



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**TRABAJO ACADÉMICO:**

**“RELACIÓN ENTRE EL CONOCIMIENTO SOBRE EL AUTOCUIDADO Y LAS PRÁCTICAS DE LOS PACIENTES ADULTOS MAYORES CON HIPERTENSIÓN ARTERIAL QUE ACUDEN AL CENTRO MÉDICO NAVAL DE BELLAVISTA CALLAO, ENERO - JUNIO 2018”**

**PARA OPTAR EL TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN:  
ENFERMERÍA GERIÁTRICA Y GERONTOLÓGICA**

**PRESENTADO POR:  
LIC. EUGENIA GARDEMI SALAZAR PALOMINO**

**ASESOR:  
DRA. CECILIA MAGDALENA TALLA LINDERMAN**

**CHINCHA – ICA – PERÚ  
2018**

## **INDICE**

### **CAPITULO 1: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

- 1.1 Descripción De La Realidad Problemática
- 1.2 Delimitaciones De La Investigación
- 1.3 Problemas De Investigación
- 1.4 Objetivos De La Investigación
- 1.5 Justificación E Importancia De La Investigación

### **CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO**

- 2.1 Antecedentes del Problema
- 2.2 Bases Teóricas

### **CAPITULO III: HIPOTESIS Y VARIABLES**

- 3.1 Hipótesis General
- 3.2 Hipótesis Secundarios
- 3.3 Variables (Definiciones conceptuales y Operacional)

### **CAPITULO IV: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

- 4.1 Tipo y Nivel de Investigación
- 4.2 Método y Diseño de la Investigación
- 4.3 Población y Muestra de la Investigación
- 4.4 Técnicas e Instrumentos de la Recolección de Datos

### **CAPITULO V: ADMINISTRACIÓN DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**

- 5.1 Recursos (Humanos, Materiales)
- 5.2 Presupuesto
- 5.3 Cronograma de Actividades
- 5.4 Referencias Bibliográficas

### **ANEXOS**

- 1. Matriz de Consistencia
- 2. Encuesta

# **CAPÍTULO 1: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

## **1.1 DESCRIPCIÓN DE LA REALIDAD PROBLEMÁTICA**

La enfermera por la naturaleza de su trabajo provee atención no sólo asistencial sino también de carácter educativo, situación que es de vital importancia en el caso del paciente hipertenso.

En el Perú más de la tercera parte padece de Hipertensión Arterial en el grupo de adultos mayores, por lo cual pertenece al grupo de las 10 primeras causas de fatalidad de todos los pacientes en establecimientos.

Se tiene que los adultos mayores que asisten al Centro Médico Naval, de acuerdo a lo indicado por diagnósticos del personal de salud se tienen un aumento de eventos de presión arterial debido a múltiples factores.

Resulta imprescindible llevar un control continuo para evitar poner en riesgo la vida del adulto mayor.

## **1.2 DELIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.2.1 Espacial**

Este trabajo abarcará a la población de pacientes adultos mayores que han sido diagnosticados con Hipertensión Arterial y que asisten al consultorio del Adulto Mayor en el Centro Médico Naval en el Distrito de Bellavista, Lima.

## **1.2.2 Social**

El grupo materia de investigación la conforman los pacientes adultos mayores diagnosticados con HTA a fin de establecer la relación entre las prácticas para su prevención y el conocimiento del autocuidado.

## **1.3 PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.3.1 Problema Principal**

¿Establecer la relación entre prácticas de pacientes adultos mayores con hipertensión arterial y el conocimiento del autocuidado y asistencia al Centro Médico Naval, en el distrito de Bellavista, Callao, durante el período Enero - junio 2018?

### **1.3.2 Problemas Secundarios**

- a. ¿Este grupo de estudio conoce realmente que una adecuada alimentación es fundamental y parte de un autocuidado rutinario y a su vez lo practican?
- b. ¿Este grupo de estudio conoce realmente lo imprescindible que resulta para su salud llevar un tratamiento farmacológico adecuado y a su vez lo practican?
- c. ¿Este grupo de estudio conoce realmente las posibles complicaciones de su padecimiento y el posible daño a órganos blancos de su organismo?

## **1.4 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACION**

### **1.4.1 Objetivo General**

Establecer la relación entre las prácticas y el conocimiento del autocuidado de adultos mayores padeciendo hipertensión arterial y que

asisten al Centro Médico Naval, en el distrito de Bellavista, Callao, de enero - junio 2018.

#### **1.4.2 Objetivos Específicos**

- a. Establecer si este grupo de estudio conoce realmente que una adecuada alimentación es fundamental y parte de un autocuidado rutinario y si a su vez lo practican.
- b. Establecer si este grupo de estudio conoce realmente lo imprescindible que resulta para su salud llevar un tratamiento farmacológico adecuado y a su vez lo practican.
- c. Establecer si este grupo de estudio conoce realmente las posibles complicaciones de su padecimiento y el posible daño a órganos blancos de su organismo.

### **1.5 JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **1.5.1 Justificación**

La Hipertensión Arterial es un problema de salud pública que, de mantenerse, según la OMS. En el 2020 representarían más del 70% de fallecimientos. Por lo que se requiere adoptar mecanismos para prevención de complicaciones con un adecuado tratamiento.

#### **1.5.2 Importancia**

Es fundamental conocer el autocuidado de hipertensión arterial y sus prácticas ya que nos permitirá contar con información para elaborar

campañas de prevención y un adecuado tratamiento enfocado a adultos mayores con hipertensión arterial quienes asisten al Centro Médico Naval.

### **1.5.3 Limitaciones**

Por su misma naturaleza, este grupo no tendría facilidades para brindar en cuanto a la recolección de la información. Además, es un programa nuevo que aún se está implementando en el Centro Médico Naval.

## CAPITULO II: MARCO TEÓRICO

### 2.1 ANTECEDENTES DEL PROBLEMA

Estilos de vida en los pacientes hipertensos adultos y adultos mayores que acuden a los S.C.S de las parroquias San Pablo de Atenas y Balsapamba durante el periodo diciembre 2010 a marzo del 2011.

Objetivo. - Implementar un programa de Educación continua a los pacientes

Hipertensos que acuden a los Subcentros de las Parroquias San Pablo de Atenas y Balsapamba para evitar complicaciones futuras en la calidad de vida de los pacientes.

### 2.2 FUNDAMENTOS TEÓRICOS

#### La Hipertensión Arterial (HTA). -

Es una enfermedad crónica caracterizada por un incremento continuo de las cifras de la presión sanguínea en las arterias. Siendo un factor de riesgo para accidentes cerebrovasculares, insuficiencia cardíaca y cardiopatía coronaria.

Hipertensión Arterial			
Hipertensión Grado 1	140-159	y/o	90-99
Hipertensión Grado 2	160-179	y/o	100-109
Hipertensión Grado 3	~180	y/o	~110
Hipertensión sistólica aislada	~1-40	y	< 90

### **Causas fundamentales:**

Los eventos de la HTA son las más recurrentes, si ocurre luego de los 60 años o hipertensiones resistentes al tratamiento, se debe sospechar HTA secundaria.

### **Factores de Riesgo:**

Fundamentalmente la HTA se relaciona directamente a la edad para mujeres que padecen obesidad. Influye también fumar, antecedentes de enfermedades cardiovasculares.

### **Prevención de las Complicaciones de la Hipertensión Arterial.**

Se logra mediante la modificación de hábitos alimenticios como:

- Evitar ingesta de grasas saturadas de origen animal
- Consumir hortalizas, frutas, granos y cereales,
- Reducir la ingesta de carnes rojas.
- No sal
- No embutidos ni enlatados.
- Caminar, realizar ejercicios, dormir lo necesario 8 horas, control del estrés.

Según el modelo de Leavell y Clarck, se tienen los cinco niveles para una óptima **prevención de complicaciones:**

- Fomentar una salud óptima, el personal de enfermería brinda la educación sanitaria a toda la población involucrada.
- Realizar actividades de protección específica.

- Diagnosticar de manera oportuna la enfermedad y/o síntomas de enfermedades cardiovasculares.
- Delimitación del daño, el personal de enfermería incentiva a cumplir con lo indicado por el médico.
- Brindar las medidas específicas de rehabilitación otorgando orientación y soporte a pacientes.

### **En relación a los autocuidados**

El personal de enfermería debe dedicar sus esfuerzos en concientización del paciente y sus manejos de estrés, actividades físicas, peso adecuados, puestos estos factores fundamentales inciden en un aumento de la presión.

### **Tratamiento primario:**

En una primera etapa de HTA se indica que los adultos mayores modifiquen su estilo de vida como reduciendo de peso, realizando algún tipo de ejercicios físicos, evitar sal, evitar alcohol, adecuado consumo de Potasio y Calcio, evitar el consumo del tabaco.

### **AUTOCUIDADOS:**

Acciones emprendidas por el propio paciente dirigidas a prevenir complicaciones y particularmente este trabajo tiene por objeto promoverlos por parte de la enfermera, quien brinda información al paciente a fin de concientizarlo sobre las más recurrentes complicaciones provenientes de un control inadecuado de la hipertensión arterial.

La difusión de los autocuidados es parte de un proceso que se basa en responsabilidad y concientización de hábitos generados en el individuo.

## **PRÁCTICAS:**

La práctica se sustenta en la ciencia de enfermería, siendo un conjunto de aprendizajes teóricos permitiendo solucionar conflictos durante su ejecución o práctica.

Es primordial que esta ciencia se apoye en conocimientos científicos, para que el profesional eduque o brinde conocimientos a la población mediante la educación para que estas personas lo pongan en práctica en sus vidas diarias.

## **CAPITULO: III HIPÓTESIS**

### **3.1 GENERAL**

Hay una relación existente de prácticas de pacientes adultos mayores con HTA y el conocimiento sobre su autocuidado quienes asisten al Centro Médico Naval. Enero - junio 2018.

### **3.2 SECUNDARIA**

- a. Los pacientes Adultos mayores con HTA carecen o tienen deficientes conocimientos del valor de llevar una alimentación saludable para su autocuidado siendo su práctica rutinaria de baja calidad.
- b. Los pacientes Adultos mayores con HTA carecen o tienen deficientes conocimientos sobre la importancia y práctica del tratamiento farmacológico rutinario.
- c. Los pacientes Adultos mayores con HTA carecen o tienen deficientes conocimientos acerca de complejidades producidas por la HTA y las lesiones que ocasiona a los órganos blancos.

### **3.3 VARIABLES (DEFINICIÓN CONCEPTUAL Y OPERACIONAL)**

#### **Variable Independiente (X):**

Pacientes Adultos Mayores con Hipertensión Arterial del Centro Médico Naval.

**Variable Dependiente (Y):** Conocimiento sobre autocuidado y las prácticas.

Var.	Def.	Dimensiones	Indicadores / Categoría	Ítems	Escala de valoración	Instrumento
Variable Independiente en adultos mayores con HTA del Centro Médico Naval	Paciente mayor a 60 años con valores de presión arterial (PA) mayores al promedio.	Personal (P)  Social (S)  Económico (E)	Individuo que tiene una edad superior a 60 años  Presión arterial mayor de 140/90 mm Hg  Historia clínica	Información Global	Ordinal	DNI  Tensiómetro  Historia Clínica
Variable dependiente Conocimiento sobre el autocuidado y las prácticas.	Grupo de acciones por voluntad que ejecuta una persona con el fin de manejar y dirigir factores internos o externos, los cuales pueden influir en su vida y posterior ejecución de prácticas enfocadas a fortalecer la salud o a restablecerla de manera inmediata en lo posible, siendo realizada por el mismo individuo.	(P)  (S)  (E)	Responder todas las preguntas del cuestionario.  Manifiesta en entrevista  Análisis y diagnóstico			Entrevista  Preguntas  Análisis

# CAPÍTULO IV: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

## 4.1 TIPO Y NIVEL DE INVESTIGACIÓN

### 4.1.1 Tipo

Descriptiva

### 4.1.2 Nivel

Cualitativa

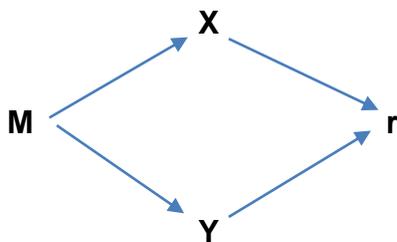
## 4.2 MÉTODO Y DISEÑO

### 4.2.1 Método

El método a usar está definido como descriptivo

### 4.2.2 Diseño

Prospectivo, descriptivo transversal.



**M:** Sector muestral

**X:** PAD con HTA del Centro Médico Naval

**Y:** Entendimiento sobre autocuidado y sus prácticas

**r:** Relación

### **4.3 TAMAÑO**

#### **4.3.1 Población**

Adulto Mayor diagnosticados con HTA y que asisten al Centro Médico Naval entre los meses de enero - junio 2018.

#### **4.3.2 Muestra**

22 pacientes con hipertensión arterial.

### **4.4 TÉCNICAS DE RECOPIACIÓN DE INFORMACIÓN**

#### **4.4.1 Técnicas**

Se utilizará como técnica de recolección de datos la encuesta

#### **4.4.2 Instrumentos**

En el cuestionario, se aplicará un cuestionario a cada paciente seleccionado dándosele 1 punto por cada respuesta correcta, y los resultados se agruparan de la siguiente manera:

- Malo: 1-10
- Regular: 11- 16
- Bueno: 17-22

#### **4.4.3 Fuentes**

Primarias: pacientes y personal de salud.

Secundarias: reportes.

# CAPÍTULO V: ADMINISTRACIÓN DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

## 5.1 RECURSOS (Humanos, Materiales)

### a) Recursos Humanos

-Licenciada en enfermería

-Asesoría

### b) Recursos Materiales

- Líbros
- 100 Papel bond A4
- 01 Impresora
- Memoria USB 8 GB
- Lapiceros
- Tinta de impresora
- Borrador
- 01 laptop
- Movilidad
- Resaltador
- Corrector
- CD
- Fotocopias
- Grapas
- Engrapador
- Tajador

## 5.2 PRESUPUESTO

Gastos	Cantidad	Costo Total S/.
A-4 Papel Bond	500 hojas	22.00
Bolígrafo		
fotocopias	100 un	100.00
Marcador	2 un	2.00
Liquid Paper	1 un	7.00
Unidad de grabación	1 un	10.00
Memoria	2 un	3.00
Copiadora/impresora	1 un	20.00
Engrapador	1 un	25.00
Grapas	1 un	20.00
Borrador	2 un	6.00
Tajador	1 un	0.50
		S/. 216.00

Tipo de Gasto	Frecuencia	Costo Un. S/	Costo Total S/
Transporte	40	1.50	S/. 60.00

Tipo de Gasto	Cantidad	Costo Unitario S/	Costo Total S/
Impresiones	200 hojas	1.00	200.00
Empleo internet	50 horas	2.00	100.00
Copias encuestas	180 hojas	0.10	18.00
Anillado	2 un	10.00	20.00
		TOTAL	S/. 338.00

Tipo de Gasto	Costo S/.
Materiales	216.00
Asignaciones	60.00
Otros servicios	338.00
TOTAL	S/.604.00

### Financiamiento

Autofinanciado en su integridad.

### 5.3. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Nº	Tareas	Meses					
		Ener	Feb	Mar	Abri	May	Jun
1	Programación del proyecto	X					
2	Propuesta del proyecto	X					
3	Identificación de instrumentos de Recopilación	X					
4	Prueba de validación	X					
5	Empleo de los instrumentos		X	X			
6	Evaluación de instrumentos.				X		
7	Realización de las Conclusiones					X	
8	Presentación del informe final						X
9	Exposición del trabajo						X

## 54 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Nicolás Roberto Robles 2009. Recomendaciones para la detección y el Tratamiento del anciano con hipertensión arterial. Visitado el 3 de Setiembre del 2013. Disponible en la web: <http://www.saha.org.ar/pdf/HTAAnciano.pdf>
- Laia Sans-Atxer 2011. Hipertensión arterial en el anciano. Visitado el 3 de Setiembre del 2013. Disponible en la web: [http://www.revistanefrologia.com/revistas/P-E/P-E-S-A\\_11229.pdf](http://www.revistanefrologia.com/revistas/P-E/P-E-S-A_11229.pdf)
- Jaime E. Tortós Guzmán 2010. Hipertensión arterial en el adulto mayor. Visitado el 4 de Setiembre del 2013. Disponible en la web: <http://medicos.cr/web/documentos/EMC%202013/hta%20adulto%20mayor.pdf>
- Wikipedia enciclopedia libre. Visitado el 14 de octubre del 2013. Disponible en la web: [http://es.wikipedia.org/wiki/Hipertensi%C3%B3n\\_arterial](http://es.wikipedia.org/wiki/Hipertensi%C3%B3n_arterial).
- Natividad Pinto Afanador. Visitado el 01 de junio del 2014. Disponible en la web: [http://www.enfermeria.unal.edu.co/revista/articulos/xx1\\_5.pdf](http://www.enfermeria.unal.edu.co/revista/articulos/xx1_5.pdf)

## 1. Matriz de Consistencia

Problema principal	Objetivo General	Hipótesis General	Identificación y definición de Variables Variable Independiente (X)	Tipo de investigación Descriptiva- Aplicativa
<p>¿Establecer la relación entre prácticas de pacientes adultos mayores con hipertensión arterial y el conocimiento del autocuidado y asisten al Centro Médico Naval, en el distrito de Bellavista, Callao, durante el período Enero - junio 2018</p> <p><b>Problemas Secundarios</b></p> <p>a. ¿Este grupo de estudio conoce realmente que una adecuada alimentación es fundamental y parte de un autocuidado rutinario y a su vez lo practican?</p> <p>b. ¿Este grupo de estudio conoce realmente lo imprescindible que resulta para su salud llevar un tratamiento farmacológico adecuado y a su vez lo practican?</p> <p>c. ¿Este grupo de estudio conoce</p>	<p>Establecer la relación entre las prácticas y autocuidado de pacientes asistentes al Centro Médico Naval, en el distrito de Bellavista, Callao, durante el período Enero - junio 2018.</p> <p><b>Objetivos Específicos</b></p> <p>a. Establecer si este grupo de estudio conoce realmente que una adecuada alimentación es fundamental y parte de un autocuidado rutinario y si a su vez lo practican.</p> <p>b. Establecer si este grupo de estudio conoce realmente lo imprescindible que resulta para su salud llevar un tratamiento farmacológico adecuado y a su vez lo practican.</p> <p>c. Establecer si este grupo de estudio conoce realmente las</p>	<p>Hay una relación existente de prácticas de pacientes adultos mayores con HTA y el conocimiento sobre su autocuidado quienes asisten al Centro Médico Naval. Enero - junio 2018</p> <p>Hipótesis secundarias</p> <p>a. Los pacientes Adultos mayores con HTA carecen o tienen deficientes conocimientos del valor de llevar una alimentación saludable para su autocuidado siendo su práctica rutinaria de baja calidad.</p> <p>b. Los pacientes Adultos mayores con HTA carecen o tienen deficientes conocimientos sobre la importancia y práctica del tratamiento farmacológico rutinario.</p> <p>c. Los pacientes mayores con HTA carecen o tienen deficientes conocimientos</p>	<p>Pacientes Adultos Mayores con Hipertensión del Centro Médico Naval</p> <p>Variable Dependiente (Y) Conocimiento acerca de la teoría del autocuidado y correspondientes prácticas.</p>	<p>Técnicas de Investigación -Encuesta -Cuestionario</p> <p><b>Diagrama:</b> Es descriptivo, transversal, prospectivo. Adultos mayores con Hipertensión Arterial del Centro Médico Naval.</p>

<p>realmente las posibles complicaciones de su padecimiento y el posible daño a órganos blancos de su organismo ?</p>	<p>posibles complicaciones de su padecimiento y el posible daño a órganos blancos de su organismo.</p>	<p>sobre complicaciones HTA y daños consecuentes.</p>		
---	--	---	--	--

## 2. Encuestas

Buen(as) días (tardes)

Esta encuesta cumple con el objetivo de ayudar a establecer conocimientos acerca de la teoría del cuidado del mismo paciente de hipertensión arterial y sus prácticas que posee.

DATOS GLOBALES:

- Años \_
- Kg ---
- Presión Arterial \_
- Femenino \_    Masculino \_
- Ocupación:

Período de desarrollo de la HTA:

a) < 1 año ( )            b) 1 y 5 años            e) + 5 años

Marcar en el espacio que considere correcto.

1. ¿Considera a la HTA una enfermedad que pone en riesgo la vida de la persona?

a) Si ( )            b) No ( )

2. ¿Los valores menores a 140/90 mm Hg se adoptan como promedios?

a) Si ( )            b) No ( )

3. ¿Considera que la HTA se padece de por vida?

a) Si ( )            b) No ( )

4. ¿ Considera que cada vez que se tenfa la HTA se deben manifestar los síntomas?

(Dolor de cabeza, ruidos en los oídos, palpitaciones etc.)

a) Si ( )            b) No ( )

5. ¿Considera que la HTA se puede curar?

a) Si ( )            b) No ( )

6. ¿Una alimentación que carece de grasa y abundantes vegetales y frutas resulta importante si se quiere favorecer el descenso de la P.A.?

a) Si ( )            b) No ( )

6. ¿Considera evitar consumir sal?

a) Si ( )            b) No ( )

7. ¿Es posible manejar la hipertensión con una dieta?

a) Si ( )            b) No ( )

8. ¿ Es posible manejar la hipertensión con tratamiento farmacológico?

a) Si ( )            b) No ( )

9. ¿Ud. Ingiere medicamentos para el tratamiento de HTA?

a) Si ( )            b) No ( )

10. ¿De por vida se deben ingerir medicamentos para su tratamiento?

a) Si ( )            b) No ( )

11. ¿En caso empeore la presión se podría incrementar la medicación sin prescripción médica?

a) Si ( )            b) No ( )

12. ¿Al estabilizarse la presión se podría abandonar el tratamiento?  
a) Si ( )            b) No ( )
13. ¿Un evento de HTA podría llevarnos a complicaciones graves?  
a) Si ( )            b) No ( )
14. ¿Un efecto de la HTA puede ser la complicación de la salud de ojos?  
a) Si ( )            b) No ( )
15. ¿Resulta la obesidad ser la causa fundamental de un evento hipertensivo?  
a) Si ( )            b) No ( )
16. ¿Resulta el consumo de tabaco peligroso que provoque complicaciones cardiovasculares relacionadas a la HTA?  
a) Si ( )            b) No ( )
17. ¿Un evento de HTA podría originar complicación con el corazón?  
a) Si ( )            b) No ( )
18. ¿Podría la HTA originar complicaciones en el cerebro?  
a) Si ( )            b) No ( )
19. ¿Podría la HTA provocar complicaciones renales?  
a) Si ( )            b) No ( )
20. ¿Considera que reducir el peso en obesos podría reducir la presión arterial?  
a) Si ( )            b) No ( )
21. ¿Considera que realizar actividad física como caminar media hora puede contribuir a prevenir el riesgo de padecer un padecimiento del corazón?

a) Si ( )                      b) No ( )

22. ¿Considera que un adecuado manejo del estrés contribuye a controlar la hipertensión?

a) Si ( )                      b) No ( )