

Estilo de vida: Retos de enfermería para una transformación en familias suburbanas

Lifestyle: nursing challenges for a transformation in suburban families

Víctor Manuel Ramos Frausto¹, Carlos Alberto Tello Pompa²,
José María de la Roca Chiapas³

Recibido 20 de mayo 2014; aceptado el 10 de junio de 2014

Resumen

Introducción: En la actualidad sufrimos las consecuencias de una pandemia de enfermedades relacionadas con los estilos de vida, manifestando que las personas no se concientizan de los cuidados preventivos de salud, debiendo ser abordados con diferentes estrategias para el desarrollo de un mejor estilo de vida. Objetivos: Examinar y analizar el estilo de vida en un grupo de familias, en el marco de la Salud Pública y Familiar. Métodos: Estudio cualitativo, exploratorio y descriptivo realizado en familias integradas por padre, madre, hijo/a, se efectuaron entrevistas, aplicando el criterio de saturación, utilizando los conceptos liberadores de Paulo Freire. Resultados: Se identificó en las familias temas culturales y sociales como generadores de salud y enfermedad, la desigualdad de género, migración, transculturización, economía, religión. Se analizó que la mayor estrategia para modificar el estilo de vida es el trabajo de “aprender a desaprender” esto es “concientización” en medio de las transformaciones de nuestro país y la globalización. Conclusiones: Para Freire la concientización es el reconocimiento de la cultura, y en este caso la cultura de la familia guanajuatense, esto demanda conciencia en la persona que es “aprender a desaprender” proceso en la etapa relevante para la educación de toda persona en el proceso de toma de conciencia de su estilo de vida. Pero en la medida que estos hábitos comportamentales no se modifican, las enfermedades y su prevalencia aumentan. Se intervino en la familia orientándola a darle valor al problema detectado, con esto intervenir en la apreciación de su realidad objetiva y cultural respecto al estilo de vida.

Palabras clave: Familia, Estilo de vida, Migración. Género, Economía, Religión.

Abstract

Introduction: Today we suffer the consequences of a pandemic related to lifestyle diseases, we saying that people do not become aware of preventive health care and should be approached with different strategies for the development of a better lifestyle. Objectives: To examine and

¹ Candidato a grado de Doctor en Salud Pública. Profesor tiempo completo departamento de Enfermería y Obstétrica sede León Universidad de Guanajuato. Enfermero Hospital especialidades UMAE N° 1 IMSS León. E-mail: ramos.victor54@gmail.com

² Doctor en Enfermería. Profesor Principal en la Facultad de Enfermería y Escuela de Postgrado de la Universidad Nacional de Trujillo. E-mail: carlotell@gmail.com

³ . Profesor investigador Universidad de Guanajuato Campus León, Departamento de Psicología. E-mail: . Profesor investigador Universidad de Guanajuato Campus León, Departamento de Psicología.

analyze the lifestyle of a group of families, under the Public Health and Family. Methods: A qualitative, exploratory and descriptive study in families composed of father, mother, son / daughter; interviews were conducted by applying the criterion of saturation, using the concepts of Paulo Freire liberators. Results: We identified families in cultural and social issues as generators of health and disease, gender inequality, migration, acculturation , economics, religion. We analyzed that the greatest strategy to modify lifestyle is the job of "learning to unlearn" this is "awareness" among the transformations of our country and globalization. Conclusions: For Freire awareness is the recognition of culture, and in this case the culture of Guanajuato family, this requires awareness on the person who is "learning to unlearn" the relevant stage process for the education of every person in the process awareness of your lifestyle . But to the extent that these behavioral habits do not change , disease, and its prevalence increases. It intervened in orienting to give value to family problem identified with this intervene in the assessment of their objective and cultural reality regarding lifestyle.

Keywords: Family, Lifestyle , Migration, Gender, Economy, Religion.

I. INTRODUCCIÓN:

1.1.- Situación problemática

La presente investigación se origina a través de dos momentos cruciales tanto en la vida personal familiar, alrededor de hace 24 años, con la existencia de familiares que vivían y viven de forma conglomerada (25 a 30 integrantes), en un espacio relativamente pequeño para la cantidad de personas que en ellas habitan, observándose las condiciones insalubres, descuido en el aseo personal, riñas frecuentes tanto por el espacio y la preparación de los alimentos entre otros. Siendo lo más sorprendente que el 90% de ellos presentan diabetes tipo I y II; y como profesional (cerca de 10 años aproximadamente) en los Centros Comunitarios de salud en León Guanajuato, encontrando que existen un número de pacientes que acuden al Programa de Diabetes el cual se ha venido incrementando paulatinamente el número de casos en personas de todas las edades, que en algunos de estos

casos fueron derivados a un II y III nivel por la complicación de la misma.

Percibiéndose que muchas veces las personas, desconocen los cuidados preventivos de salud, además de la falta de una evidente educación en salud del Primer Nivel, donde deben ser abordados las diferentes estrategias importantes de cuidados para el desarrollo de estilos de vida saludable, generando una calidad de vida en los ciudadanos.

Problemática que el Instituto Nacional de Estadística Geográfica e Informática INEGI, (2011), sustenta:

“Las familias en México presentan como en todo el mundo sus propias creencias y cultura de la cual se enorgullecen, sin embargo, existe otro aspecto contrario a ello que causa vergüenza sin poder anunciarla con bombos y platillos, ya que ésta nos lleva a tener un estilo de vida relativamente inadecuado”.

De la misma forma revisando la literatura, la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT), la cual

reporto datos sobre la diabetes mellitus señalando que en el año 1995 había en el mundo 30 millones de personas padeciendo la enfermedad, cifra que se incrementó a 347 millones de personas que viven actualmente con diabetes mellitus (DM) de los cuales la esperanza de vida se reduce entre 5 y 10 años por el padecimiento de su enfermedad. ENSANUT, (2012).

Por su parte, la Asociación Latino Americana de Diabetes (ALAD), señalo que los cambios y transformaciones sociales registrados durante la segunda década del siglo XX, y lo que va del XXI, con respecto a la estructura, función, dinámica y formas de organización familiar, han ido modificándose de manera importante, haciendo aproximaciones en aquel entonces.

Así mismo el aumento de la DM es un problema de salud pública, y de primordial interés en Latinoamérica la prevención y el tratamiento de las enfermedades crónicas no trasmisibles, considerándose, una de las prioridades en los países donde antiguamente los recursos se destinaban a otros problemas de salud, siendo esta ahora, la prioridad concreta para la prevención de enfermedades

Por otro lado, el aumento de la expectativa de vida también contribuye en la mayoría de los países de Latinoamérica, donde

“La tasa anual de crecimiento de la población mayor de 60 años, es del 3% al 4%, mientras que en los Estados Unidos, no pasa del 0.5%,

además la prevalencia de DM en menores de 30 años es menor del 5% y después de los 60 se incrementa a más del 20%”. ALAD; (2013).

Contrastando los datos con América Latina donde la obesidad trasciende las barreras económicas y aqueja por igual a ricos, pobres y personas de diferentes edades.

“En México la población de 20 años o más alrededor del 4.3% (cerca de 3 millones), viven con diabetes, y en la parte económica considerando las estimaciones hechas para México sobre el costo anual de la atención de la diabetes, señalan que el costo es de 707 dólares por persona por año, para 2012 se requerirán 3872 millones de dólares para el manejo de la diabetes, lo que representa un incremento del 13% con relación a la cifra estimada para” 2011. ALAD, (2010).

Por su parte también la migración poblacional, se ha hecho presente en las comunidades suburbanas y rurales desde años anteriores, fenómeno que ha modificado la forma de vida de la colectividad de las poblaciones en el estado de Guanajuato.

“La población rural, ha seguido disminuyendo en proporción con relación a la urbana. En 1970 estaba conformada por el 41.3%, para el año 2000 está disminuyo a 25.4% y para el 2010 se reportó en 23.2%, nuestro país presenta este patrón acelerado de “urbanización de la población”, resultado de las

migraciones que se dieron fundamentalmente de las zonas rurales hacia las urbanas y semiurbanas si bien las migraciones al extranjero representan una cifra importante". Iturriaga, (2012)

Puede destacarse también que la esperanza de vida de la población va en aumento, y que este elemento atañe en el acrecentamiento de las poblaciones, como de alguna forma de las enfermedades.

Factores que el instituto de ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubiran;(2008) estimo.

"La esperanza de vida para los varones era de 73.1 años y de 77.8 para las mujeres, lo que representaba una ganancia de 14.3 y 14.8 años, respectivamente, en relación a 1970, un aumento considerable en los últimos 40 años, señalo que los incrementos en la esperanza de vida dependerán de cómo enfrentemos las enfermedades que más inciden hoy en la mortalidad de la población".

Como se ha visto en datos anteriores las llamadas enfermedades silenciosas como la diabetes y las enfermedades cardiovasculares, ambas se vinculan con la obesidad. Este problema se extiende al constatar datos relevantes en la que se debe prestar atención por la magnitud de proyección en la población.

Estos problemas de salud se han convertido en una preocupación global debido a su magnitud, rapidez

actual de incremento y al efecto negativo que ejerce sobre la salud de la población que la padece, aumentando considerablemente el riesgo de padecer enfermedades crónicas no transmisibles asociadas con la nutrición.

La cultura no es atributo exclusivo de la burguesía. Los llamados "ignorantes" son hombres y mujeres cultos a los que se les ha negado el derecho de expresarse y por ello son sometidos a vivir en una "cultura del silencio"

"Paulo Freire"

1.3.- Formulación del problema

¿Cómo se desenvuelven las familias suburbanas en León Guanajuato, México?

¿Cómo las familias suburbanas desarrollan su estilo de vida?

¿Cuáles son las teorías que dan soporte al trabajo del cuidado de enfermería en familias suburbanas?

¿Es la prevención una herramienta de transformación en el trabajo del cuidado profesional de enfermería?

1.4.- Objetivos:

- Observar e Identificar la vivencia cotidiana de las familias suburbanas.
- Describir los estilos de vida de las familias suburbanas.
- Analizar los cambios generados en las familias suburbanas.
- Especificar los estilos de vida como nuevos retos para el

cuidado de enfermería las transformaciones en familias suburbanas.

1.5.- Justificación y relevancia del estudio.

Las familias siguen ocupando un lugar principal en el proceso de reproducción de la colectividad, no sólo física a través del nacimiento de los hijos, sino también cultural mediante la transmisión de los valores, normas e ideales de una sociedad de una generación a otra. Es dentro del círculo familiar donde los individuos obtienen gran parte de su bienestar y satisfacción personal. Es importante remarcar como la familia es uno de los pilares dentro de la sociedad. Pero es también en la familia donde algunas veces se encuentran carencias materiales, se manifiestan ausencias emocionales, así también se echan de menos valores y se traman pautas de relaciones problemáticas con malestares que pueden traducirse en actitudes y comportamientos inadecuados dentro de la familia. Granados, (2006).

Por muchos elementos evidenciados dentro de la bibliografía debemos tomar en cuenta datos de la última década, en los cuales se muestran los cambios dentro de la sociedad de nuestro país, transformaciones radicales se han manifestado en la estructura de la familia. Aunque se considera relativamente estable, la familia ha tenido cambios con el paso de los tiempos.

Todo lo anterior se considera necesario e importante tener un referente como evidencia de lo que es la familia suburbana y su estilo de vida, por lo cual se pretende descubrir en este estudio en las familias. Indagando dentro de sus discursos el develamiento de su acontecer diario.

De la misma manera en ese espacio donde coinciden los miembros del grupo familiar y se construyen relaciones de cooperación, intercambio, poder y conflicto representando la dinámica interna no solo de armonía también de articulación de conflictos, frente a los cuales aparecen mecanismos para afrontarlos y resolverlos.

De ahí que la familia soporta expresiones amorosas tanto como manifestaciones violentas, que surgen por situaciones o acontecimientos para los cuales sus integrantes no están preparados, o por cambios abruptos en la división de roles asignados socialmente. Granados, (2006).

Por lo tanto analizando el referente bibliográfico nos permite entender a la familia como un proceso cambiante, cuyos miembros están en constante interacción no sólo al interior de ésta sino en el contexto social, económico, cultural y político, el cual impone pautas de organización, obligándolos a adaptarse a nuevas circunstancias que reconfiguran su naturaleza psicológica, biológica y social. Así pues, el contexto permea las prácticas familiares alterando el ejercicio de la cotidianidad en todo lo relacionado con la comunicación, la afectividad, la autoridad y la crianza de

sus miembros, por mencionar sólo algunos componentes. Vega, (1994).

Lo anterior se debe en parte a los avances en la era moderna que han tenido influencia sobre el cambio del estilo de vida de las familias, estos a su vez se han visto favorecidos por los medios publicitarios, la tecnología, el ambiente laboral, el estrés, las migraciones y la transculturación; que han ido generando la pérdida de los hábitos costumbres y cultura relacionados con el estilo de vida más adecuado. Por otros, que ofrecen pocos beneficios a la salud individual y colectiva de las poblaciones.

El ejercicio físico, la ingesta de alimentos sanos y naturales, el consumo de agua natural, se han visto sustituidos por horas frente al televisor o la computadora, el consumo de alcohol y tabaco así como el sedentarismo, los cuales han sido factores determinantes en la salud de la población de las comunidades suburbanas, en donde la vida era más sana ya que se tenía limitación al acceso a muchas de estas cosas que no han favorecido a la familia. Orozco, (1995)

Todos los elementos de información que se han comentado hasta este momento contribuyen en parte a la fisonomía de la realidad en las familias suburbanas de la comunidad de san Carlos la roncha.

2. MATERIAL Y MÉTODOS

2.1 OBJETO DE ESTUDIO

El objeto de estudio trata de los retos de enfermería en los estilos de vida en familias suburbanas. Retos que

representan el quehacer laboral junto a las familias, hacia la construcción de nuevas herramientas de estilos de vida para su transformación de la realidad concreta en una comunidad suburbana de León Guanajuato, México.

Los padres integrantes de las familias señalaron tener entre 35 y 50 años de edad hombres y mujeres, mientras que los hijos contaban entre los 12 y 20 años de edad, la escolaridad de los padres de familia era de nivel primaria, el nivel de estudio de los hijos fue de primaria, secundaria y de nivel preparatoria, las familias del presente estudio son de condición de nivel medio social, en la comunidad no se cuenta con centros de esparcimiento por lo tanto, su pasatiempo es jugar en los baldíos que se encuentran en ese lugar, los padres de familia laboran en su mayoría en el ramo zapatero, que es la fuente de trabajo de la ciudad, un porcentaje menor son jornaleros.

2.2 MEDIOS

Se realizaron entrevistas en sus domicilios las cuales fueron grabadas para su posterior transcripción, esto con la finalidad de recabar información sobre perspectivas, conceptos y experiencias vividas de lo que es para ellos un estilo de vida en familia.

La observación se realizó con el propósito de capturar el objeto a estudiar y conocer el contexto real de lo que las familias perciben, así como las interrelaciones entre los miembros de la familia en estudio. De esta manera, se logró indagar sobre los procesos que

realizaban las familias al demostrar sus conocimientos acerca del tema estilo de vida, desde su perspectiva y conceptualización. El lugar de la aplicación de las entrevistas para la recolección de la información fue su hogar, lo cual facilitó las pesquisas en los miembros de la familia, contando estos con un espacio que les permitiera expresarse natural y libremente. La información se trianguló para lograr la confiabilidad de esta, realizando visitas en una segunda ocasión a las familias para confirmar los discursos que de ellas emanaron.

2. 3 MÉTODOS Y TÉCNICAS

La pregunta de base del estudio fue saber que entendían como estilo de vida saludable las familias, las entrevistas se llevaron a cabo después de programar las fechas y horas más pertinentes para cada una de estas. Enseguida se organizó un calendario de reuniones, en ese momento se aclaró también que las reuniones se llevarían a cabo de una manera relajada y que debería de haber por lo menos 3 integrantes de la familia, también que la información sería usada solamente para identificar algunos conceptos e ideas sobre su forma de vida como núcleo familiar, en el cual no se identificarían los nombres de ningún integrante de las familias.

La recolección de datos tuvo lugar durante los días necesarios, hasta que se dio por terminando llegando a la saturación de la información. Para la recogida, se utilizó y uso la reflexión de las preguntas y una grabadora creando preguntas abiertas, que contuvieran los

datos de su concepción sobre estilo de vida saludable

Los discursos fueron transcritos para ser analizados, se registró su entrevista tal y como se respondió a las preguntas y con esto tener la claridad de la grabación. En cada reunión se buscó que la familia expresara con la mayor información posible su conceptualización sobre lo que es para ellos una familia saludable y la importancia de cuidarse a sí mismos, el vínculo entre su propio cuidado, basado en la promoción de la salud, para la prevención de enfermedades y evitar los hábitos que no lo llevan a un estilo de vida saludable

3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Uno de los mayores retos y más importantes de enfermería como personal de la salud, es el trabajo en la familia, y en este caso en las familias suburbanas, que son las más susceptibles algunas veces por no contar con la asistencia médica primaria, la familia como sabemos es la piedra angular de la sociedad por lo tanto, es una prioridad trabajar con ellas y en función de ellas, con esto aportar y generar cambios que ayuden a la concientización al interior de las familias, en este trabajo se encontraron datos que son conocidos, sin embargo, aun con todo lo conocido acerca de los cuidados para llevar un mejor estilo de vida, o mejor dicho un estilo de vida saludable, son pocos los resultados del trabajo de enfermería, ya que lo más importante de todo, como es mencionado anteriormente, primero es conocer la raíz del problema y segundo

crear conciencia en el individuo que tiene ese problema.

La población de las familias que participaron en esta investigación, son la gran mayoría familias de escasos recursos, que viven el día a día para poder subsistir, pero eso, no es excusa para poder llevar un mejor estilo de vida, en México el sistema de salud de cada población tiene un sistema local y estos llevan a cabo estrategias para orientar y ayudar a la población, estos cuentan con centros educativos que realizan también actividades extramuros, dando espacios a la promoción de la salud ya sea por grupos de salud o de enfermedad, estos programas se manejan de forma longitudinal.

Para dar inicio al trabajo de enfermería en las zonas suburbanas, se reflexionó que primero debíamos de conocer cómo se desenvolvían estas. Por lo tanto además de realizar la entrevista se logró observar su comportamiento como familia y el entorno donde se desenvuelven como grupo.

Se identificó en esta población que los determinantes culturales, sociales y políticos juegan un papel muy importante en la generación de salud y enfermedad y en la respuesta que de estos resulte, de tal manera que para incorporar en la población un análisis o “concientización” sobre sus creencias, cultura, sistema de valores y el cuidado de su salud física y mentalmente, se sabe que no es tarea fácil, sin embargo, es un quehacer que compete a enfermería y que se debe realizar

mediante equipos disciplinarios que produzcan resultados palpables al interior de la familias, en la familia mexicana todavía existe la diferencia de género, el machismo está presente, por lo tanto hay que trabajar en ese aspecto para realizar un abordaje completo del trabajo en familia. Enseguida se presenta un dialogo emitido por parte de la madre, donde se puede ver e identificar la intervención de parte del jefe de familia que como tal la hace valer.

[Mama] *Yo creo que uno de los principales ejemplos en la familia seria, no pelear en la casa con el (esposo) compañero. El esposo desmiente con la cabeza lo que la pareja dice [Papa] hay que respetar lo que diga el jefe de la casa que al fin él es el que trae de comer y trabaja para todos los aquí viven. En la casa se debe hacer lo que yo diga, para eso soy el padre de familia. “Se forma un silencio”. (La madre de familia escucha lo que el esposo dice y baja la cabeza, guardando silencio).*

Este relato no habla solamente de la desigualdad de género, también habla del maltrato psicológico que ocurre al interior de la familia, el cual está presente en muchas de las familias que dieron sus testimonios de forma de vida en esta investigación.

La relación de desigualdad de género en la sociedad, afecta a la mujer que es la que se encuentra relegada de derechos y reconocimiento, así lo mostraron algunos de los padres cuando al momento de realizar la entrevista familiar dejaban ver su autoridad al

arrollar con sus comentarios y tomar la palabra sin permiso, muchas veces haciendo acallar a la mujer cuando esta daba su punto de vista sobre el tema, esto es importante mencionarlo ya que hay mucha historia de fondo en la cultura de los mexicanos con respecto a este tema.

Por tal motivo desde el enfoque intercultural, y de concientización se pretende ubicar la importancia del reconocimiento a la mujer, es por eso que en los centros de salud se trabaja con las familias dando orientación y ayuda para evitar el maltrato a la mujer ya sea física o psicológicamente.

De tal forma que si analizamos la historia del papel de los padres, se localiza una aseveración de lo que siempre se ha distinguido en la familia mexicana, al hombre como el sustentador del hogar y referencia de autoridad, de esta manera esto ha sido ejercido a lo largo de la existencia de muchas de las familias en México. Del mismo modo se extiende una propuesta de corresponsabilidad junto a las madres en lo que atañe a la tarea de crianza de los hijos. Expresamente se alienta a una educación "moral" de los padres aunque no es expresado con estos términos.

Se confirmó también que las familias desarrollan un estilo de vida muchas veces ligado a otras culturas, ese es un problema muy grande en nuestro país, ya que el estado de Guanajuato es el número uno en cuestión de migración a nivel nacional al país vecino de estados unidos, por lo tanto, la migración y la transculturización juegan un papel muy

importante en la generación de los estilos de vida de estas poblaciones.

Se puede dejar ver el comentario de uno de los integrantes de las familias con respecto a este tema.

[Hija] *mire siempre los papás de nosotros nos dijeron, que no nos debíamos faltar al respeto ninguno de nosotros así le iba a cualquiera de los hermanos si lo hacía ,también a no tomar (alcohol, cerveza) ya ve que la tomadera no deja nada bueno, en mi casa nunca tomaron mis hermanos y que lo hicieran afuera y los viera alguien de la familia así les iba con los mayores, o con los papas de uno,(**hace una señal con la mano "castigo"**), pero déjeme le digo que **desde que se han estado yendo al norte mis primos y mis hermanos mayores, esto ha cambiado ya vienen hablando de otra forma, ya no se acuerdan de lo que nos enseñaron mis papas,** también lo que no hacían de tomar ahora lo hacen y hasta **dicen que fumar otra cosa los hace más hombres,** bueno uno de mis primos se trajo una muchacha, que disque ya vivía con ella, aunque ella no es Mexicana **es de Guatemala** y habla muy raro y es muy grosera, en la casa **ya no la aguantan mis papas porque no se parece a como somos nosotros.***

Este fragmento deja ver como la migración en nuestro estado, tiene gran repercusión en la vida cotidiana de la gente de esas comunidades, la cual puede tener efecto desde cambiar su rol de vida, hasta alterar su cultura, creencias y costumbres, si bien, es

sabido que el estado de Guanajuato es el primer exportador a nivel nacional de personas que emigra a los estados Unidos de Norte América, esto ha sido con la finalidad de alcanzar un mejor estilo de vida con respecto a su economía, pero también esto deja ver que también tiene efecto en el desarrollo integral de la familia.

Se identificó otro tópico en sus discursos como es la economía, tan importante en cualquier sociedad sea urbana o suburbana. Que tiene mucho que ver con el tema de migración en este caso en la población guanajuatense, ya que la misma migración a ayudado a salir adelante a estas familias con las remesas enviadas por sus familiares en el extranjero, el apoyo económico de las remesas ha generado una mejor calidad de vida a las familia en este sentido, no tanto así en la cultura y sus costumbres de la cual se posesionan cuando alguno de estos miembros de la familia regresan con modismos e ideas diferentes a las de la familia en cuestión, esto ha generado que se vayan perdiendo los valores y cultura que nos identifican como sociedad y como país, si bien la globalización nos arrastra con todos sus cambios debemos permanecer fuertes y con arraigo respecto a nuestra cultura.

Estas expresiones culturales tienen relación con las transformaciones históricas, el avance científico, las ideas dominantes en las diferentes épocas de nuestro pasado así como las percepciones religiosas, los procesos productivos y tecnológicos y las costumbres particulares de miles y miles de personas que conviven en

contextos compartidos y en una cada vez mayor interdependencia.

Enseguida se puede observar un discurso de un integrante de una de estas familias, con respecto al tema señalado.

[Papa] *lo del dinero pues hay la vamos pasando veces más veces menos pero sale pa comer, ya ve que nos mandan los muchachos desde que van pal norte, pues las cosas mejoran en la casa tenemos para que los más chicos estudien y como le digo a nosotros pos nos ayudan con la carga de la casa. Aunque hay algunas cosas que no me gustan cuando vuelven y es que se les olvida hasta como fueron criados acá en el rancho. Eso no está bien pero que le vamos hacer.*

El aspecto de la religiosidad también fue abordado por las familias en sus intervenciones tema por demás importante ya que nuestro país es uno de los de mayor cantidad de fieles católicos, y esta relación de la familia con la iglesia esta basada en las creencias de la población con todo ello y sin embargo, no son procesos exentos de conflictos, ya que también este tema forma parte de los cambios generados por la transculturalización que algunas veces se resuelven mediante el respeto, el diálogo, la concertación y la escucha mutua.

En las entrevistas se localizó la religión como tema comentado por las familias el cual juega un papel muy importante en la toma de decisiones de cada integrante de la familia, la religiosidad popular habla de la misma

identidad cultural que tanto se ha estado mencionando en este documento.

[Mama] mire lo de la religión es muy importante ya ve que ahorita ya no tiene temor de dios la gente, pero creo que nosotros como familia estamos pegados a la iglesia si la verdad nos encomendamos a dios a quien más, solo así se puede llevar a la familia por buen camino, como le digo si no tenemos temor de dios, pa que queremos a la iglesia, esa es la buena como dice el padre los domingos.

[Papa] nosotros somos los que tenemos que entregar cuentas por los hijos, por eso le digo que tenemos que llevarlos por buen camino, aunque a ellos no les guste. Lo más importante es que digamos que nos pasa y cuando estamos tristes enojados con quien y porque, ya vamos con el padre a confesarnos y eso nos da tranquilidad para arreglar las cosas con los muchachos.

Si bien toda cultura es intrínsecamente pluricultural. Es decir, se ha ido formando, y se sigue formando, a partir de las relaciones entre distintas comunidades de vidas que aportan sus modos de pensar, sentir y actuar diferente. Indudablemente los intercambios culturales no tienen para los grupos de personas los mismos efectos. Sin embargo, es a partir de estos contactos que se produce, la hibridación cultural que no evoluciona si no es a través del contacto con otras culturas.

En el apoyo también al trabajo de enfermería con las familias de las

comunidades suburbanas, se puede localizar algunas teoristas de enfermería que dan soporte al trabajo de promoción y estilo de vida saludable, como la transculturización de Leininger. De tal forma que esta personalidad de enfermería aporta mucho para el trabajo que se debe realizar en la comunidad. A Theory Of Nursing (1974).

Se descubrió que una gran cantidad de los integrantes de las familias se saben enfermos, pero no hacen nada al respecto y eso no es el mayor problema, más bien es la misma educación que están dejando a sus hijos. Si bien la cultura del cuidado de las familias es pobre más que sus bolsillos, porque aunque se ven enfermos de diabetes e hipertensión hace falta “aprender a desaprender” esos hábitos y costumbres que los han llevado a la enfermedad.

[Papa] mire la verdad me cuesta trabajo dejar de comer lo que me gusta y más cuando uno no tiene pa más, pero también como usted dice lo que más importa es que quiera cambiar uno y hacer las cosas, para vivir mejor con su enfermedad, eso es lo que he querido hacer pero pos no sé cómo hacerle, porque no todos somos iguales y mis hijos y mi esposa a veces hacen como que quieren cambiar pero ellos no hacen nada por ayudarme a cambiar, eso no está bien porque todos vivimos donde mismo y yo soy el enfermo. Ellos se van por lo más fácil, eso sí es algo muy malo para la familia.

Uno de los retos de enfermería o el mayor es, cambiar o modificar estilos de vida creencias y culturas muy arraigadas en la comunidad que no han

sido del todo adecuadas para su salud, eso es lo complicado y más cuando tenemos la influencia de otros países.

Se ha analizado y confirmado que la mayor y mejor estrategia para la prevención de la salud es el trabajo de forma continua de enfermería con las familias en la comunidad. De esta forma se entiende que la educación y concientización en las familias en medio de las transformaciones de nuestro país y del mundo actual causan una gran debilidad y fragmentación familiar, en las familias del presente estudio se localizaron familias sin arraigo de creencias y cultura así mismo sin educación y compromiso para la salud.

3.1 CONSIDERACIONES FINALES

La visita a la familia en su domicilio es un eficaz instrumento en materia de salud, ya que permite conocer a la familia en su propio entorno, tal cual es, y cómo se comporta, esto mismo permite conocer a los integrantes en forma individual. Por otra parte, le da más seguridad a la familia respecto la expresión de sus respuestas, esto sucedió en el presente estudio.

En este sentido Paulo Freire señala que la concientización y el enseñar exigen un rigor metodológico, en el cual se debe respetar el saber del educando y reflexionar la práctica, así como la identificación y reconocimiento de su cultura. Freire (1992).

El mismo autor señala que el enseñar no es transferir conocimiento, enseñar demanda conciencia en la persona como ya se mencionaba es

“aprender a desaprender”. De esta manera las ideas sobre la concientización de Freire, son consideradas como una etapa relevante para la educación de todo ser humano que se decide a cambiar en este caso su estilo de vida, en el proceso de toma de conciencia de los problemas que lo rodean. Freire (1973,1978).

En el presente documento se situaron temas como la religión, la cual se pudo observar la influencia que ejerce está en el pueblo, desde la toma de decisiones pequeñas hasta para la propia educación de los hijos.

La economía se dejó ver en estas familias que es para ellos como para cualquier otra familia importante, que además ha ayudado en el proceso educativo de muchos miembros de estas familias, y su estilo de vida ha cambiado, aunque esto tenga efectos muchas veces contraproducentes.

Con respecto a la cultura, esta ha sido un parte aguas en las costumbres y cultura de las familias de las comunidades, ya que les ha cambiado la vida a muchos integrantes de estas, se ha transformado en una cultura híbrida mezcla de un sin número de ideas y costumbres diversas.

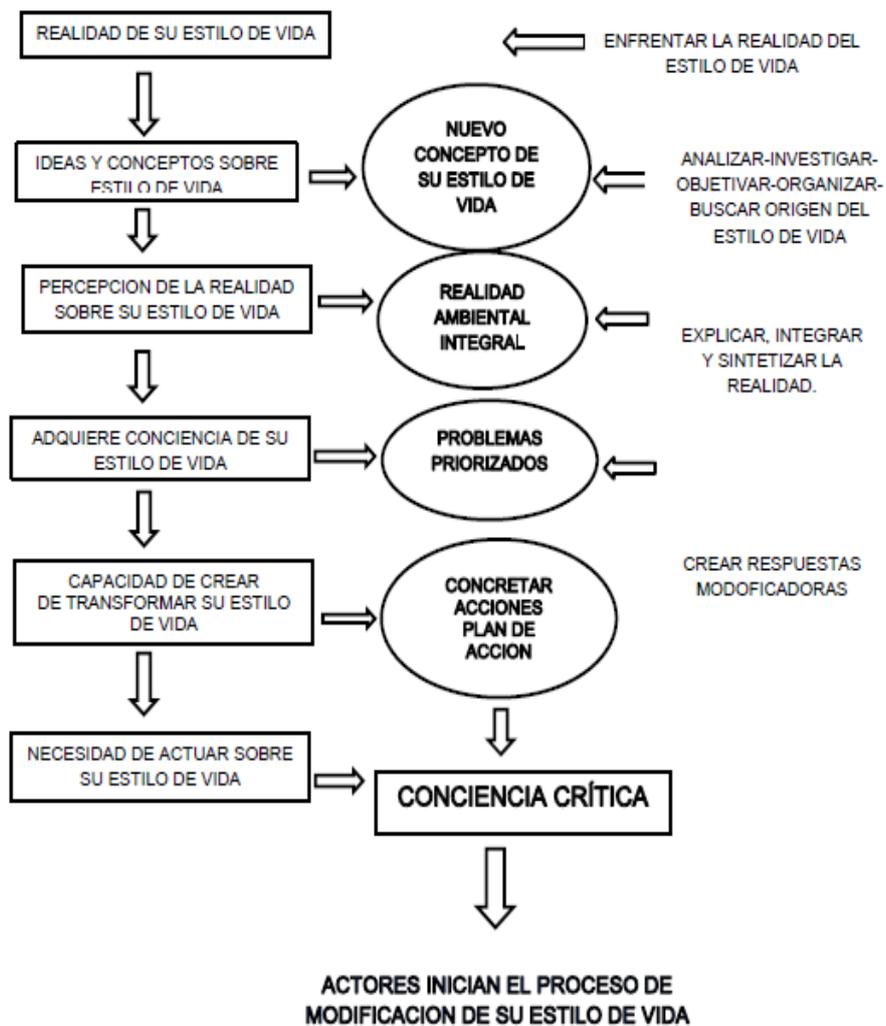
Por su parte la migración, ha sido pieza fundamental del cambio en su estilo de vida de estas poblaciones, la cual ha tenido efecto positivo por la grandes remesas que ingresan a esas familias, pero ha sido también negativo ya que les ha cambiado sus costumbres y cultura muchas de las veces en el retorno de los familiares que emigran a EU, cuando ellos toman otra forma de vida de aquel país.

Por otro lado el género, el cual se identificó como una forma de vida, ya que en estas poblaciones está todavía muy arraigado el machismo, el cual tiene efectos negativos en la mujer, quien es ultrajada y mal visto que tome decisiones en la familia por ella misma

Algunas intervenciones se deben realizar con las familias, en seguida se muestra una imagen donde es señalada la secuencia de cómo se puede lograr mediante la concientización cambios en el estilo de vida.

Fuente: Eco-ed Consultores (1997-1999): programa de concientización (PCA)

MODELO DE CONCIENTIZACION



5.- REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Instituto Nacional de Estadística Geográfica Informática (INEGI). *Censo de Población y Vivienda (2010): panorama socio demográfico de México.* (On line) México: INEGI, 2011. Disponible en URL <http://www.inegi.org.mx/est/contenidos/espanol/metodologias/censos/sm_cpv2010.pdf > [27 de Junio del 2013].

Encuesta nacional de salud y nutrición ENSANUT, 2012. [Revisado el día 22 de junio 2012, disponible URL] http://ensanut.insp.mx/doctos/ENSANUT2012_Nutricion.pdf

Asociación latinoamericana de diabetes, ALAD, 2013. [Revisado el día de 6 enero 2013, disponible URL] <http://revistaalad.com.ar/website/guias.asp>

Asociación latinoamericana de diabetes, ALAD, 2010. [Revisado el día de 14 enero 2012, disponible URL] <http://www.alad-latinoamerica.org/phocadownload/guias%20alad.pdf>.

Iturriaga, J. José. La diversidad y desigualdad de las familias latinoamericanas Rev. Latinoamericana. Estudio .familiar. vol. 1, enero - diciembre, 2012. pp. 9 - 21 issn 2145 – 6445.

Instituto de ciencias médicas y nutrición salvador zubiran., 2008. [Revisado el día 08 de mayo 2012, disponible URL]

<http://www.innsz.mx/opencms/index.html>.

Granados-Font, Rosa. Estudio sistematizado de familias con adolescentes y estilos de vida saludable. Enfermería en costa rica, 2005 colegio de enfermeras ISSN 1409-1992/2006/26/1/5-12

Vega, I. 1994. Diversidad familiar en Costa Rica un análisis tipo lógico en la Región Metropolitana. Instituto de Investigaciones Psicológicas. Universidad de Costa Rica Actualidades en Psicología. Volumen 9, número 79.

Orozco, G. 1995. Tu familia. La mejor inversión. 2a edición. Bolivia. Editorial Pontificia Bolivariana.

Freire, Paulo. Pedagogía del oprimido, buenos aires: siglo XXI, p,200.Ibi.,pp.43-44(1992).

Freire, Paulo (1973). *El mensaje de Paulo Freire*. Textos seleccionados por el INODEP. Fondo de Cultura Popular. Madrid: Ed. Marsiega.

_____ (1978). La educación de adultos: ¿una actividad neutra? *Educacao e Sociedade*. Brasil.