



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**TESIS**

**CONOCIMIENTO SOBRE HIPERTENSIÓN ARTERIAL  
Y EL AUTOCUIDADO EN ADULTOS MAYORES DEL  
CENTRO DE SALUD SAN MARTÍN, LAMBAYEQUE-  
2022**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA  
EN ENFERMERÍA**

**Autora**

Bach. Ordoñez Burga Rosa del Pilar  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1388-5974>

**Asesora**

Mg. Palomino Malca Jimena  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2226-0546>

**Línea de Investigación**

**Calidad de vida, promoción de la salud del individuo y la  
comunidad para el desarrollo de la sociedad**

**Sublínea de Investigación**

**Nuevas alternativas de prevención y el manejo de enfermedades y/o no  
transmisibles**

**Pimentel – Perú  
2024**



Universidad  
Señor de Sipán


### ANEXO 01: DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Quien suscribe la DECLARACIÓN JURADA, soy la egresada Ordoñez Burga Rosa del Pilar del Programa de Estudios de Enfermería de la Universidad Señor de Sipán S.A.C, declaro bajo juramento que soy autor del trabajo titulado:

#### CONOCIMIENTO SOBRE HIPERTENSIÓN ARTERIAL Y EL AUTOCAUIDADO EN ADULTOS MAYORES DEL CENTRO DE SALUD SAN MARTÍN, LAMBAYEQUE-2022

El texto de mi trabajo de investigación responde y respeta lo indicado en el Código de Ética del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Señor de Sipán, conforme a los principios y lineamientos detallados en dicho documento, en relación con las citas y referencias bibliográficas, respetando el derecho de propiedad intelectual, por lo cual informo que la investigación cumple con ser inédito, original y autentico.

En virtud de lo antes mencionado, firma:

Ordoñez Burga Rosa del Pilar	DNI: 73271580	
------------------------------	---------------	---

Pimentel, 20 de Julio de 2023

# REPORTE DE SIMILITUD TURINITIN

Reporte de similitud

NOMBRE DEL TRABAJO

**ORDOÑEZ BURGA ROSA DEL PILAR.docx**

RECUESTO DE PALABRAS

**5440 Words**

RECUESTO DE CARACTERES

**28893 Characters**

RECUESTO DE PÁGINAS

**18 Pages**

TAMAÑO DEL ARCHIVO

**36.7KB**

FECHA DE ENTREGA

**Jul 8, 2024 5:39 AM GMT-5**

FECHA DEL INFORME

**Jul 8, 2024 5:39 AM GMT-5**

## ● 21% de similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos.

- 18% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 16% Base de datos de trabajos entregados
- 2% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

## ● Excluir del Reporte de Similitud

- Material bibliográfico
- Coincidencia baja (menos de 8 palabras)
- Material citado

Resumen

**CONOCIMIENTO SOBRE HIPERTENSIÓN ARTERIAL Y EL AUTOCUIDADO EN  
ADULTOS MAYORES DEL CENTRO DE SALUD SAN MARTÍN, LAMBAYEQUE-  
2022**

**Aprobación del jurado**

---

**Mg. GONZALES DELGADO LEYLA ROSSANA**  
**Presidente del Jurado de Tesis**

---

**Mg. BRAVO BALAREZO FLOR DE MARIA**  
**Secretario del Jurado de Tesis**

---

**Mg. PALOMINO MALCA JIMENA**  
**Vocal del Jurado de Tesis**

# CONOCIMIENTO SOBRE HIPERTENSIÓN ARTERIAL Y EL AUTOCUIDADO EN ADULTOS MAYORES DEL CENTRO DE SALUD SAN MARTÍN, LAMBAYEQUE- 2022

## Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo Determinar la relación del conocimiento sobre hipertensión arterial y el autocuidado en adultos mayores del Centro de Salud San Martín, Lambayeque 2022. Fue un estudio cuantitativo, con diseño no experimental, transversal-correlacional, la muestra se conformó por 90 adultos mayores, cómo técnica de estudio se utilizó la encuesta y cómo instrumento de recolección de datos el cuestionario. En los resultados se obtuvo que el 85.6% de los adultos mayores si tienen conocimiento sobre hipertensión arterial, mientras que el 14.4% no la tiene, la evaluación del autocuidado que debe tener el adulto mayor el 26.7% siempre tiene en cuenta su alimentación, el 37.8% de la población realiza ejercicio físico, 11.2% siempre tiene en cuenta sus hábitos. Se concluyó y determinó que existe una relación significativa entre la relación del conocimiento sobre hipertensión arterial y el autocuidado en adultos mayores mediante correlación de Spearman de 0.374 representado como directa y alta.

**Palabras Clave:** conocimiento, hipertensión, autocuidado

## **Abstract**

The objective of this research was to determine the relationship between knowledge about high blood pressure and self-care in older adults at the San Martín Health Center, Lambayeque 2022. It was a quantitative study, with a non-experimental, transversal-correlational design, the sample consisted of 90 older adults, how the survey was used as a study technique and the questionnaire as a data collection instrument. The results showed that 85.6% of older adults do have knowledge about high blood pressure, while 14.4% do not, the evaluation of self-care that older adults should have, 26.7% always takes into account their diet, 37.8% of the population does physical exercise, 11.2% always take their habits into account. Conclusions were drawn and it was determined that there is a significant relationship between the relationship of knowledge about arterial hypertension and self-care in older adults using a Spearman measurement of 0.374, represented as direct and high.

**Keywords:** knowledge, hypertension, self-care

## I. INTRODUCCIÓN

La hipertensión arterial es una patología crónica que mata a la gran mayoría de personas de la tercera edad, se considera un problema de salud en países desarrollados<sup>1</sup>. Es un causante esencial para el aumento de enfermedades cardiovasculares, considerada una condición médica grave que va aumentando el riesgo de enfermedad cardíaca, cerebral, renal, entre otros<sup>2</sup>. Las enfermedades cardiovasculares matan a 1,6 millones de adultos en los EE. UU, casi medio millón de las cuales tienen menos de 70 años.<sup>3</sup> Se considera aproximadamente 1280 millones de personas de 30 a 79 años en todo el mundo tienen hipertensión, y un tercio de esta población vive en lugares remotos donde no hay altos ingresos, y alrededor del 46% de los adultos desconocen de su enfermedad o no realizan una vigilancia constante para detectarla, y solo el 21% del total realiza vigilancia y control farmacéutico integral<sup>4</sup>.

La presión alta ataca al 40% de personas adultas de la región, muchos de ellos tienen bajos recursos socioeconómicos y tienden a tener un mayor riesgo de desarrollar enfermedades cardíacas y cerebrovasculares, por eso la OPS promueve políticas y proyectos que afectan la salud pública, reduce el consumo de sal, promueve y apoya la prevención de la hipertensión a través de estrategias de promoción de la alimentación saludable, actividad física y prevención de la obesidad, desarrollo de productos farmacéuticos fundamentales del tratamiento de hipertensión y promoción del crecimiento de la salud<sup>3</sup>.

EE.UU , un promedio de 75 millones de personas viven con hipertensión , la mayoría personas afroamericanos que representan el 41 % a comparación del 28 % de los adultos de otras razas, diversos estudios demuestran que la presión arterial alta es más común en las personas adultas y afecta a aproximadamente dos tercios de estos, y solo una cuarta parte de las personas de 20 a 74 años, las personas que tienen riesgo de padecer hipertensión son entre la edad de 55 años representando el 90%, el 81% con la enfermedad tienen un

diagnóstico exacto y del 73% de las personas diagnosticadas con hipertensión reciben terapia con medicamentos y solo el 51% recibe el tratamiento adecuado<sup>5</sup>.

Perú: Según el informe de Enfermedades No Transmisibles y Transmisibles en el año 2019, al analizar la prevalencia de hipertensión arterial por regiones, Callao, Piura, Lima, Ica, Lima, Tacna, Arequipa, Tumbes, San Martín y Loreto están todos por encima del promedio nacional (14,2%). Por otro lado, la menor prevalencia de hipertensión arterial se encontró en las regiones de Ucayali, Huancavelica y Junín, con una prevalencia menor al 10%. Las regiones con mayores disminuciones en la prevalencia de hipertensión arterial entre 2014 y 2019 son Moquegua, Cajamarca, Junín y Lambayeque, y las regiones con mayores aumentos en la prevalencia de hipertensión arterial son San Martín, Madre de Dios, Tumbes, Ica, Arequipa y Ayacucho <sup>6</sup>.

En 2021, según datos del Instituto Nacional de Estadística e Informática, la prevalencia de hipertensión arterial en personas de 15 años y más por sector fue de 23,5 % en la provincia de Constitución del Callao y de 23,1 % en la provincia de Lima. Los porcentajes más bajos son Ucayali con 5,2%, Madre de Dios con 8,1% y Apurímac con 10,5%<sup>7</sup>.

El seguro social de Salud (EsSalud) durante el 2022 detectó 21 946 nuevos casos de hipertensión en las personas aseguradas durante el primer semestre del año, además de todos los diagnosticados el 55% son mujeres y un 45% hombres de entre las edades de 65-69 años. En el mes de marzo fue donde se detectó mayor cantidad de casos representado el 17% equivalente a 3 802 personas. A comparación del año 2021 en el mismo periodo se detectaron 23 445 casos de hipertensión arterial que representa al 6% de adultos, evidenciándose que para el año 2022 ha disminuido en 1% los casos de esta enfermedad. De acuerdo con estas cifras, EsSalud no descarta que las cifras de casos presentados puedan aumentar debido a que muchos de los asegurados no acuden a los establecimientos de salud debido al Covid-19 <sup>8</sup>.



Se analizó antecedentes del ámbito internacional como; Baglietto J, Mateos A, Nava J, Rodríguez P, Rodríguez F, en el año 2020 realizaron una investigación para calcular el grado de conocimiento de las personas con presión alta, fue un estudio prospectivo, 274 personas conformaron la muestra, 153 mujeres y 121 hombres. Resultados: sexo masculino de 75 años a más con un 33%, el 55% de 60 a 75, 32% de 45 a 60 años, 26% de 30-45. 6% de 30-45 años y el 2% en personas menores de 30 años. De acuerdo con los resultados de las encuestas se pudo concluir que las personas no saben lo suficiente sobre su enfermedad para prevenir o reducir los factores de riesgo<sup>9</sup>.

Enríquez I, en el año 2020 realizó una investigación para conocer el grado de conocimientos en personas con presión alta de consulta externa del H.G.R del IMSS, Cuernavaca, fue un estudio observacional, transversal-analítico, 263 personas conformaron la muestra que acuden a consulta. Resultados: el 19.77% equivalente a 52 personas tiene alto conocimiento, en un nivel medio 93 personas (35.36%), y el 44.87% que son 118 personas tienen un conocimiento bajo. Se concluyó que el conocimiento que presentan los adultos fue bajo por eso se recomendó implementar acciones educativas<sup>10</sup>.

Cruz A, Martínez S, en el año 2019 en su estudio denominado relación del conocimiento y el autocuidado de los pacientes hipertensos en Manabí, Ecuador. La metodología utilizada fue del tipo correlación cruzada, 138 pacientes hipertensos conformaron la población. Resultados: Diferencia significativa al nivel 0.01 Una correlación de -0.331 aceptándose la hipótesis alternativa de que el estado de conciencia del paciente se encuentra en buen nivel, la cual asumen con responsabilidad el autocuidado en relación a la hipertensión arterial<sup>11</sup>.

Dentro del ámbito nacional; Ávalos Y, Marreros M. (Trujillo-2021) realizaron una investigación Nivel de conocimiento y autocuidado del adulto mayor con hipertensión arterial en el Centro de Salud Buen Pastor, la metodología no experimental y cuantitativa, diseño descriptivo correlacional con corte transversal, la población conformada por 75 pacientes. Resultados: se evidencio que el 68% tienen un nivel alto y el 32% nivel medio, en relación con

el autocuidado el 79% un autocuidado regular, y el 21% un autocuidado bueno. Se concluyó que existe una relación significativa entre las dos variables según correlación de Spearman de 0.343 representado como positiva media y un nivel de significancia de 0.003<sup>12</sup>.

Orihuela D, Orihuela Y, en el año 2021 realizaron un estudio para determinar el nivel de conocimiento sobre hipertensión arterial entre los adultos mayores que asisten a los centros de salud de Chupaca. Este fue un estudio descriptivo simple, no experimental, de corte transversal y la población lo conformó 30 personas. Resultados: El 63,3% representó un nivel medio sobre factores no modificables, un 53,3% superior y un 93,3% inferior en relación con el nivel de conocimiento sobre hipertensión arterial y un nivel de conocimiento inferior sobre hipertensión arterial. El 56,7% acudió al C.S Chupaca 2021, un porcentaje moderado<sup>13</sup>.

Cano N, en el año 2021 realizó un estudio sobre nivel de conocimiento y prácticas de autocuidado de los adultos mayores presión alta del Hospital Carlos Cornejo Rocero Vizcardo de Azángaro. La metodología utilizada fue de enfoque cuantitativo, correlación inductiva descriptiva, no experimental, 195 pacientes hipertensos conformaron la muestra. Resultados: El 64,1% de los AM tiene conocimiento moderado, el 34,4% tiene conocimiento alto de prácticas de autocuidado, el 51,3% tiene malas prácticas de autocuidado y el 48,7% tiene malas prácticas de autocuidado. Los aspectos de control, el 54,4% practica un buen autocuidado y el 45,6% practica un mal autocuidado. Concluye que las personas mayores educadas pueden practicar el autocuidado y se recomiendan programas para personas mayores<sup>14</sup>.

Y por último en relación al ámbito local; Palacios M, en el año 2019 realizó un estudio en el Hospital Regional Docente Las Mercedes Determinación de conocimientos y prácticas para el autocuidado de la hipertensión arterial en adultos mayores, la metodología empleada diseño no experimental, descriptivo, sin intervención, contó con una muestra de 202 adultos mayores. Resultados: La edad adulta mínima fue de 60 años y la máxima de 87 años, hubo mayor prevalencia en el sexo masculino, el 40.6% estudiaron secundaria completa y el 33.2% son casados, el 25.7% es soltero y el 20.8% son convivientes. En cuanto a los conocimientos,

el 69% de las personas mayores tiene un nivel bajo, el 26% tiene un nivel medio y el 5% tiene un nivel de conocimiento alto. Se concluyó que hubo una asociación significativa entre las dos variables propuestas. El margen de error es inferior a 0,001. Se observó que alto conocimiento se asoció con alto autocuidado, y moderado y bajo conocimiento se asoció con moderado cuidados personales <sup>15</sup>.

Puicón S, en el año 2019 realizó un estudio para ver el estado actual del conocimiento sobre la hipertensión arterial en el adulto mayor del Centro de Salud José Quiñones Gonzáles, la metodología empleada fue observacional de corte transversal y cuantitativo. Resultados: primeramente, se concluyó que este estudio obtuvo un conocimiento moderado de la variable de estudio. Se recomendó que el personal de enfermería debe de fortalecer su función educadora hacia los adultos mayores con esta enfermedad, realizar visitas domiciliarias brindando información suficiente para evitar que esta enfermedad siga avanzando<sup>16</sup>.

Ochoa C, Rimarachín Y, en el año 2020 realizaron un estudio para determinar el nivel de práctica que realizan las personas mayores con hipertensión arterial, fue una investigación descriptiva transversal, 94 adultos conformaron la muestra. Resultados: El 52% de los adultos mayores tenían buenas prácticas, el 30% tenían malas prácticas relacionadas con manejo del estrés y actividad física, el 45,7% y el 42,6%, la nutrición fue el 80,9%, la adherencia al tratamiento fue el 60,0%, y malas el 22,3% comen frutas, el 30,9% comen verduras, el 46,8% no hace ejercicio y el 25,5% toma medicamentos para la presión arterial alta. Se concluyó que existe una necesidad para que el profesional de enfermería promueva prácticas de autocuidado que ayuden al adulto mayor <sup>17</sup>.

Custodio M, en el año 2020 realizó un estudio para determinar la relación del conocimiento y autocuidado de los adultos mayores hipertensos del Centro de Salud Toribia Castro Chirinos, la metodología fue descriptivo correlacional, En un diseño transversal no experimental, la muestra estuvo compuesta por 56 adultos mayores. Resultados: el 45% tenía bajo conocimiento y el 50% tenía bajo nivel de autocuidado. Se concluyó que existe relación

entre las variables conocimiento y autocuidado arrojando un puntaje de 0.000 menor a 0.05, y se aceptó la hipótesis propuesta<sup>18</sup>.

La investigación se justificó porque según estudios anteriores se evidencia esta problemática que con el pasar del tiempo va afectando a gran cantidad de personas entre ellas personas de la tercera edad quienes muchos de ellos no tienen el conocimiento suficiente en relación a la enfermedad o no tienen un control consecutivo de ello, por otro lado, el desconocimiento en relación con el autocuidado, es decir muchos de ellos no llevan un buen estilo de vida y realizan prácticas inadecuadas como por ejemplo el consumo excesivo de sal, sedentarismo, mala alimentación, consumo de alcohol, entre otros. Por eso es importante el estudio de la hipertensión arterial que permitirá determinar el estado de conocimiento sobre hipertensión arterial y el autocuidado en adultos mayores. Esto permite a las personas mayores evaluar cuánto saben sobre su enfermedad y mejorarlo junto con expertos, además de conocer su estado de salud apoyando y fomentando prácticas saludables de autocuidado y brindándoles la información suficiente para estar mejor informados.

Se tuvo como principal hipótesis existe relación entre el nivel de conocimiento sobre hipertensión arterial y el autocuidado en adultos mayores del Centro de Salud San Martín, Lambayeque 2022.

Para llegar a la hipótesis se planteó como objetivo general: Determinar la relación que existe entre el nivel de conocimiento sobre hipertensión arterial y el autocuidado en adultos mayores del Centro de Salud San Martín, Lambayeque 2022, asimismo los siguientes objetivos específicos: Identificar el nivel de conocimiento sobre hipertensión arterial en los adultos mayores del Centro de Salud San Martín, Lambayeque-2022, Evaluar el autocuidado que realizan los adultos mayores con hipertensión arterial del Centro de Salud San Martín, Lambayeque-2022

La teórica de enfermería que se usó como modelo fue Dorothea Orem con su teoría del autocuidado, describe el concepto de autocuidado como una contribución continua de las

personas a su propia existencia, es decir el comportamiento en ocasiones específicas de la vida que las personas dirigen hacia sí mismas, para influir en su propio desarrollo y controlar los factores que funcionan para su vida, su salud o su bienestar, aumenta la aportación activa de los individuos para cuidar su salud, asumiendo la responsabilidad de determinar las condiciones situacionales, enteramente con fines de promoción de la salud. Requiere personalización de la atención e implicación en el propio plan de cuidados del usuario, cediendo la sujeción a un sistema de preferencias de los participantes. El objetivo es ayudar a las personas a tomar y mantener medidas de cuidado personal para mantener su bienestar, las enfermeras pueden utilizar cinco métodos de apoyo: coordinación, orientación, educación, apoyo y creación de un entorno para el desarrollo<sup>19</sup>.

Para Orem, la persona es un todo que funciona biológicamente, simbólicamente y socialmente, con la facultad de usar ideas, el pensamiento y poder reflexionar sobre su propio estado de salud y poder llevar un autocuidado dependiente, es decir la capacidad que posee para su desenvolvimiento. En su teoría prevalece el autocuidado como una conducta aprendida por la persona para sí mismo y su entorno en el que se encuentra, enfatiza que el autocuidado requiere una acción deliberada intencionada que va a estar limitada por el conocimiento y las habilidades que posee el individuo, ya que es un conocimiento que se aprende mediante el crecimiento y desarrollo de las personas.<sup>20</sup>

En relación a la enfermedad la Hipertensión arterial, riesgo que aumenta de acuerdo a la edad de las personas porque los vasos sanguíneos se endurecen debido a la edad de la persona y esto hace que se vea altas cantidades de presión arterial<sup>21</sup>, se puede determinar sobre la base de valores específicos de presión arterial sistólica<sup>22</sup> que corresponde al valor máximo de la presión arterial durante la contracción del corazón (sístole), esta es la presión de la sangre que el corazón empuja contra las paredes de las arterias y diastólica que es la presión mínima cuando el corazón está en diástole, se refiere a la capacidad de los vasos sanguíneos para expandirse según el tamaño y la presión a la que están sometidos<sup>23</sup>.

Enfermedad que mayormente no presenta signos evidentes y tarda en manifestarse, es tratable, pero si no se controla puede originar complicaciones graves como infarto de miocardio, insuficiencia cardiaca o ictus<sup>24</sup>, en ocasiones experimentan dolores cefalea, disnea, o hemorragias nasales, pero no son muy específicos es decir no aparecen hasta alcanzar una etapa grave o potencialmente mortal<sup>25</sup>, y rara vez con dolor de cabeza intenso, sensación de frío y ansiedad, palpitaciones y temblores<sup>26</sup>.

Los factores que participan en hipertensión arterial encontramos, la edad debido que a medida que la persona va envejeciendo se va aumentando la presión arterial y se ven afectados personas de la tercera edad, la raza que mayormente lo sufren personas del África, así como personas de tez blanca , también encontramos los antecedentes familiares debido que es una enfermedad hereditaria, el sobrepeso y/o obesidad debido a la grasa que el cuerpo acumula y es por ello que la sangre necesita más oxígeno y nutrientes para los tejidos, el fumar debido a la sustancia química que contiene y es por ello que daña las paredes de las arterias, el exceso consumo de sal en las comidas , consumo de alcohol puede dañar el corazón y aumentar la presión arterial, el estrés también juega un papel fundamental dado que las personas realizan hábitos inadecuados<sup>25</sup>.

Autocuidado, la OMS define el autocuidado como la capacidad de las personas, las familias y las comunidades para promover la salud, prevenir enfermedades, mantener la salud y manejar enfermedades y discapacidades, con o sin el apoyo de profesionales médicos.<sup>27</sup>.

Como seres sociales, los humanos compartimos experiencias y conocimientos con nuestro entorno en nuestra vida diaria. Las personas pueden continuar este proceso de aprendizaje como estudiantes, pero su perspectiva desde la que aprenden debe ser diferente, por lo que deben adaptarse a las características únicas que experimentan en esta etapa de sus vidas e incorporar a su vida diaria comportamientos físicos, sociales, psicológicos y espirituales saludables que mejoren su calidad de vida y tienden a abandonar patrones y comportamientos nocivos, además de poder cuidar de sí mismos. Para promover el autocuidado podemos hacerlo a través de educación oral, folletos de prevención de la salud.<sup>28</sup>.

Dieta y ejercicio, reducir la sal en comida, beber agua, mantener un peso adecuado; Encuentre un programa de pérdida de peso cuando lo necesite, practicar deportes regularmente. Realizar ejercicio máximo 40 minutos 3 o 4 días a la semana, reduce el estrés, evita situaciones estresantes y alivia el estrés con meditación o yoga.<sup>29</sup>

Los hábitos saludables mejora la vida de personas que sufren de hipertensión arterial: consumir alimentos sanos como frutas, vegetales, alimentos bajo en grasas, bajar el uso de sal, realizar ejercicio regularmente para mantener un peso adecuado, limitarse al consumo de alcohol especialmente a personas de la tercera edad, no fumar, realizar técnicas de relajación para evitar el estrés y de suma importancia chequear la presión arterial diariamente ya sea en el hogar o acudiendo al centro de salud más cercano<sup>30</sup>.

Seguimiento y control, al tomar la presión la persona deberá estar sentada y sus pies chocando el suelo, su brazo debe estar cómodamente apoyado a la altura del corazón, se coloca el brazaletes en el lugar donde se tomará la medición. Para medir la presión manualmente, el médico coloca el estetoscopio sobre la arteria en donde se tomará la presión (arteria braquial) y poder oír el flujo de sangre y registrar su presión arterial<sup>31</sup>.

Al medir la presión arterial la persona deberá estar sentada apoyando los pies sobre una superficie plana, el brazo debe estar cómodamente apoyado a la altura del corazón, se coloca un manguito de presión arterial alrededor de la parte superior del brazo, el borde inferior del manguito está justo por encima del codo. Para la medición el médico coloca el estetoscopio cerca a la arteria principal del brazo (arteria braquial) oyendo el flujo de sangre, el manguito se infla y se comprime la mano y el paso de sangre se detiene momentáneamente, por último, el proveedor de atención médica abre la válvula del dispositivo manual y desinfla lentamente el manguito, lo que restablece el flujo sanguíneo, el médico escuchará su flujo sanguíneo y su pulso y registrará su presión arterial<sup>31</sup>.

## II. MATERIALES Y MÉTODO

La investigación fue de tipo básica con enfoque cuantitativo porque ayuda al investigador que recopile y analice los datos obtenidos de las variables, además se apoyará con el uso de herramientas tecnológicas y la estadística para la obtención de resultados viables<sup>32</sup>, con diseño descriptiva y corte transversal.

En la definición conceptual el conocimiento es el conjunto de destrezas, habilidades, procesos mentales e información adquiridos por una persona, cuya función es analizar la realidad, afrontar problemas y orientar su conducta; el autocuidado son acciones que realizan los individuos voluntariamente para mantener y fortalecer su salud, asumiendo responsabilidad, permite que cada persona tenga autonomía y el dominio sobre su propio cuerpo y la capacidad de tomar decisiones para ellos mismos.

La población se conformó por 117 adultos mayores que asisten a dicho centro, quienes facilitaron al recojo de la información y asimismo poder determinar el conocimiento sobre hipertensión arterial y su autocuidado. La fuente que brindó la información fue el Centro de Salud San Martín.

La muestra se constituyó mediante la fórmula de muestreo aleatorio simple siendo un total de 90 adultos mayores, con un nivel de confianza de 95% y un margen de error de 5%.

Criterios de inclusión: Adultos mayores con hipertensión arterial del Centro de Salud San Martín-Lambayeque, adultos mayores de ambos sexos entre las edades de 65 a más, adultos mayores que aceptan colaborar mediante el consentimiento informado.

Criterios de exclusión: Adultos mayores con otras enfermedades, adultos mayores que no son atendidos en el Centro de Salud, adultos mayores que deciden no participar en la investigación.



Para la recolección de los datos se realizó mediante una encuesta que fue la técnica de estudio y el cuestionario el instrumento aplicado, fue obtenido de la investigación de los autores Tafur C, Vásquez L y Nonaka M (2017), la cual cumplió los requisitos sometiéndose a validez y confiabilidad y se adaptó al estudio. Este cuestionario permitió la recolección de toda la información necesaria de las variables propuestas, la primera relacionada al conocimiento sobre hipertensión arterial estructurada por I. Presentación, II. Datos, III. Instrucciones, IV. Contenido, consta de 25 preguntas cada una con dos alternativas Sí ( ) No ( ). Para obtener la información de la variable autocuidado se empleó dentro del cuestionario la escala Likert, contando con 18 preguntas, cada una con tres alternativas Siempre ( ) A veces ( ) Nunca ( ), tomando en cuenta que las respuestas de aceptación serán consideradas como autocuidado adecuado, y las de rechazo como autocuidado inadecuado.

Para validar dicho instrumento este se sometió a un juicio de expertos donde participaron profesionales con una trayectoria muy reconocida y que están involucrados en el rubro de la investigación. Posteriormente se sometió a la aplicación de correlación de PEARSON, donde el nivel de validez fue de 80% (0.8) a más, el cuestionario y la escala de actitud con una validez de 89.3%. La confiabilidad de este instrumento se utilizó la prueba piloto, utilizando el 10% de muestra de adultos mayores, cuestionario sobre confiabilidad del conocimiento 87.3% y del autocuidado de Escala Likert confiabilidad de 88%.

El proyecto de investigación fue aprobado por el comité de investigación de la escuela de Enfermería de la Universidad Señor de Sipán con la resolución N°0716-2022/FCS-USS, la dirección de escuela envió la carta dirigida al jefe del Centro de Salud-San Martín para la autorización de la recolección de datos CARTAN°03–2022/EPE-USS.

Una vez obtenida la autorización se brindó el consentimiento informado para luego aplicar el instrumento de manera presencial a los adultos mayores del Centro de Salud-San Martín durante el periodo de 1 mes correspondiente del mes de mayo hasta junio del

presente año, se contó con el apoyo de la jefa del Centro de salud con quién se coordinó para que los adultos mayores puedan asistir al establecimiento, dicha actividad se desarrolló en el patio del Centro de Salud y se dio un tiempo determinado de 15 a 30 minutos para el desarrollo de las encuestas.

Para la obtención de datos se utilizó dos instrumentos para ambas variables de estudio, la cual se realizó un análisis de las 90 encuestas aplicadas a los adultos mayores que fueron filtrados mediante el programa de Excel para los resultados estadísticos, también se necesita la aprobación de la investigación para luego solicitar la autorización para la ejecución del proyecto en el Centro de Salud San Martín-Lambayeque, se aplicará el cuestionario a los adultos mayores seguidamente se recopila toda la información de los cuestionarios aplicados y todo ello serán plasmados en una base de Excel, donde se distribuirá cada variable y poder dar validez a la hipótesis planteada.

Los criterios éticos aplicados según el reporte de Belmont existen 3 principios que todo investigador debe tener en cuenta al momento de realizar su proyecto, sirve cómo una referencia para garantizar que los proyectos sean éticos: Respeto, todo investigador debe ser consciente que cada persona es libre o no para colaborar durante el estudio después de explicar todos los posibles riesgos, beneficios y complicaciones, además Incluye la protección de personas vulnerables, incluye la obtención del consentimiento informado para toda investigación, si el sujeto accede libremente a colaborar en el estudio después de recibir la información completa<sup>33</sup>. En la investigación, el principio de autonomía se aplica a los pacientes adultos mayores, ya que son libres de participar o no dando su consentimiento informado y pueden retirarse de la investigación en cualquier momento sin firmar. Beneficencia, Las personas deben recibir un trato ético y no solo respetando y protegiendo sus elecciones de daños, sino también tratando de garantizar su bienestar<sup>34</sup>. El principio de beneficencia se aplicará, en los pacientes adultos mayores ya que se enfrentan a diversos riesgos en su entorno que será de mucha ayuda en el estudio. Justicia, Los riesgos y beneficios del estudio deben ser compartidos justamente con los

participantes. Sin embargo, la detección de procedimientos peligrosos debe evitarse sólo en poblaciones vulnerables según la raza, el género, salud mental<sup>33</sup>, utilizando los procedimientos apropiados <sup>35</sup>. Todos los adultos mayores recibirán de forma equilibrada los mismos procesos y procedimientos a realizar durante el estudio.

### III. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 3.1 Resultados

**Tabla 1.**

Relación del conocimiento sobre hipertensión arterial y el autocuidado en adultos mayores del Centro de Salud San Martín, Lambayeque -2022

		Conocimiento Hipertensión Arterial	Autocuidado en Adultos mayores sobre H. A
Rho de Spearman	Conocimiento Hipertensión Arterial	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,000
		N	90
	Autocuidado en Adultos mayores sobre H. A	Coefficiente de correlación	-,374
		Sig. (bilateral)	,000
		N	90

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

En la tabla 1, en la muestra realizada el valor p-valor  $0.000 < 0.05$ , se niega la hipótesis nula y se considera la hipótesis alternativa, lo que indica la existencia de una relación significativa entre el conocimiento sobre hipertensión arterial y el autocuidado en adultos mayores. Siendo una relación directa y alta ( $r = -0.374$ ), por lo que mientras haya conocimiento sobre hipertensión arterial entonces el autocuidado en adultos mayores será favorable.

**Tabla 2.**

Conocimiento sobre hipertensión arterial en los adultos mayores del Centro de Salud San Martín, Lambayeque 2022

	Conocimiento									
	sobre hipertensión arterial		Causas		Complicaciones de hipertensión		Dieta		Tratamiento	
	fr	%	fr	%	fr	%	fr	%	fr	%
SI	77	85.6	61	67.8	59	65.6	73	81.1	35	38.9
NO	13	14.4	29	32.2	31	34.4	17	18.9	55	61.1

Se observa en la tabla 2 que el 85.6% de los adultos mayores si tienen conocimiento sobre hipertensión arterial, mientras que el 14.4% no la tiene. Por otro lado, el 67.8% si conocen las causas y el 32.2% no las conocen. En cuanto a las complicaciones de hipertensión el 65.6% de la población encuestada si tienen conocimiento y el 34.4% no la tienen. Según la dieta que deben conocer los adultos mayores con hipertensión arterial, el 81.1% si conocen qué alimentos deben consumir y el 18.9% no saben qué alimentos consumir. De acuerdo, el tratamiento que deben conocer, el 38.9% si saben que tratamiento seguir, mientras que el 61.1% no tienen conocimiento del tratamiento.

**Tabla 3.**

Autocuidado que realizan los adultos mayores con hipertensión arterial del Centro de Salud San Martín, Lambayeque 2022

	Alimentación		Ejercicio físico		Hábitos nocivos		Seguimiento y control		Tensión y estrés	
	fr	%	fr	%	fr	%	fr	%	fr	%
Siempre	24	26.7	34	37.8	10	11.2	36	40	38	42.2
A veces	53	58.9	50	55.5	40	44.4	36	40	33	36.7
Nunca	13	14.4	6	6.7	40	44.4	18	20	19	21.1

En la tabla 3 de la evaluación del autocuidado que debe tener el adulto mayor el 26.7% siempre tiene en cuenta su alimentación, el 58.9% a veces tiene en cuenta su alimentación y el restante 14.4% nunca lo toman en cuenta. Por otra parte, el 37.8% de la población realiza ejercicio físico, el 55.5% a veces hace actividad física y el 6.7% nunca realiza ejercicio físico. Según los hábitos nocivos el 11.2% siempre tiene en cuenta sus hábitos, el 44.4% a veces lo tiene en cuenta y el 44.4% nunca lo considera.

El seguimiento y control que tienen los adultos mayores con hipertensión arterial el 40.0% siempre y a veces lo realizan, mientras que el 20.0% nunca lo realizan. La tensión y estrés que tiene la población el 42.2% siempre padecen de esos inconvenientes, mientras que el 36.1% a veces padecen de tensión y estrés y el 21.1% nunca ha tenido estos inconvenientes.

### **3.2 Discusión**

La hipertensión arterial en los últimos años se ha convertido en una patología muy presente provocando un serio problema en la salud de las personas, teniendo en cuenta que se considera como una enfermedad crónica degenerativa y que, si no se tiene un conocimiento apropiado, prácticas saludables de autocuidado adecuado y apoyo junto con expertos puede llegar a causar serios problemas y complicaciones a quien padece de esta enfermedad, pudiéndose llegar a controlar y tratar con respectivos medicamentos y alimentos adecuados para cada paciente.

En la presente investigación se buscó demostrar la existencia de la relación del conocimiento sobre hipertensión arterial y el autocuidado en adultos mayores del Centro de Salud San Martín en las investigaciones realizadas dieron a conocer que el conocimiento que presentan los adultos fue bajo por eso se recomendó implementar acciones educativas <sup>10</sup> y que las personas mayores educadas pueden practicar el autocuidado, se recomiendan programas para personas mayores <sup>14</sup>. Por ello, a partir de los resultados de la investigación se niega la hipótesis nula y se considera la hipótesis alternativa, esto indica que existe una relación significativa entre las dos variables según correlación de Spearman de 0.374

representado como directa y alta, lo cual significa que mientras los pacientes tengan más conocimiento sobre la enfermedad, el autocuidado en adulto mayor llegaría ser favorable.

Por otro lado, en cuanto al conocimiento sobre la hipertensión arterial en la muestra de estudio se encontró que el menor porcentaje de la población no tienen los conocimientos principales como pueden ser: las causas, complicaciones, dieta y el tratamiento adecuado que deben tener de acuerdo al estado de salud que se encuentran. Estos resultados guardan alguna relación con la investigación de Baglietto J, Mateos A, Nava J, Rodríguez P, Rodríguez F, en el año 2020<sup>9</sup> donde se pudo encontrar que las personas no saben lo suficiente sobre su enfermedad para prevenir o reducir los factores de riesgo.

En cuanto el autocuidado que realizan, según los indicadores sobre la alimentación, ejercicio físico, hábitos nocivos, seguimiento y control, tensión y estrés que tienen los adultos mayores que padecen de hipertensión arterial a veces los toman en cuenta en su vida cotidiana y una menor población que nunca considera ninguno de los indicadores antes mencionados, ya que lo más importante es tener en cuenta el autocuidado para así prevenir cualquier riesgo.

A diferencia de los resultados de su investigación de Cruz A, Martínez S, en el año 2019<sup>11</sup> quienes mostraron como resultado en su investigación que los pacientes asumen con responsabilidad el autocuidado en relación a la hipertensión arterial.

Por lo que podemos decir que, según la relación entre el conocimiento y autocuidado en adultos mayores del centro de Salud San Martín, de acuerdo a los antecedentes, existe una mayor población que tiende a tener esta patología, considerándose una silenciosa causa de muerte. Lo cual sugiere a la salud pública un tratamiento muy disciplinario donde se resalte la prevención, estilos de vida saludables y los factores de riesgo.

## **IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **4.1 Conclusiones**

Se determinó que existe una relación significativa entre la relación del conocimiento sobre hipertensión arterial y el autocuidado en adultos mayores mediante correlación de Spearman de 0.374 representado como directa y alta

Se identificó que el 85.6% de adultos mayores tienen conocimiento sobre hipertensión arterial y el 14.4% no, en relación a causas el 67.8% si conoce, 65.6% tiene conocimiento sobre las complicaciones y el 38.9% saben que tratamiento seguir.

Se evidenció que el 26.7% de adultos mayores llevan una buena alimentación, el 37.8% realiza actividad física, el 11.2% lleva buenos hábitos saludables, el 40% lleva un seguimiento y control de la enfermedad.

### **4.2 Recomendaciones**

La jefa del Centro de Salud San Martín en conjunto con el personal que labora en esa institución, planifiquen campañas o programas sobre la hipertensión arterial para que toda la población tenga un alto conocimiento sobre la enfermedad.

El personal de enfermería que labora en el centro de Salud San Martín proponga visitas domiciliarias a sus adultos mayores asegurados para que se pueda llevar un control consecutivo de la enfermedad.

La jefa encargada del programa del adulto mayor del Centro de Salud San Martín debe planificar acciones para la realización de sesiones educativas y demostrativas en relación al autocuidado y la alimentación que deben seguir los adultos mayores.



## REFERENCIAS

1. Portal de Salud de la Junta de Castilla y León. Día mundial de la hipertensión arterial [Base de datos de Internet]; 17 de mayo de 2022 [citado el 8 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.saludcastillayleon.es/AulaPacientes/es/dias-mundiales-relacionados-salud/dia-mundial-hipertension-arterial-165f7d>
2. PAHO/WHO | Pan American Health Organization. Seminario web: guía de la OMS de 2021 para el tratamiento farmacológico de la hipertensión [Base de datos de Internet]- OPS/OMS [consultado el 8 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/eventos/seminario-web-guia-oms-2021-para-tratamiento-farmacologico-hipertension-implementemosla>
3. PAHO/WHO|Pan American Health Organization. Hipertensión - OPS/OMS|organización panamericana de la salud [Internet]; [consultado el 8 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/hipertension#:~:text=La%20hipertensión%20afecta%20entre%20el,personas%20padecen%20de%20presión%20alta>
4. World Health Organization (WHO) Hipertensión [Base de datos de Internet]. 25 de agosto de 2021 [consultado el 8 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/hypertension#:~:text=Datos%20y%20cifras&text=Se%20estima%20que%20en%20el,desconocen%20que%20padecen%20esta%20afección>
5. Bakris G. Manual MSD versión para público general, Hipertensión arterial - Trastornos del corazón y los vasos sanguíneos - Manual MSD versión para público general; [Base de datos en Internet] 4 de marzo de 2021 [consultado el 26 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.msdmanuals.com/es-pe/hogar/trastornos-del-corazón-y-los-vasos-sanguíneos/hipertensión-arterial/hipertensión-arterial>
6. Observatorio de Nutrición y el Estudio del Sobrepeso y Obesidad [Internet]. [consultado el 8 de octubre de 2022]. Disponible

en: [https://observateperu.ins.gob.pe/images/archivos/morbilidadmortalidad/2019/1\\_5\\_hipertension\\_arterial\\_segun\\_regiones.pdf](https://observateperu.ins.gob.pe/images/archivos/morbilidadmortalidad/2019/1_5_hipertension_arterial_segun_regiones.pdf)

7. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Enfermedades no transmisibles y transmisibles [Base de datos de Internet]; mayo de 2021 [consultado el 8 de octubre de 2022]. Disponible en: [https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2021/SALUD/ENFERMEDADES\\_ENDES\\_2021.pdf](https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2021/SALUD/ENFERMEDADES_ENDES_2021.pdf)
8. Diario Oficial El Peruano. EsSalud detectó más de 21 mil nuevos casos de hipertensión arterial en primer semestre del año [Base de datos de Internet]; 7 de agosto de 2022 [consultado el 8 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://elperuano.pe/noticia/177183-essalud-detecto-mas-de-21-mil-nuevos-casos-de-hipertension-arterial-en-primer-semester-del-ano>
9. Baglietto J, Mateos A, Nava J, Rodríguez P, Rodríguez F. Nivel de conocimiento en hipertensión arterial en pacientes con esta enfermedad de la Ciudad de México. Scopus [Internet]. 2020 [consultado el 8 de octubre de 2022];36(1):1-14. Disponible en: <https://doi.org/10.24245/mim.v36i1.2844>
10. Enríquez I. Nivel de conocimiento sobre hipertensión arterial en pacientes adultos hipertensos de la consulta externa de medicina familiar del H. G. R, Cuernavaca Morelos [Tesis doctoral] México. Universidad Nacional Autónoma De México; 2020 [citado el 8 de octubre de 2022]. Disponible en: [https://tesiunam.dgb.unam.mx/F/1DPLQXMB9IGK5E7L91V4SDG6F6TIJ8YQT4P67A8D3Y52JFI2RF-00490?func=full-set-set&set\\_number=742173&set\\_entry=000002&format=999](https://tesiunam.dgb.unam.mx/F/1DPLQXMB9IGK5E7L91V4SDG6F6TIJ8YQT4P67A8D3Y52JFI2RF-00490?func=full-set-set&set_number=742173&set_entry=000002&format=999)
11. Cruz A, Martínez S. Conocimiento y práctica en el autocuidado de pacientes hipertensos. Dialnet [Internet] 2019 [consultado el 8 de octubre de 2022]; 3(6):786-97. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7097525>
12. Avalos Y, Marreros M. Nivel de conocimiento y autocuidado del adulto mayor con hipertensión arterial en el Centro de Salud Buen Pastor, [Tesis de Licenciatura].

Trujillo. Universidad Cesar Vallejo; 2021 [citado el 9 de octubre de 2022]. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/88369/Avalos\\_QY-Marreros\\_CMJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/88369/Avalos_QY-Marreros_CMJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

13. Orihuela D, Orihuela Y. Nivel de conocimiento sobre hipertensión arterial en adultos mayores que acuden al centro de salud de Chupaca [Tesis de Licenciatura]. Huancayo. Universidad Roosevelt; 2021 [citado el 9 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://repositorio.uroosevelt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14140/701/TESIS%20ORIHUELA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
14. Cano N. Nivel de conocimiento y prácticas de autocuidado en los adultos mayores con hipertensión arterial en el hospital Carlos cornejo rosello Vizcardo Azángaro [Tesis de Licenciatura]. Puno. Universidad Privada San Carlos; 2021 [citado el 9 de octubre de 2022]. 69 p. Disponible en: [http://repositorio.upsc.edu.pe/bitstream/handle/UPSC%20S.A.C./292/Nohemi\\_CANO\\_PARRA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.upsc.edu.pe/bitstream/handle/UPSC%20S.A.C./292/Nohemi_CANO_PARRA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
15. Palacios M. Conocimiento y prácticas de autocuidado sobre hipertensión arterial en adultos mayores del servicio de medicina del hospital regional docente las mercedes [Tesis de Licenciatura]. Chiclayo. Universidad Particular de Chiclayo; 2019 [citado el 9 de octubre de 2022]. Disponible en: [http://repositorio.udch.edu.pe/bitstream/UDCH/431/1/PALACIOS\\_ZURITA\\_MERC EDES.pdf](http://repositorio.udch.edu.pe/bitstream/UDCH/431/1/PALACIOS_ZURITA_MERC EDES.pdf)
16. Puicón S. El nivel de conocimiento sobre hipertensión arterial en adulto mayores en el centro de salud José quiñones Gonzáles [Tesis de Pregrado]. Chiclayo: Universidad Particular de Chiclayo; 2019 [citado el 10 de octubre de 2022]. Disponible en: [http://repositorio.udch.edu.pe/bitstream/UDCH/567/1/T044\\_72631260\\_T.pdf](http://repositorio.udch.edu.pe/bitstream/UDCH/567/1/T044_72631260_T.pdf)
17. Ochoa C, Rimarachín Y. Prácticas de autocuidado del adulto mayor con hipertensión arterial Centro de Salud del Ministerio de Salud [Tesis Internet]. Lambayeque. Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo; 2020 [citado el 10 de octubre de 2022]. Disponible

en: [https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/9126/Ochoa\\_Chamba\\_Claudia\\_Marilú\\_y\\_Rimarachin\\_Carranza\\_Yara\\_Meliza.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/9126/Ochoa_Chamba_Claudia_Marilú_y_Rimarachin_Carranza_Yara_Meliza.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

18. Custodio M. Conocimiento y autocuidado de los adultos mayores hipertensos del Centro de Salud Toribia Castro Chirinos [Tesis Internet]. Lambayeque. Universidad Señor de Sipán; 2020 [citado el 10 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/9763/Custodio%20Barrera%20Maricruz%20del%20Socorro.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
19. Blog de La estenosis aortica. Teorías De Dorotea Orem (Autocuidado) [Base de datos de Internet]. 2010 [consultado el 18 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://laestenosisaortica.wordpress.com/teorias-de-dorotea-orem-autocuidado/>
20. Vega OM, Gonzales DM, Teoría del déficit del autocuidado. Ciencia y cuidado 4(4)
21. ASSA81. Arterial hipertensión y su control [Internet].2022 [citado 26 de Oct 2020]. Disponible en: [https://assa81.com/la-hipertension-arterial-y-su-control/?utm\\_source=google&utm\\_medium=cpc&utm\\_campaign=15248633003&utm\\_content=134932200175&utm\\_term=&gclid=Cj0KCQjwteOaBhDuARIsADBqRegwZc4HBNxtaXTH2d4DSv0F3leiCZ6Cy41E1fl3D3\\_bbl521Csd63AaAqX1EALw\\_wcB](https://assa81.com/la-hipertension-arterial-y-su-control/?utm_source=google&utm_medium=cpc&utm_campaign=15248633003&utm_content=134932200175&utm_term=&gclid=Cj0KCQjwteOaBhDuARIsADBqRegwZc4HBNxtaXTH2d4DSv0F3leiCZ6Cy41E1fl3D3_bbl521Csd63AaAqX1EALw_wcB)
22. Fundación Femeba OMS. Guía para el tratamiento farmacológico de la hipertensión en adultos [Base de datos de Internet]. 2021 [consultado el 26 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.fundacionfemeba.org.ar/blog/farmacologia-7/post/oms-guia-para-el-tratamiento-farmacologico-de-la-hipertension-en-adultos-49378>
23. Clínic Barcelona Hipertensión | ¿qué es la hipertensión arterial? [Internet]. [consultado el 26 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.clinicbarcelona.org/asistencia/enfermedades/hipertension-arterial>
24. Cuídate Plus ¿Qué es la hipertensión arterial? [Internet] 2020 [consultado el 26 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/enfermedades-vasculares-y-del-corazon/hipertension-arterial.html>

25. Mayo Clinic. Presión arterial alta (hipertensión) - Síntomas y causas [Internet]. 1 de julio de 2021 [consultado el 26 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/high-blood-pressure/symptoms-causes/syc-20373410#:~:text=Algunas%20personas%20con%20presión%20arterial,etapa%20grave%20o%20potencialmente%20fatal.>
26. Clínica Universidad de Navarra. ¿Cuáles son los síntomas del aumento de presión arterial? [Internet]; [consultado el 26 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/hipertension-arterial>
27. Campus Virtual de Salud Pública (CVSP/OPS). Autocuidado para personal en primera línea de respuesta en situaciones de emergencia en Latinoamérica [Internet]. 2021 [citado el 26 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.campusvirtualesp.org/es/curso/autocuidado-para-personal-en-primera-linea-de-respuesta-en-situaciones-de-emergenciaen#:~:text=El%20autocuidado%20es%20definido%20por,un%20proveedor%20de%20atenci%C3%B3n%20m%C3%A9dica%22>
28. Gerontológica. Autocuidado en personas mayores, ¿cuál es su importancia? [base de datos en internet] [Consultado el 26 de octubre de 2021], Disponible en: <https://www.gerontologica.com/articulo-interes/autocuidado-en-personas-mayores-cual-es-su-importancia>
29. Mayo Clinic. Prueba de presión arterial - [Internet]. 2022 [consultado el 26 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/tests-procedures/blood-pressure-test/about/pac-20393098>
30. Compañía de servicios de salud global. ¿Qué es la presión arterial alta? Síntomas y causas; [Internet]. [consultado el 27 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.cigna.com/es-us/knowledge-center/high-blood-pressure-hypertension>

31. Mayo Clinic. Prueba de presión arterial [Internet]. 2022 [consultado el 27 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/tests-procedures/blood-pressure-test/about/pac-20393098>
32. SIS International Market Research. La investigación cuantitativa: ¿cómo se utiliza? [Internet]; 2021 [consultado el 14 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.sisinternational.com/investigacion-cuantitativa/>.
33. Bazán O. Comité de Ética de la Investigación [Base de datos de Internet]. Sitio web del Comité de Ética de la Investigación. 2017 [consultado el 24 de octubre de 2022]. Disponible en: [https://www.incmnsz.mx/opencms/contenido/investigacion/comiteEtica/informe\\_belmont.html](https://www.incmnsz.mx/opencms/contenido/investigacion/comiteEtica/informe_belmont.html)
34. Ética e Investigación en la Comunidad [Internet]. hhs.gov. 2022 [citado el 24 de octubre de 2022]. Disponible en: [https://ori.hhs.gov/education/products/mass\\_cphs/training\\_staff/RCRspan/RCRBelmontReport.htm#:~:text=El%20Informe%20Belmont%20intenta%20resumir,el%20curso%20de%20sus%20deliberaciones](https://ori.hhs.gov/education/products/mass_cphs/training_staff/RCRspan/RCRBelmontReport.htm#:~:text=El%20Informe%20Belmont%20intenta%20resumir,el%20curso%20de%20sus%20deliberaciones)
35. Fernández N. El informe Belmont y los principios éticos fundamentales [Base de datos de Internet]. Canal Jurídico. 2020 [consultado el 24 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.inesem.es/revistadigital/juridico/informe-belmont/>



**INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.**

**CONOCIMIENTO SOBRE HIPERTENSIÓN ARTERIAL Y EL AUTOCUIDADO EN ADULTOS MAYORES DEL CENTRO DE SALUD SAN MARTÍN, LAMBAYEQUE-2022**

**CUESTIONARIO DE CONOCIMIENTO SOBRE HIPERTENSIÓN ARTERIAL**

**I. PRESENTACIÓN**

Saludos cordiales mi nombre es Rosa Del Pilar Ordoñez Burga, estudiante de enfermería de la Universidad Señor de Sipán, en conjunto con el Centro de Salud San Martín me encuentro realizando un estudio para determinar el CONOCIMIENTO SOBRE HIPERTENSIÓN ARTERIAL Y EL AUTOCUIDADO EN ADULTOS MAYORES DEL CENTRO DE SALUD SAN MARTÍN, LAMBAYEQUE-2022, toda la información brindada será totalmente confidencial y servirá de mucha ayuda para este trabajo de investigación y es por ello que se le pide su colaboración al llenar el siguiente cuestionario.

**II. DATOS**

**Edad:** \_\_\_\_\_

**Sexo:** Femenino ( ) Masculino ( )

**III. INSTRUCCIONES**

- Lee detenidamente cada interrogante que se presenta en el cuestionario.
- Marcar con un aspa (X) la alternativa que creas correcta.
- Sólo se debe marcar una alternativa, no se permiten dos porque invalida la respuesta.

**IV. CONTENIDO**

<b>CONOCIMIENTO SOBRE HIPERTENSIÓN ARTERIAL</b>		
<b>1.</b> ¿Conoce que es la presión alta?	<b>SI</b>	<b>NO</b>
<b>2.</b> ¿La presión alta es una enfermedad para toda la vida?	<b>SI</b>	<b>NO</b>

3. ¿la presión es alta cuando es > que 140/90?	SI	NO
4. ¿el valor de su presión alta generalmente es > que 140/90?	SI	NO
5. ¿tiene la certeza de padecer de presión alta?	SI	NO
6. ¿los síntomas de la presión alta es dolor de cabeza, zumbidos de oídos, mareos?	SI	NO
7. ¿Es importante controlar la presión arterial?	SI	NO
8. ¿Es importante controlar la presión semanalmente?	SI	NO
<b>CAUSAS</b>		
9. ¿La presión arterial aumenta con la edad de manera progresiva?	SI	NO
10. ¿La presión alta lo padece más el hombre que la mujer?	SI	NO
11. ¿La presión aumenta a medida que se hace más consumo de sal?	SI	NO
12. ¿La obesidad es la causa más importante de la presión alta?	SI	NO
13. ¿Las tensiones emocionales mantenidas y reiteradas puede causar presión alta?	SI	NO
<b>COMPLICACIONES DE HIPERTENSIÓN</b>		
14. ¿La presión alta puede provocar insuficiencia cardiaca?	SI	NO
15. ¿La presión alta puede provocar lesiones en los ojos?	SI	NO
16. ¿La presión alta puede provocar cambios cognitivos?	SI	NO
17. ¿La presión alta puede provocar enfermedad renal crónica?	SI	NO
<b>DIETA</b>		
18. ¿El comer frutas y/o verduras conllevan a disminuir la presión alta?	SI	NO
19. ¿Disminuir la sal en las comidas ayudara a controlar la presión alta?	SI	NO
20. ¿El ajo ayuda a reducir la presión alta?	SI	NO
<b>TRATAMIENTO</b>		
21. ¿Para controlar la presión alta se tiene que tomar todos los días la medicación?	SI	NO
22. ¿Se debe tomar pastillas cuando indica otras personas que no sea el médico?	SI	NO
23. ¿Se puede aumentar la dosis de la medicación si le sube más la presión, sin consultar a su médico?	SI	NO
24. ¿La presión alta se cura con vegetales?	SI	NO
25. ¿Se puede dejar el tratamiento cuando la presión se normaliza?	SI	NO



**CONOCIMIENTO SOBRE HIPERTENSIÓN ARTERIAL Y EL AUTOCUIDADO EN ADULTOS MAYORES DEL CENTRO DE SALUD SAN MARTÍN, LAMBAYEQUE-2022**

**ESCALA TIPO LIKERT SOBRE AUTOCUIDADO DE HIPERTENSIÓN ARTERIAL**

En esta escala se desarrollan una serie de preguntas la cuál cada una cuenta con 3 categorías de respuesta: Siempre (2), A veces(1) y Nunca (0), es por ello que se solicita que Ud, marque con una (x) dentro del recuadro que crea conveniente, se solicita su sinceridad al momento de dar respuesta y recalcar que toda respuesta será reservada.

<b>ÍTEMS</b>	<b>Siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
<b>ALIMENTACIÓN</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>0</b>
1. ¿Acostumbra a consumir alimentos que contengan frutas y verduras?			
2. ¿Acostumbra a consumir alimentos que contenga gran contenido de grasa?			
3. ¿Generalmente usted prepara sus alimentos fritos?			
4. ¿La frecuencia con la que usted consume ajos y apio es de 3 a 4 veces a la semana?			
5. ¿Usted ingiere sus alimentos con gran contenido de sal?			
<b>EJERCICIO FÍSICO</b>	<b>Siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
6. ¿Realiza ejercicio físico 5 días a la semana durante al menos 30 minutos?			
7. ¿Acostumbra a realizar caminatas mensualmente?			
8. ¿Acostumbra a realizar trabajos en su hogar que implique esfuerzo físico durante el día?			
9. ¿Con frecuencia se controla su peso?			
<b>HÁBITOS NOCIVOS</b>	<b>Siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
10. ¿Con qué frecuencia consume bebidas alcohólicas?			
11. ¿Con que frecuencia acostumbra a fumar cigarrillos durante el día?			
12. ¿Con que frecuencia acostumbra a tomar café?			
<b>SEGUIMIENTO Y CONTROL</b>	<b>Siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
13. ¿Cuántas veces a la semana se controla la presión arterial?			
14. ¿Toma sus pastillas para la presión alta todos los días?			
15. ¿Toma sus pastillas para la presión alta solo cuando se siente mal?			

16. ¿Asiste a sus controles médicos puntualmente?			
<b>TENSIÓN Y ESTRÉS</b>	<b>Siempre</b>	<b>A veces</b>	<b>Nunca</b>
17. ¿Con que frecuencia se presenta discusiones desagradables en la familia?			
18. ¿Con que frecuencia fomenta risa en su hogar?			

¡Muchas Gracias!

Usted tiene un riesgo más alto de sufrir hipertensión arterial si:



Mide tu presión y ayuda a tu



Interna de Enfermería Rosa Ordoñez Burga



## ¿QUÉ ES LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL?

Patología crónica en la que los vasos sanguíneos tienen una tensión persistentemente alta, lo que puede dañarlos.

La tensión arterial es la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes de los vasos (arterias) al ser bombeada por el corazón. Cuanto más alta es la tensión, más esfuerzo tiene que realizar el corazón para bombear.

La hipertensión se corresponde con una lectura de la presión arterial de 130/80 mm Hg o superior.



## Síntomas

1

Dolor de cabeza



Falta de aire

2

3

Confusión



cambios de visión

4

5

Mareos



Evidencias





MODELO DE AUTORIZACIÓN PARA EL RECOJO DE INFORMACIÓN

Lambayeque, 19 de Mayo de 2023

Quien suscribe:

Sr. Lic. OBST. Lucy ANGELICA YAUCI CHERO

Representante Legal - Empresa JEFE DEL C.S SAN MARTIN

AUTORIZA: Permiso para recojo de información pertinente en función del proyecto de Investigación,

denominado: Conocimiento sobre hipertensión arterial y el autocuidado en adultos mayores del centro de Salud San Martín, Lambayeque-2022

Por el presente, el que suscribe, señor (a) Lic. OBST. Lucy ANGELICA YAUCI CHERO representante legal de la empresa JEFE DEL C.O.G. SAN MARTIN - LAMBAYEQUE

AUTORIZO al estudiante; Rosa del Pilar Ordoñez Burge, identificado con DNI N°73271580, estudiante de la Escuela Profesional de Enfermería, y autor del trabajo de investigación denominado Conocimiento sobre hipertensión arterial y el autocuidado en adultos mayores del centro de Salud San Martín, Lambayeque-2022, al uso de dicha información que conforma el expediente técnico así como hojas de memorias, cálculos entre otros como planos para efectos exclusivamente académicos de la elaboración de tesis de enunciada líneas arriba de quien solicita se garantice la absoluta confidencialidad de la información solicitada.

Atentamente.

  
LICENCIADA EN OBSTETRICIA  
Nombre y Apellidos: Lucy ANGELICA YAUCI CHERO  
DNI N° 16742901  
Cargo de la empresa: JEFE DEL C.S SAN MARTIN



Universidad  
Señor de Sipán

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

### COMITÉ DE ÉTICA EN INVESTIGACIÓN FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD CONSENTIMIENTO INFORMADO

**Institución:** Universidad Señor de Sipán

**Investigadora:** Rosa del Pilar Ordoñez Burga

**Título:** Conocimiento sobre hipertensión arterial y el autocuidado en adultos mayores del Centro de Salud San Martín, Lambayeque-2022.

Saludos cordiales, le invitamos a participar en una investigación que se está realizando con la finalidad de determinar el conocimiento sobre la hipertensión arterial y el autocuidado en adultos mayores.

**Procedimiento:** Marcar con un aspa en la alternativa que usted cree conveniente, la primera parte consta de 25 preguntas donde deberá marca Si ( ) No ( ), y la segunda parte consta de 18 preguntas Siempre ( ) A veces ( ) Nunca ( ), sólo le tomará unos cuantos minutos en poder desarrollar este cuestionario.

**Costos e Incentivos:** Este cuestionario no tiene costo alguno.

**Confidencialidad:** Le garantizamos que la información que usted brinde es absolutamente confidencial, ninguna persona, excepto la investigadora Rosa del Pilar Ordoñez Burga, es quién manejará la información obtenida, la cual es anónima pues cada entrevista será codificada, no se colocará nombres ni apellidos. Su nombre no será revelado en ninguna publicación y no mostraremos las respuestas.

**Uso de la información obtenida:** Esta información serán identificadas con códigos, si usted no desea que las muestras permanezcan almacenadas ni utilizadas posteriormente, se le respetará su decisión. Aún puede seguir participando del estudio.

Autorizo a tener mi información: Si  No

Además, la información de los resultados será guardada y será posteriormente para estudios de investigación beneficiando al mejor conocimiento de la problemática y permitiendo la evaluación de medidas de control, se contará con el permiso del Comité

de Ética en Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud de la USS cada vez que se requiera el uso de las muestras y estas no serán usadas en estudios genéticos.

**Derechos de la persona:** Si usted decide participar en el estudio puede llenar el cuestionario o podrá retirarse de este en cualquier momento y no participar del estudio sin perjuicio alguno. Cualquier duda respecto a esta investigación, puede consultar con la investigadora, al teléfono: 991553932. Si usted tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que ha sido tratado injustamente puede contactar al Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud – Universidad Señor de Sipán, teléfono 074-481610 anexo 6203.

### **CONSENTIMIENTO**

Acepto voluntariamente a participar de este estudio, comprendiendo las cosas que pueden pasar si participo en el proyecto, también tengo conocimiento si decido no participar, aunque yo haya aceptado y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento. Recibiré una copia firmada de este consentimiento.

---

Participante

Fecha: \_\_\_\_\_

D.N.I: \_\_\_\_\_



Tabla XX: Operacionalización de la variable

Variable de estudio	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumento	Valores finales	Tipo de variable	Escala de medición
Variable independiente CONOCIMIENTO	Conjunto de destrezas, habilidades, procesos mentales e información adquiridos por una persona, cuya función es analizar la realidad, afrontar problemas y orientar su conducta	Datos obtenidos mediante una encuesta para determinar el conocimiento de los adultos mayores en relación a la hipertensión	Hipertensión arterial	Conocimiento enfermedad	1-8	cuestionario	Sí No	Categoría	Escala Nominal
			Causas	Factores de riesgo	9-13				
			Complicaciones	Consecuencias	14-17				
			Dieta	Hábitos saludables	18-20				
			Tratamiento	Tratamiento médico	21-25				

Variable de estudio	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumento	Valores finales	Tipo de variable	Escala de medición
Variable dependiente AUTOCUIDADO	Acciones que realizan los individuos voluntariamente para mantener y fortalecer su salud, asumiendo responsabilidad de su salud, vida y bienestar, permite que cada persona tenga autonomía y el dominio sobre su propio cuerpo y la capacidad de tomar decisiones para ellos mismos	Datos obtenidos de las encuestas para conocer sobre el autocuidado que llevan referente a la hipertensión arterial	Alimentación	Dieta					
			Ejercicio físico	Actividad física					
			Hábitos nocivos	Consumo de sustancias	1-5 6-9	cuestionario	Siempre	Categorica	Escala Nominal
			Seguimiento y control	Vigilancia de la enfermedad	10-12 13-16		A veces Nunca		Escala Likert
			Tensión y estrés	Salud mental	17-18				