

**ATENCIÓN DE ENFERMERÍA PARA EL ADULTO MAYOR
FUNCIONAL MEDIANTE EL MODELO DE PROMOCIÓN A
LA SALUD**

**NURSING CARE FOR FUNCTIONAL OLDER ADULTS
THROUGH THE HEALTH PROMOTION MODEL**

Artículo de investigación

Bustamante, Manuela¹

UVP, Universidad del Valle de Puebla

alebustamante998@gmail.com

ORCID: 0009-0009-8885-3625

Garita, María²

UVP, Universidad del Valle de Puebla

maria.garita@uvp.edu.mx

ORCID: 0009-0001-1616-251X

Recibido el 20 de enero de 2024. Aceptado el 25 de marzo de 2025. Publicado el 30 de junio de 2025.

Reseña del Autor 1

Bustamante Hernández Manuela Alexa, egresada de la Universidad del Valle de Puebla de la Licenciatura de Enfermería. Ha incursionado cursos del sector salud, actualmente se encuentra trabajando en Clínica Láser y Ultrasonido Ocular, en constante capacitación. En la actualidad está tomando clases de inglés, en la Escuela de idiomas Plurilingüe, su pasatiempo favorito es ir a correr por las tardes.

Reseña del Autor 2

Garita Alonso María de Lourdes, Doctora en educación por la Universidad La Salle Benavente, Puebla, con Maestría en Procesos de Calidad Educativa, por el Centro Universitario Interamericano plantel Puebla y Licenciada en enfermería por la Universidad Autónoma del Estado de Morelos, actualmente se desempeña como docente en diversas materias en la Universidad del Valle de Puebla donde es directora de diversos trabajos de investigación en Licenciatura en enfermería.

Resumen

El término envejecimiento activo es muy poco conocido y la atención de salud en los adultos mayores, no es como se espera, debido a muchos factores que intervienen en dicha población es por ello que se pretende buscar una salud integral y de calidad, con el uso de instrumentos adecuados, en donde se puedan adoptar medidas de atención para este grupo de edad. Metodología: El estudio de caso se llevó a cabo en la localidad de Santa Catarina Juquila, Oax, debido que se eligió a la fémina de acuerdo a los criterios de inclusión y exclusión y sobre todo aparentemente sana. Resultados: se obtienen a través del Plan de Cuidados de Enfermería, con ayuda de las Taxonomías NANDA, NIC y NOC y mediante el instrumento denominado Guía de valoración del paciente adulto basado en el Modelo de promoción de la salud de Pender. Conclusión: Se observó que el grupo de los adultos mayores cada vez va en incremento, es por ello de suma importancia, que la población adopte conductas saludables a lo largo de su vida, por esta razón es de gran relevancia

que el personal de enfermería debe tener la capacidad y recursos necesarios que le accedan a planear, organizar y sobre todo promover estilos de vida saludables en este grupo de edad.

Palabras clave: Adulto mayor, Salud integral, Plan de cuidados de enfermería, Promoción de la salud, Estilos de vida.

Abstract

The term active aging is very little known and health care in older adults is not as expected, due to many factors that intervene in said population, which is why it is intended to seek comprehensive and quality health, with the use of appropriate instruments, where care measures can be adopted for this age group. Methodology: The case study was carried out in the town of Santa Catarina Juquila, Oax, because the female was chosen according to the inclusion and exclusion criteria and, above all, apparently healthy. Results: The results of the case study were given through the Nursing Care Plan, with the help of the NANDA, NIC and NOC Taxonomies and with the help of the Adult Patient Assessment Guide instrument based on the Health Promotion Model. Conclusion: It was observed that the group of older adults is increasing, it is therefore of utmost importance that the population adopts healthy behaviors throughout their lives, for this reason it is of great relevance that nursing staff must have the necessary capacity and resources to plan, organize and, above all, promote healthy lifestyles.

Keywords: Older adult, Comprehensive health, Nursing care plan, Health promotion, Lifestyles

Introducción

El adulto mayor se ha definido cronológicamente y funcionalmente como un individuo que cada día adquiere mayor relevancia, debido a su experiencia y sabiduría, pero cuando se habla del adulto mayor funcional se hace referencia a la persona que

puede valerse por sí sola desde el punto de vista físico, psicológico, económico y social debido a que se trata de un individuo que aparentemente cuenta con todas sus capacidades y aunado a esto mantiene una salud estable, por ser un sujeto responsable de su autocuidado, ya que en el transcurso de su existencia se observa que ha conseguido llegar a esta última etapa de su vida en óptimas condiciones. Por lo que el personal de enfermería juega un papel importante en este grupo de personas, para la enseñanza aprendizaje en el mejoramiento de su estilo de vida.

Los científicos sociales especializados en el estudio del envejecimiento describen cronológicamente, tres grupos de adultos mayores: viejo joven, viejo viejo y viejo de edad avanzada. El primer grupo está entre los 60 y 74 años, este conjunto por lo general se encuentra activos, constante vitales rara vez alterados y vigorosos; el segundo grupo abarca de 75 a 84 años, ambos constituyen la tercera edad, su condición física y mental se puede ver deteriorada; mientras que el tercer conjunto va de 85 en adelante, en esta última etapa de la vida es muy probable que se sientan débiles, presenten enfermedades discapacitantes que le dificulten la realización de las actividades de la vida diaria. (Aranda y Aranda 2024).

Es de hacer notar que, según la Organización Panamericana de la Salud ([OPS], 2019), en el año 2017, el 14.6% de la población de las Américas era mayor de 60 años y para el 2050 se calcula, que se alcanzara el 25% en América Latina y el Caribe, incrementándose hasta el 30% en este mismo continente. Respecto a lo anteriormente mencionado, se hace referencia que el profesional de enfermería y cuidadores profesionales, deber tener la capacidad de contribuir al cuidado y atención de estos individuos, ya que sus acciones son fundamentales en el cuidado de su inmunidad, al proporcionar los conocimientos idóneos para que los viejos tomen conciencia de su nueva etapa y adopten conductas y estilos de vida adecuadas para el beneficio de su salud (OPS, 2019).

Planteamiento del problema

El trabajador de la salud y los cuidadores profesionales presentan escasos conocimientos para el cuidado de esta población incluso actualmente existen pocos estudios sobre la aplicación de intervenciones oportunas para el autocuidado del adulto mayor funcional, a fin de que ellos mantengan una buena condición integral lo más prolongado en el tiempo, por lo que se sugiere que los encargados de estos grupos, desarrollos investigaciones con fundamento científico para el beneficio de individuos que cursan la última etapa de su vida.

Ante la necesidad de ayudar al adulto mayor en el cambio de actitud, se creó y aplicó un Plan de Cuidados de Enfermería (PAE) que sirva como referencia para que los cuidadores profesionales y el personal de salud, cuenten con una herramienta de consulta a fin de que el adulto mayor funcional se mantenga sano e independiente el mayor tiempo posible en el transcurso de su vida.

El objetivo de la presente investigación fue crear y aplicar un instrumento que sea un referente en la prevención de enfermedades y complicaciones para el adulto mayor funcional que cursa esta fase de su vida. Pues de acuerdo con la OPS (2019) la demanda de los servicios de salud, crecerá por el aumento en la esperanza de vida y discapacidad de los adultos mayores, pues cuidadores y familiares no podrán satisfacer todas sus necesidades; por lo consiguiente y ante los escasos documentos o herramientas existentes para ayudar al adulto mayor, se intervino a una persona que cumplió con los criterios de inclusión y exclusión para ser un adulto mayor funcional de manera privada y que mediante la ayuda de un plan de cuidados diseñado de forma oportuna se logró un cambio en su estilo de vida con acciones de enfermería donde se tomó en cuenta el modelo de promoción de la salud de Nola Pender. (Bustamante, 2023)

El rol de la enfermería en el apoyo social del adulto mayor, generalmente implica la interacción directa tanto con su entorno, como con las redes sociales, informales

de la persona y sus efectos positivos, ya que este soporte le hará sentir seguridad y empoderamiento lo que son resultado de su salud emocional, de la información y la ayuda que se intercambian durante la relación con las redes de apoyo; conviene subrayar que no solo este personaje sentirá seguridad sino también la familia quienes le animaran a tomar sus propias decisiones.

Revisión bibliográfica

El termino envejecimiento activo es poco conocido en la sociedad, debido a esto la atención de salud en los adultos mayores, no es como se espera, en vista de que interviene muchos factores; dichos componentes emergen en los cambios de los estilos de vida, por ello se pretende buscar una salud integral y de calidad aprovechando la oportunidad en la formación de recursos humanos para ayudar a esta comunidad, aplicando instrumentos adecuados, en donde se pueda adoptar medidas de atención para este grupo de edad. (Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores [INAPAM], 2019).

Derivado del autocuidado que se pretende alcanzar, para que el adulto mayor sea capaz de adoptar cambios y hábitos de manera individual, se crea y adopta un Proceso de Atención de Enfermería como una herramienta disciplinar de investigación para abordar a un adulto mayor funcional con un enfoque cualitativo y cuantitativo desde una perspectiva holística, siguiendo las etapas y contenido del mismo. (Núñez Et al. 2023).

Cuando se habla del adulto mayor funcional, se piensa en un individuo mayor de 60 años qué se desempeña y es responsable de su autocuidado en su entorno físico y social en comparación con otras personas de la misma edad cronológica. Esta persona mantiene su movilidad física para su desarrollo, además de poder integrarse a la sociedad, satisfacer sus necesidades básicas como aprender, crecer, tomar decisiones entre otras. (Fernández y Manrique, 2010).

Metodología y métodos

Para la aplicación del plan de cuidados se eligió como metodología, un estudio de caso con base en una adulta mayor que cumplió con los criterios de selección, así como que dicha persona estuvo conforme con la participación mediante la aceptación del consentimiento informado.

Como lo refieren Hernández et al. (2018), el estudio de caso busca emparejar peculiaridades que son comunes a algunas situaciones, como también las que hacen de ese tema en particular algo diferente. Su meta es demostrar cómo dichas características influyen de alguna forma en un evento o conjunto de personas o en diferentes momentos y que presentan características similares, por lo tanto se considera una investigación que radica en la observación minuciosa de un notable sujeto o grupo de personas con el fin de obtener resultados con un enfoque descriptivo transversal, donde se obtienen efectos que de acuerdo con la última etapa del proceso aplicado, pues con él apoyó del instrumento de referencia, se aplicaron las cinco etapas para finalmente, durante la observación se describe de forma detallada la recolección y análisis de datos, que son necesarios, cuando se desea estudiar fenómenos contemporáneos.

Para la aplicación del método y procedimiento se realizó la recopilación de los datos mediante la exploración céfalocaudal y un cuestionario guía de valoración del paciente adulto basado en el Modelo de Promoción de la Salud de Nola J. Pender, conforme a sus cuatro dimensiones: 1) Datos Generales del individuo en cuestión, así como el diagnóstico médico; 2) Valoración de las conductas como el manejo del estrés, que integran el estilo de vida incluyendo la promoción de la salud, en este punto se consideraron apartados como: responsabilidad en salud, las Toxicomanías NNN (NANDA, NIC y NOC), características de la vivienda, medidas preventivas como vacunación y detecciones oportunas de enfermedades crónicas, en este punto se considera la nutrición, actividad física, sueño, descanso y actividades de la vida diaria y otros aspectos del individuo, como relaciones interpersonales con

la familia y el entorno; crecimiento espiritual, aspectos emocionales, sin embargo antes de considerar los puntos de referencia fue necesario conocer sus signos vitales como; frecuencia cardiaca (FC), frecuencia respiratoria (FR), tensión arterial (TA) y temperatura corporal (TC) y datos somato métricos, (Beristaín y Díaz, 2009).

Resultados

De acuerdo con el instrumento Guía de valoración del paciente adulto basado en el Modelo de promoción de la salud de Pender y exploración cefalocaudal y con apoyo de las 5 etapas del proceso enfermero, se creó un plan de cuidado puesto que antes de su aplicación se localiza un adulto mayor deprimido en donde se identificaron los siguientes diagnósticos;

1. Dominio 1. Promoción de la salud

Clase 2. Gestión de la salud

Disposición para mejorar la gestión de la salud manifestado por
Expresa deseos de mejorar las elecciones de la vida diaria para
satisfacer los objetivos

2. Dominio 2. Nutrición

Clase 1. Ingestión

Disposición para mejorar la nutrición manifestado por Expresa deseo
de mejorar la nutrición

3. Dominio 4. Actividad/reposo

Clase 1. Sueño/reposo

Patrón del sueño alterado relacionado con Insatisfacción
con el sueño manifestado por Patrón de sueño no reparador

De conformidad con los diagnósticos obtenidos se crearon 3 planes de cuidados, donde se aplicaron las Taxonomías NIC y NOC, antes de aplicar los planes se encontró una paciente con la escases de conocimiento de la salud, se agregó una plática de promoción a la salud, en donde la paciente mostro un gran interés acerca del autocuidado, pero sobre todo el entusiasmo y actitud que mostro para mejorar su calidad de vida y autocuidado, la colaboradora notifico que le faltaba motivación de alguien externo a su familia para realizar un cambio en su vida, posterior a ello se observa un adulto con mayores dudas, las cuales fueron subsanando conforme se aplicaba el Plan de Cuidados, (Siverio y Bellahmar 2023).

En cuanto al dominio de la nutrición, el adulto mayor tenía el intereses en mejorar su estado físico y de salud, manifestando curiosidad por saber más y acerca de la importancia de la ingesta de nutrientes, la cantidad de energía que aportan y que es conveniente ingerir para así poder mantener un óptimo estado nutricional, ya que con estas pequeñas modificaciones se pueden evitar enfermedades por carencia o bien aún se producen enfermedades por el exceso, todo esto con el objetivo de lograr una mejora en su conducta y adoptar los estilos de vida saludable.

Para finalizar, en el último diagnostico se encontró una adulta mayor que exteriorizó no tener un sueño reparador, así mismo refería que al día siguiente se sentía cansada, donde en dentro del plan de cuidados se le sugiere crear un ambiente favorable antes de dormir; no ingerir líquidos 2 horas antes de dormir ya que es un componente predisponente para conciliar el sueño debido a que logra ocasionar nicturia (orinar por la noche), así como también disminuir la ingesta de cafeína y hacer cenas ligera, a lo antes mencionado se logró en la paciente también haber fomentado actividades que le proporcionen una higiene correcta en el sueño. Por lo que posterior a las acciones aplicadas en el instrumento de referencia (PLACE), se identifica un adulto mayor visiblemente descansado y con mejor estado de ánimo.

García et al. (2016) manifiestan que las intervenciones por parte de la disciplina de enfermería aumentan el nivel de conocimientos en promoción de salud, por lo que son una habilidad efectiva para fomentar el bienestar del adulto mayor. Por lo tanto, concierne tener en cuenta que hoy en día, gran parte de esta población, cada vez va en aumento por lo que solicitarán un mayor número de servicios e infraestructura para su atención integral.

Conclusiones y discusión

Se concluye que un buen Plan de Cuidados, aplicado de forma oportuna, previene padecimientos crónicos a corto plazo siempre y cuando el individuo tenga la disposición de llevarlos a cabo, como lo refiere Heather y Kamitsuru (2019), del mismo modo es de gran importancia reconocer que la disciplina de enfermería tiene un lugar privilegiado como educador y promotor de la salud, desde el cual brindar su conocimiento científico hacia una atención holística que beneficie a las personas de su cuidado. Al aplicar el Modelo de Nola Pender se aseguran buenos resultados mediante el conocimiento y aplicación de la promoción de la salud, a fin de mejorar la calidad de vida de los individuos como lo expone Aliaga et al. (2016), quien refiere que los sistemas de salud promuevan cambios de estilo de vida en los pacientes y ponerlos al tanto de la conexión que existe entre los factores de riesgo, como la consejería y educación de los pacientes debe ayudar a la adquisición de información, motivación y habilidades para mantener comportamientos saludables, recomendado por los profesionales de la salud.

En la presente investigación se pudo evidenciar que la disciplina de enfermería, tiene un lugar idóneo como educador y promotor de la salud, desde el cual brinda su conocimiento científico hacia una atención holística que beneficie a las personas, buscando en todo momento hacer responsable el individuo de su propia salud como lo cita Elías (2016) y sobre todo poder identificar los problemas que puedan perjudicar su proceso senil, lograr decidir cuáles son los mejores tratamientos para la población de los adultos mayores, para que con ello se pueda mantener un estado

de salud óptimo y sobre todo funcional, a través de las estrategias propuestas, o bien aún más, lograr una prevención para un adecuado cuidado y tener un estilo de vida saludable. Para finalizar, Jiménez et al. (2016) describe que es de gran valor resaltar la colaboración de la familia pues es un elemento clave para alcanzar el objetivo esperado y quienes van a ayudar a que el individuo que en su nueva condición logre en la última etapa de su vida vivir una vejez feliz.

Referencias

- Aliaga, E., Cuba, S., y Mar, M. (2016). Promoción de la salud y prevención de las enfermedades para un envejecimiento activo y con calidad de vida. *Rev Peru Med Exp Salud Pública*, 33 (2), 311-320. <https://doi.org/10.17843/rpmesp.2016.332.2143>
- Aranda., Y. y Aranda, L. (2024). Apoyo social percibido de personas mayores de 60 años que cuidan de sus nietos. *Revista Española de Geriatría y Gerontología*, 59 (4). <https://doi.org/10.1016/j.regg.2024.101490>
- Beristaín, I., y Díaz, M. (2009). *Guía de Valoración del Paciente adulto basado en el modelo de Promoción de la salud*. <https://docplayer.es/>
- Bustamante, M. (2023). *Proceso de Atención de Enfermería para mejorar estilo de vida en adulto mayor funcional basado en modelo de promoción a la salud de Pender*. [Tesis de licenciatura, Universidad del Valle de Puebla].
- Elías., A. (2016). Proceso de enfermería; lo que sí es y lo que no es. *Enfermería Universitaria*, 13 (23), 71-72.. <https://www.redalyc.org/pdf/3587/358745743001.pdf>
- Fernández., A. y Manrique, A. (2010). Rol de la enfermería en el apoyo social del adulto mayor funcional. *Revista Enfermería Global*, 19. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412010000200016
- García, G., Ortega, E. y Armendáriz, A. (2016). Educación y promoción para la salud de los adultos mayores: para una vida en movimiento. *Rev. Iberoam. Edu. Investí. Enferm.* 2016; 6(1) 63-68. <https://www.enfermeria21.com/>

Heather, T., y Katmitsuru., S. (2018-2020). DIAGNOSTICOS ENFERMEROS. Definiciones y clasificación 2018-2020. (1^a ed.) Elsevier.

Hernández, S.R., Fernández, C. C., y Baptista, L. M. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta.* <https://doi.org/10.22201/fesc.20072236e.2019.10.18.6>

Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores. (2019). *El envejecimiento activo favorece la calidad de vida de las personas adultas mayores.* Gobierno de México. <https://www.gob.mx/inapam/articulos/el-envejecimiento-activo-favorece-la-calidad-de-vida-de-las-personas-adultas-mayores#:~:text=El%20envejecimiento%20activo%2C%20seg%C3%A1n%20la,de%20vida%20en%20la%20vejez.>

Jiménez, B., Baillet, L., Ávalos, F., y Campos, L. (2016). Dependencia funcional y percepción de apoyo familiar en el adulto mayor. ATEN FAM 23(4). <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>.

Núñez., S., Ramirez., P., Gil., M., Abarca., M y Solis, J. (2023). El proceso de Atención de Enfermería como instrumento de investigación. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 2(82). <https://dilemascontemporaneoseducacionpoliticaeyvalores.com/>

OPS. (2019). El número de adultos mayores con necesidades de cuidado a largo plazo se triplicará para el 2050 en las Américas, advirtió la OPS. <https://www.paho.org/>

Siverio, A. y Bellahmar, S. (2023). Plan de cuidados de enfermería desarrollado con la teoría de rango medio de autocuidado de las enfermedades crónicas. *Revista Ene*, 17(2). https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2023000200008