

## Programa educativo: “Estilos de vida saludable y su impacto en pobladores del pueblo joven Túpac Amaru. Iquitos 2007-2008”

### Educative program: “Healthy life styles and its impact on inhabitants of the shanty town Tupac Amaru. Iquitos 2007-2008”

Eva L. Matute P.<sup>1</sup>, Zulema Sevillano B.<sup>2</sup>, Ángela Rodríguez G.<sup>2</sup>, Rossana Torres S.<sup>2</sup>, Nelly Salazar B.<sup>2</sup>, Carmen Díaz M.<sup>2</sup>, Perla M. Vásquez D.<sup>2</sup>, Matilde Rojas G.<sup>2</sup>, Zulema Orbe G.<sup>2</sup>, Marina Guerra V.<sup>2</sup>, Haydée Alvarado C.<sup>2</sup>, Juana E. Fernández S.<sup>2</sup>, Carlos J. Paz C.<sup>2</sup>, Martha C. Encinas M.<sup>2</sup>, Alenguer Alva<sup>3</sup>, Edith Ruiz S.<sup>4</sup>, Juan M. Rojas A.<sup>5</sup> y Wendy M. Casique D.<sup>6</sup>

Recibido: enero 2008

Aceptado: junio 2010

#### RESUMEN

El trabajo tuvo como propósito general determinar el impacto de un programa educativo en estilos de vida saludable en pobladores del pueblo joven Túpac Amaru de la ciudad de Iquitos en los años 2007 y 2008. Se utilizó el método cualicuantitativo, diseño cuasi experimental y observación en series de tiempo, una ficha de comportamiento de estilos de vida de los pobladores, validez 80% y confiabilidad alfa de Cronbach = 0,65, como instrumento principal de recolección de datos. La población estuvo constituida por los pobladores adultos y una muestra no probabilística de 29 sujetos de estudio. La intervención educativa tuvo impacto favorable en el fomento de estilos de vida saludable de los pobladores sujetos de estudio, según  $t = -10,304$ ,  $p < 0,000$  (observación 1);  $t = -2,750$ ,  $p < 0,010$  (observación 2);  $t = -4,317$ ,  $p < 0,000$  (observación 3);  $t = -3,618$ ,  $p < 0,001$  (observación 4) con 28 gl, evidenciada en el conocimiento adecuado sobre las prácticas sanitarias: adecuadas relaciones interpersonales, eliminación sanitaria de excretas, consumo de agua tratada, manipulación sanitaria de los alimentos e higiene y seguridad de la vivienda. El estilo de vida manejo de la basura domiciliaria, no obtuvo logros significativos en lo referente a buenas prácticas de almacenamiento y recolección de la basura.

**Palabras claves:** estilos de vida, saneamiento básico, programa educativo.

#### ABSTRACT

The main general purpose of the work was to determine the impact of an educative program on health life styles of the Tupac Amaru shanty town's inhabitants in the city of Iquitos during the 2007 and 2008 period. The quantitative and qualitative method was used, as well as the quasi random design and observation in span time series. A record card of life styles of the inhabitants, validity 80% and Cronbach's alpha reliability = 0,65 was used as main instrument of data collection. The population was made of adults and of a non reliable sample of 29 individuals. The educative intervention had a favorable impact in the promotion of health life styles on people subject of the study, showing  $t = -10,304$ ,  $p < 0,000$  (observation 1);  $t = -2,750$ ,  $p < 0,010$  (observation 2);  $t = -4,317$ ,  $p < 0,000$  (observation 3);  $t = -3,618$ ,  $p < 0,001$  (observation 4) con 28 gl, which was an evidenced in the adequate knowledge of sanitation practices: adequate interpersonal relations, healthy elimination of excrements, consumption of treated water, sanitary manipulation of food, hygienic and secure houses.

<sup>1</sup> Área Académica de Salud Mental. Facultad de Enfermería. Universidad Nacional de la Amazonía Peruana (UNAP). Pasaje Dina Límaco 186, Iquitos, Perú. Correo electrónico: evaluciamatute@gmail.com

<sup>2</sup> Áreas Académicas de Salud Mental, Salud Comunitaria y Materno Infantil. Facultad de Enfermería. UNAP. Iquitos, Perú.

<sup>3</sup> Facultad de Industrias Alimentarias. UNAP. Iquitos, Perú.

<sup>4</sup> Facultad de Ciencias Biológicas. UNAP. Iquitos, Perú.

<sup>5</sup> Facultad de Ingeniería Química. UNAP. Iquitos, Perú.

<sup>6</sup> Facultad de Enfermería (bachiller en Enfermería, investigadora colaboradora). UNAP. Iquitos, Perú.

The waste management does not obtained significant results in relation to good practices of storing and recollection of wastes.

**Key words:** life styles, basic drainage, educative program.

## INTRODUCCIÓN

En el presente siglo, como consecuencia del análisis del fracaso de los gobiernos del mundo para lograr la salud para todos en el año 2000, se ha diseñado la estrategia de comunidades sanas a partir de los Municipios Saludables, que ha de permitir desarrollar actividades que logren estilos de vida saludables tendientes a disminuir o eliminar, en algunos casos, los altos índices de enfermedades prevenibles como son la malaria, el dengue, aumento del VIH sida, tuberculosis, parasitosis. Minsa (2006), Matute *et al.* (2005), en trabajos sobre impacto educativo en manipuladores de alimentos, lograron la modificación de prácticas inadecuadas de expendio de alimentos en la ciudad de Iquitos. En este contexto se planteó el siguiente problema de investigación: ¿Cuál es el impacto de un programa educativo “Estilos de vida saludable” en el fomento de esta práctica en los pobladores del pueblo joven Túpac Amaru en los años 2007-2008, que permitió obtener información valiosa referente a estrategias para implementar estilos de vida saludables con énfasis en la labor educativa y de capacitación?

## MATERIALES Y MÉTODOS

Se trabajó un estudio cualicuantitativo, con diseño cuasi experimental, con un solo grupo de control en series de tiempo de tipo prepostest. Se realizaron cuatro observaciones. El diagrama fue el siguiente:  $O_1 \times O_2$ ,  $O_3 \ O_4$ . La población estuvo constituida por todos los pobladores de la comunidad del pueblo joven Túpac Amaru, aproximadamente 3500 personas. De esta población, se tomó una muestra de 29 pobladores mayores de 18 años.

Algunas definiciones operacionales fueron:

**Programa educativo:** variable independiente, compuesta por un conjunto de contenidos correspondientes a estilos de vida saludable relacionados con el consumo de agua, manipulación de los alimentos, manejo de basura doméstica, disposición sanitaria de excretas, higiene y seguridad de la vivienda y relaciones interpersonales.

**Impacto del programa en el fomento de estilos de vida saludable:** variable dependiente, es la influencia que ejerció el programa educativo. Tuvo dos niveles:

☞ **Impacto favorable:** cuando hubo cambios en los niveles de conocimiento del poblador respecto a los tópicos abordados en la intervención educativa, y se evidenciaron, además, buenas prácticas de higiene y un estilo de vida saludable, que incluyeron hábitos y costumbres en el consumo de agua tratada, disposición sanitaria de excretas y manipulación adecuada de alimentos en el hogar, manejo adecuado de la basura doméstica, buenas relaciones interpersonales y una buena práctica de higiene y seguridad de la vivienda.

☞ **Impacto desfavorable:** cuando no se presentaron cambios en el comportamiento educativo y en las prácticas de higiene y no existieron estilos de vida saludable en el poblador, observado mediante listas de verificación, o no se evidenciaron cambios en los mismos.

**Descripción de la intervención propuesta (programa educativo integral):** constituyó una intervención integral con educación en su modalidad de capacitación y vigilancia

en salud pública al poblador, así como ejecución de actividades tendientes a la mejora del entorno saludable al interior y exterior de los hogares, ya que contiene un programa educativo y complementa con el aporte de intervención de las unidades de salud pública del municipio y de las direcciones de salud (mediante acciones de vigilancia de la limpieza pública, carro recolector de basura y supervisión de limpieza intradomiciliaria por campaña de prevención del dengue).

**Procedimiento para la recolección de la información:** se oficializó la ejecución del proyecto en las instancias respectivas (Facultad de Enfermería, Oficina General de Investigación e instancias, comunidad y dirigentes responsables de las juntas vecinales, así como personas involucradas en el estudio en el pueblo joven Túpac Amaru de la ciudad de Iquitos. Se realizó la validez de contenido del instrumento: lista de observación de estilos de vida saludable, obteniendo 80% de validez por juicio de expertos, seguidamente se sometió a una prueba piloto a este mismo instrumento obteniendo alfa de Cronbach = 0,65. El programa de intervención integral, fue debidamente revisado por el equipo de investigadores, el que nos permitió contar con un manual de capacitación, cartilla de capacitación y una edición de video. Se aplicó el pretest (lista de observación de estilos de vida saludable) para medir el estilo de vida del poblador a 45 participantes. Esta fue la primera observación. Se aplicó el pretest de conocimiento sobre estilos de vida al participante asistente a la jornada de capacitación que se desarrolló en dos etapas de cuatro sesiones cada una (un taller), al término del cual se volvió a aplicar el postest cuestionario de conocimiento. Se evaluó el efecto del programa, mediante la aplicación del postest en tres observaciones: la primera al segundo mes de aplicado el programa educativo (la que se desarrolló en dos

etapas), la segunda al cuarto mes y la tercera al sexto mes. La recolección de datos estuvo a cargo de los investigadores y colaboradores.

**Control de calidad y bioseguridad:** se tuvo en cuenta en todo momento de parte del investigador durante su trabajo con la familia.

**Análisis de los datos:** el análisis e interpretación fueron realizados en dos etapas:

➤ **Primera etapa:** análisis univariado, para lo cual se usó la estadística descriptiva (x, frecuencias simples y porcentaje, gráficos y medidas de tendencia central), también se hizo uso del análisis cualitativo de la información trabajada en grupos focales.

➤ **Segunda etapa:** análisis para la prueba de hipótesis utilizando la prueba t para diferencia de medias de las puntuaciones obtenidas durante las cuatro observaciones del cumplimiento de estilos de vida saludable de los pobladores sujetos de estudio, una observación antes y tres observaciones después de la intervención educativa; se trabajó con un nivel de significancia de  $\alpha = 0,05$  y un nivel de confianza del 95%, mediante el uso del paquete estadístico SPSS versión 15 para Windows 00.

## RESULTADOS

El conocimiento sobre estilos de vida en saneamiento básico de los pobladores del pueblo joven Túpac Amaru fue de 26,9% adecuado durante el pretest; por otro lado, después de la jornada de capacitación un 73,1% alcanzó conocimiento adecuado sobre estilos de vida.

Apreciación cualitativa: en ese mismo contexto los estilos de vida saludable progre-

saron de 4,44% en la primera observación a 24,44% en la cuarta observación, lográndose un impacto favorable de la intervención educativa.

La tabla 1 muestra que las puntuaciones 1, 2, 3 y 4 correspondientes a las cuatro observaciones del cumplimiento de estilos de vida

saludable en los sujetos de estudio mostraron diferencias significativas respecto al valor de la prueba 29, según la demostración de la prueba estadística:  $t = -0,304$ ,  $p < 0,000$  (observación 1);  $t = -2,750$ ,  $p < 0,010$  (observación 2);  $t = -4,317$ ,  $p < 0,000$  (observación 3);  $t = -3,618$ ,  $p < 0,001$  (observación 4).

**Tabla 1.** Prueba t para las puntuaciones de cuatro observaciones del cumplimiento de prácticas de estilos de vida saludable a pobladores del pueblo joven Túpac Amaru. Iquitos 2007-2008.

Estadísticos para una muestra				
	N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media
Puntuaciones 1	29	13,90	7,894	1,466
Puntuaciones 2	29	26,00	5,874	1,091
Puntuaciones 3	29	20,34	10,798	2,005
Puntuaciones 4	29	25,1379	5,74906	1,06757

Prueba para una muestra						
Valor de prueba = 29						
	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	95% intervalo de confianza para la diferencia	
					Inferior	Superior
Puntuaciones 1	-10,304	28	,000	-15,103	-18,11	-12,10
Puntuaciones 2	-2,750	28	,010	-3,000	-5,23	-,77
Puntuaciones 3	-4,317	28	,000	-8,655	-12,76	-4,55
Puntuaciones 4	-3,618	28	,001	-3,86207	-6,0489	-1,6752

## DISCUSIÓN

La apreciación cualitativa en porcentajes, evidencia que los conocimientos se incrementan de manera inmediata frente a un proceso integral de enseñanza-aprendizaje, continúa demostrando que el proceso educativo genera un cambio cognoscitivo y conductual a posteriori. Estos resultados son coincidentes con Yadira (2006), que refiere que el uso de tecnologías educativas hace viable la internalización

cognoscitiva y la aceptación emocional de aquellos contenidos educativos orientados a favorecer estilos de vida saludables y al cambio de comportamientos en alimentación y nutrición en particular, que fue objeto de su estudio. También son coincidentes con Rivera et al. (2008). Al final de la intervención, el 92% manifestó conocimientos generales adecuados, incluido el 46% de los escolares que mejoraron o modificaron sus conocimientos antes inadecuados. Algunos de los cambios

observados fueron altamente significativos.

La tabla 1 permitió inferir que el programa educativo tuvo un impacto favorable en el fomento de estilos de vida saludable en los pobladores del pueblo joven Túpac Amaru, evidenciado en el progreso de la media de puntuaciones a lo largo de cuatro observaciones programadas; esto se fortalece con la apreciación cualitativa del incremento en porcentaje de los estilos de vida saludable de 4,44 a 24,44%. Estos hallazgos son coincidentes con lo que señala Minsa (2006). La educación implica revertir la actitud del poblador, inactiva y poco participante de asumir conductas de prevención para evitar los principales problemas de salud y una práctica organizacional para el mejoramiento del saneamiento básico urbano y periurbano. También es coincidente con Delgado *et al.* (2006): la intervención comunitaria impactó favorablemente sobre los conocimientos, prácticas y actitudes de los pobladores evaluados.

## CONCLUSIONES

Se identificaron los estilos de vida de los pobladores en relación a la manipulación de los alimentos, consumo de agua, manejo de basura doméstica, disposición de excretas, higiene y seguridad de la vivienda y relaciones interpersonales, que partió con una media de puntuaciones de 16 y culminó con 25 puntos de los 38 que comprendía la lista de observación.

Cualitativamente sólo 4% inició con estilos de vida saludable y culminó 24%, dejando un amplio espacio aún para trabajar con las experiencias de esta investigación vía proyección social. Se elaboró un programa de intervención educativa integral en estilos de vida saludable, que incluye un programa

educativo de capacitación en estilos de vida, un manual de promoción y un video editado por los propios investigadores.

El impacto de la intervención educativa integral en el fomento de estilos de vida saludable, fue favorable en los pobladores del pueblo joven Túpac Amaru, ya que permitió cambiar los comportamientos en cuanto a prácticas sanitarias de manera progresiva en los estilos de vida en los cuatro ejes temáticos trabajados; cualitativamente, en todos los componentes hubo progreso, excepto en algunos que aún cuentan con menos del 75% de cumplimiento y otros que permanecen críticos sin progreso: uso de secadores limpios en la cocina, uso de varios recipientes para almacenar la basura, colocación de bolsas o periódicos en el recipiente de basura, dormitorios adecuados, líneas de emergencia, botiquín.

## AGRADECIMIENTOS

A las familias participantes en el presente trabajo de investigación que permitió los resultados y aportes a la ciencia.

Al señor Ranfolt Quintana Puscán, dirigente del pueblo joven Túpac Amaru, por facilitar y estar siempre solícito a las acciones en beneficio de su comunidad.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Delgado E, Sánchez PC, Bernabé E. 2006. Mejora en los conocimientos, actitudes y prácticas a través de una intervención en salud oral basada en comunidad. En: Revista Estomatológica Herediana, vol. 16, n.º 2. Lima, julio-diciembre de 2006.
- Matute EL, Sevillano Z, Rodríguez A, Guerra M *et al.* 2005. Intervención educativa en manipuladores de alimentos. Investigación docente de la

Facultad de Enfermería, Universidad Nacional de la Amazonía Peruana. Iquitos, Perú (en ejecución).

Minsa. 2006. Escuelas saludables con agua limpia. Compilación de trabajos de investigación. OMS/OPS.

Rivera MJ, Rodríguez C, Zarpán L. 2008. Efecto de una intervención educativa sobre higiene alimentaria en escolares de Cajamarca. En: *RevPeruMedExp Salud Pública*. 25(1):163.

Sevillano Z, Matute EL, Orbe Z, Rodríguez A *et al.* 2004. Intervención educativa en la prevención de la violencia familiar. Investigación docente de la Facultad de Enfermería, Universidad Nacional de la Amazonía Peruana. Iquitos, Perú.

Yadira M. 2006. Capacitación y tecnología educativa. Tecnologías educativas para el cambio de comportamientos en alimentación y nutrición. En: *Boletín del Instituto Nacional de Salud*, año 3, n.º 11, 20 de marzo de 2006.