



ARTICULO DE EXTENSIÓN PUBLICADO EN EL  
XV CONGRESO LATINOAMERICANO Y CARIBEÑO – 2019

TÍTULO: “ PROMOCIÓN, PREVENCIÓN, REHABILITACIÓN Y EDUCACIÓN  
PARA LA SALUD EN EL ENTORNO DE LA UPE”

**Eje temático:** Prácticas y programas integrales: Articulación de investigación –  
enseñanza – extensión

**Autores:** Jazmín Vera, Myriam Benítez, Jair Santos Almeida, Mónica Torres,  
Angélica Morel, Erika Franco, Sara Duarte.

**Tutoras:** Margarita Ortigoza M.- Carmen Liuzzi de Quiñonez.

**Correo electrónico:** liuzzicar@gmail.com,  
melgarejortigozamargarita@gmail.com.

**Unidad académica:** Facultad de Ciencias de la Salud – Licenciaturas en  
Kinesiología y Fisioterapia, Enfermería y Nutrición - Universidad Privada del  
Este (UPE) - Pdte. Franco.

### Resumen

El programa “Promoción, Prevención, Rehabilitación y Educación para la Salud en el entorno de la UPE”, pretende proporcionar a la comunidad de Ciudad Presidente Franco los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma, con el fin de mejorar la calidad de vida de las instituciones y grupos sociales con las que establecen vínculos.

Los ejes de acción son: Higiene de alimentos, diagnóstico nutricional y plan de alimentación saludable; Inmunizaciones y Donación voluntaria de sangre; Promoción de actividades físicas recreativas, Seguridad vial y Prevención, y Rehabilitación de personas con discapacidad física.

El objetivo del trabajo es integrar los conocimientos científicos, técnicos y humanistas en la intervención de los procesos de promoción, prevención y rehabilitación de la salud de la persona, familia y la comunidad vinculadas con la Facultad de Ciencias de la Salud.

Se han aplicado encuestas, Diagnóstico nutricional, Grupos de Discusión, Mapeo de Problemas y Observaciones para el diagnóstico de las necesidades y problemáticas.

El proceso de la investigación se basa en el modelo: Aprendizaje - Servicio, que une la investigación y la acción solidaria en torno a problemas reales, lo que contribuye no sólo a romper el aislamiento entre los compartimentos estancos disciplinares, sino también permite generar nuevas instancias de

diálogo entre los especialistas que producen el conocimiento, y sus usuarios en la realidad local.

El programa se inició en el 2017 con una encuesta aplicada a la comunidad por los estudiantes de las carreras de Kinesiología y Fisioterapia, sobre Calidad de vida de los pobladores circundantes; así como evaluaciones posturales y diagnóstico de pisadas a los alumnos y niños deportistas. Por su parte, la carrera de Nutrición recolectó datos sobre manejo de alimentos dentro del hogar, realizaron diagnóstico del estado nutricional de pacientes que acuden a los servicios de Kinesiología y Fisioterapia, en el Centro Comunitario en Salud - UPE. Enfermería, recolectó datos sobre diagnóstico de Diabetes Tipo II e hipertensión arterial. Asimismo, se trabajaron con los líderes de la comunidad para determinar las necesidades más relevantes en la comunidad que afectan a niños, jóvenes y adultos. Más adelante, se firmaron convenios con las instituciones y grupos sociales para implementar los servicios de extensión.

El radio de acción abarca aproximadamente 2 kilómetros, comprendidos entre la Comunidad Educativa de la UPE; Escuela "San Pedro Apostol", Parroquia "Sagrados Corazones", Fundación "Las Tías", el Club Atlético "Nanawa", Fundación Fucofran que abarca un total aproximado de 5.000 pobladores. El total de beneficiados durante el año 2018 fueron tres mil personas en forma directa, de los cuales dos mil forman parte de la comunidad seleccionada, que representa el 40% de la misma.

El programa permite conocer las necesidades de salud de la comunidad, y la búsqueda de respuestas a las problemáticas detectadas de manera participativa. Así, la Facultad se reconoce como parte del conjunto de la comunidad, como un espacio en donde se aprende, se investiga, se construyen alianzas institucionales y se concretan iniciativas solidarias.

**Palabras claves:** promoción, prevención, rehabilitación, vinculación, investigación, aprendizaje-servicio.

## Introducción

El programa toma ejes principales para cada una de las carreras, sin embargo, las acciones involucran un trabajo inter y multidisciplinar. La carrera de Nutrición se concentra en la Higiene de alimentos, diagnóstico nutricional y plan de alimentación saludable. La carrera de Enfermería en Inmunizaciones y Donación voluntaria de sangre. La carrera de Kinesiología y Fisioterapia en la Promoción de actividades físicas recreativas, Seguridad vial y Prevención y Rehabilitación de personas con discapacidad física.

## Higiene de alimentos, diagnóstico nutricional y plan de alimentación saludable

En una ponencia el Dr. Manuel Peña (OPS/OMS, 2014) expresó que el gran cambio en los hábitos alimenticios ha generado el disparo de las tasas de sobrepeso y obesidad.

*“El patrón alimentario de la población ha cambiado notablemente, cada vez contamos con menos tiempo para cocinar, lo que nos lleva al consumo de alimentos ultraprocesados, cargados de aditivos, que generan aumento de peso. No hablamos de cerrar fábricas, sino simplemente de evitar que la gaseosa sustituya al agua”* afirmó.

Asimismo, mencionó las causas de la obesidad y el sobrepeso, entre las que se destacan la declinación de la lactancia materna, el aumento del consumo de alimentos ultraprocesados y bebidas azucaradas, la reducción del consumo de alimentos naturales, así como el incremento del consumo de grasas saturadas y grasas trans. Además, dio a conocer a los cuatro enemigos de la salud, sal, azúcar, grasas saturadas y grasas trans.

Entre las consecuencias de la alimentación inadecuada, están la exposición del cerebro al mercurio, la hipertensión, los niveles elevados de “colesterol malo” y el daño hepático a largo plazo. No obstante, existen estrategias encaminadas hacia la reducción de esta pandemia, las cuales se refieren a los impuestos, la educación alimentaria, los alimentos saludables en ámbitos escolares, el etiquetado de alimentos, la restricción de la publicidad y la actividad física.

Los datos y cifras presentados por la OPS /OMS, 2014 señalan que:

- En América Latina existe una mayor proporción de adolescentes con sobrepeso / obesidad, aproximadamente el 21% de los adolescentes, mientras que el 6% son obesos.
- La evolución natural de enfermedades como la diabetes, la hipertensión arterial, el síndrome metabólico y otros, están asociadas con comportamientos contruidos en la infancia y establecidos en la adolescencia.
- Esa vulnerabilidad puede modificarse con acciones en las condiciones que determinan su incidencia, ejemplo: el sobrepeso, el sedentarismo, los estilos de vida.

Estos datos y cifras coinciden con el diagnóstico nutricional llevado a cabo por los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud, quiénes toman como referencia las premisas analizadas, para promover y prevenir los hábitos alimentarios saludables y la higiene de los alimentos.

## **Inmunizaciones y Donación voluntaria de sangre**

Los niños representan el futuro, y su crecimiento y desarrollo saludable deben ser una de las máximas prioridades para todas las sociedades. Los niños y los recién nacidos en particular son especialmente vulnerables frente a la malnutrición y enfermedades infecciosas, que son prevenibles o tratables en su mayoría.

Durante el segundo semestre 2018, la Salud Pública del Paraguay estableció metas a ser cumplidas:

- Corregir los índices de rezagos arrastrados durante el primer semestre 2018 con todas las vacunas;
- Completar esquema de vacunación Influenza 2018, aumentando coberturas de vacunación en las poblaciones objetivo;
- Completar esquemas de vacunación con VPH y TDPA,
- Lograr que el 100% de los servicios de salud públicos y privados, administren la vacuna contra el virus de la hepatitis B;
- Culminar el año 2018 con el 100% de los municipios, con coberturas del 90% (como mínimo) con todas las vacunas y en todas las edades.

Así mismo recomienda, que las personas de todas las edades realicen sencillas medidas de prevención tales como el lavado de manos, seguir la etiqueta del estornudo, alimentarse debidamente, mantenerse hidratado y evitar contacto con las personas enfermas.

Por otra parte, la Ley N° 3441 / DE SANGRE, en su artículo 23 De la promoción de la donación voluntaria, altruista y de repetición, expresa que la donación de sangre constituye el pilar básico de la seguridad transfusional y debe promocionarse intersectorialmente y con base en los siguientes criterios:

- a) Como valor humano y responsabilidad social del individuo con el fin de atender la demanda de las personas que la requieren.
- b) Como una necesidad permanente y no solamente asociada a las urgencias o desastres.
- c) Como un proceso de crecimiento y desarrollo del ser humano que comienza con el aprendizaje a edad temprana.
- d) Con carácter de repetición, periódicamente, para hacer el sistema más eficiente y seguro.
- e) Como un proceso que no compromete la salud física ni mental del donante ni se sustenta en diferencias de género.
- f) Con garantía de calidad y calidez por parte de los servicios de sangre.
- g) Construyendo la confianza en el sistema en términos del manejo adecuado de la sangre donada.

Con base en los diagnósticos y principios mencionados, los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud, promocionan y buscan la prevención de las principales problemáticas en la comunidad a través de distintas acciones pertinentes.

### **Promoción de actividades físicas recreativas, Seguridad vial y Prevención y Rehabilitación de personas con discapacidad física.**

Como ya analizamos en el apartado anterior, el sobrepeso y la obesidad en la población infantil y juvenil se han convertido en un problema de salud en aumento sobre el que es prioritario intervenir. A través del estudio antropométrico realizado por los estudiantes que de la Facultad de Ciencias de la Salud, se ha detectado en niños de edad escolar la prevalencia de sobrepeso es del 10,6% y de obesidad del 16,3 %, superior a la media nacional. A través del Programa se viene interviniendo desde el 2006 en la

mejora de los hábitos alimenticios, siendo necesario también intervenir para la promoción de la actividad física. El nivel de sedentarismo en la población escolar, está alcanzando cifras realmente alarmantes (Yuste, 2005; Valverde, 2008; García Cantó, 2010; García Cantó, 2011) representando un factor de riesgo de enfermedades presentes y futuras, tal como reconoce la O.M.S.

El deporte en edad escolar se puede transformar en un elemento de desarrollo de virtudes educativas de gran valor para el desarrollo personal de todo individuo. Hablamos de valores como la coeducación, el esfuerzo y la dedicación, la tolerancia, solidaridad o trabajo en equipo. En este sentido se busca alcanzar objetivos relacionados con la autonomía personal de niños y jóvenes, la inserción y no discriminación social de ninguna persona y el cómo ocupar el tiempo libre y de ocio.

Con respecto, a la seguridad vial, según la OMS (2017) alerta que cerca de 1,25 millones de personas fallecen cada año en las carreteras del mundo. Decenas de millones de personas sufren heridas o discapacidades cada año. Los niños, los peatones, los ciclistas y los ancianos son los usuarios más vulnerables de la vía pública.

Entre el 40% y el 50% de los conductores no respetan los límites de velocidad señalizados. Las otras causas son la conducción bajo los efectos del alcohol; la no utilización del casco, del cinturón de seguridad y de otros dispositivos de seguridad; el diseño deficiente de las carreteras; la aplicación insuficiente de la normativa de seguridad vial; el diseño de vehículos poco seguros y la existencia de servicios de salud de emergencia insuficientes, es el marco situacional que plantea el fomento de la educación vial integral. (OMS, 2004)

La OMS colabora con asociados - gubernamentales y no gubernamentales - en todo el mundo para prevenir los accidentes de tránsito y promover las buenas prácticas como el uso del casco o del cinturón de seguridad, no beber y conducir, y evitar los excesos de velocidad.

Para contribuir en la prevención de accidentes de tránsito y promover la seguridad vial, los estudiantes diseñan distintos tipos de acciones que comparten con la comunidad.

La rehabilitación es una especialidad de la medicina que se ha tecnificado mucho en los últimos años. Es vital para la recuperación de una persona tras un ictus, un accidente de tráfico, en la ELA, o simplemente en cualquier caso de discapacidad. Es útil en muchísimos casos y siempre con el mismo objetivo: mejorar la calidad y dignidad de vida de la persona que, por cualquier circunstancia o enfermedad, se ha visto mermada. Además, cada vez ocupa un lugar más importante en nuestra sociedad, ya que trabaja con personas de todas las edades y en una amplia gama de patologías.

Para cumplir con el cometido, los estudiantes de Kinesiología y Fisioterapia cuentan con recursos de rehabilitación disponibles dentro de la facultad y dirigida a los miembros de la comunidad, que a la vez sirve para aprovechar y potenciar los recursos humanos y materiales de la misma. La atención incluye a los ciegos, sordos e hipoacúsicos y limitados físico motores.

El eje centrado en la prevención y rehabilitación se sustenta en los fundamentos de la Estrategia Internacional del Desarrollo del Tercer Decenio de la ONU para el Desarrollo, en la cual plantea la necesidad de hacer esfuerzos especiales para integrar a los impedidos en el proceso de desarrollo, y que para ello resulta indispensable que se adopten medidas de prevención, rehabilitación y equiparación de oportunidades, conforme a la Declaración Universal de Derechos Humanos. Pues la exclusión es visualizada desde las barreras físicas y sociales nacidas de la ignorancia, indiferencia y temor.

Así, el programa desarrolla de manera transversal las actitudes inclusivas de la sociedad hacia los discapacitados.

### **Objetivo General**

Integrar los conocimientos científicos, técnicos y humanistas en la intervención de los procesos de promoción, prevención y rehabilitación de la salud de personas, familias y las comunidades vinculadas con la Facultad de Ciencias de la Salud – UPE – Pdte. Franco.

### **Objetivos específicos:**

- Capacitar a los padres de familia, agentes pastorales, docentes y estudiantes sobre: higiene de alimentos y alimentación saludable.
- Desarrollar campañas de donación voluntaria de sangre entre estudiantes y docentes de las carreras de Salud de la UPE.
- Desarrollar de prevención de enfermedades e inmunizaciones a la comunidad circundante en apoyo al Hospital Distrital de Pdte. Franco, para completar el esquema de vacunación previsto en el Plan nacional.
- Desarrollar programas de prevención y rehabilitación fisiokinésicos para personas con discapacidad física de la comunidad.
- Desarrollar actividades recreativas para todas las edades y asesoría sobre de prevención de lesiones deportivas.

### **Metodología:**

Para la recolección de datos se aplicó la técnica del Focus Group, entrevistas, observaciones, encuestas y aplicación de cuestionarios de autoevaluación.

La técnica de grupo focal, consiste en reuniones de grupos de individuos

seleccionados por los investigadores para discutir y elaborar, desde la experiencia personal, una temática o hecho social que es objeto de investigación" (Aignerren, 2002)

El modelo pedagógico empleado es el de aprendizaje- servicio, cuya premisa es la solidaridad y la participación ciudadana, apuntando simultáneamente a mejorar la calidad educativa y la calidad de vida local. Además, permite a los docentes y estudiantes aplicar lo aprendido en el aula al servicio de sus comunidades, y también aprender de la vida real. García Martín, M. y otros (2009)

El presente programa se adhiere a la propuesta pedagógica conocida como Aprendizaje Servicio porque incorpora actividades educativas que incluyen la adquisición de conocimientos con la aplicación de materias de estudio y la puesta en juego de actitudes y valores a través de la realización de un servicio pensado para responder a necesidades sentidas de la población (Tapia, 2006)

### **El proceso de investigación.**

Recolectados los datos, se analizaron organizaron y sistematizaron los resultados, posteriormente se estudiaron y profundizaron las problemáticas, sus causas, efectos y tratamientos, con la finalidad de atenderlas adecuadamente. Luego, se presentaron las propuestas de solución a ser aplicadas, se analizó la viabilidad de las acciones a emprender para coadyuvar en la educación de la salud y enfrentar las problemáticas principales que afecta a la población, asimismo cumplir y contribuir con las recomendaciones de los organismos internacionales y nacionales de la salud.

Para la toma de decisiones, se consideró además, el fácil acceso a la población, como por la apertura e interés de los participantes y autoridades escolares, representantes de las Capillas y de las otras instituciones.

Finalmente, se procedieron a la planificación, ejecución y evaluación de las acciones.

### **El proceso de intervención en la comunidad**

El programa se inició en el 2017 con una encuesta aplicada a la comunidad por los estudiantes de la carreras de Kinesiología y Fisioterapia, sobre Calidad de vida de los pobladores circundantes; así como evaluaciones posturales y diagnóstico de pisadas a los alumnos y niños deportistas. Por su parte, la carrera de Nutrición recolectó datos sobre manejo de alimentos dentro del hogar, realizaron diagnóstico del estado nutricional de pacientes que acuden a los servicios de Kinesiología y Fisioterapia. Enfermería, recolectó datos sobre diagnóstico de Diabetes Tipo II e hipertensión arterial.

Se involucró a instituciones con las cuáles se han firmado convenios de cooperación y vinculación, entre ellas están: toda la Comunidad Educativa de la UPE; Escuela "San Pedro Apostol", Parroquia " Sagrados Corazones", Fundación "Las Tías", el Club Atlético " Nanawa", la Fundación Fucofran ( Fundación Comunitaria Franqueña para diabeticos) .

En el eje de acción que corresponde a *Higiene de alimentos, diagnóstico nutricional y plan de alimentación saludable*, se ha trabajado con:

- Fundación Fucofran, 250 pacientes registrados. Charlas a 135 personas sobre prevención de Diabetes a familiares de pacientes diabéticos de la Fundación Fucofran, Orientación Nutricional, Control de Hipertensión arterial.
- Fundación Las tías, de 2 a 17 años, 50 personas.
- Parroquia Sagrados Corazones: Catequesis 250 niños, Catequistas y padres de familia de catequesis para adultos: 100. Fueron evaluados con el diagnóstico nutricional 30 catequistas y padres de familia. Se dictaron charlas sobre la importancia de la desinfección de alimentos con hipoclorito e higiene de alimentos a catequistas y amas de casa 45. Asimismo, se trabajó con Sistemas de almacenamiento de los alimentos en el refrigerador a adultos; y el Lavado de manos, charlas sobre desayuno y merienda saludable a niños de la catequesis.

En el eje de acción *Inmunizaciones y Donación voluntaria de sangre*, se han realizado:

- Escuela San Pedro Apostol con alumnos, docentes y directivos. Fueron inmunizadas 38 docentes contra influenza y tétano; 59 alumnos de la Educación Escolar Básica Segundo Ciclo fueron inmunizados contra tétano (TDPA) y 21 niñas contra el Virus de Papiloma Humano (VPH). Sumando un total de 97 personas. Asimismo, se realizaron charlas de concienciación sobre las enfermedades que se pueden prevenir a través de inmunizaciones a los alumnos y profesores, previa información a los padres y/o tutores, solicitud de tarjeta de vacunación.
- En la Universidad Privada del Este, fueron inmunizadas contra Influenza Adultos, Hepatitis A y Hepatitis B, 191 personas incluyendo funcionarios y Familiares de pacientes que acuden al centro de Rehabilitación en Fisioterapia. Entre los estudiantes de Odontología fueron inmunizados 100 alumnos contra el tétano, sarampión, rubeola y fiebre amarilla. El año pasado se realizó el control de signos vitales a 45 funcionarios. Este año fueron inmunizadas 65 estudiantes de otras carreras de la UPE. Inmunizaciones a familiares de alumnos y funcionarios de la UPE, 191
- Reuniones organizativas con representantes del Banco de Sangre Regional y los profesores y alumnos monitores, para coordinar las fechas de realización de la extracción de volúmenes de sangre, provisión de los instrumentales y materiales de recolección necesarios.
- Gestión de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la logística, la campaña de concienciación y jornadas de capacitación, tanto a los monitores como a los futuros donantes.

-Formación de grupos de trabajo, capacitación a los estudiantes. Se les concienciaron a más de 1500 persona directa e indirecta y mas de 4000 personas con varias publicaciones con afiches, panfletos informativos, charla educativa, televisivas y redes sociales.

-Se recolectaron 220 volúmenes de sangre, 40 donantes que fueron rechazados por no cumplir con el protocolo de ser un donante.

-Fueron 260 donantes voluntarios que acudieron a la campaña solidaria. Con esta cantidad son beneficiarios más de 660 personas ya que un volumen se realiza tres procesos de separación plasma, glóbulo rojo y plaqueta.

-Los trabajos fueron en conjunto con la carrera de nutrición que se encargaron del refrigerio del personal del banco de sangre y para la personas que acudieron a donar sangre. Participando así un total de 50 personas involucradas directamente en dicha campaña.

En el eje *Promoción de actividades físicas recreativas, Seguridad vial y Prevención, y Rehabilitación de personas con discapacidad física*, se trabajó con:

-Club Nanawa, 70 niños y adolescentes 9 a 15 años de la Escuela de Fútbol. Orientaciones sobre prevención de lesiones deportivas.

- Rehabilitación a 188 pacientes en el 2017, 429 pacientes en el 2018. Prevalencia de enfermedades y tendinopatías en adultos.

## Resultados

El total de beneficiados durante el año 2018 fueron tres mil personas en forma directa, de los cuales dos mil forman parte de la comunidad seleccionada, que representa el 40% de la misma.

## Conclusiones

Se puede finalizar diciendo que el programa permite conocer las necesidades de salud de la comunidad, y la búsqueda de respuestas a las problemáticas detectadas de manera participativa. Así, la Facultad se reconoce como parte del conjunto de la comunidad, como un espacio en donde se aprende, se investiga, se construyen alianzas institucionales y se concretan iniciativas solidarias; pues, desarrolla un trabajo comunitario concebido como una herramienta esencial en la cual los actores involucrados (estudiantes, docentes y comunidad) persiguen alcanzar un fin social y educativo e implica diálogo, compromiso humano, responsabilidad, interacción ética y sensibilidad.

## BIBLIOGRAFIA

1. García Martins y otros (2017) Aprendizaje servicio para la formación de la ciudadanía. Disponible en : [www.ub.edu/GREM/wp-content/uploads/Aps-y-educación-para-la-ciudadan.pdf](http://www.ub.edu/GREM/wp-content/uploads/Aps-y-educación-para-la-ciudadan.pdf)
2. Instituto Nacional de alimentación y Nutrición INAN (2018) Guías alimentarias del Paraguay. Disponible en: [Guías alimentarias del Paraguay. \(www.fao.org/3/a-ax401s.pdf\)](http://www.fao.org/3/a-ax401s.pdf)
3. Martâinez, M. M. (2008). *Aprendizaje servicio y responsabilidad social de las universidades*. M. Martínez (Ed.). Barcelona, Spain: Octaedro-ICE.
4. Organización Panamericana de la Salud Paraguay (2014) Paraguay se enfoca hacia la prevención del Sobrepeso y la Obesidad. Disponible en: [https://www.paho.org/par/index.php?option=com\\_content&view=article&id=1222:paraguay-se-enfoca-hacia-la-prevencion-del-sobrepeso-y-la-obesidad&Itemid=214](https://www.paho.org/par/index.php?option=com_content&view=article&id=1222:paraguay-se-enfoca-hacia-la-prevencion-del-sobrepeso-y-la-obesidad&Itemid=214)
5. Paraguay. Ley 3441 de Sangre.
6. Paraguay (2018) Nuestros alimentos. Disponible en: [https://www.paho.org/par/index.php?option=com\\_docman&view=download&category\\_slug=publicaciones-con-contrapartes&alias=578-modulo-nuestros-alimentos&Itemid=253](https://www.paho.org/par/index.php?option=com_docman&view=download&category_slug=publicaciones-con-contrapartes&alias=578-modulo-nuestros-alimentos&Itemid=253)
7. Programa de acción mundial para las personas con discapacidad. <https://www.un.org/spanish/disabilities/default.asp?id=500>