guiar o inducir el cambio de conductas ligadas a la alimentación, que conlleven al mejoramiento de la calidad de vida y consecuentemente la prevención y/o tratamiento de distintas condiciones de salud. La consulta nutricional es en sí misma un encuentro de enseñanza-aprendizaje, y por ello posee un gran valor tanto para el profesional como para la persona que recurre a ella”.

Los informantes en la pregunta ¿Alguna vez concurre a una consulta con profesionales de nutrición? refirieron:

1:E 37 F E AEP 11:

“siempre tuve sobrepeso, y bueno uno busca ayuda, acompañamiento”.

2:E 35 M E AEP 9:

“si la hice y fue cuando estuve bien, bajé de peso ...”

En la pregunta 9 ¿cuenta con tiempo para organizarse y ocuparse de su estado nutricional?, los informantes manifestaron:

3: E 42 F Ax E AEP 10

“... en estos momentos considero que sí, va creo que si uno quiere se organiza, lo que pasa que como siempre estamos cansados no le damos la importancia que se merece...”

5: E 35 F LE AEP 14:

“... si, uno si se hace el tiempo si tenemos tiempo, uno por ahí dice que no, pero si tenemos tiempo, si te organizas siempre tenés tiempo...”

Tercera convergencia

DIFICULTAD PARA MANTENER UNA ALIMENTACIÓN ADECUADA EN HORARIOS LABORALES POR FALTA DE ORGANIZACIÓN PERSONAL, RECONOCIENDO EL ALMUERZO COMO LA COMIDA MÁS IMPORTANTE DEL DÍA APORTANDO ENERGÍA NECESARIA PARA LA CONTINUIDAD DE LA RUTINA

En la tercera categoría convergente, se identifica una dificultad para mantener una alimentación adecuada en horarios laborales, pero reconocen que necesitan del almuerzo para contar con energía suficiente para realizar las tareas diarias.

Romero, M. B. (2020) en su artículo sobre hábitos alimenticios en el personal de salud y rendimiento laboral refiere:

“El horario de trabajo, el cargo desempeñado y la institución a la que los sujetos estén vinculados son aspectos que pueden incrementar los riesgos de la salud. el personal de salud, no presenta una ingesta de alimentos con una frecuencia regular, y en ocasiones no realizan un número estipulado de comidas diarias, ni colaciones en relación con el turno de trabajo, al momento de ingerir alimentos, el personal de salud lo hace de manera rápida, en movimiento y destaca por un mayor consumo de grasas, azúcares e infusiones”

Según la teorista Levine “para alcanzar los objetivos del modelo de conservación, hay que llevar a cabo intervenciones que se ajusten a los principios de conservación. En la conservación de la energía: el individuo necesita equilibrar su energía y renovarla constantemente para mantener sus actividades vitales”.

En la pregunta 2 sobre cómo cuida su alimentación en horarios laborales los informantes refirieron:

1: E37 F E AEP 11:

“... mucho no la cuida... en horarios laborales es más difícil” el estado nutricional es malo”
“tengo sobrepeso, no me cuida...”

2: E 35 M E AEP 9:

“... y en ese horario es como, tenemos horarios rotativos, entonces la alimentación pasa a ser como en los rato que tenemos libres o comemos lo que podemos...”

3: E 42 F Ax E AEP 10:

“... no es fácil cuidar la alimentación en horarios laborales”” estuve épocas que estaba mal estado nutricional...”

4: E 32 F LE AEP 7

”... y no es muy bueno, comemos muchas harinas...”

En la pregunta 4, ¿respetan las cuatro comidas que se recomiendan? ¿Cuál considera la más importante del día? los informantes refirieron los siguiente:

1: E37 F E AEP 11:

“... el desayuno y el almuerzo, pero a veces no se cumple...”

4: E32 F LE AEP

“... algunos días sí, otros días no, lo que sí respeto siempre es el almuerzo...”

RE-CONTEXTUALIZACIÓN

Este trabajo de investigación es una obra original de mi autoría donde se investiga (O-P) Percepción del autocuidado del patrón nutricional del personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del hospital subzonal Santa Teresita RW- Chubut, dicho tema fue seleccionado para conocer cómo percibe el patrón nutricional el personal de enfermería.

La alimentación es una necesidad vital para la vida, como mencionan diferentes autores y teoristas de la profesión de enfermería donde una alimentación lleva a proporcionar una mejor recuperación, una mejor calidad de vida para las personas, familias y comunidad.

Es por ello que es importante garantizar que el personal de salud tenga acceso a alimentos nutritivos para evitar el deterioro físico y mental debido a la falta de tiempo para comer adecuadamente.

El consumo frecuente de comidas rápidas y alimentos poco saludables por parte del personal de enfermería contribuye al envejecimiento prematuro y a problemas de salud. Esto crea un ciclo negativo que afecta su bienestar y genera una dependencia excesiva en estos alimentos.

El bienestar del personal de salud es esencial para su calidad de vida, ya que implica no solo la ausencia de enfermedad, sino también relaciones saludables, bienestar emocional y físico, y una vida significativa tanto para ellos como para sus familiares.

El estado nutricional del personal de salud es crucial y necesita ser abordado a través de programas y políticas internas de la institución, que promuevan la concienciación, la provisión de alimentos nutritivos y el cuidado físico y mental. Esto ayudará a mejorar la salud, la calidad del sueño, la actividad física y los patrones alimentarios del personal de enfermería.

Se considera de gran importancia abordar este tema, deseando poder aportar conocimiento a esta problemática que es la percepción del patrón nutricional, buscar ayuda interna o externas, para el mejoramiento de la alimentación del personal y sobre todo cuidar de quien nos cuida.

Como dato relevante es que muchos artículos abordan el tema de la alimentación del personal de salud, el deterioro que causa la mala alimentación, sin embargo, las instituciones no prestan atención, o no tienen un seguimiento con el personal, tratando de buscar una solución, o brindar ayuda.

CONCLUSIÓN GENERAL

En el presente trabajo se realizó una investigación cualitativa, en donde se pudo conocer la percepción del autocuidado del patrón nutricional del personal de enfermería de la terapia intensiva del Hospital subzonal Santa Teresita de la ciudad de Rawson, Chubut en el mes de Octubre del año 2023.

Al realizar el proceso investigativo se pudo evidenciar que el personal de enfermería tiene una percepción de tener buenos hábitos de alimentación, pero, a su vez se encuentran con un déficit para mantener una alimentación adecuada en horarios laborales ya sea por falta de tiempo, doble jornada laboral, falta de organización y/o voluntad.

Teniendo en cuenta los artículos que dieron sustento a esta investigación, se pudo evidenciar que hay escasa información sobre la temática. Se hallaron varios artículos que hablan de la alimentación en general y sobre los pacientes, pero no hay evidencia de estudios apuntados a el personal de enfermería y sus hábitos alimentarios durante su jornada laboral.

Es por esto que se considera sumamente importante el abordaje del tema, para poder acompañar al personal de enfermería en la gestión de su autocuidado, concluyendo que una alimentación saludable consiste en ingerir una variedad de alimentos que te brinden los nutrientes necesarios para mantener una vida sana, sentirse bien y contar con energía para realizar las tareas cotidianas.

BIBLIOGRAFÍA

Barragan Cajusol, M. (2020). Autocuidado de las enfermeras durante el trabajo nocturno en un hospital público. Lambayeque, 2018. <http://hdl.handle.net/20.500.12423/2411>

Bellido Vallejo, José Carlos; Lendínez Cobo, José Francisco (D.L. 2010). Proceso enfermero desde el modelo de cuidados de Virginia Henderson y los lenguajes NNN (1a. ed edición). Colegio Oficial de Enfermería de Jaén. ISBN 978-84-694-0295-5. OCLC 776593497. Consultado el 28 de abril de 2021. Edelman, C.L., & Mandle, C.L.,(2006)In D. Como, L. Thomas (Eds.), Health Promotion Throughout the Lifespan St. Louis, Missouri: MosbyAdapted from: Gordon, M. (1994) Nursing Diagnosis: Process and Application, 3d Ed. St. Louis: Mosby

Convenio Colectivo de Trabajo de Salud - Chubut homologado por Resolución N° 164/13 - STR año

Dotti, G., & Rodríguez, C. (2013). El multiempleo, ¿ trae consecuencias en la calidad de vida del equipo de Enfermería que trabaja en unidades de Cuidados Intensivos?. Revista Uruguaya de enfermería, 8(2)

Fundación Española de la nutrición 1 de octubre 2014 <https://www.fen.org.es/blog/habitos-alimentarios/>

Hernández, L. F., Santos, R. B., López, C. L. S., Romero, E., Rodríguez, A. B., Moratinos, C. B. I., & Juárez, J. C. (2012). Análisis nutricional y hábitos alimentarios en personal sanitario con turnos rotatorios. Rev Esp Nutr Comunitaria, 18(1), 200-204. https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/Nutr_1-2012-art%205.pdf

Hernández, M. R. (2015). Autocuidado y promoción de la salud en el ámbito laboral. Revista salud bosque, 5(2), 79-88. https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=concepto+autocuidado+oms&oq=autoc

Herrera, B.S (2000), fenomenología: un método de indagación para el cuidado de enfermería, In cuidado y práctica de enfermería (pp24-36) Universidad Nacional de Colombia.

José A. Yuni Claudio A Urbano, técnicas para investigar vol. II.

José Alberto Yuni, Claudio Ariel Urbano, técnicas para investigar vol. I pág 43

Lara Orellana, C. M., & Ojeda Luzuriaga, J. K. (2023). Estado nutricional y factores asociados en el personal de salud del Hospital Básico de Vilcabamba-Loja, 2023 (Master's thesis, Quito: Universidad de las Américas, 2023) <http://dspace.udla.edu.ec/handle/33000/14735>

Ley 24004 Ejercicio de la enfermería

Martha Raile Alligood y Ann Marriner Tomey (2011) Modelo y teorías en enfermería séptima edición, Elsevier. España SL

Modelosenfermerosucaldas.blogspot.com

Moreno, G. A. (2008). La definición de salud de la Organización Mundial de la Salud y la interdisciplinariedad. Sapiens. Revista Universitaria de Investigación, 9(1), 93-107. https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=concepto+autocuidado+oms&oq=autoc

Orellano, V. (2011). Espacios de alimentación y hábitos alimentarios de los trabajadores

Organización Mundial de la Salud1 <https://www.who.int/es/news/item/12-01-2021-who-urges-governments-to-promote-healthy-food-in-public-facilities>

Organización panamericana de la salud, investigación cualitativa en enfermería, serie paltex y sociedad 2000 No. 9.

Paredes, F. G., Ruiz Díaz, L., & González, N. (2018). Hábitos saludables y estado nutricional en el entorno laboral. Revista chilena de nutrición, 45(2), 119-127. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182018000300119&script=sci_arttext&tlng=en

Pita Ruiz, A. M. (2016). Estudio de la relación del desempeño laboral con el estado nutricional y posibles enfermedades crónicas, en las auxiliares de dieta del servicio de alimentos de la Fundación Santa Fe de Bogotá. <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/10630>

Polit. Hungler , investigación científica en la ciencia de la salud, sexta edición.

Revista chilena de nutrición, 45(2), 119-127. Moya, J. (2019). Coaching Nutricional y motivación para el cambio de conducta alimentaria. Revista chilena de nutrición, 46(1), 73-80. <http://dx.doi.org/10.4067/s0717-75182019000100073>

Riofrío Ordóñez, R. A., & Karol Jennifer, R. G. (2023). Estado nutricional del personal de salud de entre 30 y 50 años de edad que trabaja en áreas críticas como son cuidados intensivos, emergencia y quirófano de 4 hospitales en las ciudades de Quito y Guayaquil y su incidencia en la calidad del sueño, la actividad física y los patrones alimentarios (Master's thesis, Quito: Universidad de las Américas, 2023). <https://dspace.udla.edu.ec/handle/33000/14822>

Rojas Teja, J., & Zubizarreta Estéve, M. (2007). Reflexiones del estilo de vida y vigencia del autocuidado en la atención primaria de salud. Revista Cubana de enfermería, 23(1), 0-0. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=s0864-03192007000100007&script=sci_arttext

Romero, M. B. (2020). Hábitos alimenticios en el personal de salud y rendimiento laboral (Bachelor's thesis, Universidad Nacional de Rosario. Facultad de Ciencias Médicas.) <https://rephip.unr.edu.ar/handle/2133/22172>

Romero, M. B. (2020). Hábitos alimenticios en el personal de salud y rendimiento laboral (Bachelor's thesis, Universidad Nacional de Rosario. Facultad de Ciencias Médicas.) <https://rephip.unr.edu.ar/handle/2133/22172>

Saad Acosta, C. (2016). Cambios en los hábitos alimentarios de los estudiantes de Enfermería de la Universidad El Bosque durante su proceso de formación académica, Bogotá, D. C., 2007. Revista Colombiana De Enfermería, 3, 51-60. <https://doi.org/10.18270/rce.v3i3.1402>

SANANES, Luis;" Alimentación Fisiológica"; 1ª edición; editorial Distal; Bs As; febrero 2006

SANANES, Luis;" Alimentación Fisiológica"; 1ª edición; editorial Distal; Bs As; febrero 2006 pag. 178.

Sánchez, G., Peña, L., Varea, S., Mogrovejo, P., Goetschel, M. L., Montero-Campos, M. D. L. Á., ... & Blanco-Metzler, A. (2012). Conocimientos, percepciones y comportamientos

relacionados con el consumo de sal, la salud y el etiquetado nutricional en Argentina, Costa Rica y Ecuador. *Revista panamericana de salud pública*, 32(4), 259-264. <https://www.scielosp.org/pdf/rpsp/v32n4/03.pdf>

Tapia Mieles, M. A., & Rich Ruiz, M. (2021). El Entorno laboral y la nutrición del personal de enfermería en áreas hospitalarias. *Vive Revista de Salud*, 4(11), 32-59. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2664-32432021000200032&script=sci_arttext

Tiscornia, V. (2022). ¡Bienvenidos, octógonos! Etiquetado frontal: avances y desafíos. *BORDES*, (26), 35-41. <https://publicaciones.unpaz.edu.ar/OJS/index.php/bordes/article/view/1365/1277>

Tobón Correa O. El autocuidado una habilidad para vivir. *Hacia Promoc. Salud* [Internet]. 19 de diciembre de 2003 [citado 12 de agosto de 2023];8:38-50. Disponible en: <https://revistasoj.s.ucaldas.edu.co/index.php/hacialapromociondelasalud/article/view/1870>

Vásquez, N. J. (2017). Relación entre los hábitos alimentarios y el estado nutricional del personal de salud de la Microred Virgen del Carmen, Bambamarca–2014. <https://repositorio.uap.edu.pe/handle/20.500.12990/921>

Villarreal Ramírez, S. M. (2003). Prevalencia de la obesidad, patologías crónicas no transmisibles asociadas y su relación con el estrés, hábitos alimentarios y actividad física en los trabajadores del Hospital de la Anexión. *Revistas de Ciencias Administrativas y Financieras de la Seguridad Social*, 11(1), 83-96. https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1409-12592003000100009&script=sci_arttext

ANEXO

ANEXO I: Consentimiento informado

Usted ha sido invitado a participar del presente proyecto de investigación el cual es desarrollado por la estudiante Moñagorri Liliana, quien cursa la carrera de licenciatura en enfermería en la universidad San Juan Bosco en la ciudad de Comodoro Rivadavia provincia del Chubut.

El estudio se realizará en la unidad de terapia intensiva del hospital Santa Teresita de la ciudad de Rawson- Chubut, en el mes de octubre de 2023.

El propósito del presente estudio es la Percepción del autocuidado del patrón nutricional del personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del hospital Santa Teresita Rawson –Chubut 2023. Le pedimos participar en este estudio porque usted forma parte del plantel del personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del hospital Santa Teresita. Su participación consiste en responder una entrevista que durará aproximadamente 20 minutos, y abarcará varias preguntas sobre el patrón nutricional, como conserva su estado de salud, si realiza actividad física, la entrevista será realizada en un lugar confortable, tranquilo, con día y hora acordada por el entrevistado e investigador. Para facilitar el análisis, esta entrevista será grabada, en cualquier caso, usted podrá interrumpir la grabación y retomarla cuando usted quiera Su participación en esta entrevista es totalmente voluntaria y gratuita, y no dará beneficio ni riesgo alguno. No implicará para usted ningún tipo de perjuicio si decide no participar, así como tampoco implicará un perjuicio si decide interrumpir su participación en cualquier momento una vez comenzada la actividad, si usted así lo desea.

La confidencialidad de sus datos está garantizada por la Declaración de Helsilki y todas sus enmiendas, y por la Ley de Habeas Data N°25.326 y sus modificaciones de protección de datos personales, de modo tal que no pueda identificarse lo que usted plantee con su nombre. Si decide participar, debe saber que la información que nos dé será procesada y analizada por un equipo profesional, sin que su nombre figure en ningún momento.

Si hay algo que no le quedó claro, o tiene alguna duda puede preguntarme, ahora o en

Cualquier momento de la entrevista.

En caso de estar de acuerdo comenzamos.

¿Está de acuerdo? SI.....NO.....(marque con una X)

Persona participante: firma-----

ANEXO II: Entrevistas

Redacción de la entrevista 1

1: E37 F E AEP 11

Investigador. Buenas tardes estoy con mi primer entrevistada, la cual hice que leyera el consentimiento informado, estuvo de acuerdo con las pautas, así que vamos a comenzar con la entrevista.

El objetivo de la investigación es la percepción del autocuidado del patrón nutricional del personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del hospital Santa Teresita

1- ¿Cómo se siente trabajando en el servicio?

Entrevistado: He buenas tardes, en primer lugar, quiero agradecer por seleccionarme para esta entrevista, y bueno gracias por tenerme en cuenta y por explicarme el consentimiento informado y bueno estoy de acuerdo con todo así que si, no tengo problema de responder y me podrías volver a repetir la pregunta

Investigador sí, ¿cómo se siente trabajando en el servicio?

Entrevistado. He me siento cómoda, me gusta, me gusta es un servicio que me gusta, que me hace sentir cómoda, aparte siempre trabaje en terapia intensiva, así que me siento cómoda.

Investigador.2 ¿Cómo cuida su alimentación en horarios laborales?

Entrevistado. Hu (risas)... He y mucho no la cuido, ya que de por si fuera de los horarios laborales no la cuido, así que en horarios laborales es más difícil, uno se junta y juntarse implica comer, y si no es comer más o menos lo que vamos coordinando entre todos. O uno va a comprar una cosa o decis bueno no nos gusta la comida que nos dan en el hospi, entonces vas y pedís comida. He no, no me cuido mucho, aparte los horarios en si son muy complejos y hay que comer en realidad de acorde al trabajo que tenemos en el servicio, si no hay tiempo y entras a trabajar a las 06 hs y salis a las 12 del medio día y hay mucho trabajo en esas seis horas o urgencias o lo que fuera no tenes tiempo para desayunar y capaz que ni desayunas

Investigador. 3¿Cómo describiría su estado nutricional? ¿Si es bueno por qué? / ¿si es malo por qué?

Entrevistado. Malo, porque como mal, tengo sobrepeso, he no no me cuido, sinceramente no me cuido, lo que me debería cuidarme.

Investigador. - 4¿Respetas las cuatro comidas que se recomiendan? ¿Cuál considera la más importante del día? ¿Por qué?

Entrevistado. No, no eso también depende mucho si estoy trabajando o no, porque ya te digo, si estoy a la mañana y tengo mucho trabajo no desayuno directamente ni me siento o capaz que estoy en el turno de 18 a 24 y no meriendo antes de ir a trabajar y cuando llego capaz tomo unos mates y arrancamos a trabajar y ni meriendo y si estoy en mi casa tampoco lo hago. Yo creo que el almuerzo, para mí el almuerzo es la más importante, pero porque creo que es la que más cumplo, es la que siempre cumplo en realidad, el almuerzo por ahí la cena a veces, el desayuno depende el trabajo o capaz desayuno así no más, la meriendo capaz que paso de largo. El almuerzo es lo más importante

Investigador: 5¿Me podría contar Cómo es su rutina laboral?

Entrevistado: He bueno depende del horario, pero generalmente recibimos la guardia, yo por ahí trabajo mucho de día, de mañana, es llegar y por ahí sí a la mañana, si está tranquilo te sientas, tomamos dos o tres mates, en el turno tarde igual, va creo que en todos los turnos llegas a tomar dos o tres matecitos y después arrancamos, arrancas a controlar a ver los pacientes que estén bien, a preparar la medicación, controlar sueros, bombas y bueno si tenemos pacientes complejos acomodarlos, aspirarlos depende mucho de la demanda del servicio y los pacientes que haya en realidad.

Investigador: 6¿Cómo se organiza con respecto a su alimentación? Compra comida rápida/saludable, se trae su vianda, come lo que la institución le entrega.

Entrevistado: No, generalmente comemos va como lo que lo que la institución me entrega, salvo que no me guste o que por ahí este con un compañero que diga vamos a comprar y bueno terminamos comprando por lo general no es saludable nunca.

Investigador: 7¿Cuentan con un espacio para realizar los refrigerios? Como lo describiría

Entrevistado: Si, si tenemos un espacio, tenemos un espacio ahora, hace poquito, no hace mucho, hace un par de meses que tenemos un espacio porque antes no lo teníamos.

Investigador. ¿y cómo lo describirías?

Entrevistado: ¿En cuanto a comodidad decís vos?, he si para mí, no sé si es tan cómodo, porque como es nuevo por ahí no tenemos heladera entonces decir me llevo un yogurt o algo, es como invadir la heladera que tenemos medicación y tampoco da, después no sé si es muy cómoda la mesa que tenemos o las sillas que son así como traídas de otros lados así (risas) medias, medias chapuceadas vendría hacer, pero bueno, no sé, no sé si es muy cómoda, pero bueno tenemos un lugar por lo menos

Investigador: 8¿Cómo te sentís personalmente y físicamente con respecto a tu estado de salud?

Entrevistado: He no ahora no me siento bien, no no porque me siento limitada, me siento más cansada y yo se que es todo por la alimentación, no y el trabajo, he yo creo que me influye porque ando más cansada, si y encima en el trabajo influye que siga comiendo mal (risas)le echaba la culpa al trabajo, bueno por ahí no es tanto el trabajo es el cuidado de uno, pero bueno por ahí a veces el entorno o por ahí el estrés también, el estrés que tenemos en el mismo servicio nos hace a veces comer, todo el tiempo pavadas no sé.

Investigador: 9¿Cuenta con tiempo para organizarse y ocuparse de su estado nutricional?

Entrevistado: Creería que sí, no tan bien, pero creería que sí, me falta un poquito más de voluntad, pero no tengo tanto tiempo, porque tengo otras actividades, pero se podría decir que sí que más o menos, no es ni un sí ni un no (risas) es más o menos ni (risas) no sé si sirve, pero bueno es un ni. (risas)

Investigador 10¿Realiza actividad física? ¿cuantas veces por semana?

Entrevistado: Hemmmm si, si muy poca, pero si, más o menos dos veces por semana hago Pilates, pero por una cuestión que tengo problemas en la columna y es lo único, en realidad en

tiempo es, esas dos clases como que las puedo cumplir, porque con el tema del turno rotativo y demás y otras actividades afuera, he se me complica bastante, pero esas dos clases a la semana trato de cumplirlas a rajatabla si es necesario trato de cambiar la guardia, la cambio porque sé que lo necesito, mi cuerpo lo necesita, mi estado mental también (risas)

Investigador - 11¿Alguna vez concurrió a una consulta con profesionales en nutrición? ¿Por qué?

Entrevistado: Sí, un montón de veces, sí.

Investigador: ¿Por qué?

Entrevistado: Y porque siempre tuve sobrepeso, he y bueno buscas ayuda, acompañamiento, he orientación por eso.

Investigador: 12¿Me podrías describir un día de tu vida con respecto a tu alimentación y actividades?

Entrevistado: A hemmm, (suspiro) bueno a la mañana, si trabajo a la mañana es levantarse ir a trabajar por ahí llego tomo unos mates, ya te digo por ahí si el tiempo lo permite, a media mañana uno se sienta a desayunar, compramos unas tortas fritas, rosquitas o galletitas en el kiosco o en lo sea, he después al medio día cuando salgo, depende si tengo que hacer algo o no, pero capaz que como tipo dos de la tarde o dos y media me cocino yo. ¿A las actividades también querías que te diga no?

Investigador: Sí

Entrevistado: He si ni tengo mucho que hacer a la tarde si trato de dormir una rato siesta para recuperar, como te digo me siento cansada todo el tiempo (suspiro) y a la tarde si tengo que hacer salgo y no meriendo y si estoy en casa capaz que tomo unos mates con algo, con unas galletitas o nada por lo general no tengo hambre a esa hora, entonces como que eso lo obvio y después he, ya te digo, si tengo que salir a ser una actividad no se ir a ver a mi familia o alguna actividad social por que por ahí también lo social como que también lo dejo de lado o también porque Pilates tengo generalmente dos veces por semana horarios nocturnos casi, ósea lo que es tipo nueve de la noche y

después vuelvo a mi casa y ya veo si ceno o no ceno, a veces si a veces no, a veces algo así no más un sándwich y nada me voy acostar, pero a todo esto ya son como las doce de la noche y al otro día igual a las cinco de la mañana levantarse para ir a trabajar va cinco y cuarto, cinco y veinte, cinco y media (risas) más o menos así.

Investigador: Bueno, muchas gracias por su colaboración

Entrevistado: De nada señora

Redacción entrevista 2

2: E 35 M E AEP 9

Investigador: Buenas tardes, podemos comenzar

Entrevistado: Hola que tal, doy la autorización para que realizar la entrevista y estoy de acuerdo para ser grabado

Investigador: Como estaba en el consentimiento, como usted forma parte del plantel del personal de enfermería y está de acuerdo con las pautas, comenzamos

Entrevistado: Comenzamos

Investigador: 1¿Cómo se siente trabajando en el servicio?

Entrevistado: Bien cómodo, he nada es un lugar que me interesa estar y lo hago satisfactoriamente

Investigador: 2¿Cómo cuida su alimentación en horarios laborales?

Entrevistado: Y en ese horario es como he, tenemos horarios rotativos, entonces la alimentación, he pasa a ser como en los ratos que tenemos libres o comemos lo que podemos llegar a llegar a llevarnos en ese momento de guardia o bien, alimentarnos con lo que pueden llegar a dar en la cocina del hospital

Investigador: 3¿Cómo describiría su estado nutricional? ¿Si es bueno por qué? / ¿si es malo por qué?

Entrevistado: He, mal, ósea mal estado, he porque bueno al tener esos tipos de horarios de seis horas, hem no, no tengo un horario para hacer las comidas correctamente.

Investigador: 4¿Respetas las cuatro comidas que se recomiendan? ¿Cuál considera la más importante del día? ¿Por qué?

Entrevistado: No, porque ósea si bien entramos a las seis de la mañana, no respeto un horario de desayuno, por ejemplo. Si hay mucho trabajo se empieza temprano y se desayuna una vez que se termine la tarea, o he si bien entraste tomaste unos mates y salís y listo y te pones a trabajar, con el almuerzo lo mismo. En mi caso al tener otro trabajo y a veces me coinciden guardias y son guardias de doce horas he se me dificulta, por ejemplo, hacer un almuerzo o hacer un párate para hacer el almuerzo o para hacer una cena.

Investigador: ¿De estas cuatro comidas cual crees que es la más importante?

Entrevistado: Hemm el desayuno y el almuerzo, pero a veces no se cumplen

Investigador: 5¿Me podría contar cómo es su rutina laboral?

Entrevistado: Bueno ingresamos, realizamos los controles de signos vitales de los pacientes vemos las indicaciones médicas, se realiza el tratamiento se evalúa en qué condiciones se encuentran los pacientes se ve si tiene indicado una dieta, se revisa, se espera que se realicen los estudios pertinentes al paciente, va a variar dependiendo el turno, si es despertino o noche. No todos los turnos son iguales y no todas las actividades es la misma, porque al tener tratamiento en diferentes horarios no siempre es el mismo tiempo ni se hace la misma actividad.

Investigador: 6¿Cómo se organiza con respecto a su alimentación? Compra comida rápida/saludable, se trae su vianda, come lo que la institución le entrega.

Entrevistado: Dependiendo el lugar que me encuentre trabajando, en este caso en el hospital para el almuerzo y cena nos suelen dar la vianda, pero en la otra institución se suele comprar comida chatarra, o lo sea algo rápido como para alimentarse y seguir con el trabajo.

Investigador: 7¿Cuentan con un espacio para realizar los refrigerios? Como lo describiría

Entrevistado: Si, en el hospital si, contamos con un sector donde nosotros podemos estar tranquilos y comer, cuenta con una mesa, silla ósea no estamos en contacto con los familiares ni pacientes, tenemos un lugar a distanciada del sector de cama de los pacientes, por eso considero que es un lugar tranquilo

Investigador: 8¿Cómo te sentís personalmente y físicamente con respecto a tu estado de salud?

Entrevistado: Yyyy que pregunta (risas), hemm cuesta, ósea a mí personalmente me cuesta, por ejemplo, hacer actividad física o enfocarme en hacerlo o en cuidarme con respecto a las comidas, debería, debería yo cuidarme un poco más, más que nada al ser una persona con antecedentes de hipertensión que esto implica una buena alimentación, pero a veces cuesta, cuesta bastante.

Investigador: 9¿Cuenta con tiempo para organizarse y ocuparse de su estado nutricional?

Entrevistado: No, no, no cuesta con el tiempo porque bueno, como dije anteriormente trabajo en dos lugares y el poco tiempo que tengo o lo descanso o estoy en casa con la familia o con los nenes y no, no estaría ocupándome de mí.

Investigador: 10¿Realiza actividad física? ¿cuantas veces por semana?

Entrevistado: No, no en estos momentos no, no estaría realizando actividad física

Investigador: 11¿Alguna vez concurrió a una consulta con profesionales en nutrición? ¿Por qué?

Entrevistado: Sí, si la hice y fue cuando estuve bien, baje de peso y después al no continuar con la nutricionista y la actividad que estaba haciendo, hemmm, volví a aumentar de peso

Investigador: 12¿Me podrías describir un día de tu vida con respecto a tu alimentación y actividades?

Entrevistado: He, actividad física no estoy haciendo, ni ningún tipo de actividad que sea estar en movimiento, más allá de ir a trabajar y nada, comer lo que se tiene en el momento y lo que nos pueden llegar a dar en el servicio.

Investigador: Muchas gracias por su tiempo y predisposición

Entrevistado: De nada.

Redacción entrevista 3

3: E 42 F Ax E AEP 10

Investigador: Bueno, buenas tardes estoy con mi tercera entrevistada, muchas gracias por tu disposición, esta entrevista será breve, podemos comenzar.

Entrevistado: Hola buenas tardes, bueno doy mi consentimiento para realizar dicha encuesta.

Investigador: 1¿Cómo se siente trabajando en el servicio?

Entrevistado: Me siento cómoda trabajando en el servicio, hemos logrado un buen equipo de trabajo entre compañeros todos, así que se trabaja cómodo.

Investigador: 2¿Cómo cuida su alimentación en horarios laborales?

Entrevistado: No es fácil cuidar la alimentación en horarios laborales, porque bueno es según si no tienes una rutina armada de cómo manejar tus alimentos, de ya tener todo programado es difícil, mayormente uno ve que acá se come, va comemos mucho lo que es harinas, frituras, y bueno en este último momento estoy tratando de cambiar un poco mi alimentación y trato de traerme mis cosas y organizarme un poco más y traerme lo que es mi alimentación más saludable frutas, y bueno, un poco menos de harina y eso variado.

Investigador: 3¿Cómo describiría su estado nutricional? ¿Si es bueno por qué? / ¿si es malo por qué?

Entrevistado: En este último tiempo mejor, estuve en épocas que estaba mal estado nutricional, ósea no me cuidaba para nada en lo que es la nutrición, he comía lo primero que encontraba ósea no tenía una alimentación balanceada

Investigador: 4¿Respetas las cuatro comidas que se recomiendan? ¿Cuál considera la más importante del día? ¿Por qué?

Entrevistado: No, generalmente no, no respeto el desayuno, generalmente, si vengo al trabajo acá en el trabajo el desayuno son mates por ahí unas galletitas dulces ósea nada, nada acorde con un

buen desayuno y después lo que sigue en el día también uno llega a su casa y bueno come lo que encuentra a veces y bueno, así que no, no respetaría mucho las cuatro comidas

Investigador: ¿Cuál consideras la más importante?

Entrevistado: El más importante es el desayuno que generalmente es el que no respeto.

Investigador: 5¿Me podría contar Cómo es su rutina laboral?

Entrevistado: Si, bueno mi rutina es un día en el turno que me toque, ósea mañana, tarde, intermedia o noche, llegar al servicio recibir la guardia, las novedades todo, hacer los controles, ver el estado de los pacientes, después nos sentamos un ratito a charlar con los compañeros, tomamos unos mates y después ya arrancamos con la rutina del servicio, medicación, control de signos vitales, higiene, dependiendo del horario que nos encontremos.

Investigador: 6¿Cómo se organiza con respecto a su alimentación? Compra comida rápida/saludable, se trae su vianda, come lo que la institución le entrega.

Entrevistado: Ahora en este último tiempo trato de organizarme un poco más, si vengo en el turno mañana trato de traerme cosas para comer, no comer acá lo que es harinas, tortas fritas, facturas, todas esas cosas, trato de traerme mis galletitas de arroz, algunas frutas, yogurt con cereales, trato de organizarme en la mañana, si vengo almorzar o cenar no me traigo como lo que nos dan acá en el servicio.

Investigador: 7¿Cuentan con un espacio para realizar los refrigerios? Como lo describiría

Entrevistado: Si, por suerte si, este último tiempo contamos con un espacio para nuestro refrigerio, un lugar acorde para sentarnos a realizar nuestro refrigerio

Investigador: ¿Cómo lo describirías?

Entrevistado: Puedo decir que es acorde, en este último tiempo sí, es acorde, alejado de lo que es la sala de cuidados y donde estamos con nuestros compañeros y compartimos nuestros alimentos

Investigador: 8¿Cómo te sentís personalmente y físicamente con respecto a tu estado de salud?

Entrevistado: Personalmente y físicamente, vuelvo a repetir en este último tiempo mejor, tuve tiempos en donde mi estado físico no era el mejor, te das cuenta en el día a día, en el ritmo de trabajo, he cuando vos finalizas tus rutinas te sentís más agotado, sentís dolores musculares donde estas parado y eso que también tiene mucho que ver con tu estado físico de las horas que llevas estar parado en el servicio y al no tener un buen estado físico o un peso acorde, después lo sentís.

Investigador: 9¿Cuenta con tiempo para organizarse y ocuparse de su estado nutricional?

Entrevistado: En estos momentos considero que sí, va creo que si uno quiere se organiza lo que pasa que como siempre estamos cansados no le damos la importancia que se merece, el tiempo de ocuparnos y organizarnos de nuestra nutrición

Investigador: 10¿Realiza actividad física? ¿Cuántas veces por semana?.

Entrevistado: Si, trato de hacer caminatas día por medio, o cada dos días trato de cumplir con un ritmo de caminatas o bicicleta y por ahí también el deporte como es el vóley que en este último tiempo he dejado, pero si trato de hacer algo como ejercicios o en mi casa igual, trato de mantenerme activa en algún momento del día.

Investigador: 11¿Alguna vez concurrió a una consulta con profesionales en nutrición? ¿Por qué?

Entrevistado: No, nunca hice una consulta con un profesional de nutrición, creo que siempre fue por el tema que siempre tengo miedo de respetar el plan nutricional, es como que me da miedo que si lo voy a cumplir o no, entonces por eso no hago la consulta

Investigador: 12¿Me podrías describir un día de tu vida con respecto a tu alimentación y actividades?

Entrevistado: Bueno, es levantarme, no desayuno, generalmente me preparo unos mates, voy/ vengo tomo un mate, sigo haciendo mis cosas, por ahí en casa, lo cotidiano de cada casa, después si al medio día me siento a almorzar, termino de almorzar espero una o dos horas, en la

tarde trato de ir a caminar, camino una hora aproximadamente y bueno regreso a casa y continuó con las cosas de la casa y duermo, lo que implemente ahora último igual si estoy en casa y no tengo que ir a trabajar es dormir temprano, trato de respetar más las horas del sueño, dormirme temprano eso.

Investigador: Bueno damos por finalizada la entrevista, muchas gracias

Entrevistado: Bueno muchas gracias, me encantó la entrevista.

Redacción entrevista 4

4: E 32 M LE AEP 7

Investigador: Bueno, buenos días estoy con mi cuarta entrevistada, vamos a empezar con la entrevista

Entrevistado: Buenos días Lili

Investigador: 1¿Cómo se siente trabajando en el servicio?

Entrevistado: Bien, cómoda

Investigador: 2¿Cómo cuida su alimentación en horarios laborales?

Entrevistado: Y no es muy bueno, comemos muchas harinas en la dieta, en los horarios de almuerzo y cena que nos provén desde el hospital la vianda, pero, siempre complementamos con algo más que tenga harinas o no es muy saludable.

Investigador: 3¿Cómo describiría su estado nutricional? ¿Si es bueno por qué? / ¿si es malo por qué?

Entrevistado: Más o menos, por ahí hago ayunos largos, he por cuestiones de horarios que no, no me organizo bien y saltar comidas, el mate es el que siempre está ahí fijo, pero comida no, no muy bien

Investigador: 4¿Respetas las cuatro comidas que se recomiendan? ¿Cuál considera la más importante del día? ¿Por qué?

Entrevistado: No, algunos días sí y otros días no, lo que sí respeto siempre es el almuerzo, pero por el tema de mis hijos, pero después lo que es cena no, y desayuno si trato de desayunar bien cuando estoy en casa, cuando estoy en el trabajo no, comemos mal va desayunamos mal.

Investigador: De esas cuatro comidas ¿cuál crees que es la más importante?

Entrevistado: El almuerzo porque lo comparto con mis hijos, trato de acomodar las guardias para estar en el horario del almuerzo con ellos.

Investigador: 5¿Me podría contar Cómo es su rutina laboral?

Entrevistado: Y por lo general trato de cambiar las guardias para venir de mañana porque como mi hija mayor que está escolarizada, está en el jardín y el chiquito quede con la niñera que duerme casi toda la mañana trato en lo posible hacer mañana, y en la mañana desayuno en el trabajo que desayuno con harinas, con mates y el almuerzo si es saludable porque yo le doy toda comida casera, le meto mucha fruta, verdura, trato de ir variando las comidas.

Investigador: 6¿Cómo se organiza con respecto a su alimentación? Compra comida rápida/saludable, se trae su vianda, come lo que la institución le entrega.

Entrevistado: Y desayuno en el trabajo, si estoy de mañana, si estoy en mi casa el desayuno en mi casa es más saludable porque le meto fruta, mate y alguna tostada. En el trabajo es harina y mate y el almuerzo si lo hago saludable siempre comida casera por mis hijos que trató de una vez a la semana que sea pescado, carne, pollo y verduras, de hecho, no le gusta la comida chatarra así que el almuerzo es saludable, después la merienda y a veces te con leche con masitas o mate y la cena a veces ceno o a veces no depende

Investigador: 7¿Cuentan con un espacio para realizar los refrigerios? Cómo lo describiría

Entrevistado: Sí, es cómodo, tenemos utensilios necesarios, tenemos para calentar la comida, un espacio bastante amplio para almorzar y estar, está bueno y es amplio sobre todo eso amplio y cómodo, lo que, sí nos haría falta una heladera, para por ahí tener un yogurt, por ejemplo, a mí en particular me da un poco de asco guardar he un queso untable o yogurt o lo que sea en la heladera que está también la medicación de los pacientes que cuando estás trabajando vas con los guantes, si bien los desinfectas o están limpios toquetean todo así que yo particularmente no me gusta guardar comida en la heladera del servicio y no corresponde además.

Investigador: 8¿Cómo te sentís personalmente y físicamente con respecto a tu estado de salud?

Entrevistado: Personalmente bien, pero si me gustaría comer más saludable, pero si me siento bien

Investigador: 9¿Cuenta con tiempo para organizarse y ocuparse de su estado nutricional

Entrevistado: Y depende, en realidad, si en realidad si quisiera si yo calculo que podría organizarme, organizar las viandas y todo, pero bueno, no es prioridad, a veces lo resuelvo sobre la marcha, no es que me organizo por la comida tal vez sí la del medio día por lo de mis hijos, pero después lo que yo voy a comer durante todo el día no.

Investigador: 10¿Realiza actividad física? ¿Cuántas veces por semana?

Entrevistado: Sí, dos veces a la semana juego al paddle

Investigador: 11¿Alguna vez concurrió a una consulta con profesionales en nutrición? ¿Por qué?

Entrevistado: Sí, pero en los embarazos fui porque como en el primer embarazo aumenté muchísimo de peso, quise cuidarme en el segundo embarazo

Investigador: 12¿Me podrías describir un día de tu vida con respecto a tu alimentación y actividades?

Entrevistado: Me levanto a las cinco de la mañana, llego al trabajo, hacemos los controles de signos vitales, entre medio tomamos unos mates, con totas fritas o rosquitas siempre o macitas, salgo del trabajo corriendo paso a buscar a mi hija al colegio de ahí me voy, paso a comprar si no tengo nada, si deje algo armado para cocinar, por lo general tengo carne, pollo, todo frizado y verduras y frutas, voy comprando día por medio por que siempre hay fruta por que el de dos años le gusta comer frutas a la mañana, entonces le dejo fruta y yogurt siempre hay también por ese motivo más que nada y llego a mi casa cocino, almorzamos y estamos un rato y después nos vamos a la parque, tengo un parque cerca de casa y si no vamos a la plaza Güemes y si no a la playa y después ya tipo seis de la tarde los pasa a buscar el padre y ahí ya quedo sola y tomo mates o a veces te con leche, por lo general como mejor cuando estoy con mis hijos porque en realidad los quiero hacer comer sano a ellos, entonces, yo también, pero cuando quedo sola no, como cualquier cosa, y la cena

por lo general cenan con el padre así que yo, bueno últimamente me puse un tema de cocinarme para mí, para comer más sano, por lo general me pedía comida sándwich o no comía, tomaba mates, fue una de las cosas que me empecé a plantear ahora hace dos meses empezar a cocinarme para mí en la noche

Investigador: Muchas gracias por el tiempo y la predisposición

Entrevistado: De nada Lili, ¡SUERTE!!!!

Redacción entrevista 5

5: E 35 M LE AEP 14

Investigador: Buenas tardes, comenzamos con la entrevista del participante número cinco, ya leyó el consentimiento y estando de acuerdo, damos comienzo a la entrevista

Entrevistado: Buenas tardes, gracias por hacerme partícipe de esta investigación, doy mi consentimiento y estoy de acuerdo.

Investigador: 1¿Cómo se siente trabajando en el servicio?

Entrevistado: Bueno (risas), me siento bien me siento cómoda, me siento cómoda y tranquila con el trabajo que hago, me gusta, he aprendemos todo el tiempo, aprendemos entre compañeros, he me siento cómoda, me gusta.

Investigador: 2¿Cómo cuida su alimentación en horarios laborales?

Entrevistado: Bueno en horarios laborales, hemm, aprendimos a distribuirnos en cuanto a las tareas y obviamente trabaja, y después los momentos que nos queden hacernos nuestro momento para poder descansar, tomarnos unos mates, para alimentarnos, aprendimos a organizarnos para que no nos falte esa parte y bueno nos alimentamos, estemos nutridos para poder desenvolvemos después de nuestras actividades

Investigador: 3¿Cómo describiría su estado nutricional? ¿Si es bueno por qué? / ¿si es malo por qué?

Entrevistado: Yo creo hoy lo consideraría, hoy en estos momentos en el que estamos, después de haber ejercido, soy enfermera ya hace más de 10/12 años que ejerzo, específicamente 14 años, entonces con ese tiempo creo que heee, llegamos a aprender a como poder hemm, alimentarnos y no saltarnos esa parte que es importante para nosotros, entonces hoy me siento bien en este estado porque aprendí a por lo menos en mi caso personal a poder alimentarme, he incluso también cuando trabajamos de noche, va todos los horarios que tenemos, aprender a ver qué comer que no que sí, cómo distribuir el alimento y eso a mi en lo personal me llevó tiempo, pero aprendí hoy que estoy en un estado bueno con respecto a mi alimentación

Investigador: 4¿Respetas las cuatro comidas que se recomiendan? ¿Cuál considera la más importante del día? ¿Por qué?

Entrevistado: No, yo creo que según el horario y el descanso que tengamos, hem para mí considero personalmente que la comida más importante sería la del día, la que nos da para que podamos estar bien nutridas, he generalmente al medio día, para tener fuerzas y poder desarrollar nuestras actividades, que tengas para reforzar y cargar energías y bueno por la alimentación que sea en el día, por ahí en la noche que también trabajamos yo personalmente trato de no consumir alimentos para no perder el equilibrio nutricional. Yo por lo menos vuelvo a encarar la primera comida en el día como para que sea sustentable para todo el día, para uno mismo para tener energía y además mantenerme nutrida y con energías para realizar las actividades ya sea las del hospital o si tienes trabajo afuera o lo que sea para trabajar en armonía

Investigador: - 5¿Me podría contar Cómo es su rutina laboral?

Entrevistado: Bueno, nosotros tenemos trabajo nuestro independiente, en donde recibimos una guardia, donde haces observaciones al paciente, donde haces cuidado básico, hemm control de signos vitales, he pacientes asistidos mecánicamente, haces todos los cuidados de pacientes críticos, ya sea desde aspiración de secreciones, rotar al paciente, he bueno todos los controles de ingreso y egreso, en el cuidado íntegro básicamente de la persona que está internada en el servicio, todo lo que amerite según cada actividad, necesidad o procedimiento.

Investigador: 6¿Cómo se organiza con respecto a su alimentación? Compra comida rápida/saludable, se trae su vianda, come lo que la institución le entrega.

Entrevistado: Hem, duda, bueno para organizarme en la alimentación, hem ya te digo aprendí ahora a manejarlo a ir viendo que comer de forma consciente, que comer que no comer, entonces, he si trato de ir a comprar, de tener una ensalada, de tener el agua, de la fruta, pero si mirando los horarios para consumir que puedo consumir según el horario en el que esté en ese día, hem eso aprendí a manejarlo así bueno, trato de comprar cosas más saludable y no comidas chatarras, y si no bueno, lo que se implementó ahora hace poco tiempo, que el hospital nos brinda la comida, entonces bueno, comes en el horario que te toca con lo que te dan en el hospital, si no me gusta la dieta porque generalmente hay un montón de dietas que no me gustan, hemm me traigo mis cosas y como yo ya sea fruta, barritas de cereal o no se alguna vianda , pero trato de hacérmela y me la traigo de mi casa

Investigador: 7¿Cuentan con un espacio para realizar los refrigerios? Cómo lo describiría

Entrevistado: Eh si, bueno ahora actualmente, he tenemos un lugar donde podemos comer, dónde estamos apartados de nuestra área de trabajo y donde si podemos alimentarnos tranquilos de forma más segura, no como por ahí antes que nos pasaba estaba todo junto que se nos contaminaba todo, pero bueno ahora tenemos nuestro lugar.

Investigador: 8¿Cómo te sentís personalmente y físicamente con respecto a tu estado de salud?

Entrevistado: Y, bueno hoy me siento mejor, he, ya te digo uno empieza a ser más consciente también de los cambios que tenemos habitualmente, no tenemos horarios normales, entonces he te vas adaptando al cambio, adaptas la alimentación según el horario que haces, entonces vas aprendiendo, y hoy por lo menos así como me siento bien, en el estado nutricional porque lo aprendí, he si me siento más tranquila, y al alimentarme bien te sentís con mejor energías, te sentís bien, físicamente y está bueno te ayuda un montón igual.

Investigador: 9¿Cuenta con tiempo para organizarse y ocuparse de su estado nutricional?

Entrevistado: Hee, si uno si se hace el tiempo si tenemos tiempo, uno por ahí dice que no, pero si tenes tiempo, si te organizas siempre tenes tiempo.

Investigador: - 10¿Realiza actividad física? ¿cuantas veces por semana?

Entrevistado: Y mm, hago actividad física he por mi cuenta (risas), en los horarios que puedo, también entiendo que no está bueno, pero bueno en los horarios que tengo libre voy haciendo igual, me ocupo aunque sea en el día tener un momento donde yo pueda hacer y descárgame y movilizarme un poco, pero sentir que hice algo y que moví el cuerpo, entonces sí, abecés cuando trabajo todo el día, no puedo pero trato que en ese día dividirlo y hacer una partecita, no se caminando o algo, o trato de hacer algo en el día, también aprendí a organizarme y hacerlo, a veces no tenes ganas, pero bueno sabes que lo bueno es hacer ejercicio y que te hace bien y te ayuda a despejarte, te ayuda al cuerpo, te ayuda a moverte, relajarte, así que si trato de hacerlo en algún momento del día lo hago igual

Investigador: 11 ¿Alguna vez concurre a una consulta con profesionales en nutrición? ¿Por qué?

Entrevistado: Si, hemm varias veces consultas que no (risas) las hacía y no cumplía, pero bueno después el mismo cuerpo te pasa factura, he bueno vos sabes y todo te lleva a entender que uno lo tiene que hacer, he para el bien de uno, entonces, cuando lo empezas hacer te sentís bien, entonces lo tenes que hacer, es tomar la decisión, tener disciplina, la última consulta que hice con el nutricionista lo entendí de otra forma, he si me ayudo un montón, no hago planes ni nada de nutricionista pero si aprendí por ahí el manejo de lo que me hace bien a mí, entonces medianamente lo voy respetando, aportando lo mejor y más sano a mi cuerpo, entonces si voy tratando de hacerlo, si fui a las consultas, no sigo su tratamiento ni los planes que te dan, pero si unifíque, yo personalmente, los criterios y los voy haciendo igual en forma personal, pero lo voy haciendo igual a conciencia que tiene que ser para el bienestar de uno y que uno se sienta satisfecho con lo que está haciendo está bien también

Entrevistador: 12 ¿Me podrías describir un día de tu vida con respecto a tu alimentación y actividades? Investigador: Bueno yo generalmente, yo soy nochera en el hospital ósea que hago de 18 a 00 hs, entonces cuando generalmente tengo esos horarios la comida principal trato de hacer al medio día, hem y bueno voy usando colaciones, no me salteo la merienda, he como fruta, yo generalmente como no tengo hábito de comer fruta en donde ando generalmente vengo a trabajar que ya es para la noche, la intermedia noche o como lo que me dan en el hospital, o si no traigo pero todo liviano, cosa de no consumir mucho en la noche, si trato de comer bien hasta las diez de la

noche, así sea que igual este de noche no como en la noche y menos en la mañana cuando llegó, y después ya me levanto y vuelvo a organizarme en las comidas ahí, si salgo a la noche hago bien la rutina si hago dos comidas buenas y bueno las colaciones no soy de comer tanto ahora

Investigador: Muchas gracias por tu tiempo y predisposición

Entrevistado: Gracias a vos por tenerme en cuenta en tu trabajo, éxitos lili

Anexo III : Autorización institucional para realizar la investigación

Rawson- Chubut, 1 de octubre del 2023.

Enfermera Laura Pereyra

Jefa Interina Unidad de Terapia Intensiva

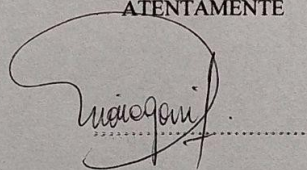
Hospital Subzonal Sta. Teresita Rawson

S _____ / _____ D

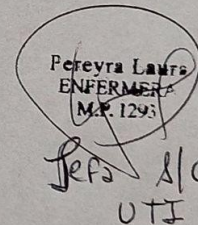
Mediante la presente me dirijo a Ud. A fines de informarle que me encuentro cursando el 5to año de la carrera Licenciatura en Enfermería y a solicitarle tenga a bien autorizarme a realizar mi proyecto de investigación denominado: "Percepción del autocuidado del patrón nutricional del personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del Hospital Santa Teresita de Rawson – Chubut 2023".

Motiva dicho pedido crear una mejor calidad y bienestar al personal del servicio antes mencionado. Sin otro particular, y a la espera de una favorable respuesta, me despido muy atentamente. -

ATENTAMENTE



Enfermera, Moñagorri Liliana



Pereyra Laura
ENFERMERA
M.P. 1293
Jefa I/C
UTI

Unidad de Terapia Intensiva
Hospital Santa Teresita

Anexo IV: Consentimiento informado de los entrevistados.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Usted ha sido invitado a participar del presente proyecto de investigación el cual es desarrollado por la estudiante Moñagorri Liliana, quien cursa la carrera de licenciatura en enfermería en la universidad San Juan Bosco en la ciudad de Comodoro Rivadavia provincia del Chubut.

El estudio se realizará en la unidad de terapia intensiva del hospital Santa Teresita de la ciudad de Rawson- Chubut, en el mes de octubre de 2023.

El propósito del presente estudio es la Percepción del autocuidado del patrón nutricional del personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del hospital Santa Teresita Rawson – Chubut 2023. Le pedimos participar en este estudio porque usted forma parte del plantel del personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del hospital Santa Teresita. Su participación consiste en responder una entrevista que durará aproximadamente 20 minutos, y abarcará varias preguntas sobre el patrón nutricional, como conserva su estado de salud, si realiza actividad física, la entrevista será realizada en un lugar confortable, tranquilo, con día y hora acordada por el entrevistado e investigador. Para facilitar el análisis, esta entrevista será grabada, en cualquier caso, usted podrá interrumpir la grabación y retomarla cuando usted quiera Su participación en esta entrevista es totalmente voluntaria y gratuita, y no dará beneficio ni riesgo alguno. No implicará para usted ningún tipo de perjuicio si decide no participar, así como tampoco implicará un perjuicio si decide interrumpir su participación en cualquier momento una vez comenzada la actividad, si usted así lo desea.

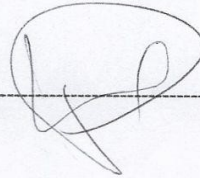
La confidencialidad de sus datos está garantizada por la Declaración de Helsilki y todas sus enmiendas, y por la Ley de Habeas Data N°25.326 y sus modificaciones de protección de datos personales, de modo tal que no pueda identificarse lo que usted plantee con su nombre. Si decide participar, debe saber que la información que nos dé será procesada y analizada por un equipo profesional, sin que su nombre figure en ningún momento.

Si hay algo que no le quedó claro, o tiene alguna duda puede preguntarme, ahora o en Cualquier momento de la entrevista.

En caso de estar de acuerdo comenzamos.

¿Está de acuerdo? SI..........NO.....(marque con una X)

Persona participante: firma



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Usted ha sido invitado a participar del presente proyecto de investigación el cual es desarrollado por la estudiante Moñagorri Liliana, quien cursa la carrera de licenciatura en enfermería en la universidad San Juan Bosco en la ciudad de Comodoro Rivadavia provincia del Chubut.

El estudio se realizará en la unidad de terapia intensiva del hospital Santa Teresita de la ciudad de Rawson- Chubut, en el mes de octubre de 2023.

El propósito del presente estudio es la Percepción del autocuidado del patrón nutricional del personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del hospital Santa Teresita Rawson – Chubut 2023. Le pedimos participar en este estudio porque usted forma parte del plantel del personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del hospital Santa Teresita. Su participación consiste en responder una entrevista que durará aproximadamente 20 minutos, y abarcará varias preguntas sobre el patrón nutricional, como conserva su estado de salud, si realiza actividad física, la entrevista será realizada en un lugar confortable, tranquilo, con día y hora acordada por el entrevistado e investigador. Para facilitar el análisis, esta entrevista será grabada, en cualquier caso, usted podrá interrumpir la grabación y retomarla cuando usted quiera Su participación en esta entrevista es totalmente voluntaria y gratuita, y no dará beneficio ni riesgo alguno. No implicará para usted ningún tipo de perjuicio si decide no participar, así como tampoco implicará un perjuicio si decide interrumpir su participación en cualquier momento una vez comenzada la actividad, si usted así lo desea.

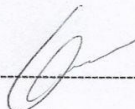
La confidencialidad de sus datos está garantizada por la Declaración de Helsilki y todas sus enmiendas, y por la Ley de Habeas Data N°25.326 y sus modificaciones de protección de datos personales, de modo tal que no pueda identificarse lo que usted plantee con su nombre. Si decide participar, debe saber que la información que nos dé será procesada y analizada por un equipo profesional, sin que su nombre figure en ningún momento.

Si hay algo que no le quedó claro, o tiene alguna duda puede preguntarme, ahora o en Cualquier momento de la entrevista.

En caso de estar de acuerdo comenzamos.

¿Está de acuerdo? SI..........NO.....(marque con una X)

Persona participante: firma



CONSENTIMIENTO INFORMADO

Usted ha sido invitado a participar del presente proyecto de investigación el cual es desarrollado por la estudiante Moñagorri Liliana, quien cursa la carrera de licenciatura en enfermería en la universidad San Juan Bosco en la ciudad de Comodoro Rivadavia provincia del Chubut.

El estudio se realizará en la unidad de terapia intensiva del hospital Santa Teresita de la ciudad de Rawson- Chubut, en el mes de octubre de 2023.

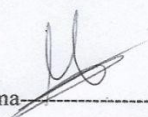
El propósito del presente estudio es la Percepción del autocuidado del patrón nutricional del personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del hospital Santa Teresita Rawson – Chubut 2023. Le pedimos participar en este estudio porque usted forma parte del plantel del personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del hospital Santa Teresita. Su participación consiste en responder una entrevista que durará aproximadamente 20 minutos, y abarcará varias preguntas sobre el patrón nutricional, como conserva su estado de salud, si realiza actividad física, la entrevista será realizada en un lugar confortable, tranquilo, con día y hora acordada por el entrevistado e investigador. Para facilitar el análisis, esta entrevista será grabada, en cualquier caso, usted podrá interrumpir la grabación y retomarla cuando usted quiera Su participación en esta entrevista es totalmente voluntaria y gratuita, y no dará beneficio ni riesgo alguno. No implicará para usted ningún tipo de perjuicio si decide no participar, así como tampoco implicará un perjuicio si decide interrumpir su participación en cualquier momento una vez comenzada la actividad, si usted así lo desea.

La confidencialidad de sus datos está garantizada por la Declaración de Helsilki y todas sus enmiendas, y por la Ley de Habeas Data N°25.326 y sus modificaciones de protección de datos personales, de modo tal que no pueda identificarse lo que usted plantee con su nombre. Si decide participar, debe saber que la información que nos dé será procesada y analizada por un equipo profesional, sin que su nombre figure en ningún momento.

Si hay algo que no le quedó claro, o tiene alguna duda puede preguntarme, ahora o en Cualquier momento de la entrevista.

En caso de estar de acuerdo comenzamos.

¿Está de acuerdo? SI..........NO.....(marque con una X)

Persona participante: firma 

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Usted ha sido invitado a participar del presente proyecto de investigación el cual es desarrollado por la estudiante Moñagorri Liliana, quien cursa la carrera de licenciatura en enfermería en la universidad San Juan Bosco en la ciudad de Comodoro Rivadavia provincia del Chubut.

El estudio se realizará en la unidad de terapia intensiva del hospital Santa Teresita de la ciudad de Rawson- Chubut, en el mes de octubre de 2023.

El propósito del presente estudio es la Percepción del autocuidado del patrón nutricional del personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del hospital Santa Teresita Rawson – Chubut 2023. Le pedimos participar en este estudio porque usted forma parte del plantel del personal de enfermería de la unidad de terapia intensiva del hospital Santa Teresita. Su participación consiste en responder una entrevista que durará aproximadamente 20 minutos, y abarcará varias preguntas sobre el patrón nutricional, como conserva su estado de salud, si realiza actividad física, la entrevista será realizada en un lugar confortable, tranquilo, con día y hora acordada por el entrevistado e investigador. Para facilitar el análisis, esta entrevista será grabada, en cualquier caso, usted podrá interrumpir la grabación y retomarla cuando usted quiera Su participación en esta entrevista es totalmente voluntaria y gratuita, y no dará beneficio ni riesgo alguno. No implicará para usted ningún tipo de perjuicio si decide no participar, así como tampoco implicará un perjuicio si decide interrumpir su participación en cualquier momento una vez comenzada la actividad, si usted así lo desea.

La confidencialidad de sus datos está garantizada por la Declaración de Helsilki y todas sus enmiendas, y por la Ley de Habeas Data N°25.326 y sus modificaciones de protección de datos personales, de modo tal que no pueda identificarse lo que usted plantee con su nombre. Si decide participar, debe saber que la información que nos dé será procesada y analizada por un equipo profesional, sin que su nombre figure en ningún momento.

Si hay algo que no le quedó claro, o tiene alguna duda puede preguntarme, ahora o en Cualquier momento de la entrevista.

En caso de estar de acuerdo comenzamos.

¿Está de acuerdo? SI NO (marque con una X)

Persona participante: firma 