

**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**

**EXPERIENCIAS RELACIONADAS CON EL AUTOCUIDADO Y EL USO RESPONSABLE DE  
LA MEDICACIÓN EN ESTUDIANTES DE CUARTO Y QUINTO AÑO, DE LA LICENCIATURA  
DE ENFERMERÍA DE LA UNPSJB, SEDE COMODORO RIVADAVIA 2024.**

**Presentado por:**

**Medina, María José**

**Comodoro Rivadavia, diciembre 2024**

## **AGRADECIMIENTOS**

En primer lugar, quiero agradecer a Dios por haber llegado hasta acá, a mi familia con la que convivo, ya que sin su sostén esto no hubiese sido posible. En segundo lugar, a mis padres y hermana que me ayudaron de una u otra manera, amigos incondicionales que de una forma u otra me brindaron su apoyo y, en tercer lugar, a mi grupo de compañeros que me aceptaron y apoyaron en este camino de volver al estudio, al docente Juan que siempre estaba para motivarnos y brindarnos su apoyo, él no te dejaba bajar los brazos. También mi agradecimiento para las docentes de la cátedra por brindarnos su predisposición, saber y acompañamiento en todo momento.

## **DEDICATORIA**

Culminando esta etapa, tengo una dedicatoria especial para mi pareja Carlos y mis hijos Agostina e Ignacio que fueron mi pilar, aquellos que siempre me daban esas palabras de aliento cuando parecía que todo desbordaba en mí, esas palabras que me decían: “vos podes”, es por ello que considero que este logro también es parte de ustedes y para ustedes, por ayudarme a crecer profesionalmente y creer en mí. Gracias, los amo.

RESUMEN.....	1
ABSTRACT.....	2
INTRODUCCIÓN.....	3
1.DIMENSIÓN EPISTEMOLÓGICA.....	4
1.1ÁREA TEMÁTICA: LA SALUD DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA.....	4
1.2 LÍNEA DE INVESTIGACIÓN.....	5
1.3 OBJETO DE INVESTIGACIÓN.....	6
1.4 PREGUNTAS DEL PROBLEMA.....	6
1.5 FUENTES DEL OBJETO PROBLEMA.....	7
1.6 ESTADO DEL ARTE.....	7
1.7 MARCO REFERENCIAL CONCEPTUAL TEÓRICO.....	13
1.9 RELEVANCIA ACADÉMICA.....	15
2.DIMENSIÓN DE LA ESTRATEGIA GENERAL.....	16
2.1 SELECCIÓN DEL TIPO DE DISEÑO.....	16
2.2 POBLACIÓN EN ESTUDIO.....	17
2.3 SELECCIÓN DE MUESTRA.....	17
2.4 CRITERIOS DE SELECTIVIDAD.....	18
2.5 ASPECTOS ÉTICOS-BIOÉTICOS.....	18
3.DIMENSIÓN DE LAS TÉCNICAS Y RECOLECCIÓN y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN.....	20
3.1 MAPEO.....	20
3.2 TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	20
3.3 ANÁLISIS DE DATOS.....	21
MATRIZ DE DATOS.....	22
CONVERGENCIAS.....	69
4. INTERPRETACIÓN.....	72
5. RECONTEXTUALIZACIÓN.....	75
CONCLUSION GENERAL.....	76
BIBLIOGRAFÍA.....	77
ANEXO I.....	80
ANEXO II.....	81
ANEXO III.....	86

## RESUMEN

El presente trabajo de investigación se desarrolló dentro de un contexto educativo universitario, específicamente en el ámbito de la UNPSJB sede Comodoro Rivadavia del año 2024.

Esta investigación, de tipo cualitativa, tiene como objetivo describir las experiencias relacionadas con el autocuidado y el uso responsable de la medicación en estudiantes de 4to y 5to año, de la Licenciatura de Enfermería de UNPSJB, sede Comodoro Rivadavia 2024. Mediante este contexto, se busca relacionar qué relevancia tiene para los estudiantes de enfermería el concepto de automedicación y de autocuidado en su formación profesional continua.

Se establece una lógica cualitativa como metodología utilizada, de perspectiva descriptiva, bajo el modelo de Teoría del déficit de autocuidado, de Dorothea Orem.

Finalizando este trabajo investigativo, se deja a modo de conclusión que la exposición de los estudiantes a situaciones estresantes, como exámenes, estudios y clases, sumado al estrés laboral y la carga familiar de cada uno, lleva a situaciones de desgaste mental y físico, provocando problemas de salud y malos hábitos generales, lo cual intensifica la rápida adopción de prácticas perjudiciales y una distorsión en el autocuidado personal.

PALABRAS CLAVES: ESTUDIANTES, EXPERIENCIAS, ENFERMERÍA, AUTOCUIDADO, USO RESPONSABLE, MEDICACIÓN.

## **ABSTRACT**

This research was conducted within a university educational context at the UNPSJB Comodoro Rivadavia campus in 2024.

This qualitative research aims to describe the experiences related to self-care and responsible medication use among 4th and 5th-year students of the Nursing Bachelor's Program at UNPSJB Comodoro Rivadavia campus in 2024. Through this context, the aim is to determine the relevance of the concepts of self-medication and self-care for nursing students in their continuing professional development.

A qualitative approach is used, with a descriptive perspective, based on Dorothea Orem's Self-Care Deficit Theory. Concluding this research, it is concluded that students' exposure to stressful situations, such as exams, studies, and classes, combined with work-related stress and family responsibilities, leads to mental and physical exhaustion, causing health problems and poor overall habits. This intensifies the rapid adoption of harmful practices and a distortion in personal self-care.

**KEY WORDS: STUDENTS, EXPERIENCES, NURSING, SELF-CARE, RESPONSIBLE USE, MEDICATION**

## INTRODUCCIÓN

El siguiente trabajo, fue realizado a pedido de la cátedra Taller de investigación en Enfermería, correspondiente al 5° año de la carrera de Licenciatura en Enfermería de la Universidad Nacional de la Patagonia San Juan Bosco, el cual se lleva a cabo en el ámbito universitario, cuyo propósito es conocer las experiencias de los estudiantes de cuarto y quinto año de dicha carrera, respecto al uso responsable de la medicación y el autocuidado en la ciudad de Comodoro Rivadavia del año 2024. Esta investigación sigue una metodología de investigación cualitativa desarrollándose bajo la teoría del déficit de autocuidado de Dorothea Orem.

Este trabajo tiene como finalidad, el inicio de un proceso de investigación y estará conformado por tres capítulos. En la primera etapa se abordará la *Dimensión Epistemológica*, donde se expondrá la selección del área temática, con su respectiva línea de investigación basado en las referencias/contexto que se realizará, dentro de esta misma dimensión también se encontrarán la preguntas que se le realizaron al objeto problema, el estado del arte y las fuentes consultadas que sustentan esta investigación, el marco referencial conceptual teórico, cuáles serán los objetivos de la presente investigación y cómo se relaciona con la relevancia académica.

A continuación, se encuentra la *Dimensión de la estrategia general*, conformada por la selección del diseño de investigación, es decir, qué población de estudio se tomará en cuenta. Para ello, es necesario una selección de muestra, que incluirán ciertos criterios de selectividad, teniendo en cuenta los aspectos éticos y bioéticos de la profesión. Como última parte se encuentra la dimensión de las técnicas de recolección y análisis de la información, la cual está conformada por el mapeo que se realizó en la UNPSJB de Comodoro Rivadavia. Para llegar a la técnica de recolección de datos se utilizó la entrevista abierta semiestructurada donde luego se analizaron en la matriz de datos, pudiendo así llegar a tres convergencias finales relacionadas con el objeto problema de investigación. Como última instancia, se llevó a cabo una recontextualización y conclusión final relacionadas a como esta investigación de forma que tenga una pequeña contribución a nuestra profesión.

## **1.DIMENSIÓN EPISTEMOLÓGICA**

### **1.1ÁREA TEMÁTICA: LA SALUD DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA.**

La salud de los estudiantes de Enfermería es un aspecto fundamental que debe ser cuidado en todo momento, ya que se encuentran expuestos de forma constante a situaciones estresantes, largas horas de estudio, entre otras actividades que pueden impactar negativamente en su bienestar físico y mental, lo cual ayuda a incurrir en prácticas que muchas veces no son adecuadas o favorables para la salud en su totalidad. Por ello es importante que tengan acceso a servicios médicos, asesoramiento psicológico, programas de alimentación saludable y ejercicio, buscando la promoción de salud integral, que incluya herramientas necesarias para afrontar situaciones de estrés en el presente y futuro. Se debe tener en cuenta que las instituciones educativas deben formar y promover políticas para un ambiente propicio que genere un espacio participativo y activo en el cual se acentúe la formación de hábitos de autocuidado.

Según Rodríguez, R.A; Guerrero E; Moreno, JM en el artículo Estudio sobre el nivel de salud en los estudiantes de ciencias de la universidad de Extremadura, abril 2020, España.

Los estudiantes universitarios son una población de interés y relevancia para realizar estudios, ya que son un grupo accesible que se identifica con facilidad y ocupan un lugar importante en cuanto a la comunidad. Sin embargo, también se ve expuesta a períodos estresantes, donde hay más exigencias, desafíos y retos que llevan a un desgaste mental y físico, que pueden provocar problemas de salud, tales como cansancio, fatiga, dolor de cabeza, espalda y malos hábitos generales. Es por ello que muchas veces los mismos estudiantes acuden a prácticas que pueden ser perjudiciales para su salud.

La universidad es un contexto donde el acceso a la información es relevante, tanto para lo referido a lo profesional como a lo personal, ya que puede tener un papel importante y preponderante para los objetivos relacionados a la vida, la salud y el bienestar en general.

Se sabe que las universidades no están exentas de ser parte de una continua evolución y cambio. Lo más propicio es lograr que la comunidad universitaria sea un lugar donde se pueda integrar la salud y el bienestar, donde se eduque y promocióne una buena salud.

[www.redalyc.org/journal/3498/349863388007/html/](http://www.redalyc.org/journal/3498/349863388007/html/)

Según los autores Sarango Sarango, T.L, Sarango Sarango, G.G, Sarango Sarango, A.J, Sarango Guaicha, N. Del C, Zambrano Vera, W.F, & Pérez Minchala, Ecuador 2023. Análisis del comportamiento de estudiantes universitarios en el primer semestre.

Los estudiantes enfrentan retos dentro de la universidad en cuanto a su proceso de enseñanza y aprendizaje. Este se ve afectado e influenciado por factores externos: sociales,

biológicos y familiares que repercuten de manera directa o indirecta sobre su comportamiento y posterior accionar.

Si partimos de la base de que las personas tienen distintas formas de crianza que determinan el desarrollo cognitivo y social, se puede decir que psicológicamente su comportamiento está estrechamente ligado a su estilo de vida que inciden en sus decisiones. En este sentido, los problemas de conducta pueden referir a estados de ansiedad, depresión o procesos psicosomáticos que pueden desencadenar en sentimientos de tristeza, irritabilidad o ausencia de emociones positivas. Luego del estudio de análisis observacional, que realizaron los autores, destacan cuatro categorías que atañen directamente en la manera de relacionarse: si un entorno es negativo y pesado por falta de motivación, valores, hábitos y costumbres positivas el resultado será un comportamiento y relaciones negativas. Es por ello que las relaciones sociales en estos ambientes son muy variantes y pueden afectar la conducta del grupo. En conclusión, el comportamiento de los estudiantes universitarios es determinado y específico dentro de la universidad debido a que es una realidad alejada de su zona de confort y cotidianidad.

<https://doi.org/10.69516/8aq8d798>

## 1.2 LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

El cuidado orientado a jóvenes y adolescentes. En este caso se utilizará de referencias jóvenes universitarios de la UNPSJB.

En este contexto, la presente investigación tiene por objetivo relacionar qué relevancia tiene para los estudiantes de la licenciatura de enfermería el concepto de automedicación y de autocuidado en su formación profesional.

La práctica de la automedicación es una acción desarrollada a nivel mundial, pero la población que más se ve afectada son los jóvenes universitarios, sobre todo del área de salud. Muchos estudios reflejan que si bien son influenciados por el contexto donde viven, también por considerarse inmunes a las enfermedades.

Como señalan las autoras **Espinoza. T, Meza. E, Susanibar. E. (2019). Lo que influye en estas prácticas por parte de los alumnos son lo cultural, social, económico y educativo, pág. 113, tesis de investigación.** Muchas veces por cultura familiar se utilizan “remedios caseros” que, si bien los brinda la naturaleza, incurren también en la práctica de automedicación, ya que puede traer graves consecuencias en el organismo. O bien cuando una medicación funciona con algún familiar cercano se opta por recomendar la misma, muchas veces siendo síntomas distintos. Otras veces simplemente concurren a la farmacia refiriendo ciertos síntomas

a lo cual el farmacéutico receta<sup>1</sup> aunque no deba hacerlo. En este punto, la OMS expresa que un medicamento es una herramienta eficaz si se utiliza de manera adecuada, pero el exceso o incorrecto uso trae consecuencias y daños graves a la salud que pueden ser evitables<sup>2</sup>. Entonces, ¿cómo podemos fomentar el autocuidado en los estudiantes? Según los autores **Galdames-Cruz S, Jamet-Rivera P, Bonilla-Espinoza A, Quintero-Carvajal F, Rojas-Muñoz V. Creencias sobre salud y prácticas de autocuidado en adultos jóvenes: estudio biográfico de estilos de vida. Hacia la promoción de la salud. 2019; 24 (1):28-43**, refieren que ante el abundante acceso a la información que hay, la forma más segura es la promoción de salud a lo largo de la carrera, pero no solo para cuidar a la población, sino que se debe hacer hincapié sobre todo en los profesionales en formación, de esta manera se podrán adoptar otras medidas de precaución tanto para el que brinda cuidados como para el que recibe.<sup>3</sup>

### **1.3 OBJETO DE INVESTIGACIÓN**

**Experiencias relacionadas con el autocuidado y el uso responsable de la medicación en estudiantes de la licenciatura de enfermería de UNPSJB, sede Comodoro Rivadavia 2024.**

### **1.4 PREGUNTAS DEL PROBLEMA**

4.1 ¿Cuáles son las experiencias de los estudiantes de enfermería, respecto al autocuidado y el uso responsable de la medicación?

4.2 ¿Cuáles son los modos de autocuidado que llevan a cabo los estudiantes de enfermería?

4.3 ¿Cuáles son las formas de relacionar el autocuidado con la automedicación en los estudiantes de enfermería?

4.4 ¿Qué experiencias de autocuidado y uso de medicación pueden relacionar con problemáticas de salud?

---

1

<https://www.redalyc.unheval.edu.pe/bitstream/handle/20/500.13080/5137/TEN0114E88.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

<sup>2</sup> [www.who.int/es/initiatives/medication-without-harm](http://www.who.int/es/initiatives/medication-without-harm).

<sup>3</sup> <http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-75772019000100028&script=sciarttext>

## 1.5 FUENTES DEL OBJETO PROBLEMA

El motivo por el cual se busca indagar sobre esta problemática, es poder conocer qué factores promueven a llevar prácticas que puedan impactar de manera negativa en aquellos estudiantes de las carreras de salud, ya que estos mismos formarán parte del colectivo de enfermería y se debe tener en cuenta que el autocuidado es primordial para luego poder cuidar al otro de la mejor manera posible. Es decir, entender que la práctica de medicación debe ser a conciencia, teniendo en cuenta que un error de la misma acarrea posibles problemas a corto o largo plazo.

## 1.6 ESTADO DEL ARTE

En esta investigación llevada cabo, se realizó la búsqueda de antecedentes donde:

Según los autores Alba LA, Papaqui AS, Castillo N Medina TJR, Papaqui HJ, Sánchez AR. "PRINCIPALES CAUSAS DE AUTOMEDICACIÓN EN ESTUDIANTES DEL ÁREA DE LA SALUD "Coyoacán, ciudad de México en el año 2019 sostienen que la automedicación es frecuente en los estudiantes del área de salud, los cuales refieren que ante la falta de tiempo y el fácil acceso a la medicación sin prescripción médica pueden llevar a cabo esta práctica. Por otro lado, buscan aliviar síntomas como fiebre, gripe, dolores de garganta, alergias entre los más mencionados. Estos resultados se obtuvieron mediante un estudio transversal, conformado por un cuestionario en parte general y otro en individual, lo que arrojó que de 305 alumnos el 71,5% correspondía al sexo femenino en cuanto el 28,5% era masculino. Esto se comparó con otros países tales como Venezuela y Brasil. El resultado refiere a que los estudiantes se automedican principalmente por dolor, teniendo en cuenta que quizá el motivo es la información que los mismos poseen, o por sugerencia familiar. <https://www.medigraphic.com/pdfs/conamed/con-2020/con201b.pdf>

En el siguiente artículo las autoras Tania Emperatriz Espinoza, Eva Meza, Evita. Susanibar "DETERMINANTES QUE INFLUYEN EN LA AUTOMEDICACIÓN EN LOS ALUMNOS DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA", realizado en Huánuco, Perú 2019, en la facultad de Enfermería UNHEVAL, se realizó una investigación teniendo en cuenta antecedentes nacionales, internacionales y locales. Ellos determinaron que los influyentes en la automedicación de los alumnos eran, educativos, económicos, sociales y culturales y que, además de constituir una práctica peligrosa, está puede ir desde reacciones alérgicas hasta la muerte.

Se habla de un círculo vicioso el cual inicia por una enfermedad donde quizás la medicación fue prescrita, pero luego ante los mismos síntomas se recae en la práctica de ingerir la misma medicación. También repercute en las decisiones la oferta y demanda de distintos psicofármacos

ya sea por medio de publicidades o la industria farmacéutica y que éstos no llevan un control adecuado, lo que hace que la práctica continúe de manera incontrolada.

<https://www.redalyc.unheval.edu.pe/bitstream/handle/20/500.13080/5137/TEN0114E88.pdf?sequence=1&isAllowed=>

En el siguiente artículo La organización mundial de la salud(OMS) durante el año 2022, habla del “DÍA MUNDIAL DE LA SEGURIDAD DEL PACIENTE”, donde hace referencia que los medicamentos son herramientas eficaces, si se utilizan de forma adecuada, pero que, si se prescriben, o toman de forma errónea puede traer graves consecuencias a la salud, lo cual ocurre sí es consumido de forma inadecuada o por un incorrecto tratamiento para la enfermedad. También menciona que “medicación sin daño”, busca reducir los grandes daños evitables a nivel mundial y disminuir los costos financieros que esta práctica mal utilizada puede llevar a cabo.

[www.who.int/es/initiatives/medication-without-harm](http://www.who.int/es/initiatives/medication-without-harm).

Según el siguiente artículo “CUIDA TU SALUD: USA RESPONSABLEMENTE LOS MEDICAMENTOS”. Como refiere la OMS más de la mitad de los medicamentos mundialmente se prescriben, dispensan o venden de manera inapropiada y la otra parte no toma la medicación como corresponde. Uno de los principales usos de los medicamentos es la polifarmacia (demasiados medicamentos por paciente), una excesiva aplicación de inyección, incorrecta utilización de antibióticos, falta de prescripción, entre otros. Este uso irracional, no sólo es un desperdicio de recursos, sino más bien es perjudicial para la persona que los consume ya sea por falta de eficacia o la incidencia de efectos adversos. También hace mención a que la automedicación es el uso y selección que lleva a cabo una persona con el propósito de aliviar o prevenir síntomas o enfermedades que una persona pueda reconocer. Pero esto no siempre es así, ya que si se consumen medicamentos que deben ser auto prescritos acarrea consecuencias como un tratamiento inadecuado, anular efectos, tapar síntomas, generar resistencia y llevar a producir impacto negativo. Se debe prestar importancia a la información que brinda un prospecto porque es esencial tenerla en cuenta para evitar un sinnúmero de problemas. Igualmente es relevante corroborar que sean seguros y autorizados por la Administración Nacional de Medicamentos, Alimentos y Tecnología Médica (ANMAT).

[www.argentina.gob.ar/anmat/comunidad/uso-responsable-medicamentos](http://www.argentina.gob.ar/anmat/comunidad/uso-responsable-medicamentos)

Según lo expuesto por las autoras Yuri Miliani Rueda Núñez, Norma del Carmen Gálvez Díaz ESTILOS DE AUTOCUIDADO DE ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN EL CONTEXTO UNIVERSITARIO”, en la ciudad de Chiclayo, Perú 2013. Se realizó una investigación de tipo cualitativo, donde se eligieron a doce estudiantes de Enfermería como fuente primaria, para un análisis a través de cuatro categorías: estilo orientado por el eco-autocuidado en Enfermería, estilo de autocuidado asociado a lo cultural-idiosincrático-familiar, estilo de autocuidado

orientado por la vida académica y estilo desorganizado-organizado de estudiantes, donde se consideró que la cultura de autocuidado de los estudiantes de Enfermería, se debe vivir cotidianamente teniendo en cuenta el ambiente, infraestructura, familia, docentes; entre otros. Para ello es importante poder cambiar la tendencia del paradigma biologista por uno de transformación donde la enseñanza y aprendizaje del cuidado de una persona abarque desde lo biológico, psicológico, cultural y familiar. Es decir, desde un enfoque integral.

De acuerdo a la investigación realizada, se pudo llegar a la conclusión de que los estudiantes que participaron de la misma poseen un déficit de autocuidado en áreas básicas como, por ejemplo, reposo y alimentación, pero de igual manera es importante aclarar que muchos aplican este autocuidado promocionado al paciente, pero no lo ejercen en la vida propia-cotidianamente.

<https://revistas.uss.edu.pe/index.php/tzh/article/download/29/28/115>

En el siguiente artículo según las autoras Galdames-Cruz S, Jamet-Rivera P, Bonilla-Espinoza A, Quintero-Caravajal F, Rojas-Muñoz V. CREENCIAS SOBRE SALUD Y PRÁCTICAS DE AUTOCUIDADO EN ADULTOS JÓVENES: ESTUDIO BIOGRÁFICO DE ESTILO DE VIDA HACIA LA PROMOCIÓN SALUD, Coquimbo Chile 2019.

Se plantea que frente al abundante acceso a la información y las recomendaciones para el autocuidado de la salud a través de los medios de comunicación y programas de salud pública, no se ha podido lograr aumentar la adherencia de la población a estilos de vida saludables. A través de un estudio cualitativo basado en el paradigma fenomenológico, se analizaron catorce historias de vida de jóvenes profesionales de distintas áreas laborales cuyo resultado fue manifestar creencias favorables hacia un mejor estilo de salud, donde sus niveles de autocuidado no forman parte de esas creencias. En cuanto al enfoque de la promoción de salud, el autocuidado se considera un conjunto de acciones intencionadas que realiza la persona en relación consigo misma, su cuerpo, su entorno y con el interés de regular los factores internos y externos percibidos y relacionados a la propia salud, lo cual varía dependiendo el individuo y su experiencia con un problema de salud propio o cercano a él.

De acuerdo a los resultados los individuos refirieron que el autocuidado es una responsabilidad propia que requiere una toma de conciencia, pero basado sólo en ciertos ámbitos como el verse bien, es por ello que los resultados expresados arrojan contradicciones entre creer y hacer con respecto al autocuidado desde distintas perspectivas.

<http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-75772019000100028&script=sciarttext>

Según el autor, Doctor **Alan Joel Ruiz Padilla**. 13 de septiembre, 2021 RIESGOS DE LA AUTOMEDICACIÓN IRRESPONSABLE, UNIVERSIDAD DE GUANAJUATO. Plantea que la automedicación se refiere al uso de medicamentos o productos complementarios o naturistas que no son recetados por el médico, lo cual involucra usar remanentes almacenados, aumento

de la dosis, prolongando o reduciendo la duración del tratamiento. Cuando una persona toma un medicamento, complemento o “lo natural” sin poseer información correcta sobre su uso consume un mayor riesgo.

En las últimas décadas este tipo de prácticas ha ido en aumento, debido a la alta información no profesional que ofrecen las redes sociales, Internet o publicidad que sólo desencadenan distintos riesgos que atentan con la salud como un autodiagnóstico incorrecto, contraindicaciones, incorrecta terapia, reacciones adversas, riesgo de dependencia y abuso, organismos ultrarresistentes, aumento de enfermedades inducidas por medicación, entre otras. Es por ello que el autor recomienda informarse para evitar riesgos, no a todos les funciona igual una medicación por eso se sugiere deshacerse de ella una vez concluido el tratamiento.

<https://www3.ugto.mx/eugreka/contribuciones/397-riesgos-de-la-automedicacion-irresponsable>

Según la autora, Anchundia Loor C.S (2021), quien publicó el proyecto de investigación titulado PROPUESTA EDUCATIVA PARA LA AUTOMEDICACIÓN RESPONSABLE EN LOS ESTUDIANTES DEL ÁREA DE LA SALUD- ULEAM, en la ciudad de Manta-Ecuador, octubre 2021, plantea que la automedicación es un problema de salud que no sólo afecta al paciente y la familia, sino que esto también repercute en el sistema sanitario. Este trabajo permite reconocer que es un problema mundial, que se da desde los ancestros transmitido de generación en generación, y aunque es una práctica que tiene muchas desventajas y ventajas es prevenible, sobre todo en la búsqueda de mejorar la salud en la comunidad universitaria. Dentro de su objetivo general, busca diseñar una propuesta educativa que esté dirigida hacia los estudiantes del área de salud, en busca de mejorar el nivel de conocimiento de la población en relación con la automedicación.

<https://repositorio.uleam.edu.ec/handle/123456789/3523>

Según los autores **Galarraga, Hidalgo S & Rivas T, A.** 2022. Quienes publicaron MEDICALIZACIÓN Y USO DE ANALGÉSICOS, SEGÚN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE MEDICINA, de la Pontificia Universidad Católica de Ecuador. Plantea que la medicalización es un proceso que forma parte de la vida cotidiana y del sistema de Salud biomédico, el cual resuelve problemas de salud por medio de dicho sistema en cambio, la farmacologización resuelve la misma problemática, pero a través del uso de fármacos industriales. Es aquí donde los estudiantes de medicina son formados como elementos del sistema y es por ello que tienen una mayor facilidad para llevar a cabo la práctica de medicalización, lo cual inicia en el proceso de formación englobando el entorno social.

Este artículo busca describir aquellos conocimientos, actitudes y prácticas que se llevan a cabo en cuanto al uso, acceso y control de analgésicos en los estudiantes de la ciudad de Quito, donde se realizó un estudio cuali-cuantitativo, el cual arrojó que 3 de cada 10 alumnos conoce sobre el tema, y que en un 92% se automedican contra el dolor como primera causa iniciando la práctica como influencia familiar y sentido cultural. De acuerdo al estudio realizado pocos son los

estudiantes que aún concurren a un profesional ante alguna dolencia, la cual buscan ser tratada mediante métodos naturales y por último la consulta a un profesional, y cada vez esto va disminuyendo a medida que avanzan en su carrera universitaria predominando así el camino de la automedicación.

<https://doi.org/10.56116/cms.v61.n3.sl.2021>

Según el autor Ñiquen, A, M (2022), quien tituló su tesis LAS EXPERIENCIAS DE AUTOMEDICACIÓN DEL PROFESIONAL ENFERMERO EN UN HOSPITAL PÚBLICO DE CHICLAYO, PERÚ. Expuso mediante un estudio de investigación que, si bien la población tiene un bajo conocimiento acerca de los efectos nocivos de la automedicación en tiempos prolongando o inadecuados para el síntoma que presenta, el personal de enfermería no, ya que tiene conocimiento básico sobre farmacología y una experiencia adquirida en el tratamiento de las enfermedades. Esta investigación de tipo cualitativa, descriptiva describe y analiza las experiencias desde un ámbito público que 12 enfermeros llevaron a cabo voluntariamente, para conocer las experiencias o vivencias del personal de salud, con respecto a la automedicación, cuya práctica tiene una alta incidencia a nivel mundial.

El autor destaca el esfuerzo para educar al profesional enfermero, no sólo por las complicaciones que puede llevar esta práctica sino, que las actitudes que demuestran los profesionales impactan o influyen sobre la población. Se cree interesante saber que las experiencias referidas sobre los profesionales son interesantes, porque en el ámbito laboral se está constantemente en contacto con fármacos motivo que lleva a la auto prescripción, sumado a la práctica laboral agotadora que desencadenan síntomas varios como dolor, trastornos del sueño, estrés, entre otros.

<https://hdl.handle.net/20.500.12423/6977>

Según lo expuesto por la autora Abizanda, Garces de los Fayos, M, L (2015) quien tituló EL OTRO LADO DE LOS FÁRMACOS: DEPENDENCIA Y CONSECUENCIAS EN LAS PERSONAS en Valladolid, España a través de un reportaje de investigación científico-periodístico, en el cual analiza que el acudir al médico o a la farmacia pasó a formar parte de algo habitual y cotidiano, pero que el problema comienza a manifestarse en nuestro organismo a través de los efectos no deseados. Los fármacos y remedios curativos siempre fueron parte del uso en el ser humano desde los antiguos egipcios y griegos, pero no de la misma manera que actualmente se conoce. La naturaleza brinda una gran cantidad de sustancias farmacológicas descubiertas de forma empírica, pero que el avance de la ciencia y la medicina ha provocado que esto se vuelva químico provocando un uso y abuso de medicamentos a tal punto que tienen una igual reacción a las drogas como: dependencia social, psicológica y física. La autora, a modo de conclusión, considera que la educación socio sanitaria en educación primaria es primordial para tener

competencias suficientes y criterio a la hora de tomar decisiones como parte activa de nuestra salud.

[https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/14363/TFG\\_F\\_2015\\_28.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/14363/TFG_F_2015_28.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Según la autora Lo Presti, A, C (2018) expone el siguiente artículo AUTOMEDICACIÓN: UNA VISIÓN DESDE LA EXPERIENCIA HUMANA EN EL CONTEXTO COMUNITARIO.REPRESENTACIONES CULTURALES, Carabobo-Venezuela, donde habla que la automedicación es una práctica socialmente aceptada, la cual se realiza por iniciativa propia o por sugerencia de familiares o amigos, sin tener una justificación real. Esta práctica llevada a cabo tiene influencias del contexto sociocultural a la que la persona pertenece, pero también a experiencias personales y sociales, ya que tanto salud como enfermedad y automedicación pueden variar respecto a lo cultural y social de cada ser humano. Esta autora, abordó de manera cualitativa las representaciones sociales considerando el sentido común de la automedicación como práctica social, lo cual señala que dicha práctica también es mediada por sentimientos, recuerdos, sensaciones, costumbres y hábitos que forman parte de las emociones y actitudes humanas.

<http://mriuc.bc.uc.edu.ve/bitstream/handle/123456789/5904/alopresti.pdf?sequence=1>

De acuerdo con las autoras Siappo, G, LC, Nuñez, R, Y, Cabral, I, E (2015) en su estudio EXPERIENCIAS DE ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN EL CUIDADO DE SÍ DURANTE EL PROCESO DE FORMACIÓN EN UNA UNIVERSIDAD PRIVADA, en Chimbote-Perú, desarrollaron que si bien la Enfermería es una profesión científica y humanística y su principal rol es el de cuidado dentro de los diferentes niveles de prevención y atención de salud de las personas teniendo en cuenta todas sus dimensiones.

Durante la etapa de aprendizaje de enfermería pocos son los espacios que integran al estudiante, como parte de esas experiencias y vivencias en el cuidado de sí mismo, ya que la gran mayoría busca la interacción en la práctica asistencial y la práctica de campo. Se sabe que la vida universitaria lleva de la mano transformaciones a veces nocivas para la salud, donde la intensidad de la misma influye en el comportamiento usual lo que los lleva al no dormir, relajarse o comer adecuadamente, teniendo en cuenta que la mayoría son jóvenes entre 18 y 25 años, por lo tanto, se va superponiendo la transición hacia la etapa adulta. Es necesario poder sensibilizar desde la formación profesional de Enfermería que, si no se lleva a cabo primero el autocuidado personal y el ser o vivir de manera saludable, difícil podrá ser llevar cuidados a otros.

Otro punto importante que destacan las autoras, es que dentro de las universidades donde se va desarrollando profesionalmente el futuro enfermero deben jugar un papel protagónico, es decir que no sólo debe ser la formación profesional de la disciplina, sino promover líderes fortaleciendo conductas y actitudes que puedan lograr un profesional capaz de ser íntegro,

crítico, reflexivo y agente de cambio, pero que vaya de la mano como promotor de salud y calidad de vida, partiendo siempre desde sí mismos.

<https://doi.org/10.5935/1414-8145.20160003>

## 1.7 MARCO REFERENCIAL CONCEPTUAL TEÓRICO

El presente trabajo se realiza en el contexto educativo universitario de la Universidad Nacional de la Patagonia San Juan Bosco en su sede central, ubicado sobre calle avenida José Ingenieros, ciudad universitaria km4 de la ciudad de Comodoro Rivadavia, Chubut.

Esta institución es de carácter público y dentro del mismo edificio funcionan cinco Facultades correspondientes a: Humanidades y Ciencias Sociales, Ciencias Naturales y de la salud, Ciencias Jurídicas y Ciencias Económicas las cuales tienen cuatro sedes distribuidas entre Comodoro Rivadavia, Trelew, Puerto Madryn y Esquel. Dentro del mismo edificio también funciona el Colegio Universitario patagónico (CUP), que depende de la Secretaría académica del Rectorado.

Para comprender el área donde se trabajará la problemática se considera aclarar conceptos básicos como automedicación responsable e irresponsable y cómo experimentan el autocuidado los estudiantes.

La automedicación, según la OMS, consiste en la utilización de uno o más medicamentos sin la intervención de un médico ni, necesariamente del consejo de un farmacéutico, con el objetivo de cuidarse de forma autónoma<sup>4</sup>. Esta práctica se ha convertido en un comportamiento masivo a nivel global facilitado por las nuevas tecnologías (redes sociales, publicidad, medios de comunicación entre otros) que han permitido el acceso a dicha información la cual estaba restringida para el público en general. Esto es más prevalente en países en desarrollo donde hay poblaciones más vulnerables y hay una ausencia del Estado.<sup>5</sup>

La medicación irresponsable es aquella que lleva una serie de riesgos como: enmascarar síntomas con posibilidad de agravamiento, toxicidad, falta de efectividad como por ejemplo la toma de antibióticos(atb) en procesos virales, resistencia de atb, dependencia o adicción.<sup>6</sup>

El autocuidado es definido, según la OMS, como la capacidad de las personas, familias y comunidad para promover y mantener la salud y para prevenir enfermedades y hacerles frente con o sin el apoyo de un trabajador de la salud o asistencial. Dentro de las recomendaciones que este organismo hace, figuran aquellas intervenciones seguras y eficaces, las cuales deben llevarse a cabo en un entorno propicio y favorable. Algunas de ellas son: la eliminación del aborto

---

<sup>4</sup> <https://www.who.int/es>

<sup>5</sup> Ruiz-Stemberg AM, Perez-Acosta AM. Automedicación y términos relacionados: una reflexión conceptual. Rev.cienc salud 2011;9(1):83-97

<sup>6</sup> <https://hsanagustin.es/la-automedicacion-responsable-e-irresponsable/>

peligroso, prestación de servicios de alta calidad en relación con la planificación familiar incluido los servicios de inferioridad, salud y derechos sexual y reproductivos que incluye opciones de autocuidado para una mejor atención prenatal, obstetricia, puerperio y neonatal, atención de enfermedades no transmisibles, incluidas la de salud mental, enfermedades cardiovasculares y la diabetes. También las intervenciones relacionadas con la autoadministración de conceptivos inyectables, autocontrol de presión arterial para detectar enfermedades cardíacas, administración de pruebas en relación con VIH, embarazo y covid-19, entre otros.<sup>7</sup>

La organización Panamericana de Salud habla de cómo se ha acrecentado la motivación para automedicarse. Una de ellas fue la pandemia covid 19, la cual causó una cifra alarmante en cuanto al consumo de antibióticos y provocó que los organismos se hicieran más resistentes, hace mención también a que una de las causas incluidas en esta motivación es el rendimiento cognitivo, donde los estudiantes esperan rendir más en sus actividades académicas y exámenes.<sup>8</sup>

Para lograr comprender la problemática de investigación, se tuvo en cuenta a la teórica Dorothea Orem. Particularmente esta presenta su modelo de teoría general compuesta, que se divide en tres relacionadas entre sí: conformada por Teoría de autocuidado, teoría del déficit autocuidado y la teoría de los sistemas de Enfermería, la cual está influenciada por el trabajo de Maslow (1968), quien ve a las personas desde una perspectiva humanística considerando que la satisfacción positiva desarrolla el potencial humano de autorrealización. Orem, en cambio, utiliza esa necesidad humana de satisfacción positiva en la teoría de autocuidado, donde es responsabilidad de cada individuo establecer prioridades para cubrir los requerimientos de autocuidado.

Esta autora fue quien introdujo el concepto de autocuidado, el cual lo definió como una actividad aprendida por los individuos que se orienta a un objetivo, es una conducta que se da en la vida de manera concreta, que puede estar dirigida a uno mismo o su entorno. De esta forma se pueden regular aquellos factores que influyen en el desarrollo y funcionamiento de salud y bienestar. Dentro del autocuidado, lo define como una actividad que el individuo realiza por sí solo, para ello Orem lo consideró como requisitos de autocuidado que sea universal, donde todos los seres humanos tengan satisfechas sus necesidades básicas, del desarrollo relacionado directamente con el periodo del ciclo vital y la desviación de salud, que está implícitamente relacionada con la incapacidad o enfermedad crónica que pueda presentar un individuo. Pero todo esto puede estar en riesgo por los factores condicionantes básicos denominados internos y externos que se relacionan con la edad, sexo, estado de salud, orientación sociocultural,

---

<sup>7</sup> <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/self-care-for-health-and-well-being>.

<sup>8</sup> [https://www.paho.org/es/noticias/4-3\\_2021-crece-mapa-motivaciones-para-automedicarse](https://www.paho.org/es/noticias/4-3_2021-crece-mapa-motivaciones-para-automedicarse)

patrones de vida, factores ambientales, disponibilidad y adecuación de recursos que pueden influir directamente en la conducta, ya que una alteración de estos lleva a incurrir en prácticas no responsables como el consumo de medicación no recetada.

Podemos valorar que el modelo de Orem promueve la satisfacción de las demandas de autocuidado del individuo, fomentando su autonomía, donde la meta de la enfermera sea asistir a las personas para que alcancen al máximo su nivel de autocuidado. Pero también se debe tener en cuenta la posibilidad de que la persona no quiera asumir la responsabilidad de cuidarse, por varios motivos como trastornos psíquicos u otras prioridades.

### **1.8 OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN**

- Describir las experiencias de los estudiantes de enfermería, respecto al autocuidado y el uso responsable de la medicación.
- Identificar factores influyentes y determinantes en las formas de relacionar autocuidado y automedicación en los estudiantes.
- Analizar el conocimiento en farmacología tiene relación con la automedicación.
- Conocer las experiencias de autocuidado que llevan a cabo los estudiantes ante problemáticas de salud, y el uso de medicación para la misma.

### **1.9 RELEVANCIA ACADÉMICA**

En el presente trabajo se intentará conocer qué experiencias y percepciones manejan los estudiantes de la licenciatura de Enfermería de la Universidad Nacional de la Patagonia San Juan Bosco de Comodoro Rivadavia, en cuanto a las prácticas de automedicación y qué acciones llevan a cabo en relación al cuidado personal. Esto ayudará a evaluar qué decisiones serán las más adecuadas para reconocer cómo llevar a cabo acciones de promoción de salud.

## 2.DIMENSIÓN DE LA ESTRATEGIA GENERAL

### 2.1 SELECCIÓN DEL TIPO DE DISEÑO

En todo proceso de investigación, el investigador debe elegir la mejor opción para obtener el propósito de la misma, es decir responder a las preguntas de investigación planteadas, decisiones que van a orientar el objeto o problema de investigación (Do Prado M L, Del Valle A, M, Ortiz, C G L y González R E)

En este proceso de investigación, se establece una lógica cualitativa, con un enfoque fenomenológico y con una perspectiva descriptiva. buscando comprender las experiencias vividas como en este caso serán “Experiencias relacionadas con el autocuidado y el uso responsable de la medicación en estudiantes de la licenciatura de Enfermería de UNPSJB de Comodoro Rivadavia”.

Dentro del plan general, se determina el diseño descriptivo, cuyo objeto será observar, describir y documentar esas experiencias por parte de los participantes a través de sus generalidades. “No implica la comparación de hipótesis, ya que su finalidad es describir la naturaleza del fenómeno por medio de sus atributos” (Yuni-Urbano, 2014), y donde la lógica cualitativa permitirá a través de su capacidad explorar fenómenos complejos, centrándose en las experiencias subjetivas de los estudiantes. En el enfoque cualitativo, el diseño se referirá al abordaje general que se utilizará en el proceso de investigación (Miller y Crabtree, 1992).

Según Martínez-Salgado. C, sostiene que “la investigación cualitativa se pronuncia por el reconocimiento de la subjetividad humana como un hecho objetivo que no puede dejarse de lado”.<sup>9</sup>

Desde el enfoque fenomenológico busca comprender las experiencias vividas, en este caso al autocuidado y uso responsable de la medicación por parte de los estudiantes de la licenciatura de Enfermería, lo cual permitirá al investigador recolectar datos o captar las vivencias a través de las entrevistas de dónde obtendrá las narraciones de los participantes. Según Muñoz, L A, Erdmann A, L, en la entrevista fenomenológica “el encuentro social se da la única posibilidad de obtener datos relevantes sobre el mundo vivido del sujeto o colaborador”.

Como última referencia, esta investigación será de corte transversal, porque implica un momento específico, durante un periodo concreto donde se recolectarán datos de manera práctica y fácil de aplicar. Siguiendo a Polit-Hungler (2000) “se caracteriza por recolectar datos de un solo punto en el tiempo, o en un breve periodo que permitirá una descripción del fenómeno estudiado en un momento particular”.

---

<sup>9</sup> Schütz A. El problema de la realidad social

## 2.2 POBLACIÓN EN ESTUDIO

Se define a **población** como el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones (Selltiz et al., 1980).

Dentro de esta investigación la población se constituye por alumnos de la Licenciatura de Enfermería de la UNPSJB, cuyos participantes presentan diversidad étnica, de los cuales gran parte de ellos son residentes de Comodoro Rivadavia, y otros de ciudades aledañas. Se puede referir al alumnado del segundo ciclo de la licenciatura en aproximadamente 200 personas de las cuáles se tendrá en cuenta solo los que residen dentro de la ciudad y otras características que el investigador plantea más adelante.

## 2.3 SELECCIÓN DE MUESTRA

El diseño de muestra constituido en esta investigación será de estudiantes que estén cursando el segundo ciclo de la licenciatura en Enfermería 2024 en la UNPSJB.

Se utilizará la muestra intencional original mediante la cual se buscará seleccionar aquellos casos, que proporcionen información necesaria en relación con experiencias relacionadas con el autocuidado y uso responsable de la medicación en estudiantes de la Licenciatura de Enfermería de la UNPSJB.

En cuanto a la técnica se utilizará **muestra por cuotas**, teniendo en cuenta variables demográficas, que sean residentes de Comodoro Rivadavia, de género femenino y masculino, estudiantes entre 25 y 45 años con o sin experiencia laboral, estudiantes masculinos de 25 a 45 años que tengan experiencia laboral, estudiantes femeninas de 25 a 40 años que no posean experiencia laboral, mujeres y hombres de 25 a 45 años que actualmente estén trabajando y estudiando.

El objetivo de la presente investigación por medio de este muestreo es comprender y describir de forma resumida cómo perciben y experimentan los estudiantes puntualmente, su relación con el autocuidado y el uso responsable de la medicación, como población de estudio. Como menciona Creswell (2009) el muestreo cualitativo es propositivo, ya que las primeras acciones en elegir la muestra ocurrirán desde el planteamiento mismo y cuando seleccionamos el contexto, en el cual esperamos encontrar los casos que nos interesan.

## **2.4 CRITERIOS DE SELECTIVIDAD**

### CRITERIOS DE INCLUSIÓN:

Adulto joven entre 25 a 45 años, ambos géneros, que cursen actualmente la licenciatura de Enfermería, masculinos de 25 a 45 años con experiencia laboral, que estudien y trabajen, residentes de Comodoro Rivadavia, estudiantes femeninas de 25 a 40 años con o sin experiencia laboral.

Estudiantes del segundo ciclo de la Licenciatura de Enfermería que deseen participar de la entrevista

Estudiantes que firmen el consentimiento informado.

### CRITERIOS DE EXCLUSIÓN:

Estudiantes adultos que firmaron el consentimiento informado y no deseen continuar con la entrevista o participación.

Estudiantes que abandonen las cursadas del segundo ciclo de la licenciatura de Enfermería de la UNPSJB.

### TEMPORO-ESPACIAL:

El presente trabajo se realizará en la UNPSJB de Comodoro Rivadavia, en el mes de octubre de 2024.

### ELIMINACIÓN:

Estudiantes que no se encuentren al momento de la entrevista. Óbito.

Los estudiantes que realizada la entrevista no aporten información relevante para esta investigación.

## **2.5 ASPECTOS ÉTICOS-BIOÉTICOS**

Para lograr llevar a cabo las encuestas, previamente, se solicitará la firma de aquellos estudiantes que estuvieran dispuestos a participar de la misma, a los cuales se le ofrecerá documentación con la información pertinente del estudio, donde se tendrá en cuenta aquellos aspectos Éticos y Bioéticos que demanda la profesión.

Este proyecto de investigación se basa en la **autonomía** del estudiante, quien tiene la capacidad para aceptar, cumplir y dar su autorización, por medio del consentimiento, para ser entrevistado.

Es imprescindible que el mismo comprenda la finalidad del proceso investigativo y se le garantice la voluntariedad pudiendo así desligarse en cualquier momento sin que tenga penalidades.

También se proveerá información acerca del responsable de la investigación como: nombre y apellido, contacto, entre otros. (Ver Anexo I).

En cuanto al **principio de no maleficencia** se buscará proteger la privacidad y confidencialidad de todos aquellos participantes que hayan aceptado y firmado el consentimiento, evitando divulgar datos de manera intencional que provoque daño alguno. Los datos obtenidos tienen la finalidad de ser utilizados pura y exclusivamente para investigación, de tal manera los mismos serán de manera anónima y una vez transcritos serán eliminados. Por lo tanto, la investigación se basará en no perjudicar al estudiante, ni provocarle algún tipo de situación o pregunta incómoda que pueda llegar, involuntariamente, a afectar.

El **principio de Beneficencia** buscará que la entrevista y el sitio donde se realice sea seguro para poder obtener un resultado efectivo. Los estudiantes implicados en la investigación deberán sentirse en total bienestar en todo momento y también podrán adquirir conocimiento para aplicar a posteriori.

Por último, y no menos importante, está el **principio de Justicia**, que apunta a un trato igualitario con todos aquellos participantes, de manera tal que los mismos se sientan cómodos, tranquilos y cuidando la privacidad de los estudiantes con el fin de que puedan proveer la información de manera distinta.

### **3.DIMENSIÓN DE LAS TÉCNICAS Y RECOLECCIÓN y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN.**

#### **3.1 MAPEO**

La descripción del ambiente es una interpretación detallada de casos, seres vivos, persona, objetos, lugares específicos y eventos del contexto, y debe transportar al lector al sitio de la investigación(Creswell,2009).

La Universidad Nacional de la Patagonia San Juan Bosco fue creada el 4 de mayo de 1974, la misma cuenta con varias sedes en la región patagónica, incluyendo Trelew, Puerto Madryn y Esquel. Su creación se atribuye a la búsqueda de unificación y ampliación de la oferta educativa en la Patagonia.

La sede de Comodoro Rivadavia se ubica en zona norte, sobre las calles Avenida José Ingenieros, de km4. Esta institución cuenta con un edificio distribuido en subsuelo, 5 pisos y áreas externas fuera de la institución. En el subsuelo se encuentra el comedor universitario donde los estudiantes concurren a almorzar, en el nivel cero se encuentra la facultad de Humanidades y Ciencias Sociales con una oferta de nueve carreras, en el primer piso se encuentra la Facultad de Ingeniería, la cual cuenta con un total de once carreras con un horario que va desde las 08 a 22 hs, en el segundo piso se encuentra la Facultad de Ciencias Naturales y Ciencias de la Salud con un total de 13 carreras, entre ellas Licenciatura en Enfermería cuyos horarios se establecen de 08 a 15 hs, en el tercer piso se encuentra la facultad de Ciencias Económicas y en el cuarto piso se encuentra secretaria de Colegio Universitario Patagónico, tesorería y aulas.

Dentro de este contexto universitario, los estudiantes pasan gran parte de sus horarios en cursadas y estudios, se puede apreciar que se manejan en túneles vidriados donde estudian, almuerzan o descansan un momento y es un lugar propicio para la realización de entrevistas de este proyecto de investigación.

#### **3.2 TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

Para la técnica de recolección de datos se utilizará la entrevista semiestructurada dirigida a los informantes/entrevistados, la cual se basa en preguntas abiertas que abre posibilidades de diferentes respuestas y permite la re-pregunta, permitiendo la experiencia del informante tal y como se presenta.

“La entrevista semi estructurada incluye un guion donde el orden puede ser aleatorio dependiendo del diálogo, puede enfatizar en alguna y puede agregar más preguntas” (Guerrero-Castañeda, Menezes y Ojeda-Vargas. 2017).

Esta recolección se llevó a cabo por medio de encuentros presenciales entre los informantes y el investigador, donde al comienzo constaba de 16 preguntas, de las cuales se lograron unificar

las preguntas 9,11,14 y 15 de acuerdo a la similitud de contenido y respuesta. En cuanto a la pregunta n° 12, el investigador decide eliminarla por no obtener respuesta concisa de la misma.

### **PREGUNTAS ENTREVISTA** (ver anexo II)

1. ¿Cómo considera el autocuidado y la automedicación como profesional de Enfermería?
2. Con respecto a la medicación. ¿Sueles usarla cuando tienes algún problema de salud?
3. Ante la situación de enfermedad, ¿concorre al médico? ¿Se realiza control anual de salud?  
¿Te has realizado un examen ginecológico anual?
4. Con respecto a vacunación, ¿tiene hepatitis B actualizada? ¿Vacunas de covid se aplicó en la pandemia?
5. En su vida cotidiana, ¿consume algún tipo de vitaminas, energizantes u otros?
6. Usted como estudiante en épocas de exámenes si trabaja y estudia ¿cómo resuelve las horas de descanso, sueño y alimentación?
7. ¿Realiza algún tipo de actividad física a modo de recreación?
8. Ante situaciones de enfermedad suya o de allegados, ¿suele indicar o recomendar algún tipo de medicación?
9. ¿Tiene costumbre de tomar medicación sin receta en una situación extrema o imprevista de salud?
10. En el trabajo o en sus prácticas profesionales ¿ha observado que sus colegas u otras personas suelen tener prácticas de automedicación?
11. Usted como estudiante trabajador, ¿acuerdas con el uso responsable de la medicación?
12. Como estudiante trabajador, ¿considera que la formación le brinda los conocimientos necesarios? ¿Ha tenido posibilidad de realizar alguna formación específica, sobre el uso responsable de la medicación?
13. ¿Me podrías relatar alguna experiencia significativa en relación al autocuidado y la automedicación?

### **3.3 ANÁLISIS DE DATOS**

Es el proceso por el cual se transforma la información para que sea más fácil leer, almacenar y transmitir. En este proyecto se utilizarán datos tales como el género que se auto percibe la persona, la edad, hace cuantos años se recibió, si se encuentra trabajando y donde trabaja.

PREGUNTA N°1 ¿CÓMO CONSIDERA EL AUTOCUIDADO Y LA AUTOMEDICACIÓN COMO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA?

n° codificación	relato textual	comentario	R1	R2	R3	R4
1)E(35).F..M.AS 7.AR2.ELIC 4	Bueno, mi autocuidado es cuidar mi alimentación. ejercicio no he hecho este año, pero sí con las comidas. Trato de comer verdura, frutas, cocinar lo más sano posible para mí y para mis hijos. Y bueno, no puedo, pero hago todo lo que hace una madre en la casa. Limpieza, trabajo. Ya tengo una rutina bastante movida. Como para para ir al gimnasio y como ya no me alcanza el tiempo ya y después con el tema de la medicación, yo en sí no me médico, Si me duele la cabeza lo máximo que te puedo tomar es ibuprofeno o un paracetamol, o sea, como profesional de salud. Sé que la medicación	La entrevista se realizó en el ámbito universitario. La persona se encontraba tranquila. Se realizó en un tiempo aproximado de 20 minutos.	“mi autocuidado propio es cuidar, mi alimentación. Trato de comer verdura, frutas, cocinar lo más sano posible para y para mis hijos.” “yo en sí no me médico, Si me duele la cabeza lo máximo que te puedo tomar es ibuprofeno o un paracetamol.” “Sé que la medicación excesivamente te puede dañar órganos internos, puede causar una gastritis.”	Todas las informantes entienden la importancia del autocuidado, desde los hábitos saludables, sea la alimentación, el ejercicio y el esfuerzo de ser madre en algunos casos y lo que ello conlleva. Pero ante situaciones leves de enfermedad como resfrío consideran automedicarse, sabiendo los riesgos que ello conlleva. Una de las informantes refiere la necesidad de que el personal de	Evidente importancia de la salud desde el autocuidado. Prácticas de automedicación que se valoran en relación a situaciones particulares o específicas valorando aspectos positivos y negativos de llevar a cabo estas prácticas. Prácticas de automedicación ante situaciones donde hay accesibilidad a la medicación de fácil acceso. Se reconoce la necesidad de una	Prácticas de autocuidado positivas. Importante conciencia de autocuidado basado en la alimentación, ejercicio y cuidado del cuerpo. Prácticas de automedicación ante situaciones donde hay accesibilidad a la medicación de fácil acceso. Se reconoce la necesidad de una mayor educación respecto a estos temas en el personal de salud

	<p>excesivamente te puede dañar órganos internos, puede causar una gastritis, o sea, tomar demasiadas medicaciones en exceso. tomo lo justo y necesario que es ponele un ibuprofeno Si me duele la cabeza por estrés, porque tuve un mal día por algo fuera, que sería dentro de lo normal que uno todos los días tiene estrés, pero más de eso no si me llega a doler algo más severo.</p>			<p>enfermería tenga conocimiento y reconozca la importancia de la educación respecto a estos temas</p>	<p>mayor educación respecto a estos temas en el personal de salud</p>	
<p>2)E(34).FE.M.A S11.AR12. ELIC 4</p>	<p>O sea, en mí. El autocuidado ahora soy más consciente del Autocuidado, Acá veo muchos pacientes jóvenes con patologías crónicas, o sea, adultos jóvenes. Te digo 50 años, 55 con patologías crónicas. Lo he visto en mis viejos, que son jóvenes y que tienen patologías crónicas o</p>	<p>Se realizó en el lugar de trabajo de la persona en una oficina cerrada. La entrevista fue realizada tranquila, con mate de por medio</p>	<p>“ahora soy más consciente del Autocuidado ahora, Acá veo muchos pacientes jóvenes con patologías crónicas, no tengo ganas de que mis años de adulta mayor sean una</p>			

	<p>dolores crónicos fuertes. Y ahí como que dije, este bueno ya es edad de empezar a empezar a o sea, siempre es edad de cuidarse. Pero ahora fue como que dije, no, no me tengo que poner las pilas en serio porque no quiero llegar. No, no, no tengo ganas de de que mis mis años de adulta mayor sean una porquería definitiva, así que creo que por eso y después en cuando la automedicación eh lo que sí intento no tomar es antibióticos, antes si pero hice una resistencia y me asuste</p>		<p>porquería”</p>			
<p>3)E(33).FE.AS6 .AR7.ELIC 4</p>	<p>El autocuidado para mí sería hábitos saludables, salimos a correr con mi pareja, comemos saludable menos los fines de semana eso con respecto al autocuidado cuidar el cuerpo que tenemos el hoy x hoy en consideración de la edad que estamos ahora</p>	<p>Se realizó en la universidad. Tuvimos una interrupción del señor que vendía churros. La alumna con buena predisposició</p>	<p>“Con el tema de la automedicación como personal de enfermería, yo lo veo como que el que tiene el conocimiento porque ha pasado por varios servicios puede</p>			

	<p>teniendo, no es lo mismo que lo que hacemos que Cuando éramos pendejos. A partir de ahora en adelante es como que uno considera que va en descenso todas las lo que nosotros adquirimos los alimentos ahora ya no, no es lo mismo cuerpo no lo procesa de la misma forma. Con el tema de la automedicación como personal de enfermería, yo lo veo como que el que tiene el conocimiento porque ha pasado por varios servicios puede leer sus síntomas. Por ejemplo, si estás con un resfrío o una gripe, vos sabes que vas a tener decaimiento. Vas a tener todo esto y a veces hay que hacer algunas actividades del día del día a día que te exigen cierto nivel de energía y estar bien porque si o si tenes que estar bien., generalmente no te dan una boleta de reposo por un resfrío común, así que</p>	<p>n para responder.</p>	<p>leer sus síntoma”</p>			
--	---	--------------------------	--------------------------	--	--	--

	<p>por ahí los analgésicos o inyectables intramuscular que sabes que te va a pasar de alguna situación te automedicas y bueno con los riesgos que con eso sobrelleva no, porque uno sabe los antiinflamatorios con el tema de riñón y todo eso.</p> <p>analgésicos o inyectables intramuscular que sabes que te va a pasar de alguna situación te automedicas y bueno con los riesgos que con eso sobrelleva no, porque uno sabe los antiinflamatorios con el tema de riñón y todo eso.</p>					
4)E(45).M.FE.A S 26.AR 27.ELIC 4	<p>Por una parte, lo que es autocuidado a mi persona como enfermeras muchas veces no, no aplicamos el discurso que nosotros mismos predicamos exactamente. Los turnos rotativos, descansas mal, comes</p>	<p>La entrevista fue llevada a cabo en una estación de servicio, ya que la alumna le quedaba mejor de esta manera.</p>	<p>“autocuidado a mi persona como enfermeras muchas veces no, no aplicamos el discurso que nosotros mismos predicamos</p>			

	<p>mal, el tomar agua. Yo particularmente no tengo el hábito de estar con la botellita de agua, lo mío es sí se puede mate en el trabajo, si se puede en mi casa Todo el tiempo. Por ejemplo, es una de las cosas que durante los 20 años de servicios con régimen rotativo no me puedo organizar y ni hablar cuando en el medio tenes que atender una casa e hijos. Y la automedicación, así como yo le doy al paciente sin indicación médica porque no hay quien lo indique y tampoco es urgencia como para estar llamando al médico que está de pasiva y venga con un dolor de muela ponele yo también me automedico, de hecho, ayer Salí de la práctica con un dolor de cabeza, cuerpo, yo creo que tenía un poco de fiebre, me tomé un ibuprofeno y a la cama.</p>	<p>Duración aproximada 40 min.</p>	<p>exactamente”  “la automedicación, así como yo le doy al paciente sin indicación médica porque no hay quien lo indique yo también me automedico”</p>			
--	---	------------------------------------	--	--	--	--

<p>5)E(24)FE.AR2. AS 5 MESES.ELIC 5</p>	<p>Respecto al autocuidado y la automedicación, yo creo que son dos temas que lo trabajamos mucho con los pacientes, como profesionales de enfermería es algo que dejamos de lado, creo que también es algo propio de la exigencia de enfermería no, los enfermeros tiene pluriempleo y todo ese desgaste genera que se deje de lado estos aspectos del autocuidado, también el estar en un ambiente de salud, donde es fácil acceso a la medicación abre paso a esto, creo que es un tema que se tendría que trabajar más dar más espacios a los profesionales de enfermería para educarlos respecto a estos temas que por ahí se toman por alto.</p>	<p>Entrevista de 15 min, respuestas concisas.</p>	<p>“son dos temas que lo trabajamos mucho con los pacientes, como profesionales de enfermería es algo que dejamos de lado”. “el estar en un ambiente de salud, donde es fácil acceso a la medicación abre paso a esto, creo que es un tema que se tendría que trabajar más dar más espacios a los profesionales de enfermería para educarlos respecto a estos temas”</p>			
---	--	---	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--	--

1ERA CATEGORÍA DE ANÁLISIS: AUTOCUIDADO RELACIONADO CON PRÁCTICAS DE AUTOMEDICACIÓN ANTE SÍNTOMAS LEVES QUE NO AFECTEN LA SALUD EN GENERAL.

PREGUNTA N° 2 CON RESPECTO A LA MEDICACIÓN.¿ SUELES USARLA CUANDO TIENEN ALGÚN PROBLEMA DE SALUD?

n° codificación	relato textual	comentario	R1	R2	R3	R4
1)E(35).F..M.AS 7.AR2.ELIC 4	<p>“tomo lo justo y necesario que es ponele un ibuprofeno Si me duele la cabeza por estrés, porque tuve un mal día por algo fuera, que sería dentro de lo normal que uno todos los días tiene estrés, pero más de eso no si me llega a doler algo más severo, Algo que ya no sé más interno, más en ponele el estómago intestino, voy a un médico. También si no, no me automedico ni me pongo cosas nada, porque no, no sería lo</p>		<p>“tomo lo justo y necesario que es ponele un ibuprofeno”</p> <p>“Algo que ya no sé más interno, más en ponele el estómago intestino, voy a un médico.”</p>	<p>Se interpreta que las informantes antes situaciones de salud donde hay síntomas leves, suelen hacer uso de la automedicación, debido a situaciones diarias que las llevan a resolver de forma rápida.</p>	<p>Visualización acerca de que el profesional de Enfermería realiza prácticas de automedicación, por el fácil acceso a la misma y por falta de tiempo para concurrir a un profesional médico.</p>	<p>Relevancia de Prácticas de automedicación llevadas a cabo por los profesionales de Enfermería en relación con el acceso fácil a medicación y el poco tiempo que disponen para consultas médicas.</p>

	adecuado.					
2)E(34).FE.M.A S11.AR12. ELIC 4	desde que soy profesional a los 2 años ya empecé a tener hijos y siempre hubo como que resolver rápido, o sea me duele la muela, no puedo perder tiempo en ir al odontólogo que me vea y me medique, Chau me medico es como eso también a mí, yo creo que la maternidad me hizo quedarme mucho y también llevarme a la automedicación, y la facilidad que uno tiene estando acá. Listo, te médicas y punto lo resuelves rápido y te lo sacas rápido antes que ir al médico listo, me automedico. Con los analgésicos lo mismo también antes solía, solía tomar analgésicos más seguido. Ahora no tengo que estar muy dolorida como para tomar un ibuprofeno, pero antes tomaba un montón de		<p>“siempre hubo como que resolver rápido, la maternidad me hizo quedarme mucho y también llevarme a la automedicación”</p> <p>“La facilidad que uno tiene estando acá. Listo, te médicas y punto lo resuelves”</p> <p>“igualmente como que he mejorado un poquito. Salud mejor. También por eso no necesito tanto”</p>			

	<p>diclofenac. Pero también lo mismo era como que lo tengo que resolver rápido, listo lo tengo al alcance de la mano. Ahora, no, no es tan así, pero igualmente como que he mejorado un poquito. Salud mejor por eso no necesito tanto.</p>					
<p>3)E(33).FE.AS6 .AR7.ELIC 4</p>	<p>Ah, bueno, ahí está lo que decía sí. Sí. En un momento tuve dolor de ciática, quizá lo he pasado cuando empecé a trabajar. Con el tema de las embarazadas viste las cesáreas que teníamos que moverlas y eso y siempre tuve esta estructura, no tengo tanta masa muscular que digamos, entonces yo sufría mucho de ciática Y cuando bajaba Guardia siempre me colocaban, me veía el doctor, no me decía, bueno que esto es un problema crónico y no me daba otra cosa que</p>		<p>“yo sufría mucho de ciática cuando empecé a trabajar siempre tuve esta estructura, no tengo tanta masa muscular”</p> <p>“esto es un problema crónico y no me daba otra cosa que diclo y dexa endovenoso, ya sabía cómo tratarse”</p> <p>“con el tiempo uno va viendo qué son ejercicios</p>			

	<p>diclo y dexa endovenoso. Así que una ya sabía cómo tratarse, y bueno, pues con el tiempo uno va viendo qué son ejercicios de estiramientos y mantener el peso de hacer un poquito más de masa muscular, Viste como para que todo el esfuerzo no caiga sobre los huesos.</p>		<p>de estiramientos y mantener el peso”</p>			
<p>4)E(45).M.FE.A S 26.AR 27.ELIC 4</p>	<p>Si, como te comenté esto del analgesico, un antihistamínico, dexametasona por alergias ni pregunto me mando. Si tengo que ir a la guardia para que me den un analgesico, no voy. Sí suponte que yo con la obra social que tengo yo acá en Comodoro cero lugares que te atienden, De hecho, ahora mismo hace poquitos días consulte</p>		<p>“Como te comenté esto del analgesico, un antihistamínico, dexametasona por alergias ni pregunto me mando. Si yo tengo que ir a la guardia para que me den ibuprofeno ni voy”</p>			

	<p>por un centro odontológico que hay por acá cerca, y con mi obra social no trabajan. Es muy complicado a veces ir por la vía que corresponde buscar al profesional. Qué te indique. Sí, yo sé lo que tengo que tomar y me hago cargo. Por ahí con lo que no hago esto es con los chicos.</p>					
<p>5)E(24)FE.AR2. AS 5 MESES.ELIC 5</p>	<p>En lo personal trato de no tomar ningún medicamento, salvo que sea muy extremo o que tenga mucho dolor. En el año no se si tomare 1 o 2 ibuprofeno</p>		<p>“En lo personal trato de no tomar ningún medicamento, salvo que sea muy extremo”</p>			
<p>2DA CATEGORIA DE ANALISIS: RIESGO DE AUTOMEDICACIÓN INADECUADA RELACIONADA CON EL FÁCIL ACCESO A LA MEDICACIÓN Y LA FALTA DE IMPORTANCIA PARA CONCURRIR A UNA CONSULTA MÉDICA.</p>						

PREGUNTA N°3 ANTE LA SITUACIÓN DE ENFERMEDAD, ¿CONCURRE AL MÉDICO? ¿SE REALIZA CONTROL ANUAL DE SALUD? ¿TE HAS REALIZADO UN CONTROL GINECOLÓGICO ANUAL?

	relato textual	comentario	R1	R2	R3	R4
1)E(35).F..M.AS 7.AR2.ELIC 4	Examen ginecológico, si este año no lo pude completar. Por temas de falta de tiempo empecé a principios de año solo me faltó la ecografía porque no lo pude terminar por el tema de que no conseguía el turno. No me daba los tiempos, pero el laboratorio sí lo hice. Me salió normal. El de la ecografía mamaria que me hacen a mí, me salió normal y me falta solamente terminar con la ecografía transvaginal.		“Empecé a principios de año solo me faltó la ecografía porque no lo pude terminar por el tema de que no conseguía el turno. No me daba los tiempos”	Las informantes entienden la importancia del chequeo anual que debe realizarse, tanto clínico como ginecológico, pero a veces no son llevados a cabo por falta de tiempo, ocupaciones laborales o hijos en algunos casos.	Retomar la importancia del autocuidado propio en el profesional de Enfermería, como herramienta esencial en la vida diaria para poder cuidar a otros.	Relevancia del autocuidado, buscando intensificar el cuidado integral humanizado propio del personal de enfermería.

<p>2)E(34).FE.M.A S11.AR12. ELIC 4</p>	<p>Sí, sí, sí. Sí el control ginecológico, que me lo hago todos los años que antes no me lo hacía, pasé como 8 años sin hacerme control ginecológico postparto. el control anual con el médico clínico no, voy. Si estoy enferma, nomás.</p>		<p>“Sí el control ginecológico, que me lo hago todos los años que antes no me lo hacía, pasé como 8 años sin hacerme control ginecológico postparto.”</p>			
<p>3)E(33).FE.AS6 .AR7.ELIC 4</p>	<p>Sí, bueno, justo como trabajo en ginecología. Tengo esa facilidad y por año hacerme el pap que nos hacen ahí nomás y el control ginecológico, como la ecografía transvaginal y eso nos hacen la receta. Oh, generalmente la hacemos nosotros con todos los otros datos. El pedido diagnóstico toda la fecha y ellos solamente poner el sellito ya tenemos esa facilidad este porque como nos conocen hace años por lo menos a mí no pasa nada, igual si yo me quisiera hacer algún laboratorio, anoto todo</p>		<p>“justo como trabajo en ginecología. Tengo esa facilidad y por año hacerme el pap que nos hacen ahí nomás y el control ginecológico, como la ecografía transvaginal”</p>			

	<p>viste, le pido que me lo sellen y le digo que me los vean para ver si estoy bien o mal, lo mismo con los métodos anticonceptivos.</p>					
<p>4)E(45).M.FE.A S 26.AR 27.ELIC 4</p>	<p>La primera medida es me automedico, después, si no me resultó, si si esto se prolonga sea lo que sea y bueno, pero el primer paso, particularmente me tomo el analgésico antibiótico no, gracias a Dios dentro de todo no hago cuadros infecciosos, ni respiratorias ni gastritis. No sé de cuándo no me agarra una cosa de esas de ayer tuve algo que me dijo guau justo ahora tanto esperar la práctica de crítico, Años que no me agarró una gripe años que no me agarra nada.He tenido todos los compañeros del servicio que han andado hechos pelota, pero a mí no me</p>		<p>“El control anual que yo venía haciendo es más el ginecológico este año no me lo hice, porque el ginecólogo que me atiende está en Esquel y acá no tengo ninguno de cabecera.”</p>			

	<p>había pasado nada hasta ayer que tuve un ratito, pero hoy estoy bárbaro. El control anual que yo venía haciendo es más el ginecológico este año no me lo hice, porque el ginecólogo que me atiende está en Esquel y acá no tengo ninguno de cabecera.</p>					
<p>5)E(24)FE.AR2. AS 5 MESES.ELIC 5</p>	<p>Ante situaciones de enfermedad, concuro al médico y trato de realizarme con mi médico clínico de cabecera, y me hago un examen ginecológico anual. Siempre trato de por lo menos hacerme una vez al año controles que considero que son los más importantes</p>		<p>“Siempre trato de por lo menos hacerme una vez al año controles que considero que son los más importantes”</p>			
<p>3ERA CATEGORIA DE ANALISIS: RECONOCIMIENTO DE LA IMPORTANCIA DE CHEQUEOS, PERO NO REALIZAN LOS CONTROLES CORRESPONDIENTES.</p>						

PREGUNTA 4 CON RESPECTO A LA VACUNACIÓN, ¿TENES HEPATITIS B ACTUALIZADA?, Y VACUNAS COVID, ¿TE APLICASTE EN PANDEMIA?

n° codificación	relato textual	comentario	R1	R2	R3	R4
1)E(35).F..M.AS 7.AR2.ELIC 4	R: Sí, hasta la tercera dosis me apliqué la vacuna de COVID y la de hepatitis B la tengo actualizada.		“tercera dosis vacuna de covid”  “hepatitis B actualizada”	las informantes refieren tener el calendario de vacunación correspondiente	La aplicación de las vacunas se aprecia como una obligación, sobre todo las de pandemia, donde las Enfermeras no tienen cien por cien completo, solo las mínimas dosis.	cumplimiento mínimo de inmunización no por elección personal, sino más bien por una obligación de la institución donde se desempeñan.
2)E(34).FE.M.A S11.AR12. ELIC 4	No de 10, no, no de 10. Tengo todo, me pongo en la triple Bacteriana Celular cada 5 años, COVID cada 6 meses. Hepatitis B, si obvio no, no, con vacunación estoy de 10.		“Tengo todo” “con vacunación estoy de 10”			
3)E(33).FE.AS6 .AR7.ELIC 4	Sí ahora viste que pandemia era una obligación tener las dosis de la vacuna COVID yo medio me alcance a		“era una obligación tener las dosis de la vacuna COVID yo medio me alcance a colocar 3”			

	colocar 3. Y hepatitis b tendría que ver, porque mira ahora que me estoy acordando no me acuerdo si la actualicé.		“hepatitis b no me acuerdo si la actualicé”			
4)E(45).M.FE.A S 26.AR 27.ELIC 4	no me acuerdo. Si tengo 3 o tengo Cuatro, pero sí las tengo, covid		“no me acuerdo si tengo 3 o 4, covid”			
5)E(24)FE.AR2. AS 5 MESES.ELIC 5	Tengo hepatitis b actualizada y me realice 2 dosis de vacuna covid en pandemia		“Tengo hepatitis b actualizada y 2 dosis covid”			
4TA CATEGORÍA DE ANÁLISIS: INMUNIZACIÓN PERSONAL REALIZADA SOLO POR OBLIGACIÓN INSTITUCIONAL						

PREGUNTA N ° 5 EN SU VIDA COTIDIANA, ¿CONSUME ALGÚN TIPO DE VITAMINAS, ENERGIZANTES U OTROS?

n° codificación	relato textual	comentario	R1	R2	R3	R4
1)E(35).F..M.AS7.AR 2.ELIC 4	No, no consumo nada, en realidad quisiera ir al médico o un nutricionista para que me diga si porque por ahí me siento más cansada de lo normal porque estudio trabajo y tengo. Así que no, no, pero no consumo.		“quisiera ir al médico o un nutricionista para que me diga si porque por ahí me siento más cansada de lo normal”	cuatro de las informantes reconocen que no se suplementan, pero si consideran que están abiertas a algún tipo de complementación con acompañamiento profesional. Una sola informante se suplementa de manera autónoma.	Reconocimiento de que el profesional enfermero debe considerar suplementación o mejoras en su alimentación que ayuden a amortiguar el cansancio físico, considerando alternativas extras no acompañadas por profesionales expertos.	carencia del autocuidado personal, donde se lleva a cabo ingestas no supervisadas por expertos profesionales en la materia, recurriendo a herramientas de internet, o bebidas incitadas en publicidad.
2)E(34).FE.M.AS11. AR12. ELIC 4	No, no, en realidad ahora quería. Todavía no empecé. Siempre digo, lo voy a comprar, lo voy a comprar, empezar a consumir unos hongos alucinógenos, ja ja. No.	La entrevistada se notaba muy interesada por esta	“siempre digo los voy a comprar para consumir hongos adaptógenos”. “son mucho mejor que estar			

	<p>Son hongos adaptógenos como la melena de León. es un hongo muy bueno, O sea, yo hace poco tuve una capacitación, búscalo, es muy bueno. Ayuda mucho a la neuroplasticidad, a la concentración, a la energía. Tuvimos una capacitación con un médico integral de penta, que es fantástico el doctor Ávalos y ahí nos explicaba esto de los hongos adaptógenos cómo funcionan y lo buenos que están. O sea, es mucho mejor que estar tomando de repente lo que venden en la farmacia, no sé, mujer, no sé las vitaminas, ¿esa específica para las mujeres y esas cosas no? Bueno, entonces vamos con los hongos adaptógenos, Todavía no los tome, pero ya los voy a tomar.</p>	<p>alternativa.</p>	<p>consumiendo eso de las mujeres que te venden en la farmacia”</p>			
--	---	---------------------	---	--	--	--

<p>3) E(33).FE.AS6.AR7. ELIC 4</p>	<p>Si. Tomo desde ponele los 28 años suplementos de omega 3, magnesio, vitamina C y Complejo de vitaminas b.: ¿Pero por cuenta propia, o te lo receto algún médico? No, no por cuenta propia, claro, por el hecho de que no como mucho de todas las comidas O sea no varío comidas por ahí me la paso ensalada o comida chatarra y cosas así, no considero que mi alimentación sea muy compleja y que me den los nutrientes que necesita. no he consultado con algún nutricionista para que me guíe ni nada, sino que lo sacó por video de un médico de YouTube y cosas así, viste más o menos 2 veces por semana voy rotándolos los complementos.</p>	<p>Dentro de la su respuesta, Realice otra pregunta para que se explique un poco mas</p>	<p>“tomo desde los 28, suplementos de omega 3, magnesio, vitamina C y Complejo de vitaminas b”</p> <p>“no considero que mi alimentación sea muy compleja y que me den los nutrientes que necesita”</p>			
--	--	--	--	--	--	--

4) E(45).M.FE.AS 26.AR 27.ELIC 4	No, si modifiqué la alimentación estos años, pero suplementos no. saqué reduje, no es que lo saqué del todo lo reduje mucho. Pan azúcar ya no le eche más ni el té ni el café. No le agregó azúcar a mis infusiones, por ejemplo, yo me preparaba también para la comida en la mañana La agüita con limón y azúcar ahora es sal en vez del azúcar. Nada más sí lo reduce eso mucho no es que no consumo, eh sí. De hecho, ayer me compré una porción de tortita de paso por la panadería cuando venía para casa una buena merienda y me acosté		“si modifiqué la alimentación estos años, pero suplementos no”  “Reduje mucho. Pan azúcar			
5)E(24)FE.AR2.AS 5 MESES.ELIC 5	No consumo nada de eso, por ahí alguna que otra bebida energética o café cuando tengo muy		“No consumo nada de eso”			

	pocas horas de sueño.					
--	-----------------------	--	--	--	--	--

5TA CATEGORIA DE ANALISIS: CONSUMO NO RESPONSABLE DE SUPLEMENTOS DE ACUERDO A LAS DEMANDAS COTIDIANAS

PREGUNTA N° 7 ¿ REALIZA ALGÚN TIPO DE ACTIVIDAD FÍSICA A MODO DE RECREACIÓN?

n° codificación	relato textual	comentario	R1	R2	R3	R4
1)E(35).F..M.AS7.AR 2.ELIC 4	yo no realizo actividad física porque no tengo tiempo, pero mis hijos, Eso sí, vamos al parque. Ellos andan en bicicleta. Bueno, después los chicos salen a jugar. Ellos sí hacen actividad van a natación.		“ no realizo actividad física porque no tengo tiempo”	dos informantes refieren que determinadas situaciones particulares las llevaron a entender la importancia de la actividad física como parte de su rutina diaria, otra que no cuenta con tiempo para realizar y dos que si realizan actividad física no negociable, es	Se evidencia, que las informantes cuentan con escaso tiempo para realizar actividad física, o bien no forma parte de una rutina diaria, hasta que alguna situación las hace reflexionar de la importancia de esto.	Poca motivación en un profesional Enfermero relacionado al sedentarismo y la escasa motivación que provoca la carga laboral y personal en su vida diaria.

				decir al menos media hs al día.		
2) E(34).FE.M.AS11.A R12. ELIC 4	Empecé, estoy haciendo funcional a las 6:00 H de la mañana. Tuve que tocar fondo, estoy haciendo 3 veces a la semana eso y por ahí salgo a andar en bicicleta, salgo a caminar los otros días que no hago eso, hago algo.		“. empecé, funcional a la mañana, Tuve que tocar fondo”  “ algo hago”			
3) E(33).FE.AS6.AR7.E LIC 4	Sí a correr y a caminar. En invierno fui al gym, pero medio que no funcionó tanto porque viste que en invierno no se puede Salir a. Correr, pero fui 2 veces al gimnasio y nada, eso.		“ Sí a correr y a caminar”			
4) E(45).M.FE.AS 26.AR 27.ELIC 4	No, acá no. En mi pueblo si, dar vueltas a caballo, ese era mi pasatiempo, mi terapia. Yo digo que los animales, los caballos		“No, acá no. En mi pueblo si, dar vueltas a caballo, ese era mi pasatiempo, mi			

	<p>salvaron mi existencia, porque yo tuve un momento muy... como que tuve que cambiar de vida drásticamente claro, me separé de mi marido, tuve que dejé de ir a los lugares que iba, que íbamos al campo, que trabajamos en eso cambié toda mi rutina, me tuve que abrir Por otro lado, yo me llevé mis caballos a otro campo, entonces empecé a salir para otro lado. y ahí retomé porque yo tuve un accidente con un caballo hace muchos años, me Fracturó la columna, Entonces yo dejé de andar a caballo por muchos años. Acá primer cuatrimestre, me quise morir, cuando empezó a agarrar como. ¿Viste cuando te estás estresada, atorada, Como ansiedad, exactamente qué no, no</p>		<p>terapia.” “ acá encontré la vuelta en ir a la playa.”</p>			
--	--	--	--	--	--	--

	<p>sabía qué hacer con esta energía como liberal, como descargar como bueno? Ahora le agarré el gustito, Ir a la playa porque me empecé a volver medio loquita, empecé a bajar mucho de peso como y yo dejé más de 20 años y estudiar. Entonces todo y no amontonamiento de cosas más, tener que ir a trabajar a un lugar nuevo, no podía descargar toda esa tensión y encontré la vuelta en ir a la playa.</p>					
<p>5) E(24)FE.AR2.AS 5 MESES.ELIC 5</p>	<p>si, realizo actividad física, yo hago karate y trato de hacer por lo menos media horas al día.</p>		<p>yo hago karate, por lo menos media hs al día”</p>			
<p>7MA CATEGORÍA DE ANÁLISIS: ESCASA IMPORTANCIA DE LA REALIZACIÓN DE ACTIVIDAD FÍSICA, RELACIONADA CON EXCESIVA CARGA LABORAL Y DIFICULTADES DE LA VIDA DIARIA.</p>						

PREGUNTA N° 8 ANTE SITUACIONES DE ENFERMEDAD SUYA O DE SUS ALLEGADOS, ¿SUELE INDICAR O RECOMENDAR ALGÚN TIPO DE MEDICACIÓN?

n° codificación	relato textual	comentario	R1	R2	R3	R4
1.E(35).F..M. AS7.AR2.ELI C 4	Yo por lo general, si es este, como te digo, dolor de cabeza, solo le digo que puede tomar el ibuprofeno si no le pasa con eso, que vaya al médico. A mis hijos lo mismo ya le doy ibuprofeno por un dolor ponele que tenga un dolor de pie. Por ejemplo, mis hijos en crecimiento le duelen mucho los huesitos, le duelen las articulaciones y le doy ibuprofeno porque ya fui al médico, a la pediatra, porque antes de darle medicación fui y me dijo que esos son Dolores normales de crecimiento y me dijo que le dé ibuprofeno nada más,		“ solo le digo que puede tomar el ibuprofeno si no le pasa con eso, que vaya al médico”	Se puede interpretar que las informantes en su mayoría indican medicación a familiares o allegados, sobre todo algún analgésico o antihistamínico, si hay algún síntoma que no cede indican visita médica.	Surgen situaciones donde el personal de Enfermería indica medicación, sin tener en cuenta las consecuencias de esto.	No hay reconocimiento por parte del personal enfermero, quienes no tienen en cuenta los efectos adversos que pueden surgir al medicar sin prescripción médica.

	pero otra cosa más. Otra cosa, nada.					
2) E(34).FE.M.A S11.AR12. ELIC 4	Lo mismo por ahí capaz que un analgésico, un descongestivo aquí lo más normal que tengo, de hecho no sé, estoy congestionado. Me duele la garganta. Bueno, toma esto si no te pasa anda al médico. Pero hasta ahí antibióticos nunca. Siempre que me decían me inyectas una penicilina. No anda al médico y que te mire la garganta. Si te hace falta una penicilina que te hagan una placa. Con los antibióticos si me pongo bastante firme. Les digo, pueden tomar esto. Pueden tomar aquello ahí Sí, pero por ahí, con lo que		“un analgésico, un descongestivo aquí lo más normal que De hecho no sé, estoy congestionado. Me duele la garganta. Bueno, toma esto si no se te pasa anda al médico. Pero hasta ahí antibióticos nunca”			

	es analgésicos, descongestivos, un antiinflamatorio.					
3) E(33).FE.AS6 .AR7.ELIC 4	Sí, sí, sí, he indicado cuando yo conocí a mi pareja, él tenía muchos problemas gastrointestinales por el hecho de que consumía mucho embutido entonces se le llegaba como a doler, por ejemplo, se despertaba como a las 4:00 h de la mañana a los gritos así que ahí le ponía una buscapina más que nada era para calmar el síntoma.		“sí, he indicado”  “ le ponía una buscapina más que nada era para calmar el síntoma”			

<p>4) E(45).M.FE.AS 26.AR 27.ELIC 4</p>	<p>Si, antialérgicos, ibuprofeno por ahí, antibiótico no. Y por ahí si tenes alguna urgencia no esperas que llegue el médico, más en donde yo trabajo.</p>		<p>“Si, antialérgicos, ibuprofeno por ahí, antibiótico no”</p>			
<p>5)E(24)FE.AR2. AS 5 MESES.ELIC 5</p>	<p>No, yo no suelo recomendar ningún tipo de medicación, siempre trato de que vayan al médico. Si lo llego a hacer es más que nada para analgesia del dolor.</p>		<p>“ No suelo indicar ningún tipo de medicación” “ si lo llego a hacer</p>			

			es analgesia del dolor”			
8va CATEGORÍA DE ANÁLISIS: RECOMENDACIÓN A FAMILIARES Y AMIGOS, SIN CONSIDERAR LOS EFECTOS DE LA MEDICACIÓN QUE SE SUGIERE SIN PRESCRIPCIÓN MÉDICA						

PREGUNTA N° 9 PREGUNTA N° 9¿ TIENE COSTUMBRE DE TOMAR MEDICACIÓN SIN RECETA EN UNA SITUACIÓN EXTREMA O IMPREVISTA DE SALUD?						
n° codificación	relato textual	comentario	R1	R2	R3	R4
1.E(35).F..M. AS7.AR2.ELI C 4	No, o sea, tipo y circunstancial, solo ibuprofeno o paracetamol No. Ni siquiera antibiótico porque los antibióticos que te va a recetar un médico. Pero no, no los tomo porque lo que es viral de gripe, dolor de garganta, paso en 15 días. Bueno, al menos a mí se me pasó y otra persona que se le complica más y va a la Guardia. He visto que		“ circunstancial, solo ibuprofeno o paracetamol”	Las informantes refieren que suelen utilizar medicación como analgésicos, o descongestivos que son de venta libre. Refieren no consumir antibióticos y una informante toma medicación anticonceptivas recetada.	Hay relevancia que las profesionales entrevistadas, toman medicación ante determinadas situaciones imprevistas, su uso primordial es de venta libre, tales como la analgesia.	Manifiestan que se automedican, utilizando el conocimiento que las mismas tiene en cuanto a farmacología, aduciendo no concurrir al profesional médico por un síntoma leve.

	van mal la Guardia, pero a mi no”.					
2) E(34).FE.M.A S11.AR12. ELIC 4	“Sí, sí, analgésico, sí”		“ analgésico, sí”			
3) E(33).FE.AS6. AR7.ELIC 4	por ahí los analgésicos o inyectables intramuscular que sabes que te va a pasar de alguna situación te automedicas y bueno con los riesgos que con eso sobrelleva no		“analgésicos o inyectables intramusculares”  “ con los riesgos que con eso sobrelleva no”			
4) E(45).M.FE.A S 26.AR 27.ELIC 4	La primera medida es me automedico, después, si no me resultó, si esto se prolonga sea lo que		“primera medida es me automedico, si			

	sea y bueno, veo al médico pero el primer paso, particularmente me tomo el analgésico, antibióticos no. Gracias a Dios dentro de todo no hago cuadros infecciosos, ni respiratorios ni gastritis		esto se prolonga veo al médico”  “ particularmente me tomo el analgésico”			
5)E(24)FE.AR2 .AS 5 MESES.E.LIC 5	No tomo ningún tipo de medicación sin receta, las únicas pastillas que tomo a diario son las anticonceptivas, que me las receto el ginecólogo.		“ las únicas pastillas que tomo a diario son las anticonceptivas”			
9NA CATEGORÍA DE ANÁLISIS: FRECUENTE USO DE MEDICACIÓN SIN RECETA ANTE DIVERSOS SÍNTOMAS QUE SURGEN.						

PREGUNTA N° 10 EN EL TRABAJO O EN SUS PRÁCTICAS PROFESIONALES, ¿HA OBSERVADO QUE SUS COLEGAS U OTRAS PERSONAS SUELEN TENER PRÁCTICAS DE AUTOMEDICACIÓN?

n° codificación	relato textual	comentario	R1	R2	R3	R4
1.E(35).F..M. AS7.AR2.ELI C 4	Si hay algunas compañeras ponerle que le duele la cintura, la ciática están muy contracturadas por ahí se auto medican con inyectables.		“ compañeras que les duele la cintura o la ciática y se automedican con inyectables”	Las informantes han presenciado o participado de prácticas de automedicación con colegas en su ámbito laboral.	Los informantes han presenciado o aceptado participar en la automedicación por parte de colegas, compartiendo dichas prácticas.	Reconocimiento de que el personal de Enfermería ante síntomas de dolor,se automedica.
2) E(34).FE.M.A S11.AR12. ELIC 4	Si, si acá veo que se automedican como si nada con antibióticos.		“acá veo que se automedican como si nada con antibióticos”			
3)E(33).FE.AS 6.AR7.ELIC 4	Sí, es más, una compañera se tuvo que ir de licencia porque de tanto que se inyectaba sola tramadol ketorolac porque tenía una hernia se le necroso el tejido		“una compañera se tuvo que ir de licencia” “ tenía una hernia se le necroso el tejido del glúteo”			

	del glúteo.					
4) E(45).M.FE.A S 26.AR 27.ELIC 4	Y, sí, sí, porque De hecho me ha tocado una compañera el otro día, me dice, haceme, trae una jeringa, fue un diclo dexa, algo así me dice, me lo haces endovenoso, lo preparo y todo en la jeringa, después, compañera que están buscando amoxicilina y así.		“una compañera el otro día, me dice, haceme, trae una jeringa, fue un diclo dexa”			
5)E(24)FE.AR 2.AS 5 MESES.ELIC 5	Si tanto en el ámbito laboral como en mis prácticas he visto que tanto colegas como otros profesionales se automedican, como dije al principio estar en un ambiente de salud es fácil acceder a la medicación.		“ en el ámbito laboral como en mis prácticas he visto que tanto colegas como otros profesionales se automedican”			
10MA CATEGORÍA DE ANÁLISIS: AUTOMEDICACIÓN COMO PRÁCTICA HABITUAL EN EL ENTORNO LABORAL						

PREGUNTA N 11 USTED COMO ESTUDIANTE TRABAJADOR, ACUERDAS CON EL USO RESPONSABLE DE LA MEDICACIÓN?

n° codificación	relato textual	comentario	R1	R2	R3	R4
<p>1) E(35).F..M.AS 7.AR2.ELIC 4</p>	<p>Consideraría que si es un calmante, como un analgesico O sea, se puede colocar porque sabes que es para calmarte el dolor, pero después ponerse antibióticos u otro tipo de medicación que es más fuerte, que lleva un esquema de tiempo para estar este medicado tendría que ir a un médico, consideraría que no debería ser, pero bueno, cada persona toma decisiones, su propio cuerpo y yo en mi caso no me automedicaría con así tipo de medicación que sean inyectables. Solamente. Algo vía oral, o sea un analgesico si es algo muy fuerte, tendría que ir al médico porque puede ser algo que te esté llevando a otro tipo de problema. Algo que</p>	<p>tuve que replantear la pregunta con las participantes porque no entendían el significado.</p>	<p>“cada persona toma decisiones, su propio cuerpo y yo en mi caso no me automedicaría” “si es algo muy fuerte, tendría que ir al médico porque puede ser algo que te esté llevando a otro tipo de problema. Algo que estés tapando”</p>	<p>Las informantes refieren que se debe prestar atención y conciencia en cuanto al consumo de medicación de venta libre o prácticas que se utilizan.</p>	<p>Reconocimiento de los riesgos asociados a la automedicación.</p>	<p>Hay conciencia de la importancia de que la medicación debe ser prescrita por un profesional, sin embargo ante determinadas situaciones recurren a la automedicación.</p>

	estés tapando también si es muy constante, o sea, si es mucho tiempo que se prolonga tu malestar o tus síntomas, tienes que ir al médico porque puede estar tapando también algún tipo de enfermedad.					
2) E(34).FE.M.A S11.AR12. ELIC 4	o sea, estoy de acuerdo en que tenemos que ser responsables .Tenemos que ser responsables todos con la automedicación.		“Tenemos que ser responsables todos con la automedicación”			
3)E(33).FE.AS 6.AR7.ELIC 4	obviamente sí, 100% claro. Si es una situación muy, muy grave. O sea, si vos sabes que para un dolor de cabeza o de lo que sea te tomaste un paracetamol que empezamos desde lo bajo, no, sí y no te hizo nada. Te tomaste un ibuprofeno no te hizo nada o sea te estás tomando un diclo. cuántas veces te has		“si vos sabes que para un dolor de cabeza o de lo que sea te tomaste un paracetamol que empezamos desde lo bajo, y no te hizo nada cuántas veces te has tomado medicación para calmar el dolor y cada vez más			

	tomado medicación para calmar el dolor y cada vez más avanzado que uno se da cuenta que ya no estamos normal? . Ya es como que una señal de que tienes que ir al médico.		avanzado. es una señal de que tienes que ir a al médico”			
4) E(45).M.FE.A S 26.AR 27.ELIC 4	Tiene que cambiar el acceso al profesional que te tiene que indicar, si yo estoy acá mismo dentro del hospital Yo necesitaba otorrino porque necesitaba destaparme el oído y me lo termine haciendo yo con 2 jeringazos, porque hasta que consiga un turno no escuchaba. En mi lugar donde vivo me lo hacía alguno de mis compañeros, pero acá me lo hago sola.		“cambiar el acceso al profesional que te tiene que indicar, si yo estoy dentro del hospital”  “ necesitaba destaparme el oído y me lo termine haciendo yo “			
5)E(24)FE.AR 2.AS 5	si, estoy de acuerdo con el uso responsable de la medicación, creo que las medicaciones sean cual		“creo que las medicaciones sean cual fuere hay que tratarlas			

MESES.ELIC 5	fuere hay que tratarlas con la seriedad que merecen y tratar de evitar la automedicación en lo posible y hacer el uso responsable de la misma.		con la seriedad que merecen y tratar de evitar la automedicación”			
-----------------	--	--	---	--	--	--

11° CATEGORÍA DE ANÁLISIS: COMO PROFESIONALES DE LA SALUD ACUERDAN QUE LA MEDICACIÓN NECESITA SER PRESCRITA POR UN MÉDICO, PERO EN LA COTIDIANEIDAD HACEN USO DE LA MEDICACIÓN ANTE DIVERSAS SITUACIONES.

PREGUNTA N° 12 COMO ESTUDIANTE TRABAJADOR, ¿CONSIDERA QUE LA FORMACIÓN LE BRINDA LOS CONOCIMIENTOS NECESARIOS? ¿HA TENIDO LA POSIBILIDAD DE REALIZAR ALGUNA FORMACIÓN ESPECÍFICA, SOBRE EL USO RESPONSABLE DE LA MEDICACIÓN?						
n° codificación	relato textual	comentario	R1	R2	R3	R4
1)E(35).F.. M.AS7.AR 2.ELIC 4	No, solamente lo que te brinda lo que es la cátedra de farmacología. Para qué te sirve cada medicación, Cómo aplicarla, cómo usarla en los pacientes, pero no te enseña cómo no automedicarte a pesar que vos SOS un enfermero, hay muchos que se automedican y no no le enseñan que eso es perjudicial para su salud con el tiempo. Pueden estar,		“No solamente lo que te brinda lo que es la cátedra de farmacología. Para qué te sirve cada medicación, Cómo aplicarla, cómo usarla en los pacientes, pero no te enseña cómo no automedicarte”	Dos informantes refieren que si tienen conocimientos necesarios, incluyendo lo legal y otra refiere que si bien se habla, no hay un espacio que se pueda trabajar, lo que hace que recaigan en automedicación. el resto de las	Las prácticas laborales se consideran más formativas que la educación académica formal, donde las implicancias legales son muy importantes, pero a su vez surgen en confrontación con las situaciones de la práctica donde se producen la automedicación.	La formación académica, brinda los elementos necesarios para considerar que la medicación tiene riesgos y efectos adversos si se lleva a cabo en prácticas inadecuadas sobre todo en la implicancia legal que esto puede tener. Por lo tanto los profesionales si tienen una formación

	como te digo, tapando otro tipo de síntoma. no tengo formación específica.			informantes refieren que aprendieron mucho más en la práctica laboral que en el ámbito académico, pero no específicamente del autocuidado y la automedicación.		necesaria, en la cual surge una confrontación durante la práctica profesional diaria relacionada con la automedicación.
2) E(34).FE.M. AS11.AR12 . ELIC 4	No, no, no, no, no. Yo creo que me hice más consciente en la práctica, en el trabajo que en la carrera. La carrera no tenía tanto, ni sobre el autocuidado ni sobre la automedicación, pero yo no sé si era la edad, porque era una piba o porque realmente no.		“me hice más consciente en la práctica, en el trabajo que en la carrera”			
3) E(33).FE.A S6.AR7.ELI C 4	Creo que nos pusieron sí, me acuerdo en el segundo año en la carrera de en la materia de cuidado de adulto. Que todo ese tiempo estaba. Pedro el nos decía, si viste como que una un estilo de educación, tal como conductista, nosotros estábamos., no lo		“ un estilo de educación, tal como conductista, nosotros estábamos., no lo automedicación, ustedes no o sea te ibas con ese concepto, pero no te enseñaban el			

	<p>automedicación, ustedes no o sea te ibas con ese concepto, pero no te enseñaban el tema. ¿Desde qué es lo hacía cada medicación y eso viste? Te decían una cipro, Es un antibiótico, esto es un analgésico y así, pero no te decían para qué era, para que servía, para qué entendés como que no lo vas viendo en la práctica. Ese era como la norma, no cuando ves que farmacología él no automedicarse o la norma que cuando apenas ingresas acá la carrera te dice no reecapuches la jeringa algo así. No, nada.</p>		<p>tema” “te decían para qué era, para que servía como que no lo vas viendo en la práctica”</p>			
<p>4) E(45).M.FE .AS 26.AR 27.ELIC 4</p>	<p>Si la tenemos, incluso todo lo que es el marco legal y toda la implicancia que podemos tener con estas cuestiones, me hago cargo de lo que yo hago.</p>		<p>“Si la tenemos, incluso todo lo que es el marco legal y toda la implicancia que podemos tener con estas cuestiones”</p>			
			<p>“todavía falta ejercerlo , que</p>			

<p>5)E(24)FE. AR2.AS 5 MESES.EL IC 5</p>	<p>si considero que se hablan de estos temas del autocuidado y la automedicación, pero siento que todavía falta ejercerlo , que hayan más oportunidades como estudiante y trabajador uno tenga mas espacio para el autocuidado y la automedicación. son temas que se nombran que sabemos que tenemos que hacerlo, trabajarlo pero creo que las exigencias que tiene la profesión y las características tanto académicamente como laboralmente no brindan el espacio necesario para que estas cosas se hable, como por ejemplo tener las 4 comidas diarias o dormir 8 hs al dia, muchas veces la automedicación surge de estos dolores, de estas carencias de cuidado que tenemos sobre nosotros mismos. pero considero que faltan espacios para mejorar o modificar estos aspectos. No tengo formación específica.</p>		<p>hayán más oportunidades como estudiante y trabajador uno tenga mas espacio para el autocuidado y la automedicación” “muchas veces la automedicación surge de estos dolores, de estas carencias de cuidado que tenemos sobre nosotros mismos. pero considero que faltan espacios para mejorar o modificar estos aspectos”</p>			
--	--	--	---	--	--	--

12° CATEGORÍA DE ANÁLISIS: LOS PROFESIONALES TIENEN CONOCIMIENTO Y FORMACIÓN ACADÉMICA NECESARIA, QUE DURANTE LA PRAXIS SE VE CONFRONTADA DIARIAMENTE POR PRÁCTICAS DE AUTOMEDICACIÓN

PREGUNTA N° 13 ME PODRÍAS RELATAR ALGUNA EXPERIENCIA SIGNIFICATIVA EN RELACIÓN AL AUTOCUIDADO Y LA AUTOMEDICACIÓN

n° codificación	relato textual	comentario	R1	R2
1.E(35).F..M. AS7.AR2.ELI C 4	<p>Bueno, el autocuidado. Yo diría que bueno he visto un montón de videos tutoriales que hay que hacer ejercicio. Igual lo que te enseña en la carrera es una alimentación sana, hacer ejercicio de forma recurrente, pero cuesta a veces como el día a día cuesta porque con tantas cosas que hay en la industria, que te ofrecen todo para cocinar rápido. La gente casi no consume vegetales y come comida rápida o gaseosa. Bueno, yo trato de cuidar a mis hijos, de que no consuman tanto el tema de las gaseosas, sino que tomen agua por ahí. Un juguito, sí, pero gaseosa constantemente no, y trato de incorporar verduras que cuesta con los niños un montón, cuesta que coman las verduras. Gracias a Dios solo tengo uno de mis hijos que le cuesta mucho comer, pero los demás no, los otros dos comen. Ya aprendí que con el primero, que me costó un montón darle a todos por igual, así que come uno y comen todos</p>		<p>“Yo diría que bueno he visto un montón de videos tutoriales que hay que hacer ejercicio, de forma recurrente, pero cuesta a veces”  “el tema de mis horarios es muy complejo Y no lo puedo llevar a ser distintos deportes como ellos quisieron porque son pequeños todavía, sino si fuera un poquito más grande se podrían ir solos”  “Experiencia. De automedicación solo las que te puedo relatar es cuando mis hijos están enfermos, sigo el proceso de antibióticos, que me marca el médico”</p>	<p>Experiencias significativamente negativas de las informantes, las cuales han tenido situaciones muy difíciles en donde estuvo comprometida su salud, en relación con el fácil acceso a la medicación o situaciones de estrés, pero también se vio comprometida la salud de otros, muchas de estas se relacionaron con el escaso reconocimiento de efectos adversos que fueron muy severos y pusieron en riesgo la salud.</p>

	<p>verduras. Ejercicio sí los mando, a natación para que haga algún tipo de deporte. Eh, mi hija va a danza y bueno, mi hijo empieza fútbol recién el año que viene porque este año se me complicó con los horarios, el tema de mis horarios es muy complejo Y no lo puedo llevar a ser distintos deportes como ellos quisieron porque son pequeños todavía, sino si fuera un poquito más grande se podrían ir solos. Y el tema de la medicación</p> <p>Experiencia. De automedicación solo las que te puedo relatar es cuando mis hijos están enfermos, sigo el proceso de antibióticos, que me marca el médico, o sea todo, le doy todo adecuadamente. El horario del antibiótico para que pueda mejorar su malestar. El año pasado, mi hija tuvo Otitis, fuimos a un especialista, le recetó una medicación que es un antibiótico muy potente y tenía que darle constantemente para que ella no perdiera la efectividad de esa medicación. Y bueno, y en una semana, se recuperó bastante bien, así que soy muy cuidadosa con el tema de la medicación para mis hijos y bueno, y como yo nunca tuve ninguna enfermedad, no tuve nada, o sea, yo no tuve que medicarme, tuve el proceso de cesárea, pero eso era</p>			
--	--	--	--	--

	más cuidado, más que medicación.			
2) E(34).FE.M. AS11.AR12. ELIC 4	Bueno, eso lo de las infecciones urinarias, que como yo tenía infecciones urinarias recurrentes por problemas varios horrible un bajón. Entonces listo, Chao, antibiótico adentro adentro adentro norfloxacina, cefalexina lo que tuviera la mano. Y muchas veces mal tomado. Y bueno, hubo un tiempo que no, no se me terminaba de curar hasta que dije, bueno, che me voy a hacer un uro y cuando me hago el uro tenía una klebsiella resistente a todo. Tenía, solamente podía. Era sensible a la gendamicina, a la amikacina y a la Nitrofurantoína. Entonces fue como que dije, basta cortarla y ahí fue como que dije, no, bueno, no, no, no hago más esta boludez de estar medicándome. Y ahí también dije, bueno, tendría que ver a un médico para volver a ver todo esto. Claro, sí, porque no podía seguir así.		“yo tenía infecciones urinarias recurrentes por problemas varios horrible un bajón. Entonces listo, Chao, antibiótico adentro. muchas veces mal tomado”. “me voy a hacer un uro y cuando me hago el uro tenía una klebsiella resistente a todo”  “dije, basta”	
3) E(33).FE.AS6 .AR7.ELIC 4	Sí esto de mi compañera que comente antes, es muy significativa porque creo que en varias oportunidades más		“En varias oportunidades más de una nos ha pedido que nosotros	

	de una nos ha pedido que nosotros la inyectemos, porque si nosotros no le inyectamos, ella se inyectaba sola y vos veías y observabas que la zona glútea estaba lleno de callos entonces ella ya tenía una adicción, viste como calmarse el dolor con esas cosas asi que si se le necroso el glúteo. Y fue una cirugía muy compleja y después de eso no volvió al servicio además era una sra mayor.		la inyectemos” “ella ya tenía una adicción, viste como calmarse el dolor con esas cosas así que si se le necroso el glúteo.”	
4) E(45).M.FE. AS 26.AR 27.ELIC 4	Una compañera, pero yo creo que fue un error, una equivocación, no sé en un paciente con un sangrado que le inyecta heparina. No sé qué pensaba, qué pasó, cómo se equivocó, como que no podíamos parar el sangrado de un paciente con traumatismo, cosa chiquitita y esta chica en vez de aplicar una vitamina k o no ponerle nada le pone heparina, estaba en un puesto sanitarios. En el hospital no dejaba de sangrar, era una herida chiquita. Era una cosa chiquita, pero no dejaba de sangrar.		“un paciente con traumatismo, cosa chiquitita y esta chica en vez de aplicar una vitamina k o no ponerle nada le pone heparina”	
5)E(24)FE.A R2.AS 5	no se si es muy significativa, pero me paso el otro dia que entre a trabajar a las 06 am y el dia anterior habia			

<p>MESES.ELI C 5</p>	<p>cursado no habia dormido bien y la última comida que ingeri había sido a las 18 de la tarde del día anterior, obviamente me empecé a sentir muy mal se me había baja el azúcar y la tensión, asi que ahi mis compañeras por suerte me llevaron al espacio de refrigerio, me dieron un té y algo de comer. no se si es muy significativa pero es lo último que me ha pasado en relación a esto del autocuidado.</p>			
<p>13° CATEGORIA DE ANALISIS: : EXPERIENCIAS NEGATIVAS DE LAS INFORMATE, YA QUE SE VIO COMPROMETIDA LA SALUD POR ESCASO RECONOCIMIENTO DE EFECTOS ADVERSOS DE LA MEDICACIÓN.</p>				

### 3.4 CONVERGENCIAS

3- Ante la situación de enfermedad, ¿concorre al médico?.  
¿Se realiza control anual de salud?, ¿Te has realizado un examen ginecológico anual?

**C: Reconocimiento de la importancia de chequeos, pero no se realizan los controles correspondientes**

4- Con respecto a la medicación, ¿Tiene hepatitis B actualizada?. Vacunas covid se aplicó en la pandemia?

**C: Inmunización personal realizada solo por obligación institucional**

5- En su vida cotidiana, ¿Consume algún tipo de vitaminas, energizantes u otros?

**C: Consumo no responsable de suplementos, de acuerdo a los requerimientos cotidianos de alimentación.**

6- Usted como estudiante en épocas de exámenes si trabaja y estudia, ¿Cómo resuelve las horas de descanso, sueño y alimentación?

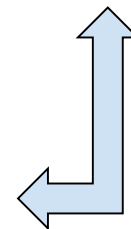
**C: Dificultad en los hábitos alimenticios, de sueño y descanso relacionado con obligaciones familiares y profesionales.**

7- ¿Realiza algún tipo de actividad física a modo de recreación?

**C: Escasa importancia de la realización de actividad física, relacionado con excesiva carga laboral y dificultades de la vida cotidiana.**

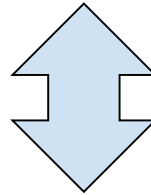
#### 1° CONVERGENCIA

conductas que demuestran una escasa importancia del autocuidado, donde los chequeos pertinentes no son realizados de forma habitual o completa, cuya inmunización es tomada casi de forma obligatoria, donde toda esta suma de prácticas predispone un consumo no responsable de suplementos, dejando en evidencia un déficit tanto alimenticios, como de sueño y descanso, lo que lleva



## 2° CONVERGENCIA

Automedicación, como una práctica habitual que pone en riesgo la salud no solo de los profesionales enfermeros, sino también de allegados y familiares a quienes se les facilita dicha medicación sin prescripción médica, proveniente de un profesional de la salud.



1- ¿Cómo considera el autocuidado y la automedicación como profesional de Enfermería?

**C: Autocuidado relacionado con prácticas de automedicación ante síntomas leves que no afecten la salud en general.**

2- Con respecto a la medicación, ¿Sueles usarla cuando tienes algún problema de salud?

**C: Automedicación como práctica habitual en el entorno laboral.**

8- Ante situaciones de enfermedad suya o de sus allegados, suele indicar o recomendar algún tipo de medicación?

**C: Recomendación a familiares y amigos, sin considerar los efectos de la medicación que se sugiere sin prescripción médica.**

9- ¿Tiene costumbre de tomar medicación sin receta en una situación extrema o imprevista de salud?

**C: Frecuente uso de medicación sin receta ante diversos síntomas que pueden surgir.**

10- En el trabajo o en sus prácticas profesionales ha observado que sus colegas u otras personas suelen tener prácticas de automedicación?

**C: Automedicación como práctica habitual en el entorno laboral.**

### 3° CONVERGENCIA

Los profesionales de la salud, poseen formación académica necesaria como para dirimir entre los efectos adversos que la medicación produce, sin embargo no toman conciencia de lo perjudicial/ nocivo que estas prácticas dejan en la salud.



11- Usted como estudiante trabajador, ¿Acuerdas con el uso responsable de la medicación?

**C: Como profesionales de la salud acuerdan que la medicación necesita ser prescrita por un médico, pero en la cotidianeidad hacen uso de la medicación ante diversas situaciones.**

12- Como estudiante trabajador, ¿Considera que la formación le brinda los conocimientos necesarios? Ha tenido posibilidad de realizar alguna formación específica, sobre el uso responsable de la medicación?

**C: Los profesionales tienen conocimiento y formación académica necesaria que durante la praxis, se ve confrontada diariamente por prácticas de automedicación.**

13- ¿Me podrías relatar alguna experiencia significativa en relación al autocuidado y la automedicación?

**C: Experiencias negativas de los informantes ya que se vio comprometida la salud por escaso reconocimiento de efectos adversos de la medicación.**

#### 4. INTERPRETACIÓN

Luego de realizado el trabajo de campo de la presente investigación, se entrevistó a cinco informantes, con los cuales se lograron 13 categorías de análisis y tres convergencias, donde la primera convergencia obtenida está conformada por las categorías 3-4-5-6 y 7 **“Conductas que demuestran una escasa importancia del autocuidado, donde los chequeos pertinentes no son realizados de forma habitual o completa, cuya inmunización a su vez es realizada de forma obligatoria y donde se predispone un consumo no responsable de suplementos, que dejan en evidencia un déficit en los hábitos alimenticios, sueño y descanso que lleva rápidamente a prácticas de automedicación”**. Esto responde a la primera pregunta donde se refiere a la descripción que los informantes realizan sobre sus prácticas de autocuidado y automedicación como personal de salud.

***informante n° 4 (E.(45). F.M AR 26AS 27. Elic4to) “autocuidado a mi persona como enfermeras muchas veces no, no aplicamos el discurso que nosotros mismos predicamos exactamente”. “la automedicación, así como yo le doy al paciente sin indicación médica porque no hay quien lo indique yo también me automedico” PP 26,27.***

En esta convergencia los informantes ponen de manifiesto que las prácticas de autocuidado si bien se llevan a cabo en algunos casos mínimamente o por obligación, la automedicación prepondera ante síntomas leves, por su fácil acceso a la misma. Si lo relacionamos con los estudios científicos realizados como por ejemplo el de las autoras Yuri Miliani Rueda Núñez, Norma del Carmen Gálvez Díaz en su estudio realizado y publicado “ESTILOS DE AUTOCUIDADO DE ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN EL CONTEXTO UNIVERSITARIO”, se llega a la conclusión de que hay un déficit de autocuidado en los estudiantes en áreas básicas como: reposo y alimentación, pero de igual manera es importante aclarar que muchos aplican este autocuidado promocionado al paciente, pero no lo ejercen en la vida propia-cotidianamente.

Como refieren los autores Alba LA, Papaqui AS, Castillo N Medina TJR, Papaqui HJ, Sánchez AR. en su estudio “PRINCIPALES CAUSAS DE AUTOMEDICACIÓN EN ESTUDIANTES DEL ÁREA DE LA SALUD” publicado en el en el año 2019 sostiene que la automedicación es frecuente en los estudiantes del área de salud, los cuales refieren que ante la falta de tiempo y el fácil acceso a la medicación sin prescripción médica pueden llevar a cabo esta práctica. Por otro lado, buscan aliviar síntomas como fiebre, gripe, dolores de garganta, alergias entre los más mencionados. El resultado refiere a que los estudiantes se automedican principalmente por dolor, teniendo en cuenta que quizá el motivo es la información que los mismos poseen, o por sugerencia familiar. Este artículo se relaciona con lo que describieron los informantes sobre las principales causas de la automedicación, como describe la informante n° 5(E (24). F. AR 2 AS 5

MESES. E.Lic 5to) **“son dos temas que lo trabajamos mucho con los pacientes, como profesionales de enfermería es algo que dejamos de lado”. “el estar en un ambiente de salud, donde es fácil acceso a la medicación abre paso a esto, creo que es un tema que se tendría que trabajar más dar más espacios a los profesionales de enfermería para educarlos respecto a estos temas” pp28**

Esta convergencia se puede relacionar con el modelo de la teoría del autocuidado que propuso la teorista Dorothea Orem, en 1969, la cual habla de una actividad aprendida hacia un objetivo, es decir que esta conducta es llevada a cabo por las personas mismas, otros o su entorno como manera de poder regular aquellos factores que afectan el desarrollo y funcionamiento propio y de otros. Orem habla de la teoría de autocuidado como un conjunto de acciones que lleva a cabo una persona controlando factores internos y externos que puedan comprometer su vida y su desarrollo posterior, es una acción que se aprende a lo largo de la vida, ya que no es innato. Esta teoría se encuadra en la responsabilidad personal de cada uno, de modo que puedan tener una motivación en cuanto a la salud personal.

Como segunda convergencia, conformada por las categorías 1-2-8-9 y 10, se expone lo siguiente **“Automedicación, cómo una práctica habitual que pone en riesgo la salud, no solo de los profesionales, sino también de allegados o familiares, quienes poseen la facilitación de medicación sin prescripción médica, por parte de un profesional de salud”**. Esta convergencia está relacionada con el uso de medicación de venta libre o en su defecto con aquella que necesita la prescripción de un profesional médico, pero que en el caso los profesionales de Enfermería utilizan apoyándose en el conocimiento que tienen y ha brindado la formación. Sin embargo, al momento de llevar a cabo las prácticas de automedicación, no tienen en cuenta los efectos adversos que la medicación pueden provocar, tales como problemas en la salud de ellos o su entorno y aun así siguen recomendando o utilizando medicación sin prescripción médica.

mediante su aporte **el informante n°4 (E.(45). F.M AR 26AS 27. ELic4to) PP32 refiere: “Como te comenté esto del analgésico, un antihistamínico, dexametasona por alergias ni pregunto me mando. Si yo tengo que ir a la guardia para que me den ibuprofeno ni voy”**

**informante n° 2(E (34). F.M. AR 12. AS11 años 11 meses. E.LIC4TO)pp56 “un analgésico, un descongestivo aquí lo más normal que de hecho no sé, estoy congestionado. Me duele la garganta. Bueno, toma esto si no se te pasan anda al médico. Pero hasta ahí antibióticos nunca”informante n°3 (E (33). F. AR 7. AS 6. ELic4to) “sí, he indicado” “le ponía una buscapina más que nada era para calmar el dolor”**

En el artículo de las autoras Tania Emperatriz Espinoza, Eva Meza, Evita. Susanibar **“DETERMINANTES QUE INFLUYEN EN LA AUTOMEDICACIÓN EN LOS ALUMNOS DE LA**

FACULTAD DE ENFERMERÍA”, queda expuesto que los influyentes en la automedicación de los alumnos son desde educativos hasta religiosos, pero que todos ellos son peligrosos porque pueden llevar a una persona hasta la muerte. Estas autoras hablan de un círculo vicioso donde tal vez la medicación fue prescrita en algún momento, pero luego ante síntomas similares recaen en la toma de ese medicamento sin ser evaluados previamente por un profesional médico, o bien están relacionados con la publicidad de la industria farmacéutica donde se incentiva a tomar determinada medicación simplemente por el hecho de competir en el mercado.

Según el libro “modelos de interacción para la práctica de Enfermería”, capítulo 32 parte 4, páginas 299 a 309, titulado “Teoría de Enfermería de autocuidado de Orem”, la autora Rebecca Lynn Feathers, compara la influencia psicológica del trabajo de Maslow como precursora de la teoría de Orem, en cuanto a la satisfacción de las necesidades, donde esta autora utiliza esa necesidad humana como satisfacción positiva que será parte del mantenimiento del autocuidado, Orem considera que los requisitos de autocuidado son fundamentales, pero que si sufren desviaciones sus resultados son lesiones o enfermedades.

En cuanto a la tercera convergencia, está conformada por las categorías 11,12 y 13, la cual surge de la pregunta n°11 la cual refiere a si acuerda con el uso de la medicación y la pregunta n° 13 relatos significativos que se relacionen con autocuidado y automedicación, de las cuales surge una convergencia denominada **“Los profesionales de la salud, poseen formación académica necesaria como para dirimir entre los efectos adversos que la medicación produce, sin embargo no toman conciencia de lo perjudicial/ nocivo que estas prácticas dejan en la salud.”** Tal como lo expresa el autor Ñiquen, A, M en su tesis de investigación sobre “la experiencia de los profesionales de enfermería en relación a la automedicación, dentro de una institución público en Perú”, el hace referencia que la población en general no tiene noción de los efectos nocivos que acarrea esta práctica, pero que el profesional de Enfermería si, ya que posee un conocimiento básico de farmacología y la experiencia que se adquiere en el tratamiento de las enfermedades. Es importante educar a los profesionales en cuanto a estas prácticas, ya que esto puede influir de manera negativa tanto en su salud como en la población o familia.

En relación a esta convergencia, y a lo manifestado por los informantes y teniendo en cuenta lo que desarrolla la teorista, es importante destacar que los enfermeros tienen la información necesaria, y reconocen que la medicación debe ser prescrita en todo momento por otro profesional que esté autorizado, sin embargo al estar en constante acceso a la medicación permite llevar a cabo estas prácticas de automedicación, muchas veces no teniendo en cuenta los efectos nocivos que estos provocan, como refirieron a su experiencias cercanas a estos efectos, compañeros adictos o con consecuencias drásticas ante decisiones que podrían haberse prevenido.

## 5. RECONTEXTUALIZACIÓN

La presente investigación de autoría propia, fue realizada a través del objeto de estudio “Experiencias relacionadas con el autocuidado y el uso responsable de la medicación en estudiantes de 4to y 5to año, de la Licenciatura en Enfermería de UNPSJB, sede Comodoro Rivadavia 2024”.

La Enfermería como profesión y disciplina viene en desarrollo a través de valores que guían el comportamiento de los profesionales, logrando que estos se adapten a las necesidades que surgen en el día a día para con los pacientes, pero en el cual muchas veces no se tiene en cuenta que los enfermeros, además de cuidar su propia salud, también deben ser personas ejemplificadoras tanto para ellos, el entorno que lo rodea y el paciente con el que trabaja diariamente. Se busca así disminuir aquellas experiencias negativas que puedan surgir, teniendo en cuenta que nuestra profesión busca llegar antes que la enfermedad y el mantenimiento de la salud, alejados de todas aquellas prácticas que pongan en riesgo la misma. Sin embargo, las exigencias de la vida profesional, en conjunto con la vida cotidiana, afloran problemas que cada profesional lucha a diario la cual va desde alteraciones en los patrones de sueño descanso, alimentación y fatiga crónica que llevan a recaer en prácticas consideradas negativas para su propia salud, lo cual fue expresado por cada informante durante esta investigación, y es aquí donde se debe tener en cuenta cada experiencia es individual procurando un plan de contención hacia el personal, enfocándose en la educación en cuanto al fácil acceso a la medicación y sus riesgos, pero también sostener una capacitación permanente en servicio que prevea los efectos adversos que provoca la misma, y el no llevar a cabo hábitos saludables que mejoren su calidad de vida.

Se debe destacar la importancia de continuar con este tipo de investigaciones buscando una mayor relevancia que permitan también cuidar y contener al profesional, que muchas veces se aferra al conocimiento obtenido, pero que no presta atención a la implicancia de llevar a cabo actos que pongan en riesgo su salud, tanto física como mental. Como sugerencia puede realizarse un programa cada 6 meses donde los enfermeros sean evaluados tras un programa en red donde se ponga a prueba el conocimiento de efectos adversos de determinada medicación que permita registrar las más utilizadas por ellos y también crear atención médica integral hacia el personal hospitalario. Esto permitiría observar que ante cualquier síntoma eventual y que requieran ser atendidos por médicos de cada servicio se promueva como hábito la consulta presencial o virtual que permita erradicar la automedicación.

## **CONCLUSIÓN GENERAL**

Culminando esta investigación, de tipo cualitativa, la cual fue llevada a cabo en el contexto universitario donde profesionales de Enfermería buscan alcanzar una titulación de grado, se buscó conocer las experiencias en cuanto al autocuidado, desde su perspectiva personal y el uso responsable de la medicación en cuanto a su praxis diaria, teniendo en cuenta la carga laboral, la carga familiar, y en este caso la carga estudiantil, que muchas veces pueden alterar patrones de alimentación, sueño y descanso produciendo un desequilibrio físico y mental. Este análisis se logró gracias a los datos obtenidos post entrevista de los participantes voluntarios, que dan cuenta que ante la eventualidad de un dolor o cuadro gripal se automedican, por no esperar horas en un guardia, ya que conocen qué medicación tiene que tomar porque ya les ha pasado, o porque su servicio queda descubierto.

Por lo tanto, se logra comprender que hay un déficit en el autocuidado e incurrencias en prácticas de automedicación sobre todo en el entorno laboral, donde es fácil el acceso a la medicación, muchas veces comienza solo con un analgésico, pero dadas las referencias, continúa siendo un acto de dependencia a los fármacos que no llegan a un buen fin.

Es importante reconocer que al ser profesionales de la salud primordialmente debemos ocuparnos de nosotros mismos de forma integral, aprendiendo y respetando nuestro cuerpo y organismo, para luego poder atender al otro y poder entender la implicación que tenemos en la vida de nuestros pacientes. nuestra profesión no solo debe ser un modelo de comunicación verbal, sino que debemos transmitir desde lo físico hasta lo psicológico, pero sobre todo con el ejemplo. Como profesionales de salud y futuros licenciados se debe atender y entender que la salud es primordial, que si no se presta atención a lo que le generamos a nuestro organismo no seremos capaces de llevar a cabo un cuidado de calidad para con nosotros y mucho menos con menos en nuestros familiares, allegados y paciente.

## BIBLIOGRAFÍA

- Abizanda, Garces de los Fayos, M, L (2015) El otro lado de los fármacos: dependencia y consecuencias en las personas. [https://uvadoc.uva.es/bistream/handle/10324/14363/TFG\\_F\\_2015\\_28.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://uvadoc.uva.es/bistream/handle/10324/14363/TFG_F_2015_28.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Anchundía Looor C.S (2021). Propuesta educativa para la automedicación responsable en los estudiantes del área de la salud-Uleam, Manta-Ecuador. <https://repositorio.uleam.edu.ec/handle/123456789/3523>
- Alan Joel Ruiz Padilla (2021). Riesgos de la automedicación irresponsable <https://www3.ugto.mx/eugreka/contribuciones/397-riesgos-de-la-automedicacion-irresponsable>
- Alba LA, Papaqui AS, Castillo N Medina TJR, Papaqui HJ, Sánchez AR.Principales causas de automedicación en estudiantes del área de salud(2019). <https://www.medigraphic.com/pdfs/conamed/con-2020/con201b.pdf>
- Análisis del comportamiento de estudiantes universitarios en el primer semestre. <https://doi.org/10.69516/8aq8d798>
- Cuida tu salud: usa responsablemente los medicamentos. [www.argentina.gob.ar/anmat/comunidad/uso-responsable-medicamentos](http://www.argentina.gob.ar/anmat/comunidad/uso-responsable-medicamentos)
- Estudio sobre el nivel de salud en los estudiantes de ciencias de la universidad sobre el nivel de salud en los estudiantes de ciencias de la universidad de Extremadura(España) [www.redalyc.org/journal/3498/349863388007/html/](http://www.redalyc.org/journal/3498/349863388007/html/) Psicología Social” de S. Worchel, J. Cooper, G.R. Goethals, J. Olson – Thomson Editores. WIKIPEDIA
- **Galarraga, Hidalgo S & Rivas T, A.** 2022. Medicalización y uso de analgésicos, según estudiantes de la facultad de medicina, según estudiantes de la facultad de medicina. <https://doi.org/10.56116/cms.v61.n3.sl.2021>
- Galdames-Cruz S, Jamet-Rivera P, Bonilla-Espinoza A, Quintero-Caravajal F, Rojas-Muñoz V. Creencias sobre salud y prácticas de autocuidado en adultos jóvenes: estudio biográfico de estilo de vida hacia la promoción de salud. <http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-75772019000100028&script=sciarttext>
- Google Académico
- Jose A. Yuni, Claudio A. Urbano. Técnicas para investigar y formular un proyecto, 2024.

- Lo Presti, A, C (2018) Automedicación: una visión desde la experiencia humana en el contexto comunitario. Representaciones culturales. <http://mriuc.bc.uc.edu.ve/bitstream/handle/123456789/5904/alopresti.pdf?sequence=1>
- Marriner, Tomey (1994). Modelos y Teorías en Enfermería. Madrid. España. Mosby/Doyma libros.
- Ñiquen, A, M (2022) Las experiencias de automedicación del profesional enfermero en un hospital público de Chiclayo, Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.12423/6977>
- Organización Mundial de la salud(2022) [www.who.int/es/initiatives/medication-without-harm](http://www.who.int/es/initiatives/medication-without-harm).
- Rivero Martínez, Nuria, González Acosta, Mercedes Niurys, González Barrero, Marylú, Núñez Herrera, Mirtha, Hornedo Jerez, Iris, & Rojas Izquierdo, Miladys. (2007). EVALUACIÓN ÉTICA DEL MODELO DOROTEA OREM. *Revista Habana de Ciencias Médicas* , 6 (3) Recuperado el 26 de marzo de 2025, de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-519X2007000300012&lng=es&tlng=e](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2007000300012&lng=es&tlng=e)
- Ruiz-Stemberg AM, Perez-Acosta AM. Automedicación y términos relacionados: una reflexión conceptual. *Rev.cienc salud* 2011;9(1):83-97
- Sarango Sarango, T. L., Sarango Sarango, G. G., Sarango Sarango, A. J., Sarango Guaicha, N. del C., Zambrano Vera, W. F., & Pérez Minchala, N. J. (2023). Análisis del comportamiento de estudiantes universitarios de primer semestre. *Revista Científica Multidisciplinaria Ogma*, 2(3), 1-8. <https://doi.org/10.69516/8aq8d798>
- Siappo, G, LC, Nuñez, R, Y, Cabral, I, E (2015) experiencias de estudiantes de enfermería en el cuidado de si durante el proceso de información de una universidad privada <https://doi.org/10.5935/1414-8145.20160003>
- Tania Emperatriz Espinoza, Eva Meza, Evita. Susanibar (2019). Determinantes que influyen en la automedicación en los alumnos de la facultad de Enfermería. <https://www.redalyc.unheval.edu.pe/bitstream/handle/20/500.13080/5137/TEN0114E88.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Tania,B,G, Soto, F, Sipion, F. Escuela de promoción de salud <https://alejandroeuem.wordpress.com/wp-content/uploads/2013/04/escuela-de-la-promocic3b3n-de-la-salud.pdf> Yuri Miliani Rueda Núñez, Norma del Carmen Gálvez Díaz.

Estilos de autocuidado de estudiantes de Enfermería en el contexto universitario.  
<https://revistas.uss.edu.pe/index.php/tzh/article/download/29/28/115>

- Tania,B,G, Soto, F, Sipion, F. Escuela de promoción de salud<https://alejandroeuem.wordpress.com/wp-content/uploads/2013/04/escuela-de-la-promocic3b3n-de-la-salud.pdf>
- <https://www.lazoblanco.org/wp-content....1982-academia.edu>
- <https://alejandroeuem.files.worpress.com/wp-content/uploads/2013/04/escuela-de-la-promocic3b3n-de-la-salud.pdf>
- [www.argentina.gob.ar/anmat/comunidad/uso-responsable-medicament](http://www.argentina.gob.ar/anmat/comunidad/uso-responsable-medicament)



## ANEXO II

INFORMANTE N°1 (E(35).F..M.AS7.AR2.ELIC 4)

ANEXO I

El presente proyecto de investigación es conducido por Medina, María José, alumna de 5to año de la Licenciatura en Enfermería de la Universidad Nacional de la Patagonia San Juan Bosco. El objetivo de este estudio es investigar "LAS EXPERIENCIAS RELACIONADAS CON EL AUTOCUIDADO Y EL USO RESPONSABLE DE LA MEDICACIÓN EN ESTUDIANTES DE LA LICENCIATURA DE ENFERMERÍA DE LA UNPSJB DE COMODORO RIVADAVIA.

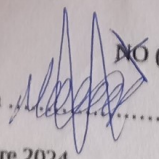
Para poder acceder a participar de este estudio, se le pedirá que responda algunas preguntas de la entrevista; la misma tomará aproximadamente 30 minutos de su tiempo. Lo que se converse en dicha entrevista quedará plasmada en grabación, de tal manera que el investigador luego pueda transcribir las ideas que usted haya expresado.

Cabe mencionar que su participación en dicho estudio es estrictamente VOLUNTARIA y que la información escogida será confidencial, de tal manera que no se utilizará para ningún propósito que no sea investigativo. Su respuesta al cuestionario y entrevista será de forma anónima, por lo que una vez transcrita la información serán eliminadas.

Si usted tiene alguna duda sobre este estudio, puede realizar preguntas en cualquier momento que sea necesario, como así también si siente o desea retirarse del proyecto es libre de hacerlo, no sera perjudicado en ningún aspecto. Cabe destacar que si en algún momento usted se siente incómodo con alguna pregunta tiene el derecho de hacérselo saber al investigador o simplemente omitirlas. Desde ya se agradece su participación.

Acepto participar de forma voluntaria en esta investigación, la cual es conducida por una alumna de 5to años de la carrera de la Licenciatura en Enfermería. Reconozco que he sido informado/a del fin de este estudio, el cual es con fines científicos.

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

Persona participante: Firma  .....

Comodoro Rivadavia, octubre 2024.

ANEXO I

El presente proyecto de investigación es conducido por Medina, María José, alumna de 5to año de la Licenciatura en Enfermería de la Universidad Nacional de la Patagonia San Juan Bosco. El objetivo de este estudio es investigar "LAS EXPERIENCIAS RELACIONADAS CON EL AUTOCUIDADO Y EL USO RESPONSABLE DE LA MEDICACIÓN EN ESTUDIANTES DE LA LICENCIATURA DE ENFERMERÍA DE LA UNPSJB DE COMODORO RIVADAVIA.

Para poder acceder a participar de este estudio, se le pedirá que responda algunas preguntas de la entrevista; la misma tomará aproximadamente 30 minutos de su tiempo. Lo que se converse en dicha entrevista quedará plasmada en grabación, de tal manera que el investigador luego pueda transcribir las ideas que usted haya expresado.

Cabe mencionar que su participación en dicho estudio es estrictamente VOLUNTARIA y que la información escogida será confidencial, de tal manera que no se utilizará para ningún propósito que no sea investigativo. Su respuesta al cuestionario y entrevista será de forma anónima, por lo que una vez transcrita la información serán eliminadas.

Si usted tiene alguna duda sobre este estudio, puede realizar preguntas en cualquier momento que sea necesario, como así también si siente o desea retirarse del proyecto es libre de hacerlo, no sera perjudicado en ningún aspecto. Cabe destacar que si en algún momento usted se siente incómodo con alguna pregunta tiene el derecho de hacérselo saber al investigador o simplemente omitirlas. Desde ya se agradece su participación.

Acepto participar de forma voluntaria en esta investigación, la cual es conducida por una alumna de 5to años de la carrera de la Licenciatura en Enfermería. Reconozco que he sido informado/a del fin de este estudio, el cual es con fines científicos.

¿ Está de acuerdo?

SI

NO (marque con una x)

Persona participante: Firma .....

Comodoro Rivadavia, octubre 2024.

ANEXO I

El presente proyecto de investigación es conducido por Medina, María José, alumna de 5to año de la Licenciatura en Enfermería de la Universidad Nacional de la Patagonia San Juan Bosco. El objetivo de este estudio es investigar "LAS EXPERIENCIAS RELACIONADAS CON EL AUTOCUIDADO Y EL USO RESPONSABLE DE LA MEDICACIÓN EN ESTUDIANTES DE LA LICENCIATURA DE ENFERMERÍA DE LA UNPSJB DE COMODORO RIVADAVIA.

Para poder acceder a participar de este estudio, se le pedirá que responda algunas preguntas de la entrevista; la misma tomará aproximadamente 30 minutos de su tiempo. Lo que se converse en dicha entrevista quedará plasmada en grabación, de tal manera que el investigador luego pueda transcribir las ideas que usted haya expresado.

Cabe mencionar que su participación en dicho estudio es estrictamente VOLUNTARIA y que la información escogida será confidencial, de tal manera que no se utilizará para ningún propósito que no sea investigativo. Su respuesta al cuestionario y entrevista será de forma anónima, por lo que una vez transcrita la información serán eliminadas.

Si usted tiene alguna duda sobre este estudio, puede realizar preguntas en cualquier momento que sea necesario, como así también si siente o desea retirarse del proyecto es libre de hacerlo, no sera perjudicado en ningún aspecto. Cabe destacar que si en algún momento usted se siente incómodo con alguna pregunta tiene el derecho de hacérselo saber al investigador o simplemente omitirlas. Desde ya se agradece su participación.

Acepto participar de forma voluntaria en esta investigación, la cual es conducida por una alumna de 5to años de la carrera de la Licenciatura en Enfermería. Reconozco que he sido informado/a del fin de este estudio, el cual es con fines científicos.

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

Persona participante: Firma .....

Comodoro Rivadavia, octubre 2024.

ANEXO I

El presente proyecto de investigación es conducido por Medina, María José, alumna de 5to año de la Licenciatura en Enfermería de la Universidad Nacional de la Patagonia San Juan Bosco. El objetivo de este estudio es investigar "LAS EXPERIENCIAS RELACIONADAS CON EL AUTOCUIDADO Y EL USO RESPONSABLE DE LA MEDICACIÓN EN ESTUDIANTES DE LA LICENCIATURA DE ENFERMERÍA DE LA UNPSJB DE COMODORO RIVADAVIA.

Para poder acceder a participar de este estudio, se le pedirá que responda algunas preguntas de la entrevista; la misma tomará aproximadamente 30 minutos de su tiempo. Lo que se converse en dicha entrevista quedará plasmada en grabación, de tal manera que el investigador luego pueda transcribir las ideas que usted haya expresado.

Cabe mencionar que su participación en dicho estudio es estrictamente VOLUNTARIA y que la información escogida será confidencial, de tal manera que no se utilizará para ningún propósito que no sea investigativo. Su respuesta al cuestionario y entrevista será de forma anónima, por lo que una vez transcrita la información serán eliminadas.

Si usted tiene alguna duda sobre este estudio, puede realizar preguntas en cualquier momento que sea necesario, como así también si siente o desea retirarse del proyecto es libre de hacerlo, no sera perjudicado en ningún aspecto. Cabe destacar que si en algún momento usted se siente incómodo con alguna pregunta tiene el derecho de hacérselo saber al investigador o simplemente omitirlas. Desde ya se agradece su participación.

Acepto participar de forma voluntaria en esta investigación, la cual es conducida por una alumna de 5to años de la carrera de la Licenciatura en Enfermería. Reconozco que he sido informado/a del fin de este estudio, el cual es con fines científicos.

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

Persona participante: Firma .....

Comodoro Rivadavia, octubre 2024.

ANEXO I

El presente proyecto de investigación es conducido por Medina, María José, alumna de 5to año de la Licenciatura en Enfermería de la Universidad Nacional de la Patagonia San Juan Bosco. El objetivo de este estudio es investigar "LAS EXPERIENCIAS RELACIONADAS CON EL AUTOCUIDADO Y EL USO RESPONSABLE DE LA MEDICACIÓN EN ESTUDIANTES DE LA LICENCIATURA DE ENFERMERÍA DE LA UNPSJB DE COMODORO RIVADAVIA.

Para poder acceder a participar de este estudio, se le pedirá que responda algunas preguntas de la entrevista; la misma tomará aproximadamente 30 minutos de su tiempo. Lo que se converse en dicha entrevista quedará plasmada en grabación, de tal manera que el investigador luego pueda transcribir las ideas que usted haya expresado.

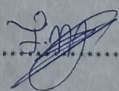
Cabe mencionar que su participación en dicho estudio es estrictamente VOLUNTARIA y que la información escogida será confidencial, de tal manera que no se utilizará para ningún propósito que no sea investigativo. Su respuesta al cuestionario y entrevista será de forma anónima, por lo que una vez transcrita la información serán eliminadas.

Si usted tiene alguna duda sobre este estudio, puede realizar preguntas en cualquier momento que sea necesario, como así también si siente o desea retirarse del proyecto es libre de hacerlo, no sera perjudicado en ningún aspecto. Cabe destacar que si en algún momento usted se siente incómodo con alguna pregunta tiene el derecho de hacérselo saber al investigador o simplemente omitirlas. Desde ya se agradece su participación.

Acepto participar de forma voluntaria en esta investigación, la cual es conducida por una alumna de 5to años de la carrera de la Licenciatura en Enfermería. Reconozco que he sido informado/a del fin de este estudio, el cual es con fines científicos.

¿ Está de acuerdo?  SI

NO (marque con una x)

Persona participante: Firma ..... 

Comodoro Rivadavia, octubre 2024.

## ANEXO III

### PREGUNTAS ENTREVISTA /RESPUESTAS INFORMANTE N° 1 (E(35).F..M.AS7.AR2.ELIC 4)

1. ¿Cómo considera el autocuidado y la automedicación como profesional de Enfermería?

Bueno, mi autocuidado propio es una cuidar, mi alimentación. En ejercicio no he hecho este año, pero sí con las comidas. Trato de comer verdura, frutas, cocinar lo más sano posible para mí y para mis hijos. Y bueno, tratar de hacer ejercicio lo posible o no puedo, pero hago todo lo que hacen una madre en la casa. Limpieza, trabajo. Ya tengo una rutina bastante movida. Como para ir al gimnasio y como ya no me alcanza el tiempo ya y después con el tema de la medicación, yo en sí no me médico. Si me duele la cabeza lo máximo que te puedo tomar sin ibuprofeno Eso para un dolor de cabeza o un paracetamol, o sea, como profesional de salud. Sé que la medicación en excesivamente te puede dañar órganos internos, puede causar una gastritis, o sea, tomar demasiadas medicaciones en exceso. ¿Cómo lo justo y necesario que es ponerle un ibuprofeno? Si me duele la cabeza por estrés, porque tuve un mal día por algo fuera, que sería dentro de lo normal que 1 todos los días tiene estrés, pero más de eso no si me llega a doler algo más severo. Algo que ya no sé más interno, más en poner el estómago intestino, voy a un médico. También si no, no me automedico ni me pongo cosas nada, porque no, no sería lo adecuado.

2. Con respecto a la medicación. ¿Sueles usarla cuando tienes algún problema de salud?

Con respecto a la medicación, bueno, recién me dijiste que no sueles usar,

3. Ante la situación de enfermedad, ¿concorre al médico? ¿Se realiza control anual de salud? ¿Te has realizado un examen ginecológico anual?

Examen ginecológico, si me este año no lo pude completar. Por temas este de falta de tiempo empecé a principios de año hacerme, pero me faltó solo la ecografía porque no lo pude terminar por el tema de que no conseguía el turno. No me daba los tiempos, así que no, pero el laboratorio sí lo hice. Me salió normal. El de la ecografía mamaria me hace a mí, me salió normal. Y en control anual. Lo Vas dejando de lado. Ginecológico el año pasado sí me lo hice, o sea, lo venía a hacer el año pasado haciendo bien. Año como. Me costó más, sí, me costó. ¿Lo haces por cuenta propia o porque te manda el trabajo?

Lo hago por cuenta propia, porque tengo 3 hijos y bueno, tengo en cuenta el cáncer de útero, el cáncer de mama, así que por eso lo hago.

4. Con respecto a vacunación, ¿tiene hepatitis B actualizada? ¿Vacunas de covid se aplicó en la pandemia?

Sí, hasta la tercera dosis me apliqué la vacuna de COVID y la de hepatitis B Tercera dosis.

5. En su vida cotidiana, ¿consume algún tipo de vitaminas, energizantes u otros?

No, no consumo nada, en realidad quisiera ir al médico o un nutricionista para que me diga si porque por ahí me siento más cansada de lo normal porque estudio trabajo y tengo. Así que no, no, pero no consumo.

6. Usted como estudiante en épocas de exámenes si trabaja y estudia ¿cómo resuelve las horas de descanso, sueño y alimentación? La alimentación ha llevado bastante bien el sueño no te podría decir que bien porque como trabajo tengo horarios rotativos, o sea trabajo todos los turnos, mañana, tarde y noche y por ahí hay días, que si estoy de noche no puedo dormir porque tengo que atender a mis hijos. ¿Y cuántas horas promedio, dormís?, Entre 5:06H 7 con como máximo, porque bueno, cuando no estoy de noche puedo dormir un poquito más tarde en la mañana porque ellos van a la tarde al jardín, mi hijo mayor va a la escuela a las 8, o sea, puedo dormir un poco más, pero cuando no estoy, pero cuando entra de mañana tengo que levantarme a las 5 para ir a trabajar de ahí ya no hasta la noche, no paro

7. ¿Realiza algún tipo de actividad física a modo de recreación?

Después me dijiste que no realizas ninguna actividad física y alguna actividad recreación, ¿vos con tus hijos haces cuando tenes Franco cuando puedes?, Eso sí, vamos al parque. Ellos andan en bicicleta. Bueno, después los chicos salen a jugar. Ellos sí hacen una actividad. Mis hijos van a natación sí

8. Ante situaciones de enfermedad suya o de allegados, ¿suele indicar o recomendar algún tipo de medicación?

Yo por lo general, si es este, como te digo, dolor de cabeza, solo le digo que puede tomar el ibuprofeno si no le pasa con eso, no que vaya al médico. A mis hijos lo mismo ya le doy ibuprofeno por un dolor ponele que tenga un dolor de pie. Por ejemplo, mis hijos en crecimiento le duelen mucho los huesitos, le duelen las articulaciones y le doy ibuprofeno porque ya fui al médico, a la pediatra, porque antes de darle medicación fui y me dijo que esos son Dolores normales de crecimiento y me dijo que le dé ibuprofeno nada más, pero otra cosa más. Otra cosa, nada.

9. ¿Tiene la costumbre de tomar medicación sin receta en una situación extrema o imprevista de salud?

No, o sea, tipo y circunstancial ibuprofeno o paracetamol

10. ¿En el trabajo o en sus prácticas profesionales ha observado que sus colegas u otras personas suelen tener prácticas de automedicación?

Si hay algunas compañeras que ponele le duele la cintura, la ciática están muy contracturadas por ahí ese auto medican, Intramusculares.

11. Usted como estudiante trabajador ¿acuerdas con el uso responsable de la medicación? Consideraría que, si es un calmante, ¿cómo un diclofenac? O sea, se puede colocar porque sabes que es para calmarte el dolor, pero después ponerse antibióticos o otro tipo de medicación que es más fuerte, que lleva un esquema de tiempo. Para estar este medicado tendría que ir a un médico, consideraría que no debería ser, pero bueno, cada persona toma decisiones, su propio cuerpo y yo en mi caso no me automedicaría con así tipo de medicación que sean inyectables. Solamente. Algo vía oral, o sea un ibuprofeno paracetamol y si es algo muy fuerte, tendría que ir al médico porque puede ser algo que te esté llevando a otro tipo de problema. Algo que estés tapando también si es muy constante, o sea, si es mucho tiempo que se prolonga tu malestar o tus síntomas, tienes que ir al médico porque puede estar tapando también algún tipo de enfermedad.

12. Como estudiante trabajador, ¿considera que la formación le brinda los conocimientos necesarios? Ha tenido posibilidad de realizar alguna formación específica, ¿sobre el uso responsable de la medicación?

No solamente lo que te brinda lo que es la cátedra de farmacología. ¿Para qué te sirve cada medicación? Cómo aplicarla, cómo usarla en los usuarios, en los pacientes, pero no te enseña cómo no automedicarte a pesar que vos SOS un enfermero, hay muchos que se automedican y no no le enseñan que eso es perjudicial por su salud con el tiempo. Pueden estar, como te digo, tapando otro tipo Que no sabe qué Bien.

No solo lo que aprendí en la en la cátedra de forma. De farmacología, nada más. Solamente con la práctica, con la práctica de mi trabajo, nada más.

13. ¿Me podrías relatar alguna experiencia significativa en relación al autocuidado y la automedicación? Bueno, el autocuidado. Yo diría que bueno. He visto un montón de videos tutoriales que hay que hacer ejercicio. Igual lo que te enseña en la carrera es una alimentación sana, hacer ejercicio de forma recurrente, pero cuesta a veces como el día a día cuesta porque con tantas cosas que hay en en la industria que te ofrecen todo para cocinar rápido. La gente casi no consume vegetales y ves la comida rápida o comer más. O gaseosa, consumo mucha gaseosa. Bueno, yo eso trato de cuidar a mis hijos, de que no consuman tanto el tema de las gaseosas, sino que tomen agua por ahí. Un juguito, sí, pero gaseosa constantemente, no, y trato de incorporarle verduras que cuesta con los niños un montón cuesta que coman las verduras. Gracias a Dios solo tengo 1 de mis hijos que les cuesta mucho comer, la verdad, pero los demás no, los otros dos comen por qué. Ya aprendí que, con el primero, que me costó un montón darle a todos por igual, así que

come 1, comen todos verduras. Su ejercicio sí los mando, por eso los mando a natación para que haga algún tipo de deporte. Eh, mi hija va. ¿A danza y bueno, mi hijo empezó el fútbol recién el año que viene porque este año se me complicó con los horarios, el tema de mis horarios es muy complejo YY no lo puedo llevar a ser distintos deportes como ellos quisieron porque son pequeñas todavía, sino si fuera un poquito más grande se podrían ir solos, pero y el tema de la medicación? Experiencia. De automedicación solo las que me la experiencia que te puedo relatar es cuando mis hijos están enfermos, sigo. Como se dice el proceso de antibióticos, que me que me marca el médico, o sea todo, le doy toda la todo constantemente adecuadamente. El horario del antibiótico para que pueda mejorar su malestar. El año pasado, el ante año pasado tuvo mi hija Otitis. Fuimos a un especialista, le recetó una medicación que es un antibiótico muy potente y tenía que darle constantemente para que ella no perdiera la efectividad de esa medicación. Y bueno, y en una semana ella estuvo, se recuperó bastante bien, así que soy muy cuidadoso con el tema de la medicación para mis hijos y bueno, y como yo nunca tuve ninguna enfermedad, no tuve nada, o sea, yo no me no tuve que medicarme, tuve el proceso de cesárea, pero eso era más cuidado, más que medicación.

#### PREGUNTAS ENTREVISTA Y RESPUESTAS INFORMANTE N° 2 (E(34).FE.M.AS11.AR12. ELIC 4)

1. ¿Cómo considera el autocuidado y la automedicación como profesional de Enfermería?  
O sea, en mí. El autocuidado ahora soy más consciente ahora. ¿Qué viste qué lo cambiaste?Lo vi, lo veo mucho en los pacientes. Acá veo muchos pacientes jóvenes con patologías crónicas, o sea, adultos jóvenes. Te digo 50 años, 55 con patologías crónicas. Lo he visto en mis viejos, que son jóvenes y que tienen patologías crónicas o dolores crónicos fuertes. Y ahí como que dije, este bueno ya es edad de listo empezar a, o sea, siempre es edad de cuidarse. Pero ahora fue como que dije, no, no me tengo que poner las pilas en serio porque no quiero llegar. A una adultez tendrá. No, no, no tengo ganas de que mis años de adulta mayor sean una porquería definitiva, así que creo que por eso y después en cuando la automedicación. Lo que sí yo intento no tomar son antibióticos antes sí. Madurez. ¿Pues sí, pero qué pasa? En un momento yo hice. Hice una resistencia, hice hacer infección urinaria muy seguido y en un momento tuve una resistente y ahí me \*\*\*\*\* hasta las patas. Entonces dije, nunca más, nunca más me médico o sea con antibiótico como que con los antibióticos, porque también lo mismo

cuando soy una vieja, qué voy a hacer? Me suele agarrar una neumonía. ¿Con qué me van a dar entonces? Como que ahí dije, no, bueno, no quiero hacer una vieja chota. No sé cortala. Priscila. Pero es como esto, viste como de. Además, también a mí qué sé, yo me pasó que siempre es, es como no sé. O sea, yo desde que soy profesional a los 2 años ya empecé a tener hijos y siempre hubo como que resolver rápido, o sea me duele la muela, no puedo perder tiempo en ir al ir al odontólogo que me medique volver listo, Chao me medico es como eso también a mí, yo creo que la maternidad me hizo quedarme mucho y también se arma la automedicación. ¿Y la facilidad que 1 tiene estando acá? Listo, me dedicas y punto lo resuelves rápido y te lo sacas rápido antes que ir al médico listo, no otro méd. Con los analgésicos lo mismo también antes solía, solía tomar analgésicos más seguido. Ahora no. O sea, tengo que estar muy dolida como para tomar un ibuprofeno, pero antes tomaba un montón de diclofenac. Pero también lo mismo era como que lo tengo que resolver rápido, listo y lo tengo al alcance de la mano. Vuelvo ahora, no, no, no es tan así, pero igualmente como que he mejorado un poquito. Salud mejor. También por eso no necesito tanto.

2. Con respecto a la medicación. ¿Sueles usarla cuando tienes algún problema de salud?  
Ah, sí, sí, sí, sí. Ibuprofeno y paracetamol. Como que me quedo ahí poner así en cuanto a analgésicos, eso antibióticos, no, no

3. Ante la situación de enfermedad, ¿concorre al médico? ¿Se realiza control anual de salud? ¿Te has realizado un examen ginecológico anual?  
Sí, sí, es necesario si no me lo Banco. Pero no, no. Generalmente ahora como que me ocupo más. Si voy al médico, antes también estaba esto, como no hubo. Si. Al médico tengo que faltar al trabajo, tengo todo el trastorno de sacar una boleta si estoy enferma, si esto y ahora es como no listo, si tengo que faltar al laburo, faltar al laburo, no me jodas. Eso también como que empezaste mucho más consciente que primero soy, después laburo y primero sobra también poder ver a mis hijos todos estos años. Fue como mis hijos, mis hijos, mis hijos, laburo, laburo, laburo y ahora dije, no basta, pero bueno, tuve una crisis toque fondo y bueno reviví. Sí, sí, sí. Sí que usó con el en realidad, cuando me hago el control ginecológico, que me lo hago todos los años que antes no me lo hacía, tampoco pasé como 8 años sin hacerme control ginecológico post parto.

4. Con respecto a vacunación, ¿tiene hepatitis B actualizada? ¿Vacunas de covid se aplicó en la pandemia?

No de 10, no, no de 10. Tengo todo, me pongo en la triple Bacteriana Celular cada 5 años, COVID cada 6 meses. Hepatitis B, si obvio no, no, con vacunación estoy de 10.

5. En su vida cotidiana, ¿consume algún tipo de vitaminas, energizantes u otros?

Pero sabes por qué también, O sea, yo hace poco tuve una capacitación, búscalos, es muy bueno. Ayuda mucho a la neuroplasticidad, a la concentración, a la energía. Tuvimos una capacitación con un médico integral y de penta, que es fantástico el doctor Ávalos y ahí nos explicaba esto de los hongos adaptógenos cómo funcionan y los buenos que están. O sea, es mucho mejor que estar tomando el que venden en la farmacia, no sé, mujer, no sé las vitaminas, ¿esa específica para las mujeres y esas cosas no? Bueno, entonces vamos a adaptarnos. Todavía no los tome, pero ya los voy a tomar.

6. Usted como estudiante en épocas de exámenes si trabaja y estudia ¿cómo resuelve las horas de descanso, sueño y alimentación?

No, bueno, yo por suerte acá tengo, tengo la posibilidad de tomarme 3 días por examen, entonces ahora la una solo examen de los que tuve ahora. Este año me tomé los 3 días. Y en realidad lo resuelvo. Aprovecho los días que acá en el trabajo es imposible, acá en horario laboral es imposible. Siempre digo, voy a estudiar en el laburo imposible. Entonces por ahí lo que hago es o cuando los chicos se duermen a veces porque se duermen ellos y me duermo yo también. O los fines de semana que por ahí están con el papá. Aprovecho ahí el fin de semana y le meto todo el fin de semana. Eh o cuando están en la escuela me pido ponerle, no sé, me pido los días acá en el laburo y aprovecho cuando yo esté en la escuela. Y. Para los exámenes, no, sí para los exámenes No, ahora estoy comiendo mejor, no, no como. O sea, yo por más que tenga que estudiar me preparo el 1, me pongo ponerle capaz que tengo que pedir los días anteriores a rendir me levanto. 5:30 H 6 de la mañana desayuno. Y después de ahí, bueno, estudio en el medio mate. Pero paro para hacer las comidas, no, no, pero yo me di cuenta que si no.

7. ¿Realiza algún tipo de actividad física a modo de recreación?

Empecé. Empecé, estoy haciendo funcional a las 6:00 H de la mañana. Tuve que tocar fondo. Estoy haciendo 3 veces a la semana eso y por ahí salgo a andar en bicicleta, salgo a caminar los otros días que no hago eso, hago algo más bien

8. Ante situaciones de enfermedad suya o de allegados, ¿suele indicar o recomendar algún tipo de medicación?

Lo mismo por ahí capaz que un analgésico un descongestivo aquí lo más normal que De hecho no sé, estoy congestionado. Me duele la garganta. Bueno, toma esto si no se te pasan del

médico. Pero hasta ahí antibióticos nunca. Siempre que me eché me inyectaba una penicilina. No anda al médico y que te mire la garganta. Si te hace falta una penicilina que te hagan una placa que no. ¿Con los antibióticos? Sí. Con los antibióticos me pongo bastante firme y no, no, no les digo, pueden tomar esto. ¿Pueden tomar aquello ahí? Sí, pero por ahí, con lo que es analgésicos, descongestivos, un antiinflamatorio.

9. ¿Tiene costumbre de tomar medicación sin receta en una situación extrema o imprevista de salud?

Sí, sí, analgésico, sí.

10. En el trabajo o en sus prácticas profesionales ¿ha observado que sus colegas u otras personas suelen tener prácticas de automedicación?

si, Antibiótico como si nada.

11. Usted como estudiante trabajador ¿acuerdas con el uso responsable de la medicación?

Sí, creo que sí. no entiendo muy bien la pregunta, o sea estoy, estoy de acuerdo en que tenemos que ser responsables y sí, sí, sí. Tenemos que ser responsables todos con la automedicación.

12. Como estudiante trabajador, ¿considera que la formación le brinda los conocimientos necesarios? ¿Ha tenido posibilidad de realizar alguna formación específica, sobre el uso responsable de la medicación?

Y pasa que yo estudié hace muchos años. pero, no. Yo creo que me hice más consciente en el en la práctica, en el trabajo que en la carrera. La carrera no tenía tanto, no, ni sobre el autocuidado ni sobre la automedicación, pero yo no sé si era por la edad, porque era una piba o porque realmente no sé.

13. ¿Me podrías relatar alguna experiencia significativa en relación al autocuidado y la automedicación?

Bueno, eso lo de las infecciones urinarias, que yo como tenía infecciones urinarias recurrentes por problemas varios. ¿Terminé y qué pasa? las infecciones urinarias, eran horrible un bajón. entonces listo, Chao, antibiótico adentro ciprofloxacina, cefalexina lo que tuviera la mano. Y muchas veces mal tomado. Y bueno, hubo un tiempo que no, no se me terminaba de curar hasta que dije, bueno, me voy a hacer un uro y cuando me hago el uro tenía una klebsiella resistente a todo, era sensible a la gentamicina, a la mikacina y a la Nitrofurantoina. Entonces fue como que dije, basta cortar la principal y ahí fue como que dije, no, bueno, no, no, no hago más esta boludez de estar medicándome. Y ahí también dije, bueno, tendría que ver a un médico por volver a a ver todo esto. NO podía seguir así, no podía. ¿Y ahí? Bueno, ahí sí fui al al urólogo, me hice todo lo que tenía que hacer y bueno, y mejoré y ya no hago tanto. Pero antes me clavaba el

antibiótico, la buscapina inyectable y vamos andando, pero porque me quería sentir bien Era un bajón sentirse mal.

#### PREGUNTAS ENTREVISTA Y RESPUESTAS INFORMANTE N°4 (E(33).FE.AS6.AR7.ELIC 4)

##### 1. ¿Cómo considera el autocuidado y la automedicación como profesional de Enfermería?

El autocuidado para mí sería hábitos saludables no, correr, salimos a correr mi pareja, comemos saludable menos los fines de semana eso con respecto al autocuidado no, cuidar el cuerpo que tenemos el hoy x hoy en consideración de la edad que estamos ahora teniendo, no es lo mismo que lo que hacemos que Cuando éramos pendejos. A partir de ahora en adelante es como que uno considera que va en deceso todas las lo que nosotros adquirimos los alimentos ahora ya no, no es lo mismo cuerpo no lo procesa de la misma forma.

Con el tema de la automedicación como personal de enfermería, yo lo veo como que el que tiene el conocimiento porque ha pasado por varios servicios por ahí vos podes leer tus síntomas. Por ejemplo, si estás con un resfrío o una gripe, vos sabes que vas a tener decaimiento. Vas a tener todo esto y a veces hay que hacer algunas actividades del día del día a día que te exigen cierto nivel de energía y estar bien porque si o si tenes que estar bien., generalmente no te dan una boleta de reposo por un resfrío común, así que por ahí los analgésicos o inyectables intramuscular que sabes que te va a pasar de alguna situación te automedicas y bueno con los riesgos que con eso sobrelleva no, porque uno sabe los antiinflamatorios con el tema de riñón y todo eso.

##### 2. Con respecto a la medicación. ¿Sueles usarla cuando tienes algún problema de salud?

Sí. En un momento tuve dolor de ciática, quizá lo he pasado cuando empecé a trabajar. Con el tema de las embarazadas viste las cesáreas que teníamos que moverlas y eso y siempre tuve esta estructura, no tengo tanta masa muscular que digamos, entonces yo sufría mucho de ciática Y cuando bajaba Guardia siempre me colocaban, me veía el doctor, no me decía, bueno que esto es un problema crónico y no me daba otra cosa que diclo y dexa endovenoso. Así que una ya sabía cómo tratarse, no cómo tratarse y bueno, pues con el tiempo uno va viendo qué son ejercicios de estiramientos y mantener el peso de hacer un poquito más de masa muscular, Viste como para que todo el esfuerzo no caiga sobre los huesos.

3. Ante la situación de enfermedad, ¿concorre al médico? ¿Se realiza control anual de salud? ¿Te has realizado un examen ginecológico anual?

Sí, bueno, justo como trabajo en ginecología. Tengo esa facilidad y por año hacerme el pap que nos hacen ahí nomás y el control ginecológico, como la ecografía transvaginal y eso nos hacen la receta. Oh, generalmente la hacemos nosotros con todos los otros datos. El pedido diagnóstico toda la fecha y ellos solamente poner el sellito ya tenemos esa facilidad este porque como nos conocen hace daño por lo menos a mí no pasa nada, igual si yo me quisiera hacer algún laboratorio, anoto todo viste, le pido que me lo sellen y le digo que me los vean para ver si estoy bien o mal, lo mismo con los métodos anticonceptivos.

4. Con respecto a vacunación, ¿tiene hepatitis B actualizada? ¿Vacunas de covid se aplicó en la pandemia?

Sí ahora viste que pandemia era una obligación tener las dosis de la de la vacuna COVID son medio alcance a colocar 3. Y hepatitis b tendría que ver, porque mira ahora que me. Estoy. Acordando me acuerdo si si la actualicé, así que sí.

5. En su vida cotidiana, ¿consume algún tipo de vitaminas, energizantes u otros?

Si. Tomo desde ponerle los 28 años suplementos de omega 3, magnesio, vitamina c y Complejo de vitaminas b. ¿Pero por cuenta, pero fijate, lo había algún médico por cuenta propia? ( repregunta del investigador) No, no por cuenta propia, claro, por el hecho de que no como mucho de todas las comidas. O sea no. varío comidas por ahí me la paso ensalada o comida chatarra y cosas así, no considero que mi alimentación sea muy compleja y que me den los nutrientes que necesita. no confío en intuicionista para que me para que me guíe ni nada, sino que lo sacó por video de un médico de YouTube y cosas así, viste más o menos 2 veces por semana y vos tipo y rotándolos los complementos sí.

6. Usted como estudiante en épocas de exámenes si trabaja y estudia ¿cómo resuelve las horas de descanso, sueño y alimentación?

Ah sí, es re complicado ahora que empecé cuarto el año pasado. En realidad hice crítico filosofía, creo sí que sé de cuarto año pasado y es como que volver después de hace un montón de tiempo en la Universidad y ahora ya trabajando y eso fue re complicado, más que nada por los horarios, Por ejemplo, ahora es jueves y toda esta semana con la y con el fin de semana que pasó, vengo de Guardia de noche, o sea, yo vengo de noche, ahora estoy muerta, pero aun así todo este o no se trata de llegar rápido a casa te dormís pones la alarma y Hoy me quedé dormida igual, pero me vine y sí es complicado en el descanso, y estás como más en lo que sentí este año

estás como muy pesado mentalmente como que todo te cuesta más, todo te irrita más por el hecho de que no estás teniendo horas de descanso así muy prolongadas.

7. ¿Realiza algún tipo de actividad física a modo de recreación?

Sí a correr y a caminar. En invierno fui al gym, pero medio que no funcionó tanto porque viste que en invierno no se puede Salir a. Correr, entonces no me funcionó

8. Ante situaciones de enfermedad suya o de allegados, ¿suele indicar o recomendar algún tipo de medicación?

Sí, sí, sí, he indicado cuando yo conocí a mi pareja, él tenía muchos problemas gastrointestinales por el hecho de que consumía mucho embutido entonces se le llegaba como a doler, por ejemplo, se despertaba como a las 4:00 h de la mañana a los gritos así que ahí le ponía buscapina más que nada era para calmar el síntoma.

9. ¿Tiene costumbre de tomar medicación sin receta en una situación extrema o imprevista de salud?

contesto en la pregunta n° 8

10. En el trabajo o en sus prácticas profesionales ¿ha observado que sus colegas u otras personas suelen tener prácticas de automedicación?

Sí, es más, una compañera se tuvo que ir de licencia porque de tanto que se inyectaba sola tramadol ketorolac porque tenía una hernia se le necroso el tejido del glúteo

11. Usted como estudiante trabajador ¿acuerdas con el uso responsable de la medicación?

sí, obviamente sí, 100% claro. Si es una situación muy, muy grave. O sea, si vos sabes que para un dolor de cabeza o de lo que sea te tomaste un paracetamol que empezamos desde lo bajo, no, sí y no te hizo nada. Te tomaste un ibuprofeno no te hizo nada o sea te estás tomando un diclo. cuántas veces te te has tomado medicación para calmar el dolor y cada vez más avanzado que uno se da cuenta que ya no estamos normal? Ya es como que una señal de que tienes que ir a ver al médico.

12. Como estudiante trabajador, ¿considera que la formación le brinda los conocimientos necesarios? ¿Ha tenido posibilidad de realizar alguna formación específica, sobre el uso responsable de la medicación?

Creo que nos pusieron sí, desde me acuerdo en el segundo año en la carrera de en la materia de cuidado de adulto. Que todo ese tiempo estaba. Pedro el nos decía, si viste como que una un

estilo de educación, tal como conductista, nosotros estábamos., no lo automedicación, ustedes no o sea te ibas con ese concepto, pero no te enseñaban el tema. ¿D qué es lo hacía cada medicación y eso viste? Te dicen una cipro. ¿Es un antibiótico, esto es un analgésico y así, pero no te decían para qué era, para que servía, para qué entendés como que no te esto lo vas viendo en la práctica? Claro, y sí. Ese era el. Como la norma, no cuando ves que farmacología el no automedicarse o la norma que cuando apenas ingresas acá la carrera te dice no reecapuches la jeringa la algo así.

No no, nada nada.

13. ¿Me podrías relatar alguna experiencia significativa en relación al autocuidado y la automedicación?

si esta que comente más arriba, es muy significativa porque creo que en varias oportunidades más de una nos ha pedido que nosotros la inyectemos, porque si nosotros no le inyectábamos, ella se inyectaba sola y vos veías y observabas que la zona glútea estaba lleno de cayos entonces ella ya tenía una adicción, viste como calmarse el dolor con esas cosas así que si se le necroso el glúteo. Y fue una cirugía muy compleja y después de eso no volvió al servicio además era una Sra. mayor.

PREGUNTAS ENTREVISTA Y RESPUESTA INFORMANTE N° 4(E(45).M.FE.AS 26.AR 27.ELIC 4)

1. ¿Cómo considera el autocuidado y la automedicación como profesional de Enfermería?

Por una parte, lo que es autocuidado a mi persona como enfermeras muchas veces no, no aplica con el discurso que nosotros mismos predicamos exactamente. Los turnos rotativos, descansas mal comes mal, el tomará agua. Yo particularmente no tengo el hábito de estar con la botellita de agua lo mío es si se puede mate en el trabajo, si se puede en mi casa Todo el tiempo. Por ejemplo, es una de las cosas que decir que durante los 20 años de servicios con régimen rotativo no me puedo organizar y ni hablar cuando en el medio tenes que atender una casa e hijos.

Y la automedicación, así como yo le doy al paciente sin indicación médica porque no hay quien lo indique y tampoco es urgencia como para estar llamando al médico que está de pasiva y venga con un dolor de muela ponele yo también me automedico, de hecho, ayer Salí de la practica con un dolor de cabeza, cuerpo, no tengo termómetro en mi casa yo creo que tenía un poco de fiebre, me tome un ibuprofeno y a la cama.

2. Con respecto a la medicación. ¿Sueles usarla cuando tienes algún problema de salud? si, ibuprofeno, paracetamol alguno cetirizina. después antibióticos no.

3. Ante la situación de enfermedad, ¿concorre al médico? ¿Se realiza control anual de salud? ¿Te has realizado un examen ginecológico anual?

La primera medida es me automedico, después, si no me resultó, si si esto se prolonga sea lo que sea y bueno, pero el primer paso, particularmente me tomo el analgésico antibiótico, no gracias a Dios dentro de todo no hago cuadros infecciosos, ni respiratorias y la gastritis. No sé de cuándo no me agarra una cosa de esas de ayer tuve algo que me dijo guau justo ahora tanto esperar la práctica de crítico. El control anual que yo venía haciendo es más el ginecológico este año no me lo hice, porque el ginecólogo que me atiende esta en Esquel y acá no tengo ninguno de cabecera, es más si yo digo que tengo seros .. la verdad es que ni busque

4. Con respecto a vacunación, ¿tiene hepatitis B actualizada? ¿Vacunas de covid se aplicó en la pandemia?

no me acuerdo. Si tengo 3 o tengo. Cuatro, pero sí las tengo.

5. En su vida cotidiana, ¿consume algún tipo de vitaminas, energizantes u otros?

NO, si modifique la alimentación estos años, pero suplementos no.

6. Usted como estudiante en épocas de exámenes si trabaja y estudia ¿cómo resuelve las horas de descanso, sueño y alimentación?

Como se puede, por ejemplo, me pasó en el primer cuatrimestre que había 3 días a la semana que yo no podía almorzar, porque Salía a las 12 del hospital, pero a las 12 entraba a la Universidad. Me venía de un viaje y me compraba un sanguchito y me compraba una cosa así. Aumenta el consumo de mate.

7. ¿Realiza algún tipo de actividad física a modo de recreación?

No, aca no. En mi pueblo si, Dar vueltas a caballo, ese era mi pasatiempo, mi terapia. Yo digo que los animales, los caballos salvaron mi existencia, porque yo tuve un momento de muy... como que tuve que cambiar de vida drásticamente claro, me separé de mi marido, tuve que dejé de ir a los lugares que iba, que íbamos al campo, que trabajábamos en eso cambié toda mi rutina,

me tuve que abrir Por otro lado, me llevé los caballos dentro del campo donde estábamos, yo me llevé mis caballos a otro campo, entonces empecé a salir para otro lado. y ahí retomé porque yo tuve un accidente con un caballo hace muchos años, me Fracturó la columna, Entonces yo dejé de andar a caballo por muchos años, dejé de andar, pero seguí haciendo el otro trabajo y tiene que subir. Andaba muy esporádicamente claro, pero en el trabajo con los animales de demanda que llevar un fardo de pasto que traer que cargar, que el pajar, que subir todo el extra es un laburo que que te mantiene en movimiento, vos no lo tomas por ahí como recreación o como actividad física. Acá primer cuatrimestre, cuando quise morir, cuando empezó a agarrar como. ¿Viste cuando te estás estresada atorada, Como ansiedad, exactamente qué no, no sabía qué hacer con esta energía como liberal, como descargar como bueno? Ahora le agarré el gustito, Ir a la playa porque me empecé a volver medio loquita, empecé a bajar mucho de peso como ansiedad y yo dejé más de 20. Años y estudiar. Entonces todo y no amontonamiento de cosas más, tener que ir a trabajar a un lugar nuevo, no podía descargar toda esa tensión

Entonces le encontré la vuelta que, aunque cuando está feo y frío que se yo me voy en. El auto. De la playa me llevo para leer en el auto, llevo el mate si da para bajar me bajo un poco y si no me quedo el auto.

8. Ante situaciones de enfermedad suya o de allegados, ¿suele indicar o recomendar algún tipo de medicación?

Y la automedicación, así como yo le doy al paciente sin indicación médica porque no hay quien lo indique y tampoco es urgencia como para estar llamando al médico que está de pasiva y venga con un dolor de muela ponele

9. ¿Tiene costumbre de tomar medicación sin receta en una situación extrema o imprevista de salud?

Hoy me levanté Me di una ducha desayuné ibuprofeno y en la práctica, porque por las dudas viste hoy me sentía mucho mejor, me siento mejor, ¿no? Así, no se salió de la práctica y me agarró un bajón con dolor de cuerpo, pero fue un rato, pero así la automedicación, el esto del analgésico, algún matiz amínico, alguna que otra vez nos sale esa meta son en comprimidos porque con alguna reacción.

10. En el trabajo o en sus prácticas profesionales ¿ha observado que sus colegas u otras personas suelen tener prácticas de automedicación?

Y, sí, sí, porque De hecho me ha tocado de una compañera del otro día, me dice, haceme que le hice a ella algo eso, primero, una jeringa, yo no. Bueno, si fue un diclo dexa, algo así me dice,

me lo haces endovenoso, lo preparo y en la jeringa se le dice después, compañera que están buscando amoxicilina-

11. Usted como estudiante trabajador ¿acuerdas con el uso responsable de la medicación?

Tiene que cambiar el acceso a. Al profesional que te tiene que indicar, si yo estoy acá mismo dentro del hospital Yo necesitaba otorrino porque necesitaba destaparme el oído y me lo termine haciendo yo con 2 jeringazos, porque hasta que consiga un turno no escuchaba. En mi lugar donde vivo me lo hacía alguno de mis compañeros, pero acá me lo hago solo.

12. Como estudiante trabajador, ¿considera que la formación le brinda los conocimientos necesarios? ¿Ha tenido posibilidad de realizar alguna formación específica, sobre el uso responsable de la medicación?

Si la tenemos, incluso todo lo que es el marco legal y toda la implicancia que podemos tener con estas cuestiones, me hago cargo de lo q yo hago. No tengo formación.

13. ¿Me podrías relatar alguna experiencia significativa en relación al autocuidado y la automedicación?

Una compañera, pero yo creo que fue un error, una equivocación, no sé en un paciente con un sangrado que le inyecta heparina. No sé qué pensaba, qué Pasó cómo se equivocó, como que no podíamos. Parar el sangrado de un paciente con traumatismo

Cosa chiquitita y este chico en vez de. Formar una vitamina k o no ponerle nada me pone heparina, estaba en un puesto sanitario. Me. Ya en el hospital con el dejaba de sangrar era una herida chiquita. Era una cosa coquita, pero no dejaba de sangrar

PREGUNTAS ENTREVISTAS Y RESPUESTAS INFORMANTE N° 5 (E(24)FE.AR2.AS 5 MESES.ELIC 5)

1. ¿Cómo considera el autocuidado y la automedicación como profesional de Enfermería?

Respecto al autocuidado y la automedicación, yo creo que son dos temas que lo trabajamos mucho con los pacientes, como profesionales de enfermería es algo que dejamos de lado, creo que también es algo propio de la exigencia de enfermería no, los enfermeros tiene pluriempleo y todo ese desgaste genera que se deje de lado estos aspectos del autocuidado, también el estar en un ambiente de salud, donde es fácil acceso a la medicación abre paso a esto, creo que es un tema que se tendría que trabajar más dar más espacios a los profesionales de enfermería

para educarlos respecto a estos temas que por ahí se toman por alto.

2. Con respecto a la medicación. ¿Sueles usarla cuando tienes algún problema de salud?

En lo personal trato de no tomar ningún medicamento, salvo que sea muy extremo o que tenga mucho dolor. En el año no se si tomare 1 o 2 ibuprofeno

3. Ante la situación de enfermedad, ¿concurre al médico? ¿Se realiza control anual de salud? ¿Te has realizado un examen ginecológico anual?

Ante situaciones de enfermedad, concuro al médico y trato de realizarme con mi médico clínico de cabecera, y me hago un examen ginecológico anual. Siempre trato de por lo menos hacerme una vez al año controles que considero que son los más importantes

4. Con respecto a vacunación, ¿tiene hepatitis B actualizada? ¿Vacunas de covid se aplicó en la pandemia?

Tengo hepatitis b actualizada y me realice 2 dosis de vacuna covid en pandemia

5. En su vida cotidiana, ¿consume algún tipo de vitaminas, energizantes u otros?

No consumo nada de eso, por ahí alguna que otra bebida energética o café cuando tengo muy pocas horas de sueño.

6. Usted como estudiante en épocas de exámenes si trabaja y estudia ¿cómo resuelve las horas de descanso, sueño y alimentación?

Realmente eso es muy complejo tanto la carga académica como la carga laboral, se hace muy difícil tener horas de descanso adecuadas y alimentarse bien. Yo la verdad que ahora estoy durmiendo un poco más, pero dormís muy poco y no como las 4 comidas al día, a veces llego solamente a almorzar, o desayunar o cenar. Tomo un té cuando se puede en el trabajo, pero es algo que no estoy manejando muy bien en este momento

7. ¿Realiza algún tipo de actividad física a modo de recreación?

si, realizo actividad física, yo hago karate y trato de hacer por lo menos media horas al día.

8. Ante situaciones de enfermedad suya o de allegados, ¿suele indicar o recomendar algún tipo de medicación?

No, yo no suelo recomendar ningún tipo de medicación, siempre trato de que vayan al médico. Si lo llego a hacer es más que nada para analgesia del dolor

9. ¿Tiene costumbre de tomar medicación sin receta en una situación extrema o imprevista de salud?

No tomo ningún tipo de medicación sin receta, las únicas pastillas que tomo a diario son las anticonceptivas, que me las receto el ginecólogo

10. ¿En el trabajo o en sus prácticas profesionales ha observado que sus colegas u otras personas suelen tener prácticas de automedicación?

Si tanto en el ámbito laboral como en mis prácticas he visto que tanto colegas como otros profesionales se automedican, como dije al principio estar en un ambiente de salud es fácil acceder a la medicación.

11. ¿Usted como estudiante trabajador acuerdas con el uso responsable de la medicación? si, estoy de acuerdo con el uso responsable de la medicación, creo que las medicaciones sean cual fuere hay que tratarlas con la seriedad que merecen y tratar de evitar la automedicación en lo posible y hacer el uso responsable de la misma

12. Como estudiante trabajador, ¿considera que la formación le brinda los conocimientos necesarios? ¿Ha tenido posibilidad de realizar alguna formación específica, sobre el uso responsable de la medicación?

si considero que se hablan de estos temas del autocuidado y la automedicación, pero siento que todavía falta ejercerlo, que haya más oportunidades como estudiante y trabajador uno tenga más espacio para el autocuidado y la automedicación. son temas que se nombran que sabemos que tenemos que hacerlo, trabajarlo, pero creo que las exigencias que tiene la profesión y las características tanto académicamente como laboralmente no brindan el espacio necesario para que estas cosas se hable, como por ejemplo tener las 4 comidas diarias o dormir 8 hs al día, muchas veces la automedicación surge de estos dolores, de estas carencias de cuidado que tenemos sobre nosotros mismos. pero considero que faltan espacios para mejorar o modificar estos aspectos.

No tengo formación específica.

13. ¿Me podrías relatar alguna experiencia significativa en relación al autocuidado y la automedicación?

no sé si es muy significativa, pero me paso el otro día que entré a trabajar a las 06 am y el día anterior había cursado no había dormido bien y la última comida que ingerí había sido a las 18 de la tarde del día anterior, obviamente me empecé a sentir muy mal se me había baja el azúcar

y la tensión, así que ahí mis compañeras por suerte me llevaron al espacio de refrigerio, me dieron un té y algo de comer. no sé si es muy significativa, pero es lo último que me ha pasado en relación a esto del autocuidado.