RESUMO - IV. PESQUISA CIENTÍFICA RELACIONADA À AVALIAÇÃO DAS PRÁTICAS E GESTÃO DO CUIDADO EM ENFERMAGEM

INTERVENCIÓN DE ENFERMERÍA SEGÚN NOLA PENDER PARA MEJORAR ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS MAYORES.

Diana Angelica Vasquez Fernandez (dvasquezf@unsa.edu.pe)

Nancy Ana Coaquira Machaca (ncoaquira@unsa.edu.pe)

Maria Leonor Ramos Villalta (mramos10@unsa.edu.pe)

Maria Fernanda Mamani Paredes (mmamanipared@unsa.edu.pe)

Melissa Shirley Montesinos Puma (mmontesinospu@unsa.edu.pe)

Intervenção de enfermagem segundo Nola Pender para melhorar os estilos de vida em idosos.

Introdução: Os estilos de vida saudáveis, entendidos como práticas que favorecem o bem-estar biopsicossocial, preservam a saúde e a autonomia na terceira idade. Constituem a base do envelhecimento saudável e ativo. O modelo de promoção da saúde de Nola Pender considera fatores que impulsionam a adoção de comportamentos saudáveis, sendo fundamental para promover a saúde.

Objetivo: Avaliar a eficácia da intervenção de enfermagem segundo Nola Pender para melhorar os estilos de vida em idosos.

Método: Estudo quantitativo, desenho quase-experimental, com grupo controle e corte longitudinal, em 48 idosos de clubes da Microrrede de Saúde 15 de Agosto, por amostragem não probabilística por conveniência: 26 do primeiro

clube (grupo experimental) e 22 do segundo (grupo controle), de acordo com critérios estabelecidos. Utilizou-se a “Escala de Estilo de Vida Promotor de Saúde”, de Walker, Sechrist e Pender, validada em espanhol em 1990 e adaptada no Peru por Díaz e cols. Possui confiabilidade adequada (a = 0,784) e validade interna por meio da correlação de Pearson, superando o limiar (r > 0,20).

A intervenção de enfermagem, de caráter educativo, considerou componentes do modelo de Pender: benefícios e barreiras percebidos, autoeficácia percebida, afeto relacionado ao comportamento, influências interpessoais e situacionais; orientados para a melhoria dos estilos de vida.

Resultados: Após a intervenção no grupo experimental, o teste estatístico de McNemar mostrou mudanças significativas (P < 0,05), passando de 11,5% no pré-teste para 96,2% de idosos com estilo de vida saudável. Já o grupo controle permaneceu na categoria de estilo de vida não saudável no pós-teste.

Conclusão: A intervenção de enfermagem baseada no modelo de Pender é eficaz para melhorar os estilos de vida de idosos.

RESUMEN

Intervención de enfermería según Nola Pender para mejorar estilos de vida en adultos mayores.

Introducción: Los estilos de vida saludables, entendidos como prácticas que favorecen el bienestar biopsicosocial, preservan la salud y la autonomía en la vejez. Constituyen la base del envejecimiento saludable y activo. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender considera factores que impulsan la adopción de comportamientos saludables, siendo clave para promover la salud.

Objetivo: Evaluar la efectividad de la intervención de enfermería según Nola Pender para mejorar los estilos de vida en adultos mayores.

Método: Estudio cuantitativo, diseño cuasiexperimental, con grupo control y corte longitudinal, en 48 adultos mayores de clubes de la Microred de salud 15 de Agosto, según muestreo no probabilístico por conveniencia: 26 del primer club (grupo experimental) y 22 del segundo (grupo control), según criterios establecidos. Se usó la “Escala de Estilo de Vida Promotor de Salud”, de

Walker, Sechrist y Pender, validada al castellano en 1990, adaptado en Perú, por Díaz y Cols. Posee adecuada confiabilidad (a = 0,784), y validez interna mediante la correlación de Pearson superando el umbral (r > 0,20).

La intervención de Enfermería, de naturaleza educativa, consideró componentes del modelo de Pender: Beneficios y barreras percibidos, autoeficacia percibida, afecto relacionado con la conducta, influencias interpersonales y situacionales; orientados a mejorar estilos de vida.

Resultados: Tras la intervención en el grupo experimental, la prueba estadística de Mc Nemar mostró cambios significativos (P < 0.05) pasando de 11,5% en el pre-test, al 96,2% de adultos mayores con estilo de vida saludable. Mientras que, el grupo control se mantuvo en categoría de no saludable en el post-test.

Conclusión: La intervención de enfermería basada en el modelo de Pender es efectiva para mejorar los estilos de vida en adultos mayores.

SUMMARY

Title

Nola Pender’s nursing intervention to improve lifestyles among older adults.

Introduction: Healthy lifestyles, understood as practices that promote biopsychosocial well-being, preserve health and autonomy in old age. They form the basis of healthy and active aging. Nola Pender’s health promotion model considers factors that drive the adoption of healthy behaviors, which are key to promoting health.

Objective: To evaluate the effectiveness of the nursing intervention based on Nola Pender’s model to improve lifestyles in older adults.

Method: Quantitative study, quasi-experimental design, with a control group and a longitudinal cross-sectional approach, involving 48 older adults from clubs in the 15 de Agosto Health Micro-network, selected via non-probabilistic convenience sampling: 26 from the first club (experimental group) and 22 from the second (control group), according to established criteria. The “Health-Promoting Lifestyle Scale” by Walker, Sechrist, and Pender was used, validated in Spanish in 1990 and adapted in Peru by Díaz et al. It has adequate reliability (a = 0.784) and internal validity, as measured by Pearson’s correlation coefficient, exceeding the threshold (r > 0.20).

The nursing intervention, which was educational in nature, incorporated components of Pender's model: perceived benefits and barriers, perceived self-efficacy, behavior-related affect, and interpersonal and situational influences; all aimed at improving lifestyle.

Results: Following the intervention in the experimental group, the McNemar statistical test showed significant changes ($P < 0.05$), with the percentage of older adults with a healthy lifestyle increasing from 11.5% in the pre-test to 96.2%. Meanwhile, the control group remained in the unhealthy category in the post-test.

Conclusion: The nursing intervention based on Pender's model is effective in improving lifestyles among older adults.

Palavras-chave: estilos de vida; adultos mayores; nola pender; intervención de enfermería.