



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERÍA
PERFIL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIADO (A) EN
ENFERMERÍA

TEMA:

ACCIONES DE ENFERMERÍA Y LOS FACTORES PREDISPO-
NENTES DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL EN LOS ADULTOS DE 40 A 65 AÑOS DE EDAD
DEL RECINTO LA PAZ EN EL CANTÓN PELILEO PROVINCIA DE
TUNGURAHUA EN EL PERIODO OCTUBRE 2019- MARZO 2020

AUTORES:

ADRIANA CLARA BAQUE GANAN

VICTOR ARMANDO TORRES SALVATIERRA

TUTOR:

Dr. PINO ICAZA GALO

Babahoyo - Los Ríos – Ecuador

2019

ÍNDICE GENERAL

1	PROBLEMA.....	3
	1.1 Marco Contextual.....	3
	1.1.1 Contexto Internacional.....	3
	1.1.2 Contexto Nacional.....	5
	1.1.3 Contexto Regional.....	6
	1.1.4 Contexto Local.....	6
	1.2 Situación problemática.....	7
	1.3 Planteamiento del Problema.....	8
	1.3.1 Problema General.....	9
	1.3.2 Problemas Derivados.....	9
	1.4 Delimitación de la Investigación.....	9
	1.5 Justificación.....	10
	1.6 Objetivos.....	11
	1.6.1 Objetivo General.....	11
	1.6.2 Objetivos Específicos.....	11
2	MARCO TEÓRICO.....	12
	2.1 Marco teórico.....	12
	2.1.1 Marco conceptual.....	27
	2.1.2 Antecedentes investigativos.....	28
	2.2 Hipótesis.....	31

2.2.1	Hipótesis general.....	31
2.3	Variables.....	31
2.3.1	Variables Independientes.....	31
2.3.2	Variables Dependientes.....	31
2.3.3	Operacionalización de las variables.....	32
3	METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....	35
3.1	Método de investigación.....	35
3.2	Modalidad de investigación.....	35
3.3	Tipo de Investigación.....	35
3.4	Técnicas e instrumentos de recolección de la Información.....	36
3.4.1	Técnicas.....	36
3.4.2	Instrumento.....	36
3.5	Población y Muestra de Investigación.....	36
3.5.1	Población.....	36
3.5.2	Muestra.....	37
3.6	Cronograma del Proyecto.....	38
3.7	Recursos.....	39
3.7.1	Recursos humanos.....	39
3.7.2	Recursos económicos.....	39
3.8	Plan de tabulación y análisis.....	40
3.8.1	Base de datos.....	40
3.8.2	Procesamiento y análisis de los datos.....	40

4	RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	41
4.1	Resultados obtenidos de la investigación.....	41
4.2	Análisis e interpretación de datos.....	64
4.3	Conclusiones	66
4.4	Recomendaciones	67
5	PROPUESTA TEÓRICA DE APLICACIÓN	68
5.1	Título de la Propuesta de Aplicación	68
5.2	Antecedentes	68
5.3	Justificación.....	70
5.4	Objetivos.....	71
5.4.1	Objetivos generales.....	71
5.4.2	Objetivos específicos.....	72
5.5	Aspectos básicos de la Propuesta de Aplicación.....	72
5.5.1	Estructura general de la propuesta	73
5.5.2	Componentes.....	77
5.6	Resultados esperados de la Propuesta de Aplicación.....	84
5.6.1	Alcance de la alternativa	84

ÍNDICE CUADROS

Cuadro. 1 Operacionalización de Variables	32
Cuadro. 2 Cronograma del Proyecto.....	38
Cuadro. 3. Recursos Humanos	39
Cuadro. 4 Recursos Económicos	39

ÍNDICE TABLAS

Tabla 1. Intervenciones para prevenir complicaciones de HTA.....	15
Tabla 2. Medidas de Hipertensión	21
Tabla 3. Determinación de la Muestra	37
Tabla 4. Cálculo de la Muestra	37
Tabla 5. Edad	41
Tabla 6. Zona donde reside	42
Tabla 7. Nivel de Instrucción.....	43
Tabla 8. Antecedentes familiares.....	44
Tabla 9. Consumo de cigarrillos	45
Tabla 10. Consumo de alcohol	46
Tabla 11. Consumo alimentos saludables	47
Tabla 12. Consumo de comidas rápidas	48
Tabla 13. Consumo de bebidas gaseosas alimentos con azúcar	49
Tabla 14. Ejercicios Físicos	50

Tabla 15. Conocimiento de los factores predisponentes	51
Tabla 16. Tiempo que ha sido diagnosticado	52
Tabla 17. Complicaciones de salud	53
Tabla 18. Síntomas.....	54
Tabla 19. Controles Médicos	55
Tabla 20. Tratamiento médico	56
Tabla 21. Jornadas educativas	57
Tabla 22. Información sobre la HTA	58
Tabla 23. Promoción de salud	59
Tabla 24. Información sobre alimentación	60
Tabla 25. Charlas sobre la HTA.....	61
Tabla 26. Frecuencias Observadas	62
Tabla 27. Cálculo de Frecuencias Teóricas.....	62
Tabla 28. Chi Calculado	63
Tabla 29. Estructura de la Propuesta	73
Tabla 30. Plan de Acción	75
Tabla 31. Actores de la Propuesta.....	77
Tabla 32. Costo de la Propuesta	78

ÍNDICE GRÁFICOS

Gráfico N. 1 Edad.....	41
Gráfico N. 2. Zona donde reside	42
Gráfico N. 3. Nivel de Instrucción.....	43
Gráfico N. 4. Antecedentes familiares	44
Gráfico N. 5. Consumo de cigarrillos.....	45
Gráfico N. 6. Consumo e alcohol	46
Gráfico N. 7. Consumo de alimentos saludables	47
Gráfico N. 8. Consumo de comidas rápidas.....	48
Gráfico N. 9. Consumo de bebidas gaseosas alimentos con azúcar	49
Gráfico N. 10. Ejercicios Físicos	50
Gráfico N. 11. Conocimiento de los factores predisponentes	51
Gráfico N. 12. Tiempo que ha sido diagnosticado.....	52
Gráfico N. 13. Complicaciones de salud	53
Gráfico N. 14. Síntomas.....	54
Gráfico N. 15. Controles Médicos	55
Gráfico N. 16. Tratamiento Médico	56
Gráfico N. 17. Jornadas Educativas.....	57
Gráfico N. 18. Información sobre la HTA	58
Gráfico N. 19. Promoción de Salud.....	59
Gráfico N. 20. Información sobre la alimentación.....	60

Gráfico N. 21. Charlas sobre la HTA.....	61
Gráfico N. 22. Tabla del Chi Cuadrado	63

DEDICATORIA

Este trabajo está dedicado de manera muy especial a dios, por darme la vida y las fuerzas necesaria para permitirme haber llegado con éxito. A mi madre por ser el pilar fundamental y demostrarme su apoyo incondicional y me ha enseñado a no desfallecer ni rendirme en todo este transcurso. A mi padre a quien con sus consejos han sabido guiarme por el buen camino del éxito. A mis hermanos(as) y en especial a Jessenia quien ha estado hay dándome siempre su apoyo. Y a mis amigos(as) Alisson, Gabriela, Daysi, Pedro, Adriana y Joselyn, que sin ustedes no existiría esta amistad y que entre bromas, risas y enojos hemos culminado esta meta que nos propusimos.

VICTOR ARMANDO TORRES SALVATIERRA

El tiempo pasa, aunque parezca imposible, pero solo Dios sabe guiarte.

Dedico este proyecto a mi hija quien es mi base fundamental para fortalecerme e inspirarme en cumplir mis objetivos propuestos, mi familia quienes me han apoyado y a todos los que me prestaron su ayuda, y sin duda alguna me lo dedico a mí misma, por todo el esfuerzo puesto en cada paso de este proceso, para obtener resultados satisfactorios, fueron momentos de éxitos y fracasos, pero seguimos en lucha de superación.

ADRIANA CLARA BAQUE GANAN

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, agradezco a dios, por haberme dado fuerza y el valor para poder culminar esta etapa de mi vida. A mis padres quienes me apoyaron en todo momento durante este transcurso de mi vida.

Agradezco a todos mis docentes que me impartieron sus conocimientos durante todo este proceso de aprendizaje

Le doy gracias al Doctor Galo Pino quien me brindó su apoyo aportando sus conocimientos, experiencias durante este proceso.

Gracias a la vida por este nuevo triunfo, gracias a todas las personas que me apoyaron y creyeron en la realización de esta tesis.

VICTOR ARMANDO TORRES SALVATIERRA

“Debemos encontrar el tiempo para detenernos y agradecer a las personas que hacen la diferencia en nuestras vidas” John f, Kennedy.

Gracias infinitas al apoyo de mi familia, a mi madre por ser un ejemplo de lucha y perseverancia, mis tíos, segundos padres que la vida me otorgó, que con esfuerzo, enseñanza y paciencia siguen a mi lado, hermanos que la vida me premio, cada uno se destacan siendo un ejemplo de constancia y sacrificio, mi hija Mirelly Gavilánez por ser mi motivación de principio a fin, sobre todo a mi novio por ser fuente de Fé y esperanza en mi vida, amigos irremplazables, docentes que por vocación supieron ser guías, formadores de gran sabiduría y discernimiento, Dr. Galo Pino por brindarme su guía, conocimiento en este proceso de titulación profesional.

ADRIANA CLARA BAQUE GANAN

TEMA

ACCIONES DE ENFERMERÍA Y LOS FACTORES PREDISPONENTES DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL EN LOS ADULTOS DE 40 A 65 AÑOS DE EDAD DEL RECINTO LA PAZ EN EL CANTÓN PELILEO PROVINCIA DE TUNGURAHUA EN EL PERIODO OCTUBRE 2019- MARZO 2020

RESUMEN

La investigación realizada en el Recinto “La Paz” del cantón Pelileo ha permitido identificar el nivel de influencia que poseen las acciones de enfermería en la determinación de los factores predisponentes de la hipertensión arterial, además de conocer como el rol de enfermería ayuda a la promoción y prevención de la enfermedad, motivo por el cual el desarrollo de la presente investigación tiene como objetivo analizar cómo las competencias del profesional de enfermería permite mejorar el estado de salud de las personas hipertensas, puesto que se ha podido comprobar que el nivel de desconocimiento sobre las consecuencias que genera la HTA puede provocar la muerte de la persona que la padece. La metodología aplicada está conformada por los métodos inductivo y sintético, los cuales permiten la determinación de los principales hallazgos derivados de las variables objeto de estudio, también se emplearon los tipos de investigación exploratoria, descriptiva, aplicada y transversal, debido a que aportan con la interacción activa con los sujetos de observación para determinar si conocen de los factores de riesgo en la HTA y de la promoción de salud, donde los hechos observados se dan en un periodo determinado de tiempo, cuyos resultados denotan que en el Recinto “La Paz” la población hipertensa no poseen la información necesaria sobre la enfermedad, producto de que no existen jornadas educativas de parte de los profesionales de salud que laboran en los centros médicos más cercanos.

Palabras Claves: HTA, Promoción de Salud, Enfermería, Presión Arterial

ABSTRACT

The research carried out in the “La Paz” Campus of the Pelileo canton has allowed us to identify the level of influence that nursing actions possess in determining the predisposing factors of arterial hypertension, in addition to knowing how the role of nursing helps promotion and prevention of the disease, which is why the development of this research aims to analyze how the competencies of the nursing professional can improve the health status of hypertensive people, since it has been possible to verify that the level of ignorance on the consequences that generates the HTA can even cause the death of the person who suffers it. The methodology applied is made up of the inductive and synthetic methods, which allow the determination of the main findings derived from the variables under study, the types of exploratory, descriptive, applied and transversal research were also used, since they allow active interaction with the subjects of observation to know if they know of the risk factors of the HTA and of the health promotion, where the observed facts occur in a certain period of time, whose results denote that in the “La Paz” Campus the hypertensive population they do not have the necessary information about the disease due to the fact that there are no educational days by health professionals working in the nearest medical centers.

Keywords: HTA, Health Promotion, Nursing, Blood Pressure

INTRODUCCIÓN

La Hipertensión Arterial es considerada una enfermedad de salud pública debido a que nivel mundial existen miles de millones de personas que padecen de esta patología, la cual, si no es controlada de manera adecuada por medio de prácticas de autocuidado o por la intervención de la enfermería, puede causar consecuencias desastrosas en la salud de la persona que lo posee, puesto que cuán más alto sea la tensión arterial, existen mayores probabilidades de presentar problemas en corazón o en su defecto afectar los vasos sanguíneos de órganos vitales para el funcionamiento del organismo, como el cerebro y riñones, sin embargo, es importante manifestar que la Hipertensión Arterial, es la causa prevenible de mayor relevancia para enfermedades cardiovasculares, donde los estilos de vidas son fundamentales para evitar la patología estudiada, debido a que existen factores predisponentes modificables y no modificables.

Las acciones de enfermería son importantes para la promoción y mejora continua de la salud de las personas, motivo por el cual es trascendental en la prevención, evaluación, monitoreo y tratamiento para las personas que posee la patología analizada, debido a que puede generar infarto de miocardio, accidentes cerebrovasculares, donde los factores modificables generan influencia directa como el consumo de tabaco, dietas malsanas, el alcoholismo, sedentarismo, colesterol, obesidad y el estrés; además de los factores de riesgos descritos, también se encuentra aquellos que no son modificables, como los antecedentes familiares de HTA, la edad y la influencia de otras enfermedades como la diabetes mellitus (OMS, 2015).

La investigación sobre las acciones de enfermería en la determinación de factores predisponentes de la hipertensión arterial, se ejecuta en adultos de 40 a 65 años de edad del Recinto La Paz en el cantón Pelileo provincia de Tungurahua, puesto que se ha podido observar personas que poseen valoraciones con datos igual o superiores a 144mmHg- 90mm Hg tanto en la tensión sistólica y diastólica, motivo por el cual es importante la determinación de los factores que predisponen para presencia de la patología analizada en los sujetos de observación, es importante mencionar que los reportes estadísticos del Recinto La Paz reflejan la

presencia de personas con HTA no controlada, donde las acciones de enfermería permitirán establecer los factores de riesgo y las pautas necesarias para el aseguramiento y promoción de un buen estado de salud.

El proyecto de investigación está conformado por el capítulo I, el cual presenta el análisis de la situación problemática, planteamiento del problema, marco contextual de las variables analizadas, justificación, objetivos, hipótesis y delimitación de la investigación, componentes estratégicos de la investigación; también se encuentra el capítulo II que consiste en brindar la suficiencia de información mediante la fundamentación teórica actores literarios referente a la temática analizada y está conformado por el marco teórico, conceptual y antecedentes investigativos; mientras que en el capítulo III conforma todo la metodología investigativa, estructurada con el enfoque de la investigación, métodos, tipos de investigación, técnicas e instrumentos, herramientas necesarias para la recolección y procesamientos de datos.

CAPITULO I.

1 PROBLEMA

1.1 Marco Contextual

1.1.1 Contexto Internacional

No existe mayor referente internacional para el análisis de una determinada patología que la Organización Mundial de la Salud, la cual expresa que los datos y cifras que genera la hipertensión arterial a nivel mundial son llamativos, puesto que se considera que existen más de 1.130 millones de personas con hipertensión, donde la mayoría son de países de economías en desarrollo, la OMS determina que 1 de cada 4 hombres posee hipertensión mientras que en la mujer su prevalencia es relativamente menor porque según el estudio realizado solo 1 de cada 5 personas del sexo femenino presenta HTA. También es importante mencionar que es una de las primeras causas prematuras de muerte en el mundo (OMS, 2019).

La hipertensión arterial es una de las enfermedades de mayor prevalencia a nivel mundial, de forma principal en los países latinoamericanos, puesto que son naciones con economías en vías de desarrollo, lo cual genera influencia factores sociales, como la económica, familiar y calidad de la atención médica, estudios realizados por la revista médica “Medisan” en Cuba la hipertensión arterial se encuentra en el grupo de patologías que causa la muerte de 9,4 millones de personas por años, índices de mortalidad alarmante en un población, donde existe una prevalencia en persona adultas del 8,6%, sin embargo, el estudio realizado, también resalta que deben de existir gran cantidad de personas que aún no han sido identificadas (Berenguer, 2016).

Estudios realizados en España en grupo de personas de 3.483 ciudadanos que presentan edades de 60 años, se detectó que el 68% de las personas analizadas conocían de los valores elevados de presión arterial que tenían, donde el 85% de ellos recibe terapia y solo el 63 % de la población analizada cumple con la terapia, mientras que el porcentajes restantes poseen HTA no controlada, los resultados obtenidos revelan que las personas que mayor problemas poseen en cuanto a los cuidados que debe tener, son aquellos que son solteros y que no cuentan con un apoyo familiar, puesto que las personas casadas, según la investigación referencias presenta mayores probabilidades de adherencia a cualquier tipo de tratamiento de la hipertensión, donde las acciones y cuidados de enfermería son importante para la promoción de la salud (Rosas , Borrayo , Madrid, Ramírez , & Pérez , 2016).

Investigaciones científicas en la nación de España, revelar que los factores predisponentes que incide en la aparición de hipertensión arterial, se relacionan con la actividad física, la obesidad, antecedentes familiares, el alcohol, tabaquismos, colesterol, diabetes y la edad. Los factores descritos son los que generan influencia directa en la presente de HTA, además se observa que hay componentes modificables para mejorar el estado de salud, mientras que también existentes aquellos factores no modificables como los antecedentes familiares o la edad, donde el diagnóstico por parte de las acciones de enfermería permitirá determinar el tratamiento o cuidados más efectivos según el tipo de factor predisponentes (Zubledía , Quiles, Mañes, & Redón , 2016).

Estudios realizados en Venezuela revelan que las acciones de enfermería en la determinación de factores predisponentes juegan un rol protagónico, donde la identificación temprana de las causas que pueden generar la hipertensión, es vital para la implementación estrategias y acciones encaminadas a la prevención de complicaciones médicas, motivo por el cual el profesional de enfermería por medio de la promoción de salud y ejecución de sus competencias laborales, aportará en los cuidados preventivos a través de la identificación de factores como la ingesta de alcohol, alimentos poco nutritivos, consumo de tabaco, estrés, estilos de vida y antecedentes familiares (Rojas , Querales , & Villarino , 2016).

1.1.2 Contexto Nacional

La hipertensión arterial es una enfermedad crónica que influye de forma directa en la tasa de mortalidad en el Ecuador, según estudios realizados por el Ministerio de Salud en conjunto con el apoyo del Instituto de Estadísticas y Censos, mencionan que entre las principales causas de muertes se encuentra la hipertensión, motivo por el cual en el país se trata de implementar y ejecutar de la mejor manera posible, proyectos de estrategias de prevención y control de la patología estudiada, con el propósito de reducir los riesgos mortales que genera la hipertensión, un ejemplo de las acciones que implementa el Ministerio de Salud Pública, es la denominada Estrategias de Médico de Barrio cuyo objetivo en mantener a la población capacitada sobre el manejo o prevención de la HTA, donde las acciones de enfermería permiten el apoyo integral por medio de la promoción de conocimiento (MSP, 2020).

Los resultados nacionales sobre las estadísticas de prevalencia o defunciones a causa de la hipertensión son preocupantes, puesto que según la Encuesta de Salud y Nutrición obtuvo como principales hallazgos que más de un tercio de la población superior a diez años de edad (3.187.665) es hipertensa y 717.529 de 10 a 59 años contraen hipertensión arterial. El mismo estudio permite identificar que los ciudadanos ecuatorianos de 18 a 59 años representan el 9.3% con HTA, donde la prevalencia en mujeres es de un 7.5% y en hombre es de 11.2% (MSP, 2020).

No es un secreto que la HTA es una de las enfermedades que mayor influencia ejerce en las tasas de mortalidad, pues según reportes oficiales del Instituto Nacional de Estadísticas y Censos en el 2013 se presentaron 1.406 defunciones por padecimientos de hipertensión, 1.254 el siguiente año, la tendencia se mantiene en el año 2015 con 1.014 muertes, sin embargo, dichos valores se disparan exponencialmente en el periodo de 2017 y 2018 donde se registraron alrededor de 3.473 personas, datos estadísticos que reflejan una vez más la importancia de las acciones y cuidados de enfermería en la identificación de factores predisponentes que causan hipertensión arterial (MSP, 2020).

1.1.3 Contexto Regional

La región Costa es la más afectada por la presencia de la Hipertensión Arterial, debido a que es una de las principales causas de muertes que se dan en las provincias que conforman la región de la costa, seguida de la diabetes, de forma probable se interpreta que dicho fenómeno de salud pública ocurre por el estilo de vida que poseen los ciudadanos que habitan en la Costa ecuatoriana, situación que denota que las demás regiones presentan de igual forma problemas de salud con respecto a la Hipertensión pero en menor medida, donde su estilo de vida ayuda a que no se contraiga la enfermedad por factores predisponentes modificables como el alcoholismo, tabaquismo, alimentación malsana, entre otros más.

La Hipertensión ocupa según un estudio realizado por la Organización Panamericana de la Salud el primer lugar de muerte en la región Costa del Ecuador, en las provincias Guayas, Los Ríos, entre otras de la Sierra como Tungurahua y Azuay, A continuación, se muestran datos estadísticos recabados en la investigación efectuada por la PAHO: la provincia del Guayas es la que ocupa el primer lugar con un porcentaje 53.67% de muertes a causa de la hipertensión, seguida por Los Ríos con el 47.45%, datos que les atribuyen ser las provincias de mayor incidencia de defunciones por la presencia de HTA (PAHO, 2014).

En la región Sierra donde se realiza la investigación la prevalencia en comparación con la Costa es inferior, pero hay resultados llamativos que muestra que el Azuay en conjunto con la provincia de Tungurahua son las que predominan en cuanto a pacientes diagnosticados con Hipertensión donde existen tasas de mortalidad de 35.04% y 37.31 % respectivamente, datos que demuestra que Tungurahua, provincia donde se encuentra el Recinto La Paz es la que posee la mayor prevalencia de defunciones en la Sierra (PAHO, 2014).

1.1.4 Contexto Local

El recinto La Paz del cantón Pelileo se encuentra ubicado en el Km 3.2 de la vía Olmedo es un sector de producción agrícola y ganadera, lo cual la convierte en un área de desarrollo para los habitantes del sector y sus alrededores, sin embargo, en un zona que las vías de acceso no se encuentra en buen estado, y que según

estudios realizados por medio del Plan de Ordenamiento y Desarrollo Territorial, en el área de salud, la hipertensión arterial se constituye en una de las principales causas de muertes, además, el mismo estudio impulsado por el Gobierno Autónomo Descentralizado del cantón Pelileo, comunica que los habitantes del sector La Paz y demás caseríos aledaños no poseen satisfacción en el acceso de salud por parte de los establecimiento médicos de la zona, situación negativa que de forma probable influye en la presencia de hipertensión arterial, detectada y no diagnosticada.

1.2 Situación problemática

La situación problemática que se presenta en el desarrollo de la presente investigación se origina por la poca suficiencia de profesionales de salud en el Recinto La Paz del cantón Pelileo, puesto que existe según estudios realizados por el Gobierno Autónomo Descentralizado de la localidad, existen 8 centros de salud, 5 médicos para 10000 habitantes, de igual forma pasa con los bienes necesarios para la atención médica, por cada 10000 personas sólo existe una media de 5 camas, por medio del estudio realizado se menciona que no existe una cobertura adecuadas sobre la necesidades de salud en la localidad, donde una de las enfermedades que incide en el tasa de mortalidad en la hipertensión.

El Recinto “La Paz” del cantón Pelileo no cuenta con centros médicos cercanos, dotado de profesionales de enfermería o médicos generales que atienden de forma oportuna a las personas hipertensas, motivo por el cual, es importante resaltar que al existir inconvenientes relacionados a que el servicio de atención pública solo satisface a un porcentaje de la población implica que no haya acciones de enfermería constante en el cuidado de las personas con hipertensión arterial e imposibilita detectar cuales son los principales factores predisponentes que genera el origen de la patología estudiada, puesto que por medio del diagnóstico dependerá el tratamiento que debe seguir la persona. Es válido mencionar que la demanda insatisfecha de atención médica en pacientes.

1.3 Planteamiento del Problema

La Hipertensión arterial se constituye en una enfermedad de salud pública, debido a que existen indicadores de prevalencia alarmantes en la población mundial, donde las personas que sufren de HTA tienen fuertes riesgos de contraer enfermedades crónicas degenerativas, como cardiopatías, encefalopatías, nefropatías, entre otros problemas de salud, por tal razón, es considerada como una de las causas principales de muerte en todo el mundo; por medio de estudios realizados por la OMS, uno de cada 4 personas poseen hipertensión. La HTA como enfermedad no transmisible que sufren alrededor de 1130 millones de personas, en el que 1 de cada 5 personas controla este problema de salud, es predispuesta por múltiples factores modificables y no modificables (OMS, 2019).

El problema de investigación radica, en que el lugar donde se realiza el estudio, una de las diez causas principales de muertes en la población del cantón Pelileo es la hipertensión arterial, donde los principales motivos que inciden a contraer este tipo de enfermedad se deben a dos tipos de factores, que se dividen en modificables como el estilo de vida, dietas malsanas, obesidad, sedentarismo, tabaquismo, alcohol, estrés y consumo excesivo de sal, mientras que entre los no modificables corresponden a características como la edad, sexo, etnia, antecedentes familiares de la enfermedad o la incidencia de otra enfermedad no transmisible como la diabetes mellitus tipo 2. (SNI, 2019).

El desconocimiento sobre las complicaciones que puede generar la hipertensión arterial, provoca a que las personas no conozcan como la ingesta de sodio y potasio, el alcohol o el tabaquismo, generan influencia directa en la presencia de enfermedades cardiovasculares, por lo que, la poca información sobre los factores predisponentes causa que no se tomen las medidas o precauciones necesarias en la prevención para contraer HTA en personas que poseen una edad de 40 a 65 años. Ante el contexto narrado, resulta importante destacar el rol de la enfermería, en este tipo de enfermedades no trasmisibles y silenciosas, causada por diversos factores de riesgos.

1.3.1 Problema General

¿Cuál es la influencia que tienen las acciones de enfermería en la determinación de factores que predisponen la hipertensión arterial en adultos de 40 a 65 años de edad del recinto La Paz en el cantón Pelileo provincia de Tungurahua en el periodo octubre 2019- marzo 2020?

1.3.2 Problemas Derivados

¿Cuáles son los principales factores predisponentes que provocan hipertensión arterial en adultos de 40 a 65 años de edad del recinto La Paz en el cantón Pelileo provincia de Tungurahua en el periodo octubre 2019- marzo 2020?

¿Cuál es el nivel de conocimiento que tienen los adultos de 40 a 65 años de edad del recinto La Paz en el cantón Pelileo provincia de Tungurahua en el periodo octubre 2019- marzo 2020 sobre los factores predisponentes que influyen en la aparición de hipertensión arterial?

¿Cuáles son las actividades de promoción de salud para disminuir las complicaciones médicas de pacientes con hipertensión de 40 a 65 años de edad del recinto La Paz en el cantón Pelileo provincia de Tungurahua en el periodo octubre 2019- marzo 2020?

1.4 Delimitación de la Investigación

Campo: Salud

Área: Enfermería

Aspectos: Acciones de enfermería, Factores predisponentes e Hipertensión Arterial.

Delimitador espacial: Recinto La Paz Cantón: **Pelileo**

Provincia: Tungurahua

Delimitador Temporal: octubre 2019- marzo 2020

Unidades de Observación: Adultos de 40 a 65 años de edad

1.5 Justificación

El desarrollo de la presente investigación es importante, porque permite determinar los principales factores predisponentes que causan la presencia de una enfermedad no transmisible como la Hipertensión arterial, la cual, genera elevadas tasas de mortalidad, donde las acciones de enfermería representan un rol fundamental para mitigar el desconocimiento de los pacientes sobre los principales factores de riesgo y complicaciones médicas que pueden existir por un tratamiento poco oportuno en la HTA. La importancia de un estudio direccionado en analizar las acciones de enfermería sobre los factores que causan hipertensión, radica en cómo el rol del profesional con competencias médicas, aporta en la promoción de salud, tratamiento adecuado y prevención de hipertensión arterial.

La realización de un estudio relacionado en las acciones de enfermería y los factores que predisponen la aparición de hipertensión arterial, permite profundizar una de las enfermedades con mayor prevalencia en el país, por tal razón, la investigación se justifica desde el punto de vista teórico y práctico, debido a que permite incrementar el conocimiento de los pacientes estudiados y de la sociedad en general, sobre cómo prevenir y tratar la hipertensión arterial; por tal razón, el presente proyecto de investigación, tiene como beneficiarios directos a los habitantes de una edad de 40 a 65 años del Recinto La Paz del cantón Pelileo y de forma indirecta beneficia a la comunidad académica, puesto que tendrá acceso al desarrollo de estudios investigativos sobre una de las enfermedades no transmisibles de mayor causa de muerte en el Ecuador y el mundo.

La investigación sobre las acciones de enfermería y los factores predisponentes en la población del Recinto La Paz, es factible, debido a que se cuenta con los sujetos de observación necesarios para el desarrollo del estudio investigativo, los cuales se consideran como fuente de información primaria, además, se cuenta con el recurso humano adecuado para la realización normal del proceso de investigación, medios económicos para las actividades operativas del estudio en campo y la suficiencia de información mediante la obtención de datos de fuentes bibliográficas.

1.6 Objetivos

1.6.1 Objetivo General

Identificar las acciones de enfermería en la determinación de factores que predisponen la hipertensión arterial en los adultos de 40 a 65 años de edad del recinto La Paz en el cantón Pelileo provincia de Tungurahua en el periodo octubre 2019- marzo 2020.

1.6.2 Objetivos Específicos

- Identificar los principales factores predisponentes que provocan hipertensión arterial en adultos de 40 a 65 años de edad del recinto La Paz en el cantón Pelileo provincia de Tungurahua en el periodo octubre 2019- marzo 2020.
- Determinar el nivel de conocimiento que tienen los adultos de 40 a 65 años de edad del recinto La Paz en el cantón Pelileo provincia de Tungurahua en el periodo octubre 2019- marzo 2020 sobre los factores predisponentes que influyen en la aparición de hipertensión arterial.
- Establecer si se ejecutan actividades de promoción de salud para la disminución de complicaciones médicas de pacientes con hipertensión de 40 a 65 años de edad del recinto La Paz en el cantón Pelileo provincia de Tungurahua en el periodo octubre 2019- marzo 2020.

CAPITULO II

2 MARCO TEÓRICO

2.1 Marco teórico

Acciones de enfermería

Las acciones de enfermería representan los conocimientos, habilidades y aptitudes necesario para la ofrecer cuidados por medio del licenciado de enfermería, las cuales deben aplicarse en diferentes ámbitos del desarrollo de sus competencias profesionales: como en la promoción, tratamiento y rehabilitación del estado de salud de los pacientes, tanto de forma individual, familiar o comunidad; dentro de las múltiples funciones que posee el profesional de enfermería se destaca las de investigación, administración y ser docentes, habilidades que debe aplicarlas en cada uno de los niveles de atención (González & Crespo, 2018).

Proceso de Enfermería

Para el autor Ramírez (2016). en la investigación científica realizada, define al proceso de enfermería de la siguiente forma:

El proceso de enfermería consiste en ser un modelo sistemático que tiene como objetivo promover cuidados mediante el desarrollo de todas las acciones de enfermería que tiene que desempeñar el profesional de salud, por medio del proceso de enfermería se puede tomar las mejores decisiones en la atención al paciente, en resumen, se puede definir al personal de enfermería como el proceso para la identificación de problemas de salud tanto en madres, niños, adultos o comunidad en generan, con el propósito de determinar cuáles son los mejores tratamiento según los resultados obtenidos. En el proceso de enfermería, se deben aplicar todas las habilidades y conocimiento obtenido en el proceso de formación profesional.

Ventajas del proceso de enfermería

La correcta aplicación del proceso de enfermería permite la generación de ventajas en el campo profesional del profesional enfermero, las cuales según (Reyes, 2015) las describe de la siguiente manera:

- Satisfacción de las labores ejecutadas porque permiten el desarrollo profesional.
- Satisfacción desde el plano profesional, porque planes de cuidado elaborados de forma correcta, denotan preparación y competencia laborales para los procesos de promoción de salud.
- Permite dar secuencia a las actividades lo que permite desarrollo un ambiente seguro para la atención en los pacientes.
- Permite proporcionar cuidados asistenciales de forma personalizada, donde la persona se involucra de forma activa, a través de la entrega de datos que permiten una valoración mucho más precisa.
- Como principal ventaja del desarrollo del proceso de enfermería es la obtención de capacidades cognitivas en la parte técnica, procedimental y profesional.

Etapas del proceso de enfermería

El proceso de enfermería constituye las bases para la toma de decisiones y establecimiento de tratamiento según el resultado obtenido en la atención ciudadana, sin embargo, para el desarrollo del proceso, es necesario la realización de 5 etapas, las cuales se atribuyen ser herramientas prácticas, a continuación, se describen las 5 etapas:

Valoración: consiste en el diagnóstico inicial del paciente con el propósito de identificar el estado de salud de la persona o grupos de personas, se encuentra dividida en tres intervalos de tiempo, sucesivos, simultáneos e interpretación, donde la información obtenida tiene que ser organizada para la realización de la siguiente etapa. **Diagnóstico:** en el proceso que concluye las actividades realizadas en las etapas de valoración, en el diagnóstico se selecciona las intervenciones que el profesional de enfermería tiene que ejecutar. **Planificación:** una vez realizadas las etapas de diagnósticos y valoración, se

debe elaborar un plan estratégico de cuidados según el lugar donde se encuentre el profesional de enfermería; **Ejecución:** en esta etapa de poner en marcha todo el plan de cuidado que ha sido elaborado por el profesional de enfermería y por último se encuentra la etapa de **Evaluación**, que consiste en medir los resultados obtenidos (MAD-Eduforma, 2019).

Cuidado de Enfermería

Los cuidados de enfermería es el desarrollo de competencias laborales que recaen en el profesional de salud, el cual debe poseer habilidades humanas y de bioéticas adecuadas, donde su atención en el cuidado debe estar caracterizada por un profundo respeto y profesionalismos, por medio de los cuidados de enfermería se permite realizar actividades relacionadas con la promoción de la salud de forma activa, es importante mencionar que los cuidados de enfermería se especializan el cuidado asistencial y precautelar la salud de las personas, motivo por el cual los cuidados son parte del proceso de atención de enfermería (Lagoueyte, 2015).

Modelo de promoción de la salud Nola Pender

El modelo de promoción de la salud de Nola Pender compendia fundamentación teórica relacionada con los valores y aprendizaje social en el campo de la enfermería, este modelo pretende el desarrollo de conductas de interacción con el paciente dentro de ambientes favorables para la promoción de la salud de forma adecuada, en resumen, el presente modelo concibe que cada una de las personas tiene la capacidad de concientizar de forma sigilosa y comprensiva el empoderamiento de las competencias profesionales, donde se deben adoptar características y conductas promotoras de salud, donde el profesional se compromete a una mayor involucración del proceso de atención de enfermería para el logro de beneficios valorados (Guevara , 2017).

Cuidados de enfermería en pacientes Hipertensos

Para los autores (Zapata , Soriano, Márquez , López , & González , 2015) expresa la importancia de los cuidados de enfermería en pacientes con hipertensión

Los cuidados de enfermería son esenciales en el control y tratamiento de pacientes hipertensos, puesto que las debilidades que presentan radica en el desconocimiento de información sobre las complicaciones que pueden ocurrir, sino cambian sus estilos de vidas o siguen un tratamiento, además que por medio de las intervenciones de enfermería se detectan los principales factores de riesgo que influye en la presencia de hipertensión. Está comprobado que las acciones de enfermería ayudan de forma considerable al incremento de los conocimientos y cifras de la tensión arterial por medio de las sesiones de con el profesional de enfermería, además, permite que el paciente recupere de forma progresiva su estado de salud y por último los beneficios del cuidado de enfermería permite que de a poco el paciente vaya asimilando su problema de salud.

Manifestaciones Clínicas que debe detectar el profesional de enfermería

1. Se debe proceder a la realización de la valoración a los pacientes adultos mediante el uso de patrones funcionales de salud, donde se enfoca la nutrición, actividad, ejercicio y percepción cognitiva para la determinación de requisitos o características como cefalea, acufenos, mareos o simplemente malestares generales, 2. Ejecutar una medición sobre la presión arterial con el propósito de evaluar y determinar la hipertensión arterial en las personas que se les ha determinado un factor predisponentes o síntoma de la enfermedad, 3. Es necesario considera la realización de la monitorización sobre la presión arterial por la aparición de algún síntoma, cuyo objetivo es la determinación de la hipertensión arterial, de esa forma poder identificar qué tipo de HTA es la que posee el paciente.

Intervenciones de enfermería para prevenir complicaciones en pacientes hipertensos

Tabla 1. *Intervenciones para prevenir complicaciones de HTA*

<p>Elaborar Historia Clínica Completa</p>	<p>Se debe realizar una historia clínica completa, además de una exploración exhaustiva para la determinación de la HTA causas, factores de riesgo cardiovascular o identificación del daños orgánico.</p>
--	--

Signos de afección orgánica	El profesional de enfermería debe prestar especial atención a los signos de afección orgánica, por la trascendental que es el daño del organismo asintomático, el cual es una etapa de riesgo vascular.
Índice de Masa Corporal	Se debe evaluar el IMC para determinar si se encuentra en 30, donde es importante realizar una medición a la cintura para determinar el riesgo cardiovascular.
Medición de la circunferencia de la cintura	Ejecutar una medición de la circunferencia de la cintura al nivel de línea media axilar, en medio del reborde costal y cresta iliaca.
Pruebas de laboratorio	Realizar pruebas de laboratorio como: Biométrica Hemática, Glucosa, perfil de lípidos (LDLy HDL) Triglicéridos séricos, calcio, potasio, creatina sérica y examen general de orina
Exámenes de Sangre	Realizar exámenes de sangre para la identificación de los niveles de colesterol y triglicéridos, es necesario un ayuno de 12 horas.
Prueba de Orina	Se debe recolectar la orina de 24 horas, donde el recipiente debe estar pulcro y depositar las micciones completas.
Electrocardiograma	Realizar electrocardiograma para detectar posibles complicaciones derivadas como dilatación auricular izquierda, arritmias o demás enfermedades cardiovasculares.

Estilo de vida	<p>Aceptar todas las recomendaciones en el cambio de estilo de vida ayuda a reducir los riesgos cardiovasculares.</p> <p>Restricción del consumo excesivo de sal, alcohol, consumo de frutas, reducir la ingesta de grasas saturadas, disminuir y ejercer control del peso, realizar actividades físicas y dejar de fumar.</p>
-----------------------	--

Elaborado: Autores de la investigación

Fuente: (Instituto Mexicano del Seguro Social, 15)

Hipertensión Arterial

La hipertensión arterial es el aumento de la presión arterial en dos medidas, sistólica y diastólica, patología que sin un cuidado adecuado puede provocar enfermedades cardiovasculares, cerebrales y renales. La hipertensión también es considerada como uno de los principales factores de riesgo para la presencia de otras enfermedades cardiovasculares, como afecciones isquémicas del corazón o cerebrovasculares, donde la mayoría de los pacientes no tiene conocimientos de todas estas complicaciones, por tal razón la intervención de la enfermería ayuda a la detección de factores de riesgos, signo y síntomas (Roque, 2018)

Otro autor Romo (2015) define a la Hipertensión arterial de la siguiente manera:

La hipertensión arterial es la presión que provoca la sangre en las paredes de las arterias, cuando el corazón bombea el líquido sanguíneo, donde la tensión siempre dependerá del gasto cardiaco y la resistencia periférica, es importante desatacar que la tensión arterial presentará elevados valores de tensión arterial cuando el gasto cardiaco o la resistencia periférica también haya aumentado. Los valores de la tensión arterial siempre varían por la edad o el sexo de la persona, para citar un ejemplo de la variabilidad se menciona que la presión arterial de un niño que recién acaba de nacer es de 140 latidos por minuto, en cambio que, en el adulto, la presión arterial es 120 en condiciones normales por minuto, en resumen, la hipertensión arterial consiste en el aumento significativo de la presión arterial, la cual debe reducirse inmediato.

Etiología

La etiología de la hipertensión arterial permite definir la siguiente clasificación:

HTA primaria o esencial: consiste en la elevación constante de la tensión arterial por medio de una causa desconocida, por lo general la HTA esencial o primaria es la más común, suele tener valores que oscilan entre un 90 a 95%, de todas las personas que han sido diagnosticadas con hipertensión arterial. **HTA secundaria:** la HTA secundaria es la elevación de la tensión por la causa de una enfermedad, por lo que es menos frecuente la HTA primaria. (Lozano, 2019)

Fisiopatología

Para los autores Ochoa & Madero (2018) la fisiopatología de la presión arterial se forma de las siguientes variables:

Para la aparición de la presión arterial en una persona, depende de la conjugación de dos variables que son: el gasto cardiaco y las resistencias periféricas, o también conocida (Ley de OHM). Para mejor comprensión de la fisiopatología se menciona que el gasto cardiaco representa la cantidad de líquido sanguíneo que el ventrículo izquierdo bombea por minuto, el cual depende en gran medida del volumen del latido o la frecuencia cardiaca. Mientras que las resistencias cardiacas son dependientes del tono vascular de las arteriolas, en resumen, cuando los valores de la presión arterial incrementan, es porque el gasto cardiaco junto con las resistencias periféricas también ha aumentado.

Signos y síntomas de la Hipertensión Arterial

Por lo general la Hipertensión arterial es una enfermedad que afecta a millones de personas y es uno de las principales causas de muerte e a nivel mundial, sin embargo, a pesar de ser un problema de salud pública, también se considera una patología silenciosa, debido a que hay gran cantidad de personas que la presentan y aun no son diagnosticadas, motivo por el cual es importante tener en cuanto los siguientes síntomas:

- Mareo
- Dolor Torácico

- Convulsiones
- Insuficiencia cardiaca
- Cefalea, náuseas y vómitos
- Hematuria
- Oliguria
- Síntomas visuales
- Problemas con la conciencia (Romo, 2015).

Medida de la Hipertensión Arterial

De acuerdo con el autor Soler & Raurich (2015)

Para medir la presión arterial se utiliza un esfigmomanómetro, el cual puede ser aneroide, el mismo que debe ser acompañado con un fonendoscopio. Los valores de la tensión cuando se obtienen deben ser leídos de forma corrida, ejemplo. Una tensión diastólica de 70 mmHg, con una sistólica de 112 mmHg se tiene que leer ciento doce, setenta, es importante manifestar que para tomar las medidas de la tensión arterial es necesario realizar tres pruebas en ambos brazos, a excepción de aquellas personas que haya sufrido traumatismos graves o ser objeto de un ictus.

Diagnóstico de la Hipertensión Arterial

Para el logro del diagnóstico de la hipertensión arterial se debe tener cifras de TAS > 139 mmHg / de TAD > 89 mmHg, es válido señalar que nunca será una sola medida, además que para el diagnóstico tenga mayor seguridad resulta vital tres medidas de tensión, separadas por un intervalo de tiempo de 7 días, donde se deben realizar tres tomas en ambos brazos. Cuando una tensión resulta normal es porque no sobrepasa los valores descritos, sin embargo, puede estar sujeta a contraer enfermedades cardiovasculares, en función de lo expresado se menciona que para ayudar a detectar de forma temprana la enfermedad se deben realizar pruebas de tensión cada 4 años en personas que poseen una edad de 20 y 40

años, dos años para los que superan los 40 años de edad y de forma anual a los que poseen más de 60 años (Soler & Raurich, 2015).

Lesiones o complicaciones en órganos

La hipertensión arterial es la causante de defunciones diarias por no ser controlada o detectadas a tiempo, contexto que altera cualquier estructura o funcionamiento de determinados órganos, he ahí donde radica lo perjudicial de la patología analizada, por tal razón, se presenta a continuación las principales lesiones que provoca la HTA en los órganos:

- **Corazón:** es objeto de hipertrofia ventricular izquierda cuando la HTA no es tratada ni controlada de forma periódica.
- **Sistema Nervioso Central:** La hipertensión incrementa de forma acelerada las probabilidades de accidentes cerebrovasculares.
- **Riñón:** es uno más de los órganos afectados por la hipertensión, la cual causa micro albuminuria, además, también afecta al ojo por medio de hemorragias o papiledema (Soler & Raurich, 2015).

Otras formas de medir la HTA

AMPA Y MAPA

El AMPA es una forma de medir la presión arterial, el cual consiste en un promedio estandarizado para determinar la presión arterial a través del propio paciente desde su domicilio, el AMPA permite al paciente evaluar que tan efectivo es el tratamiento farmacológico, lo cual ayuda a la adherencia de las recomendaciones médicas, si la aplicación de este método produce ansiedad en los pacientes, es recomendable que se deje de utilizar. Mientras que el MAPA es un método para evaluar la tensión arterial no invasivo por medio de la monitorización ambulatoria, la cual tiene como objetivo determinar los valores de presión arterial en un periodo de tiempo establecido, que de forma normal es de 24 horas, en el que realiza tomas cada media hora, la misión de esta forma de medir la presión arterial consiste en evadir la hipertensión de bata blanca, debido a que por lo general el paciente que acude a consulta genera una estrés involuntario que aumenta la tensión (Soler & Raurich, 2015).

Errores que el profesional de enfermería debe evitar en la medición

- Evaluar la hipertensión en una camilla durante la consulta, ya sea con el paciente esté recostado o sentado sin contar con un apoyo en la espalda y sus pies se encuentran colgando, es un grave error que tiene que evitar
- No se debe ubicar la campan del estetoscopio por debajo del brazalete
- Desinflar de forma brusca el mango
- La utilización inadecuada del esfigmomanómetro de muñeca, solo es recomendable cuando el paciente presenta obesidad extrema
- No se debe permitir que el paciente emita un sonido o hable durante la medición
- Se debe redondear las cifras de la presión arterial, donde se elimina los últimos dígitos (González J. , 2016)

Las recomendaciones realizadas durante la medición de la presión arterial, permiten obtener valoraciones muchas más fidedignas para la identificación de posibles problemas cardiovasculares, caso contrario, se dificulta obtener cifras que se acerquen a la realidad del estado de salud del paciente, donde es importante conocer, que en ocasiones el estrés involuntario de la persona durante una consulta induce a que haya debilidades en la toma de medidas.

Medidas de la Hipertensión Arterial

Los tipos de hipertensión son diastólica y sistólica, las cuales tienen las siguientes valoraciones que la clasifican en baja, óptima, alta, entre otras más, a continuación, se presenta la clasificación:

Tabla 2. *Medidas de Hipertensión*

Presión Arterial	Sistólica (MM HG)	Diastólica (MM HG)
Óptima	< 120	< 80
Normal	120-129	80 – 84

Normal Alta	130-139	85 – 89
HTA Etapa 1	140-159	90 – 99
HTA Etapa 2	160-179	100 – 109
HTA Etapa 3	= 180	= 110
HTA Sistólica Aislada	➤ 140	< 90

Fuente: (Lopez & Expósito , 2016)

Los valores descritos demuestran la clasificación que poseen las medidas de la hipertensión arterial, donde es importante resaltar que esta enfermedad se puede combatir o prevenir, por medio de la adopción de cambios en el estilo de vida o por medio de tratamientos farmacológicos. Las modificaciones en el estilo de vida, corresponde a cambiar la forma de vivir del paciente con respecto a algunos hábitos nocivos, como el alcoholismo, tabaquismo, o consumo alimentario inapropiado, donde el apoyo de la enfermería, será el apoyo para la adopción de nuevas costumbres (Lopez & Expósito , 2016).

Tratamiento de la Hipertensión Arterial

Tratamiento Farmacológico

El objetivo del tratamiento farmacológico es la disminución de la morbilidad y mortalidad de la persona hipertensa, a través de la utilización de medios menos invasivos, el tratamiento farmacológico se debe utilizar una que se hayan recomendados los cambios en el estilo de vida y si a pesar de aquello no surte efecto, y la tensión arterial sigue elevada, es necesario la aplicación de fármacos, por medio del uso de medicamentos se tiene como objetivo la reducción del gasto cardiaco, volemia o resistencia periférica, motivo por el cual se recomienda los siguientes fármacos:

Antihipertensivo

Según Lozano (2019) Uno de los antidepresivos de acción central que más se utiliza, es la alfametildopa, que actúa como un falso neurotransmisor, el cual produce una reducción de la síntesis de noradrenalina, en conjunto con el tono adrenérgico, que es lo que ofrece como tratamiento antihipertensivo, uno de las debilidades de la utilización del alfametildopa, es su lentitud para hacer efecto.

Diuréticos

La utilización de diuréticos en el tratamiento de pacientes hipertensos, se constituye en un factor importante y clave del proceso, puesto que sigue siendo la primera elección para terapéuticos, puesto que, según estudios, son uno de los pocos fármacos que ha reducido de forma sustancial la presencia de morbilidad secundaria HAT, donde el efecto de protección que ejerce, consiste básicamente en la reducción de los valores tensionales, entre los principales diuréticos se encuentran; Tiazidas, Diuréticos de ASA y Ahorradores de Potasio (Lozano, 2019)

Bloqueadores Betaadrenérgicos

De acuerdo con Lozano (2019) los Bloqueadores Betaadrenérgicos junto con los diuréticos, son los que mayor incidencia poseen en la reducción de las tasas de morbimortalidad cardiovascular en las personas que padecen de hipertensión arterial, los efectos que posee como antihipertensivo no son conocidos de forma habitual, pero de la eficacia para el control de la HTA si se tiene conocimiento, donde reduce el gasto cardíaco, volumen sistólico, y frecuencia cardíaca, como efecto negativo son sus efectos secundarios, como hipertrigliceridemia, bradicardia, en insuficiencia cardíaca.

Existen otros tipos de fármacos en la utilización del tratamiento, sin embargo, los que se han nombrado son los principales, porque tienen incidencia directa en la disminución de los valores tensiales, de igual forma serán nombrados para conocimiento general: Vasodilatadores periféricos, bloqueadores alfa adrenérgicos e Inhibidores de la enzima conversiva la angiotensina.

Tratamiento no Farmacológico

El tratamiento no farmacológico es la primera opción para combatir la Hipertensión Arterial, debido a que el uso de fármacos produce efectos secundarios en la salud, motivo por el cual se sugiere la reducción de la infesta de ciertos medicamentos, sin embargo, uno de los inconvenientes que se presenta en la adherencia al tratamiento no farmacológico, es la resistencia del paciente a cambios en su estilo de vida, poco apoyo familiar y la presencia de factores sociales

y económicos. Entre las principales recomendaciones que se efectúan, son las que se describen a continuación:

- Reducción de la ingesta de alimentos que contengan gran contenido de sodio
- Restricción Moderada del uso de antihipertensivos
- Dieta saludable que disminuya la Hipertensión arterial
- Evitar el sobrepeso y obesidad
- Eliminar el sedentarismo y realizar mayor actividad física
- Erradicar hábitos de consumo de alcohol y tabaquismo
- No consumir de forma excesiva el café (Soto, 2018)

Cuadro Clínico de la Hipertensión Arterial

De acuerdo con los autores (Lazaro, 2016) en su investigación científica, menciona que el cuadro clínico de la hipertensión arterial, presenta las siguientes consideraciones:

La hipertensión arterial es una enfermedad asintomática, lo que justifica que a nivel mundial existen millones de personas diagnosticadas con esta enfermedad, sin embargo, también predomina un sinnúmero de personas que posee esta patología, pero desconocen de su existencia, situación que puede acarrear diversas complicaciones y riesgos en el estado de salud, sin embargo, es importante manifestar, que existen manifestaciones clínicas como dolor de cabeza, sudoraciones, agitación del pulso, respiración corta, ruidos en el oído, mareos y machas en los ojos. La hipertensión no controlada o tratada a tiempo, puede generar las siguientes complicaciones:

- Aterosclerosis
- Cardiopatía Hipertensivas
- Enfermedad renal
- Accidentes Cardiovasculares

Factores Predisponentes

Los factores predisponentes que influyen en la presencia de Hipertensión arterial se clasifican en factores modificables como el tabaquismo, alcoholismo, alimentación, sobrepeso, sedentarismo y estrés, mientras que los factores no modificables, son los antecedentes familiares de HTA, sexo, edad y etnia. La identificación de los factores de riesgos en los pacientes hipertensos permite al profesional de enfermería la determinación de recomendaciones que se ajusten a las necesidades y prioridades que posee la persona que padece de esta patología. (Camejo, 2016)

Factores no Modificables

Edad: El factor de riesgo de la edad influye en la presencia de la hipertensión arterial conforme al edad aumente, donde investigadores a nivel internacional, consideran que, a partir los 45 años de edad, las personas, se encuentran más propensas a sufrir de este tipo de enfermedad, por lo que es necesario, la intervención de la enfermería, para la identificación de posibles síntomas, en una patología que de forma general es asintomática (Black & Elliott, 2015).

Antecedente Familiares: Numerosas investigaciones demuestran que uno de los factores de riesgo se debe a los antecedentes familiares que padecen de la enfermedad, lo que provoca que haya probabilidades serias de heredar la patología, se denomina no modificables, porque no se puede prevenir dicho factores predisponente (Black & Elliott, 2015).

Raza: La raza también se considera como un factor de riesgo de la hipertensión arterial, puesto que se ha comprobado que las personas de piel negra, son lo que posee, mayor prevalencia de la enfermedad analizada, pero también ejerce influencia el lugar geográfico, debido a que los países más industrializados son los que mayor número de personas padecen de hipertensión arterial (Kunstmann & Kauffmann, 2015).

Sexo: Otro de los factores predisponentes no modificables, se encuentra el sexo, debido que los hombres son lo que poseen mayor prevalencia de la enfermedad, hasta que las mujeres lleguen a su etapa de la menopausia, puesto que ahí

pierden estrógenos, lo cual los dejan más propensos a contraer la patología (Ávila, 2015).

Factores Modificables

Los factores modificables, son los que corresponden al estilo de vida del paciente como la alimentación, sobrepeso, tabaquismo, alcoholismo, sedentarismo, el exceso consumo de sal y el nivel de conocimiento de la enfermedad, a continuación, se citan los de mayor impacto en la aparición de la hipertensión:

- **Consumo de sal:** el consumo de sal se convierte en uno de los factores más comunes que provocan hipertensión arterial, donde investigaciones locales y a nivel internacional, concuerdan que las personas que poseen una dieta rica en sal, posee o tiene mayores probabilidades para contraer la enfermedad, motivo por el cual la persona debe regular la ingesta de sal (Zevallos, 2016).
- **Sobrepeso u obesidad:** otro de los factores que obliga a las personas estar más propensos de sufrir hipertensión arterial se debe al sobrepeso, debido que la obesidad abdominal, se constituye en el detonante para contraer la enfermedad estudiada, donde el perímetro de la parte del abdomen debe ser de 103 cm en los hombres y en mujeres de 88 cm (Zevallos, 2016).
- **Consumo de tabaco:** El consumo de tabaco es un factor que causa afecciones de la salud, de más de 20 grupos de enfermedades, entre ellas está la Hipertensión Arterial, la cual es una de las causas de muerte de mayor prevalencia, el consumo del cigarrillo está ligado con la tensión arterial por el efecto que este genera, como el de nicotina la vasoconstricción, donde el humo que genera el tabaco ataca las arterias libres, lo cual causa la disminución del óxido nítrico y afecta el endotelio (Condori, 2017).
- **Sedentarismo:** la poca actividad física contribuye en la presencia de Hipertensión arterial, debido que aquella persona que es sedentaria posee mayores riesgos de contraer la patología por problemas cardiovasculares, aumento del colesterol, entre otras causas, motivo por el cual se recomienda hacer ejercicios de 10 a 15 minutos por semana (Condori, 2017).

2.1.1 Marco conceptual

Presión arterial: La presión arterial representa la fuerza que provoca la sangre al empujar contra las paredes de las arterias, cuando el corazón se encuentra bombeando el líquido sanguíneo, es decir, la presión arterial sube y baja durante todo el transcurso del día, se la considera hipertensión cuando la sangre se eleva y permanece (Suarez, 2018).

Factores constitucionales: Son considerados factores constitucionales de la hipertension arterial la edad y sexo, donde el hombre es el que tiene mayor predominio, propenso a, contexto que demuestrán los contextos que se generan en la en la hipertensión arterial (Sabán & Sánchez , 2015).

Síntomas: La hipertensión arterial es una enfermedad que por lo general es asintomática, donde muchas personas la detectana cuando se realiza consultan con un médicos, es decir, los seres humano pueden padecer de cardiopatía desconociendo que poseen hipertensión arterial. (Hemosín , Pereira , & Pérez , 2017).

Patología: a este término se le atribuye ser una rama de la medicina cuoy objetivo es el estudio de una determinada enfermedad de forma particular, donde se analizan las causas, caracterisiticas y la reacción que posee el organismos frente a una enfermedad crónica de evolución progresiva como la hipertensión arterial (UCM, 2016).

MmHg: sus siglas son utilizadas para expresar los milimetros de mercurio, es un término que se emplea en la definicion de la medida de la tensión arterial, sea sitólica y diastólica (Rojas, Rivera, & Sánchez, 2017).

Fisiopatología: consiste en realizar una análisis de procesos patológicos de forma física y química, los cuales genera influencia en el organismo de la personas (Maguiña)

2.1.2 Antecedentes investigativos

La investigación realizada por (Rosero, 2018) en su tesis de grado titulada “Grados de Hipertensión Arterial y factores de riesgo cardiovascular en pacientes hipertensos que acuden a la Consulta Externa al Hospital Delfina Torres de Concha de Esmeralda periodo enero a febrero 2018” menciona que cuando a mayor grado de hipertensión arterial, más es la probabilidad de tener riesgos cardiovasculares, sin embargo el desarrollo de la investigación, se pudo determinar que las personas que presentaban un edad avanzada, era más propensos a padecer HTA y contraer consecuencias cardiovasculares, puesto que de la unidades de observación estudiada, contaban con una presión sistólica cuando la edad avanza, resultados que demuestran la importancia de las acciones de enfermería para determinar, cuales son los principales factores predisponentes, signos, síntomas y determinación de los cuidados adecuados al estado del paciente.

Como principales hallazgos detectados en el proceso de investigación del autor referenciado, radica en que la mayoría de la población analizada, no contaba con el conocimiento base sobre la enfermedad y sus consecuencias, además, se determinó hábitos de salud inadecuados que se constituyen en factores de riesgo de la Hipertensión Arterial, como el sobrepeso, obesidad y consumo de sal en proporciones considerables.

Para el autor (Uscata , 2019) en su tesis para obtener el título de Médico Cirujano menciona lo siguiente sobre los factores de riesgos en la hipertensión arterial de adultos: que el estudio realizado a personas adultas que acuden a un hospital geriátrico posee como factores predisponentes de la Hipertensión Arterial la edad, sexo, dislipidemia, diabetes y los antecedentes familiares, los cuales son componentes importantes para la salud de las personas, donde las acciones de enfermería juegan un rol protagónico para la prevención, tratamiento y promoción de la salud.

También la investigación de grado que se analiza ha concluido con identificación de personas adultas con obesidad, y hábitos poco saludables como el consumo excesivo del alcohol, tabaco y desórdenes alimenticios, componentes que aumentan los niveles de probabilidad de riesgo para la hipertensión arterial de la

muestra estudiada, resultados que marca tendencia en investigaciones a nivel local e internacionales, puesto que los factores predisponentes no distan mucho de la realidad de varios países.

Para Arcurio (2015) en su proyecto de investigación para la obtención del título de Médico Cirujano, menciona lo siguientes con respecto a los factores predisponente en pacientes hipertensos: La hipertensión arterial están considerada como una de las primeras causas de muerte a nivel mundial, donde la mayoría de defunciones se dan por accidentes cerebrovasculares o la aparición de cardiopatía, motivo por el cual se realiza una análisis en el Hospital Alfredo Noboa Montenegro sobre cada uno de los factores que generan influencia en la presencia y control de la HTAL. Los resultados obtenidos durante la investigación determinada en la institución médica descrita son los siguientes: se considera que el principal factor de riesgo es el desconocimiento de las personas sobre los riesgos que causa la hipertensión arterial, donde el 35% de las personas consultadas no conocen de alguna información más particular sobre la enfermedad, mientras que el resto de personas manifestaron que si conoce o reconocen algún tipo de riesgo de la enfermedad analizada. En la misma investigación se detectaron factores de riesgos como la obesidad, ingesta de sodio, sedentarismo, falta de educación.

Las determinaciones de los principales factores de riesgo en la población estudiada permiten generar como conclusión, que la falta de empoderamiento se encuentra en el primer lugar según los resultados obtenidos en la investigación, también se menciona que el rol asistencial y docente de la enfermería no se ejecuta de manera adecuada, porque no había una conexión con el cliente, donde se le pueda recomendaciones no sólo farmacológicas sino también aquellas sugerencia de cambios en su estilo de vida. Entre otro de los hallazgos se detecta que el Hospital Alfredo Noboa Montenegro, no poseen una guía de tratamiento a personas adultas con la hipertensión, donde es importante resaltar que el tratamiento farmacológico no posee efectividad cuando no se lo combina con adecuadas prácticas en el estilo de vida de las personas.

De acuerdo con Jetón & Pasato (2017) en su proyecto de investigación titulado Factores Predisponentes a Hipertensión Arterial en adultos de 45 a 60 años, Centro de Salud "San Fernando" menciona que la hipertensión es un enemigo silencioso

de la salud, motivo por el cual las acciones de enfermería juega un rol importante en la valoración de los pacientes y asignar un tratamiento adecuado según el estado de salud de las personas. Cuando la Hipertensión arterial no es contralada ni tratada de forma correcta puede afectar a órganos importantes para el funcionamiento de organismo, como el cerebro, corazón y los riñones. El estudio analizado trata de resaltar como la Hipertensión se constituye en uno de los principales factores de riesgo para el surgimiento de patologías como infarto agudo, insuficiencia renal, diabetes o rinopatías, entre otras más enfermedades relacionadas a la HTA. Mediante el estudio cuantitativo y descriptivo observacional, se determinó que la población estudiada el 67% de personas reflejaron que un factor predisponente no modificables corresponde al género de la persona; la edad más relevante es de 40 a 49 años, también se identificaron factores como la poca realización de la actividad física, sobrepeso y demás relacionados con la presencia de hipertensión.

Para (Vela , 2017) en su estudio de investigación para la obtención del título de magister determina los principales factores de riesgo de una población en un centro privativo de libertad, expresa que:

Con los resultados de la investigación realizada en el Centro Penal de Tarapotó se concluye que los factores que causas Hipertensión arterial, no son independientes, guardan relación entre sí, donde se encuentran factores orgánicos como la edad, antecedentes familiares, y condiciones que generan la aparición de la patología estudiada, además el estudio realizado determina que la principal variables que incide en padecer una enfermedad que a nivel nacional ocupa el segundo lugar de defunciones y que en todo el mundo hay miles y de millones de personas que la padecen, es su estilo de vida, el cual influye mucho en la susceptibilidad de contraer hipertensión arterial.

El estudio desarrollado en el Centro Penal de Tarapotó ayuda a determinar cómo las condiciones del entorno en el que se desenvuelve una persona influye en la adopción de hábitos pocos saludables como de alcohol, tabaco, consumo excesivo de sal o café, entre otros indicadores más, motivo por el cual, las acciones de enfermería ayudan a la detección de factores predisponentes que permiten la prevención, control y tratamiento oportuno de una de las patologías que presenten

grandes volúmenes en tasas de mortalidad, es importante manifestar, que la hipertensión no controlada, puede ser el medio que desencadena en la adopción de otro tipo de enfermedades.

De acuerdo con (Gordón & Gualotuña , 2015) en su investigación realizada para obtener el título de licenciadas en enfermería mencionan que la hipertensión es una enfermedad crónica de larga duración que evoluciona a un paso lento de forma progresiva que si no es tratada a tiempo puede provocar seria consecuencias, como la muerte del paciente, motivo por el cual, realizan una investigación orientada a conocer los factores predisponente en la hipertensión arterial de pacientes que acuden al Centro de Salud Pujilí, donde se obtiene como resultados los siguientes datos: Que las personas que posee diabetes predominan en una edad de 40 a 64 años, donde los estilos de vida adoptados son inadecuados, debido a que realiza poca actividad física, lo cual evidencia sedentarismo, la dieta que frecuentan posee grandes cantidades de grasa y existen personas que fuman tabaco de forma constantes, factores determinantes para la presencia de hipertensión.

2.2 Hipótesis

2.2.1 Hipótesis general

Las acciones de enfermería y la determinación de factores predisponentes, ayudarían en la prevención de la hipertensión arterial en adultos de 40 a 65 años de edad del recinto La Paz en el cantón Pelileo provincia de Tungurahua en el periodo octubre 2019- marzo 2020.

2.3 Variables

2.3.1 Variables Independientes

Acciones de Enfermería

2.3.2 Variables Dependientes

- Factores Predisponentes
- Hipertensión arterial

2.3.3 Operacionalización de las variables

Cuadro. 1 Operacionalización de Variables

Variable	Definición Conceptual	Dimensión o Categoría	Indicador	Índice/ escala
Acciones de Enfermería	Es el conjunto de conocimientos y acciones necesarias para proporcionar cuidado a través del profesional de enfermería en los siguientes niveles: promoción, tratamiento y rehabilitación de la salud, dirigida al individuo, la familia y la comunidad.	<p>Rol Docente</p> <ul style="list-style-type: none"> • Motiva las consultas médicas • Promoción de información sobre estilo de vida y factores de riesgo • Fomenta estilo de vida saludable • Oferta de información acerca de la HTA • Brigadas de capacitación 	<p>Siempre A veces Nunca</p>	<p>Porcentaje</p>

		Rol Asistencial <ul style="list-style-type: none"> • Visitas domiciliarias • Brigadas para tomar la tensión arterial 	Siempre A veces Nunca	Porcentaje
Factores Predisponentes	Los factores predisponentes se clasifican en factores modificables como el tabaquismo, alcoholismo, alimentación, sobrepeso, sedentarismo y estrés, mientras que los factores no modificables, son los antecedentes familiares de HTA, sexo, edad y etnia.	Factores modificables Tabaquismo	Hábito de fumar	Si No Porcentaje
		Alcoholismo	Hábito de Alcohol	Si No Porcentaje
		Alimentación	<ul style="list-style-type: none"> • Frecuencia de consumos de alimentos saludables (verduras, frutas, hortalizas) • Frecuencia de consumo de comidas rápidas • Frecuencia de consumo de alimentos con alto nivel de azúcar 	<ul style="list-style-type: none"> • Una vez por semana • dos veces a la semana • todos los días • Siempre • A veces • Nunca Porcentaje

		Sedentarismo	Realiza actividades físicas dos a tres veces por semana	Si No Porcentaje
		Factores no modificables Antecedentes Familiares	Madre Padre Hijo Hermanos	Porcentaje
		Edad	40 a 65 años 70 a 80 años 80 o más	Porcentaje
		Sexo	Masculino Femenino	Porcentaje
Hipertensión Arterial		Valores de la HTA	Normal Severo Grave	$\leq 130/\leq 85$ mmHg ($\geq 140/\geq 90$ mmHg) ($\geq 160/\geq 110$ mmHg)
		Conocimiento sobre la enfermedad	Complicaciones Manifestaciones	Porcentaje

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

CAPITULO III

3 METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 Método de investigación

Método Inductivo: Como parte de la metodología de investigación, se utilizó el método inductivo, debido a que la investigación analiza temas específicos, como las acciones de enfermería y los factores predisponentes en la hipertensión arterial, para luego elaborar conclusiones generales sobre los principales hallazgos detectados en el proceso investigativo.

Método Sintético: Se empleó el método sintético, puesto que, para la obtención de los resultados investigativos, se aplicaron conocimientos técnicos, habilidades y competencias médicas propias del Licenciado de enfermería en la valoración de las variables objeto de estudio, con el propósito de sintetizar cada uno de los hallazgos encontrados para la elaboración de conclusiones generales.

3.2 Modalidad de investigación

La modalidad de la investigación es cualitativa y cuantitativa, debido a que se interpretan las variables objeto de estudio por medio de indicadores intangibles, como el nivel de conocimiento de las unidades de observación y es cuantitativa porque se emplean técnicas de investigación como la encuesta, la cual es una herramienta cuantitativa que permite la obtención de datos relevantes sobre los factores predisponentes y su relación con la hipertensión arterial.

3.3 Tipo de Investigación

Investigación exploratoria y descriptiva: Se aplicó un tipo de investigación exploratoria y descriptiva debido a que se investiga los principales factores predisponentes que causan hipertensión arterial en los habitantes del Recinto La Paz del cantón Pelileo, además, es descriptiva, puesto que se describió de manera completa y detallada los principales hallazgos obtenidos en el proceso de investigación.

Investigación aplicada: Se aplicó una investigación aplicada, debido a que se utilizaron los conocimientos, habilidades y competencias obtenidas en la academia, para determinar qué tipos de factores predisponentes son los que más influencia generan en la aparición de la hipertensión arterial en adultos de 40 a 65 años de edad.

Investigación Transversal: Se utilizó una investigación transversal, debido a que analiza las acciones de enfermería y los factores predisponentes en adultos de 40 a 65 años de edad, que habitan el Recinto La Paz del cantón Pelileo en el periodo de octubre 2019 y marzo 2020.

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de la Información

3.4.1 Técnicas

Encuesta: Se aplicó una encuesta de conocimientos a los sujetos de observación, con el objetivo de determinar de forma implícita los factores predisponentes que influyen en la presencia de hipertensión arterial en personas de 40 a 65 años de edad y el nivel de empoderamiento sobre los factores de riesgo de la HTA.

3.4.2 Instrumento

Como instrumentos de investigación se direcciona la elaboración de un cuestionario de preguntas para detectar los principales factores de riesgos en la población y un tensiómetro para determinar qué tipo de hipertensión posee el paciente.

3.5 Población y Muestra de Investigación

3.5.1 Población

La población con la que contará el proyecto de investigación, son todos los habitantes del Recinto La Paz del cantón Pelileo, donde se analizará las personas que poseen hipertensión arterial comprobada, las cuales ascienden a un número de 250 individuos.

3.5.2 Muestra

La muestra se determinó por medio de la aplicación de un muestreo probabilístico, debido al gran número de habitantes de la localidad donde se ejecuta la investigación, motivo por el cual se empleará la siguiente fórmula:

$$n = \frac{N \times Z_a^2 \times p \times q}{d^2 \times (N - 1) + Z_a^2 \times p \times q}$$

Donde:

N = Tamaño de toda la población

Z = Nivel de confianza

P = Nivel de probabilidad de éxito

Q = Probabilidad de que exista fracaso

D = Error

En función de la fórmula estadística aplicada se termina como muestra de investigación a (150 personas), las cuales serán objetos de investigación y aplicación de las técnicas investigativas.

Tabla 3. Determinación de la Muestra

Tamaño de la población finita (N > 100 y N < 100000)	N	250
Intervalo de confianza(1,96) valor constante	Z	1.96
Margen de error(se sugiere 5% o el 1%)	e	0.05
Porcentaje de éxito (50%)	p	0.5
Porcentaje de fracaso (50%)	q	0.5

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

Tabla 4. Cálculo de la Muestra

n=	245	✘	3.8416	✘ 0.5	✘ 0.5		
	0.0025	✘	244	+	3.8416	✘ 0.5	✘ 0.5
n=	235.298						
	0.61	+	0.9604				
n=	235.298						
	1.5704					n=	149.8331635
						n=	150

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

3.7 Recursos

3.7.1 Recursos humanos

Cuadro. 3. *Recursos Humanos*

Recursos Humanos	Nombres
Investigadora y autoras del proyecto	Adriana Clara Baque Ganan Victor Armando Torres Salvatierra
Tutor del proyecto de investigación	Dr. Pino Icaza Galo

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

3.7.2 Recursos económicos

Cuadro. 4 *Recursos Económicos*

Recursos Económicos	Inversión
Seminario de Proyecto de investigación	25
Conectividad Internet	30
Primer material escrito en borrador	20
Copia a color	25
Fotocopia final	25
Empastado	15
Arrendamiento de equipo tecnológico	10
Material de escritorio	15
Alimentación	30
Transporte y Movilización	30
Total	225

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

3.8 Plan de tabulación y análisis

3.8.1 Base de datos

El desarrollo de proceso investigativo en personas hipertensas del Recinto “La Paz” del cantón Pelileo, provincia de Tungurahua ayuda a la obtención de datos relevantes para la correlación de las variables objeto de análisis. La información recabada se estructura por medio de tablas y matrices para la posterior tabulación, donde se identifican los principales hallazgos investigativos, todos los datos alcanzado sirven de sustento informativo para el proyecto de investigación, cuyo propósito es la determinación de los principales factores predisponentes y la influencia de las acciones de enfermería en la prevención o mejor control de la hipertensión arterial de las personas analizadas.

3.8.2 Procesamiento y análisis de los datos

El procesamiento de datos para posterior análisis de los fenómenos observados en el proyecto de investigación se efectúa gracias al ordenamiento de datos y tabulación de las encuestas aplicadas a los habitantes del Recinto “La Paz” del cantón Pelileo, aquel procedimiento se realiza por medio de la herramienta de Excel, donde se sintetiza los resultados en cuanto a los principales factores de riesgos y posibles complicaciones que puede padecer una persona hipertensa si no lleva un control adecuado de la enfermedad, motivo por el cual se analiza el rol de la enfermería en el desarrollo de actividades de promoción de salud para el incremento de los niveles de conocimiento acerca de la enfermedad.

La obtención de los datos alcanzados en la aplicación de la encuesta a los habitantes del sector donde se realiza la investigación, permite la aplicación del contraste de la hipótesis por medio del método estadístico Chi Cuadrado, con la intención de determinar si las acciones de enfermería son estadísticamente significativas en la determinación de los factores predisponentes y prevención de la enfermedad.

CAPITULO IV

4 RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

4.1 Resultados obtenidos de la investigación

Datos sociodemográficos

1. ¿Cuál es la edad que posee?

Tabla 5. *Edad*

Descripción	Frecuencia	Frecuencia porcentual
40 a 50	35	23%
51 a 56	23	15%
57 a 61	42	28%
62 a 65	50	34%
Total	150	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

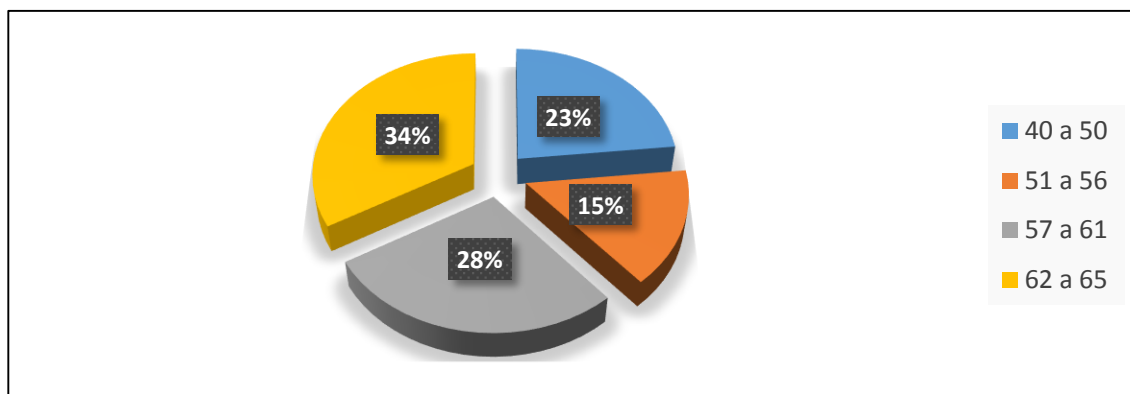


Gráfico N. 1 Edad

Análisis

La investigación realizada a los habitantes del Recinto la Paz permite evidenciar que el 35% de la población es hipertenso con una edad de 62 a 65 años, un 28% poseen edades de 57 a 61, un 23% revelan que sus edades oscilan entre 40 a 50 años y por último se encuentran las personas que cuentan con una edad de 51 a 56, que representan el 15% de la población estudiada, los datos obtenidos revelan que la edad que mayor prevalencia presenta es la de 62 a 65 años.

2. ¿Cuál es la zona geográfica que habita usted y su familia?

Tabla 6. Zona donde reside

Descripción	Frecuencia	Frecuencia porcentual
Zona rural	89	93%
Zona Urbana	61	7%
Zona Urbana Marginal	0	0%
Total	150	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

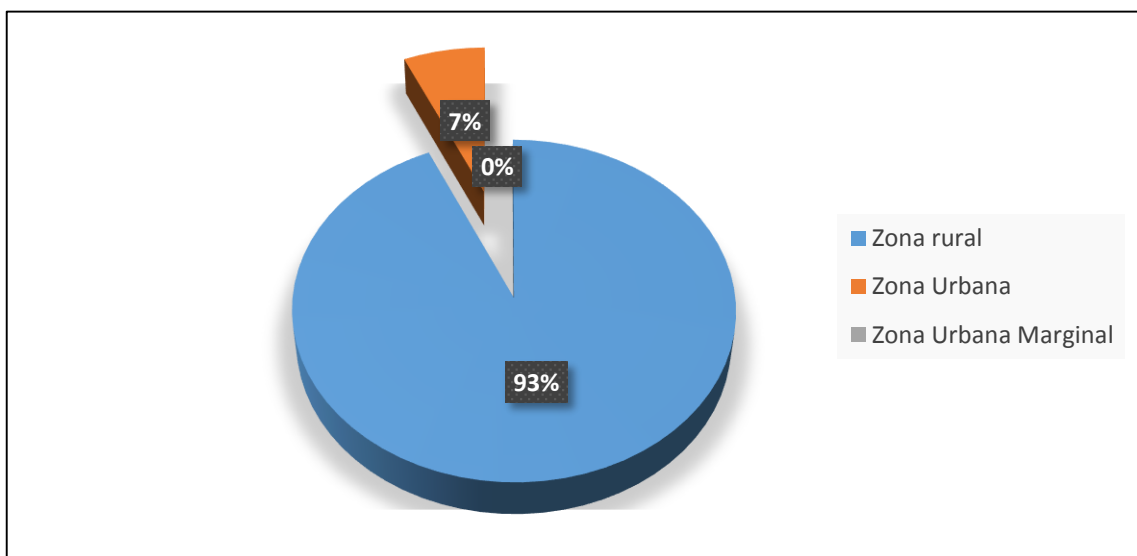


Gráfico N. 2. Zona donde reside

Análisis

La pregunta direccionada a identificar el lugar de residencia de los pacientes encuestados, el 93% de la población mencionaron que residen en la zona urbana y tan solo un 7% manifestaron que son del perímetro urbano, dato que demuestra que casi el 100% de las personas estudiadas habitan en caseríos y recintos cercanos, lo cual en ocasiones limita el acceso oportuno a los cuidados de enfermería y cualquier intervención médica

3. ¿Mencione su nivel de instrucción?

Tabla 7. Nivel de Instrucción

Descripción	Frecuencia	Frecuencia porcentual
Primario	98	75%
Secundario	32	24%
Superior	1	1%
No tiene	29	22%
Total	150	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

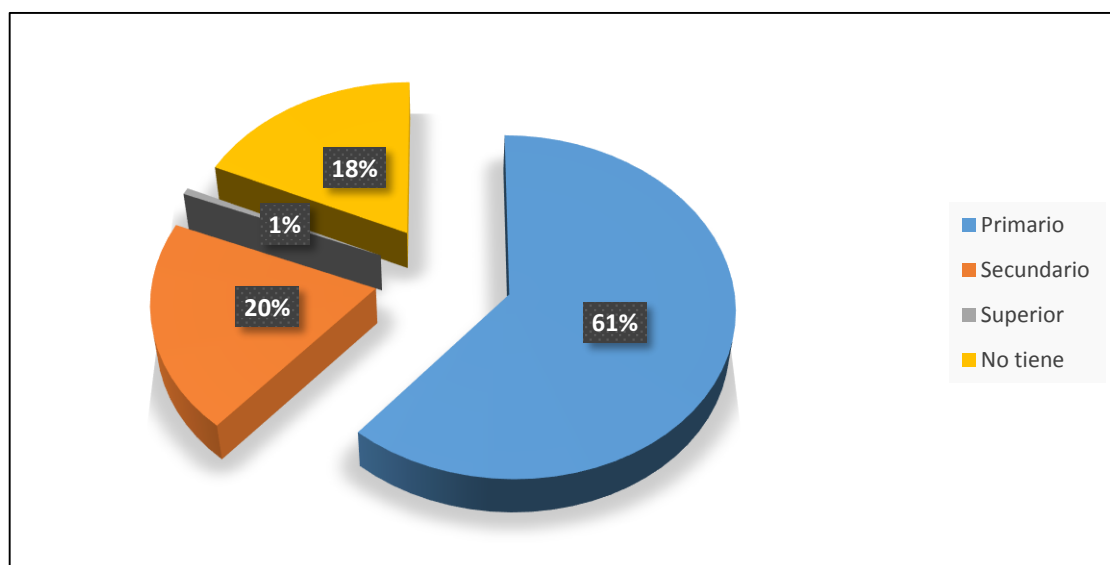


Gráfico N. 3. Nivel de Instrucción

Análisis

El nivel de instrucción académica que poseen las personas encuestadas revelaron que el 61% alcanzaron estudios primarios, un 20% la secundaria, otro 18% mencionaron que son analfabetos y tan solo un 1% poseen niveles de instrucción académica superiores, sin embargo, los resultados obtenidos permiten interpretar que la instrucción educativa juega un rol fundamental en el conocimiento o la forma de tratamiento en los problemas de hipertensión arterial.

Objetivo 1. Identificar los principales factores predisponentes que provocan hipertensión arterial en adultos de 40 a 65 años de edad

4. ¿Posee familiar con diagnóstico de Hipertensión Arterial?

Tabla 8. Antecedentes familiares

Descripción	Frecuencia	Frecuencia porcentual
Papa	27	18%
Mama	30	20%
Hermanos	78	52%
Hijos	13	9%
Tíos	2	1%
Total	150	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

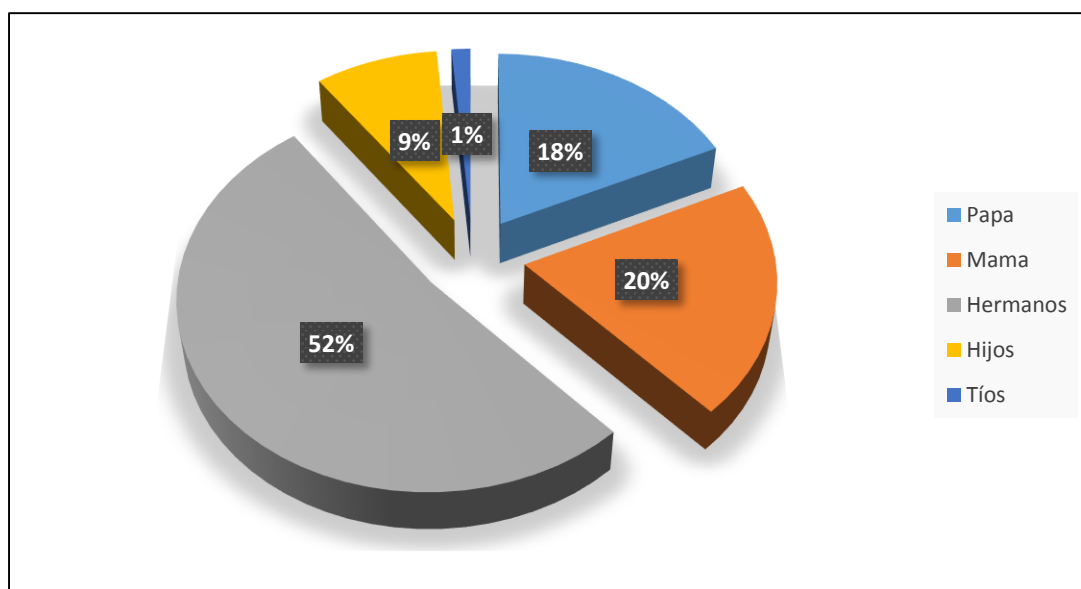


Gráfico N. 4. Antecedentes familiares

Análisis

Del total de la población encuestada el 52% manifestaron que poseen parientes cercanos con problemas de hipertensión, como sus hermanos, otro 20% de las personas estudiadas mencionaron que la mama, un 18% dijeron papá. Datos estadísticos que permiten interpretar que los antecedentes familiares se constituyen en un factor riesgo en el control y prevención de la enfermedad analizada.

5. ¿Consume usted de forma recurrente cigarrillos?

Tabla 9. Consumo de cigarrillos

Descripción	Frecuencia	Frecuencia porcentual
Si	96	64%
No	54	36%
Total	150	100

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

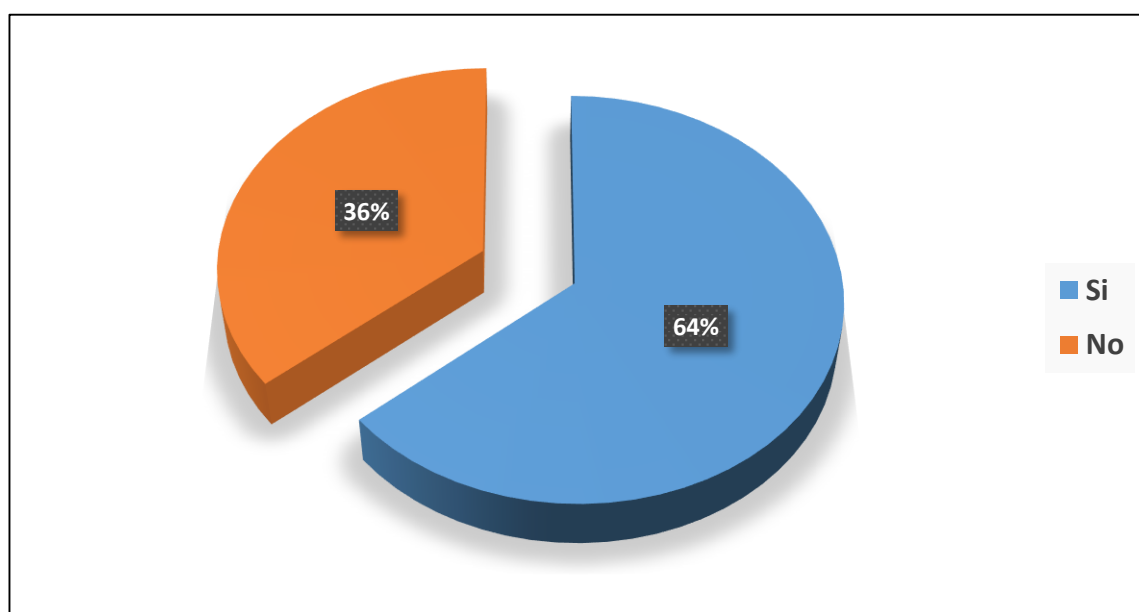


Gráfico N. 5. Consumo de cigarrillos

Análisis

El cuestionario de preguntas dirigidas a las personas con problema de hipertensión, permitió identificar que el 64% de la población consume cigarrillo, mientras que el 36% manifestaron que no poseen inadecuados estilos de vidas que implican el consumo de cigarrillos. Los hallazgos detectados ayudan a determinar que uno de los posibles riesgos para la hipertensión es el consumo de tabaco, en conjuntos con otro tipo de factores.

6. ¿Ingieres de forma habitual bebidas alcohólicas?

Tabla 10. Consumo de alcohol

Descripción	Frecuencia	Frecuencia porcentual
Si	79	53%
No	71	47%
Total	150	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

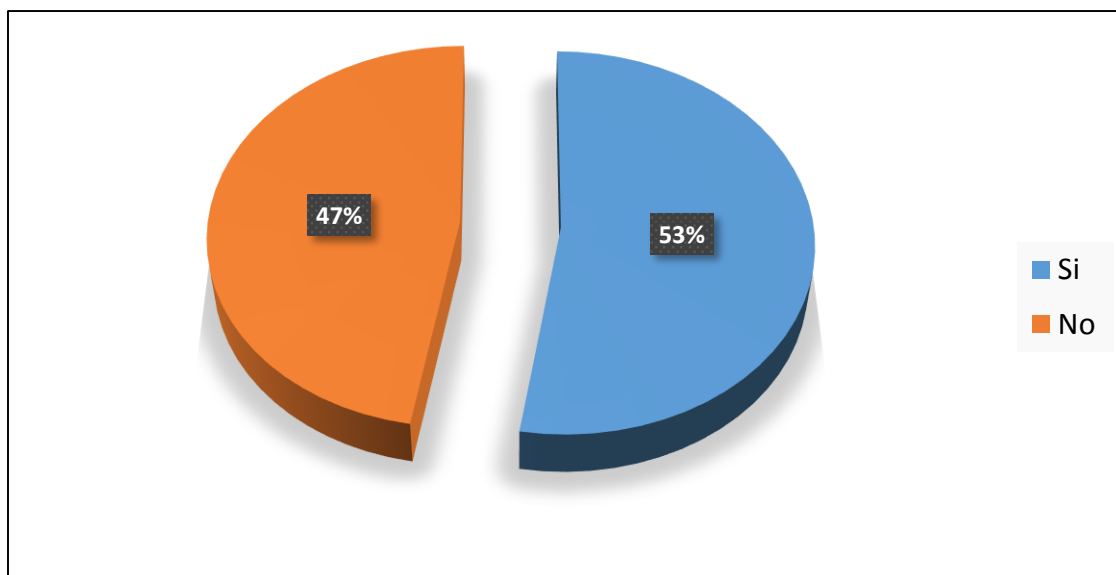


Gráfico N. 6. Consumo de alcohol

Análisis:

La encuesta aplicada permite identificar los principales factores predisponentes de la hipertensión arterial, motivo por el cual se consulta sobre el consumo de alcohol y se obtiene como resultado que el 53% de la población estudiada consumen bebidas alcohólicas de forma reiterada y el 47% no poseen este tipo de hábitos, sin embargo, los datos alcanzados evidencian que los pacientes hipertensos si poseen estilos de vidas inapropiados y que no se cumplen con las indicaciones médicas.

7. ¿Con qué frecuencia ud consume alimentos saludables como verduras, frutas hortalizas?

Tabla 11. Consumo alimentos saludables

Descripción	Frecuencia	Frecuencia porcentual
Una vez por semana	69	46%
Dos veces a la semana	48	32%
Todos los días	33	22%
Total	150	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

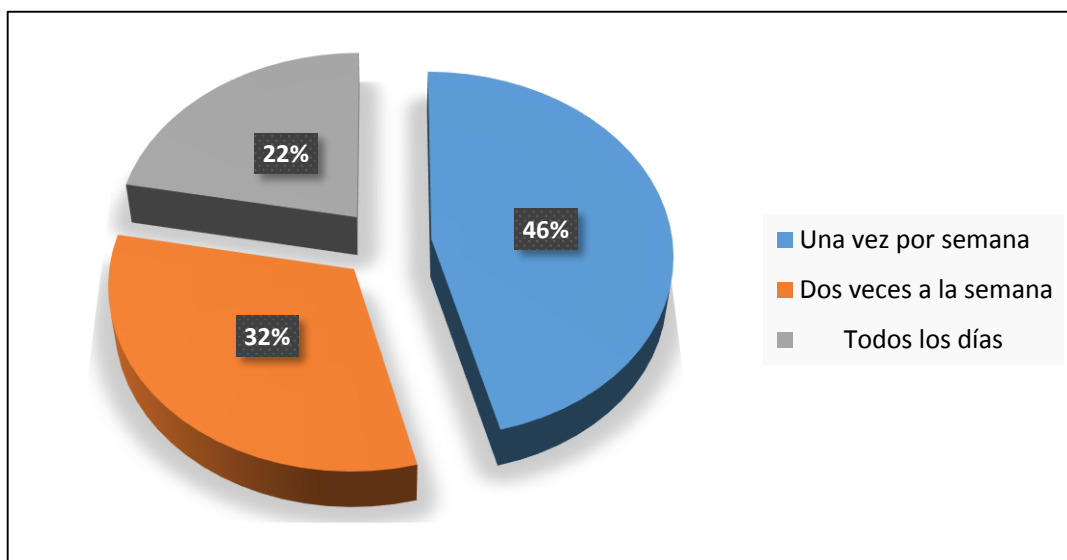


Gráfico N. 7. Consumo de alimentos saludables

Análisis:

El estudio realizado en el Recinto La Paz de la ciudad de Pelileo, provincia de Tungurahua, permitió determinar que las personas encuestadas el 46% comunicaron que consumen una vez por semana alimentos saludables como verduras y hortalizas, otro 32% expresan que dos veces por semana consumen alimentos sanos y el 22% restante manifestaron que todos los días ejecutan una alimentación adecuada, los datos estadísticos expresados denotan que la alimentación se constituye como otro factor predisponentes modificables para su análisis.

8. ¿Con qué frecuencia ud consume comidas rápidas, como pollo frito, papas fritas, hamburguesas, hot dogs?

Tabla 12. Consumo de comidas rápidas

Descripción	Frecuencia	Frecuencia porcentual
Una vez por semana	19	13%
Dos veces a la semana	84	56%
Todos los días	47	31%
Nunca	0	0%
Total	150	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

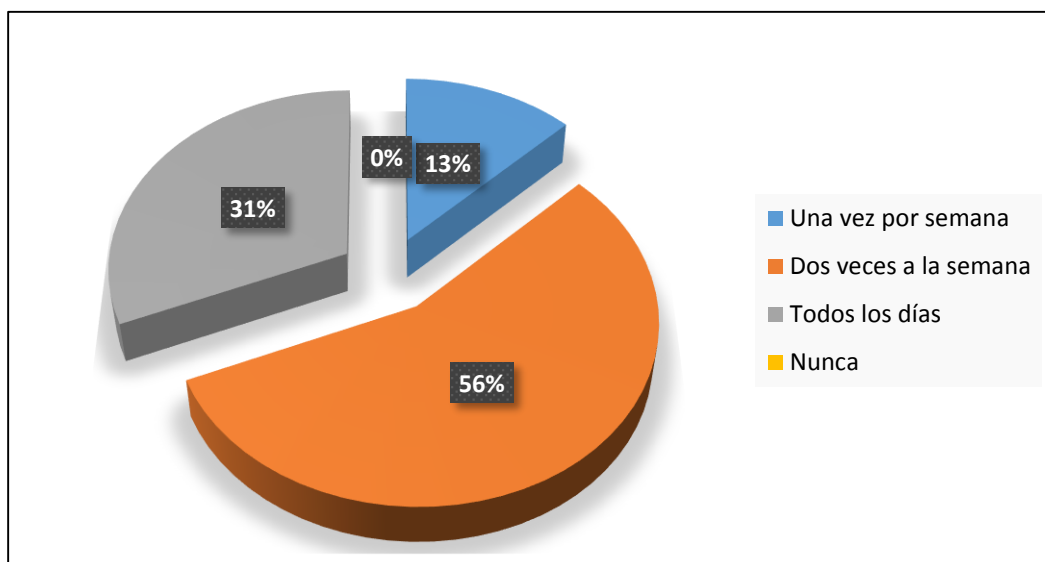


Gráfico N. 8. Consumo de comidas rápidas

Análisis

Al consultar a la población estudiada la frecuencia de consumo de comidas rápidas, el 56% supieron manifestar que dos veces a la semana ingirieron papas fritas, embutidos y demás carnes en frituras, además, otro segmento de la población que equivale al 31%, manifestaron que los alimentos enlistados se consumen de forma diaria en el núcleo familiar, resultados que reflejan que la alimentación se constituyen en un factor importante de riesgo para la presencia de Hipertensión y adopción de un adecuado tratamiento.

9. ¿Mencione la frecuencia de consumo de bebidas gaseosas o alimentos con azúcar?

Tabla 13. Consumo de bebidas gaseosas alimentos con azúcar

Descripción	Frecuencia	Frecuencia porcentual
Una vez por semana	27	18%
Dos a tres Veces por semana	86	57%
Toda la semana	36	24%
No consumo	1	1%
Total	150	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

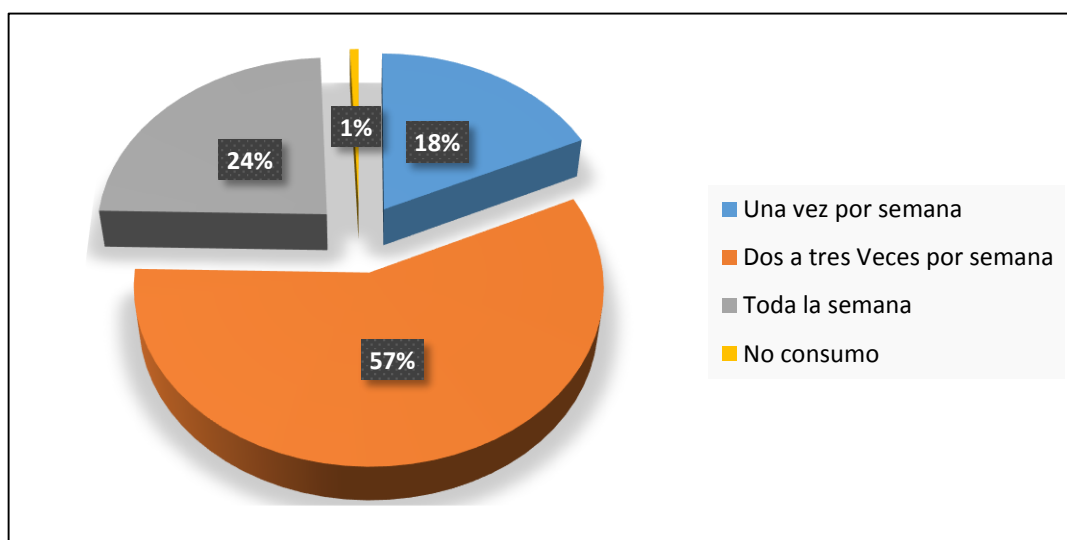


Gráfico N. 9. Consumo de bebidas gaseosas alimentos con azúcar

Análisis

La pregunta dirigida a la población para determinar la frecuencia de consumo de alimentos con glucosa, se determinó que los pacientes hipertensos del Recinto La Paz del cantón Pelileo, poseen un 57% de aceptación que expresan que de dos a tres veces por la semana consumen alimentos con alto contenido de azúcares, un 24% manifestaron que toda la semana ingieren alimentos con azúcar o gaseosas, otro 18% revela que sólo una vez por semanas y el 1% dijeron que no consumen productos dañinos.

10. ¿En su diario vivir, realiza ejercicios físicos?

Tabla 14. *Ejercicios Físicos*

Descripción	Frecuencia	Frecuencia porcentual
Siempre	11	7%
Casi siempre	35	23%
No realiza	104	69%
Total	150	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

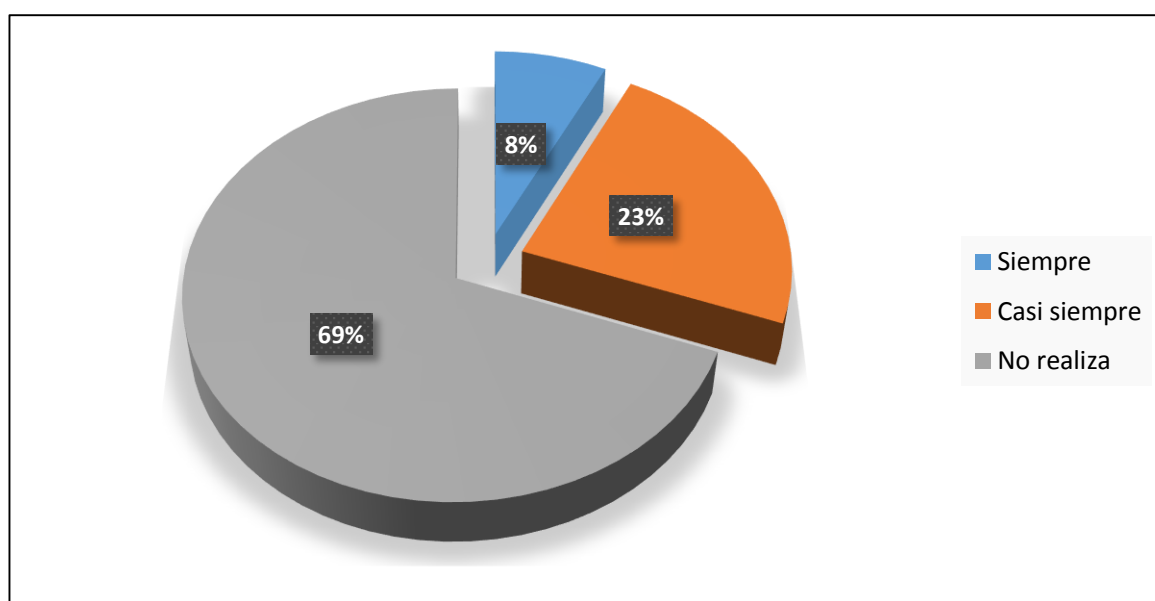


Gráfico N. 10. Ejercicios Físicos

Análisis

Los datos obtenidos en la aplicación del instrumento de la investigación determinan que la personas que sufren de hipertensión, llevan una vida sedentaria, debido a que en su diario vivir el 69% manifestaron que no realizan ejercicios físicos, lo cual denota el no cumplimiento de indicaciones médicas de aspectos trascendentales como el desarrollo de actividades físicas que ayuden a mejorar el cuadro clínico.

Objetivo 2. Determinar el nivel de conocimiento que tienen los adultos de 40 a 65 años de edad del recinto La Paz sobre los factores predisponentes que influyen en la aparición de hipertensión arterial.

11. ¿Conoce usted los factores que predisponen la HTA?

Tabla 15. Conocimiento de los factores predisponentes

Descripción	Frecuencia	Frecuencia porcentual
Si	60	40%
No	90	60%
Total	150	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

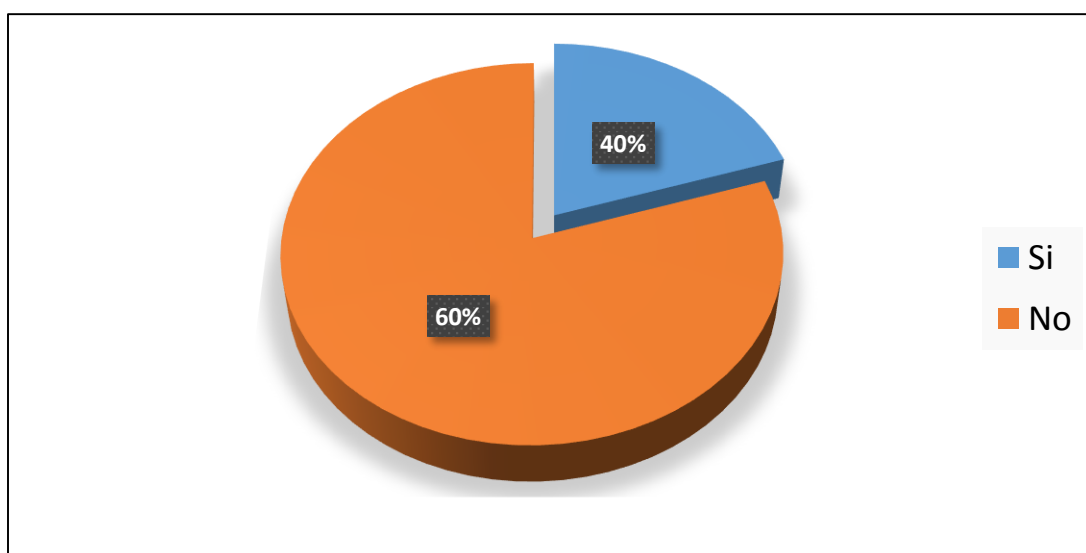


Gráfico N. 11. Conocimiento de los factores predisponentes

Análisis

Al consultarle a la ciudadanía sobre el nivel de conocimiento que poseen sobre los factores predisponentes de la hipertensión arterial, el 60% manifestó que no poseen empoderamiento alguno de información relevante sobre la patología que mejore su estado de salud o prácticas de autocuidado, mientras que el 40% comunicaron que si poseen conocimiento sobre hipertensión, la tendencia identificada permite inducir que los pacientes hipertensos del Recinto La Paz, desconocen de factores modificables y no modificables que predisponen la hipertensión arterial.

12. ¿Mencione en qué tiempo le ha sido diagnosticado Hipertensión Arterial?

Tabla 16. Tiempo que ha sido diagnosticado

Descripción	Frecuencia	Frecuencia porcentual
6 meses a 1 años	94	62%
2 a 3 años	12	8%
4 a 5 años	25	17%
Más de 5 años	19	13%
Total	150	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

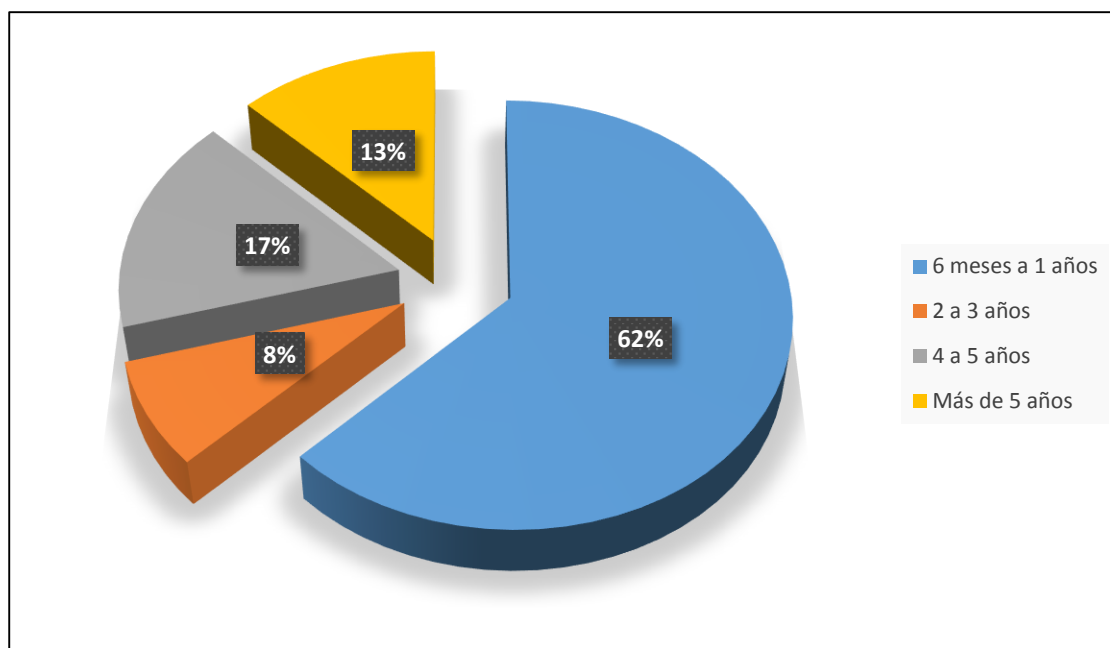


Gráfico N. 12. Tiempo que ha sido diagnosticado

Análisis

Cuando se analiza el tiempo en que le ha sido diagnosticada la hipertensión, el 62% de la población estudiada manifestaron que conoció de su enfermedad hace menos de un año, otro 17% mencionaron que su diagnóstico de hipertensión arterial ha sido identificado hace 4 a 5 años, otros 13% supieron comunicar que hace más de 5 años y por último se obtiene que el 8% conocen que padecen de la patología hace 2 años atrás. Los resultados obtenidos permiten interpretar que hay segmentos de la población que tratan la hipertensión desde hace varios años atrás.

13. ¿Conoce ud sobre las complicaciones que puede generar la hipertensión arterial?

Tabla 17. *Complicaciones de salud*

Descripción	Frecuencia	Frecuencia porcentual
Si	35	23%
No	115	77%
Total	150	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

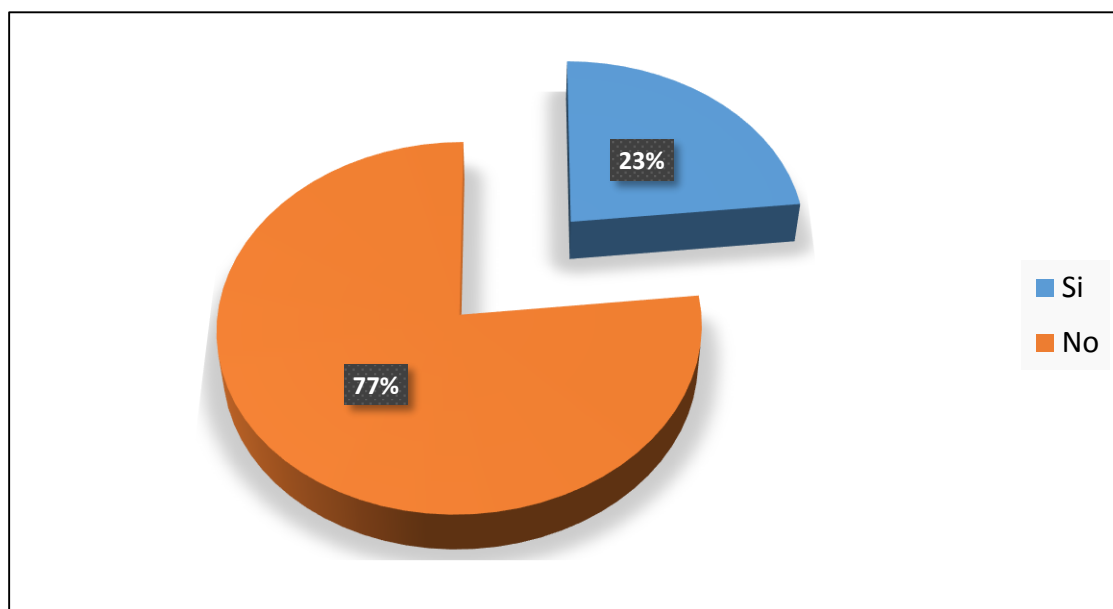


Gráfico N. 13. Complicaciones de salud

Análisis

La pregunta direccionada a identificar el nivel de conocimiento de los pacientes sobre las complicaciones de salud que puede provocar la hipertensión arterial no controlada, el 77% manifestó que no conocen las consecuencias médicas que puede generar la patología analizada y un 23% expresan que si conocen de lo que se puede generar cuando no se sigue el tratamiento adecuado en el proceso de promoción de la salud.

14. ¿Ha presentado los siguientes síntomas?

Tabla 18. Síntomas

Descripción	Frecuencia	Frecuencia porcentual
Dolor de cabeza	81	54%
Dolor de Pecho	12	8%
Mareo	57	38%
Total	150	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

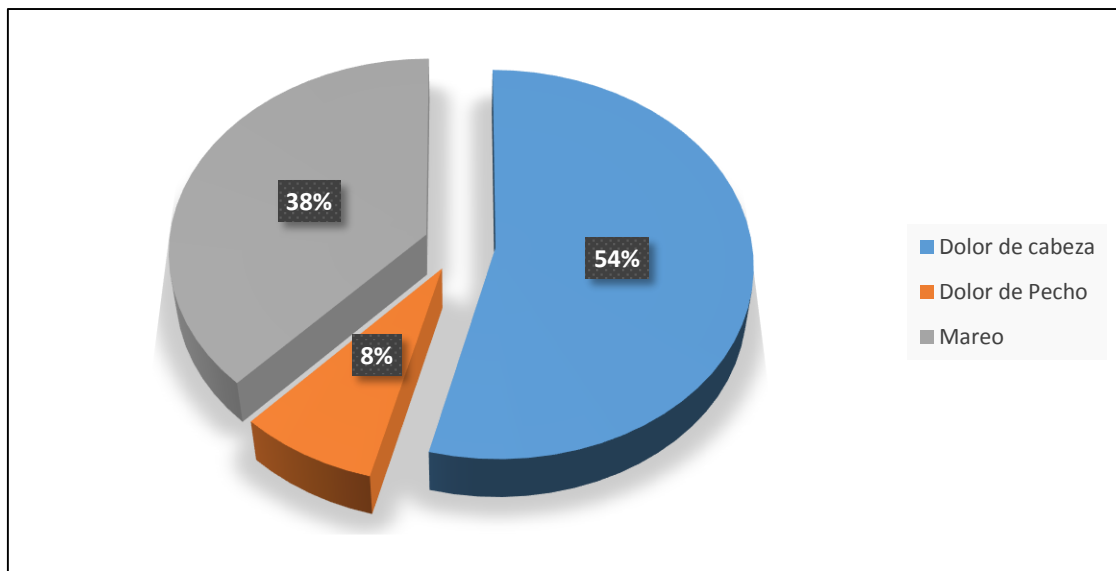


Gráfico N. 14. Síntomas

Análisis

Al consultar sobre los niveles de conocimiento de la población estudiada, en cuanto a los síntomas que presenta la persona hipertensa, el 54% manifestaron que experimentan dolores de cabeza rutinarios, un 38% comunicó que los síntomas más frecuentes son los mareos y el 8% restante corresponde a dolores de pecho, la información obtenida ayuda a determinar que los síntomas que más identifican los pacientes son dolores de cabeza, y mareos de forma constante, sin embargo, pueden existir personas asintomáticas.

15. ¿Mencione la frecuencia que realiza chequeos médicos para tratar la hipertensión arterial?

Tabla 19. Controles Médicos

Descripción	Frecuencia	Frecuencia porcentual
Semanal	0	0%
Mensual	43	29%
Semestral	54	36%
No asisto a controles	53	35%
Total	150	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

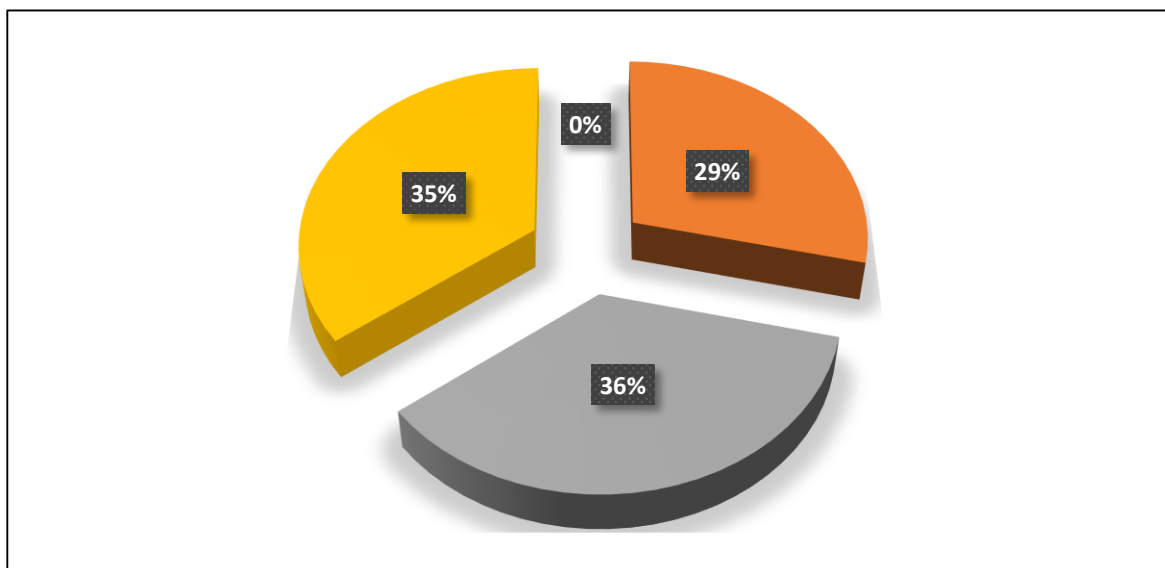


Gráfico N. 15. Controles Médicos

Análisis

Los resultados de la presente pregunta reflejan que los pacientes con hipertensión arterial realizan sus chequeos médicos de forma semestral y anual, además, un gran porcentaje manifestó que por lo general no asisten de forma regular a centros de salud cercanos para llevar un control óptimo sobre las complicaciones o niveles de hipertensión, contexto llamativo debido a que, si no se emplean métodos idóneos para tratar la enfermedad, podría ocasionar la muerte de las personas que la padece o complicaciones médicas.

16. ¿Realiza un tratamiento médico para el control de hipertensión arterial?

Tabla 20. Tratamiento médico

Descripción	Frecuencia	Frecuencia porcentual
Si	62	41%
No	88	59%
Total	150	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

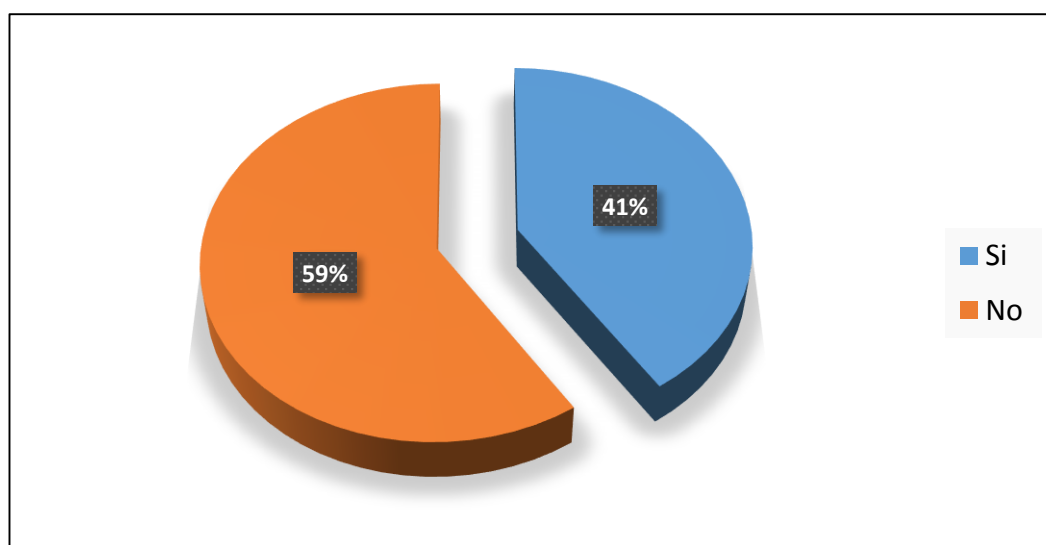


Gráfico N. 16. Tratamiento Médico

Análisis

La pregunta dirigida a los habitantes del Recinto La Paz donde se consultan si realizan un tipo de tratamiento para el control de la hipertensión, el 59% dijeron que no y el 41% que sí, lo cual permite interpretar que existen un gran porcentaje de personas con problemas de hipertensión no controlada, dicho contexto puede provocar que se generen problemas de salud derivados como enfermedades cardíacas e incremento de tasas de mortalidad en el cantón Pelileo, puesto que según estudios realizados por el gobierno municipal, la hipertensión se encuentra entre las 7 primeras causas de muerte de la localidad.

Objetivo 3. Establecer si se ejecutan actividades de promoción de salud para la disminución de complicaciones médicas en pacientes con hipertensión de 40 a 65 años de edad del recinto La Paz en el cantón Pelileo provincia de Tungurahua en el periodo octubre 2019- marzo 2020.

17. ¿En la comunidad donde reside se han efectuado jornadas educativas para la prevención o promoción de la salud sobre la hipertensión arterial?

Tabla 21. *Jornadas educativas*

Descripción	Frecuencia	Frecuencia porcentual
Si	35	23%
No	115	77%
Total	150	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

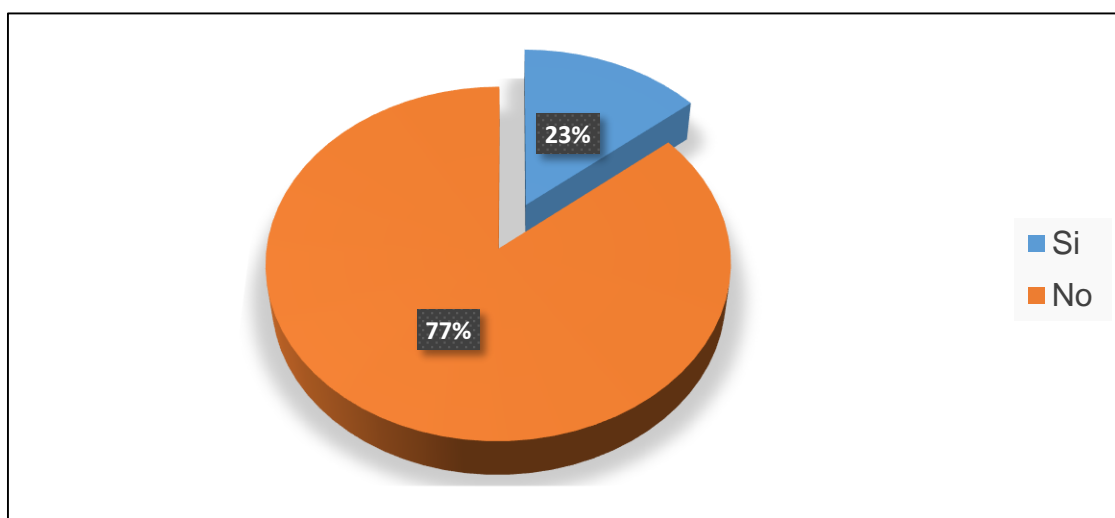


Gráfico N. 17. Jornadas Educativa

Análisis

Al evaluar si los pacientes del Recinto La Paz reciben la visita de profesionales de enfermería para la ejecución de jornadas educativas, el 86% comunicaron que aquello no sucede, solo un 14% manifestó que han recibido visitas de profesionales de salud para realizar actividades de promoción encaminadas a mejorar el tratamiento de la hipertensión arterial. Lo cual demuestra que el rol docente de los licenciados de enfermería no es el adecuado.

18. Si la respuesta a la pregunta 16 obtuvo respuesta asertiva en las tres primeras opciones, responda la siguiente pregunta. ¿El profesional de enfermería le ha brindado información sobre la Hipertensión Arterial y sus medidas de prevención?

Tabla 22. Información sobre la HTA

Descripción	Frecuencia	Frecuencia porcentual
Siempre	2	10%
A Veces	15	71%
Nunca	4	19%
Total	21	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

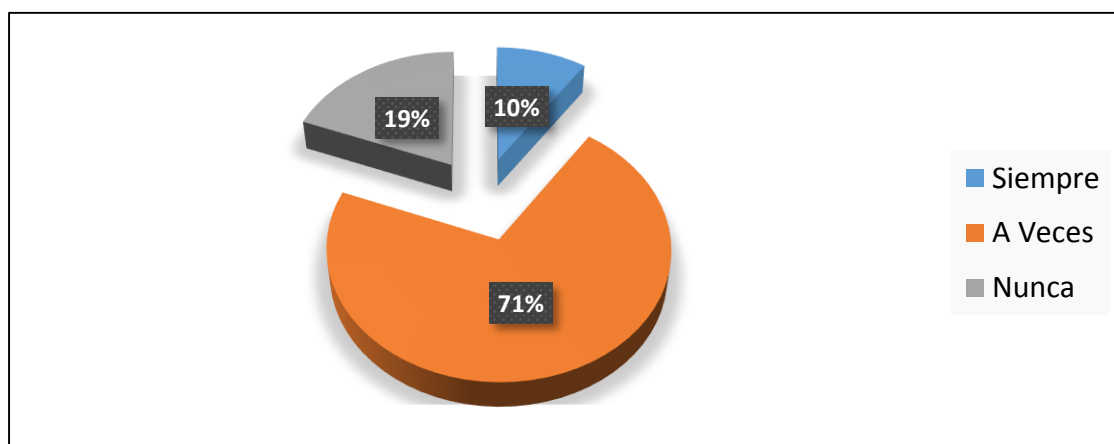


Gráfico N. 18. Información sobre la HTA

Análisis

Cuando se consultó a los pacientes si reciben la visita de profesionales para el desarrollo de jornadas educativas en la pregunta número 15, solo 21 personas manifestaron que aquello si ocurría, motivo por el cual se consulta a dicho segmento de la población si le han proporcionado la información necesaria sobre la hipertensión arterial, donde el 71% mencionó que a veces, otro 19% manifestaron que nunca y el 10% restante dijeron que siempre. Los resultados alcanzados denotan que la gestión del talento humano de enfermería no prioriza campañas de promoción de salud para mejorar los niveles de conocimiento de las personas hipertensas del Recinto La Paz.

19. ¿Conoce usted sobre lo que es promoción de la salud?

Tabla 23. Promoción de salud

Descripción	Frecuencia	Frecuencia porcentual
Si	62	41%
No	88	59%
Total	150	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

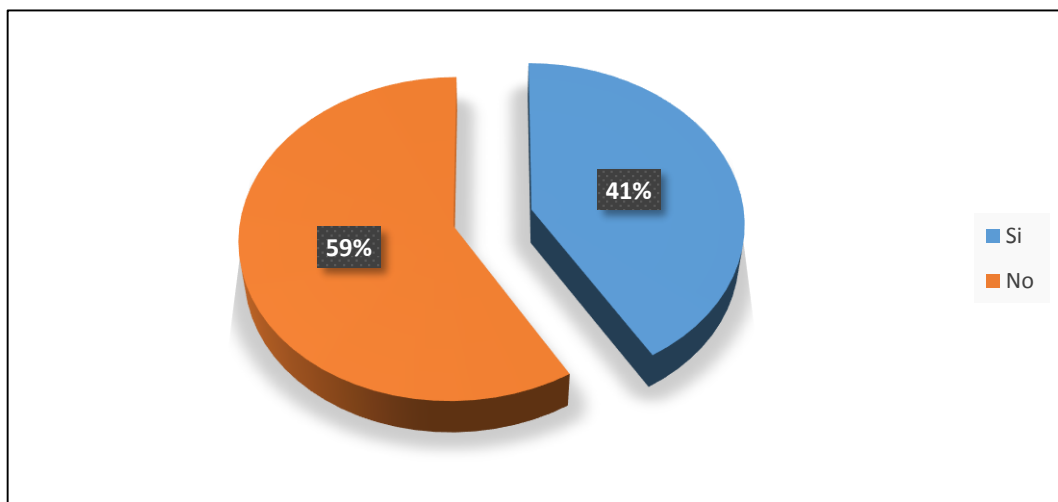


Gráfico N. 19. Promoción de Salud

Análisis

La población escogida para el desarrollo del proyecto de investigación ayuda a determinar si los pacientes hipertensos poseen conocimientos sobre la promoción de salud, donde el 59% comunicaron que no conocen y el otro 41% manifestaron que sí, resultado llamativo debido a que existe un porcentaje de la población considerable que desconocen de los que es la promoción de la salud, aquello permite interpretar que el profesional de enfermería no implementa un relacionamiento activo con los pacientes.

20. ¿El profesional de enfermería ha explicado (promoción de la salud) sobre la importancia de adoptar un estilo de vida saludable?

Tabla 24. Información sobre alimentación

Descripción	Frecuencia	Frecuencia porcentual
Siempre	45	30%
A Veces	73	49%
Nunca	32	21%
Total	150	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

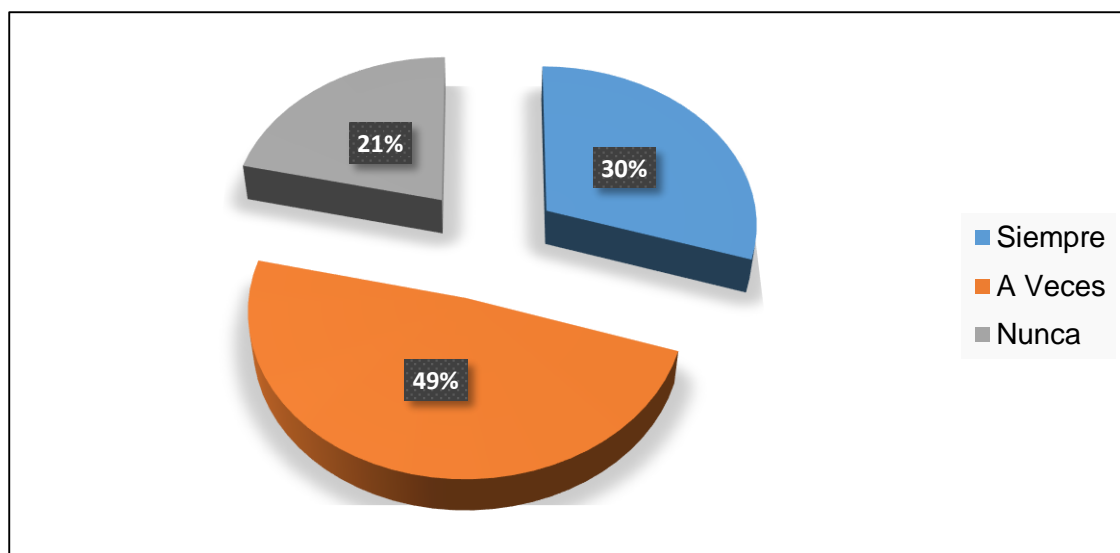


Gráfico N. 20. Información sobre la alimentación

Análisis

El instrumento de investigación también indaga si el profesional de enfermería le ha brindado la información necesaria sobre el tipo de alimentación que debe seguir una persona hipertensa, donde el 49% manifestó que solo a veces el profesional de salud destaca la alimentación como aspecto crucial en el tratamiento de la hipertensión, un 30% comunicaron que siempre y 21% dijeron que nunca. Datos estadísticos que demuestran debilidades en el proceso de atención para con los pacientes.

21. ¿Le gustaría recibir información sobre la hipertensión arterial, como diagnóstico, factores de riesgo, tratamiento y principales

Tabla 25. Charlas sobre la HTA

Descripción	Frecuencia	Frecuencia porcentual
Si	150	100%
No	0	0%
Total	150	100%

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

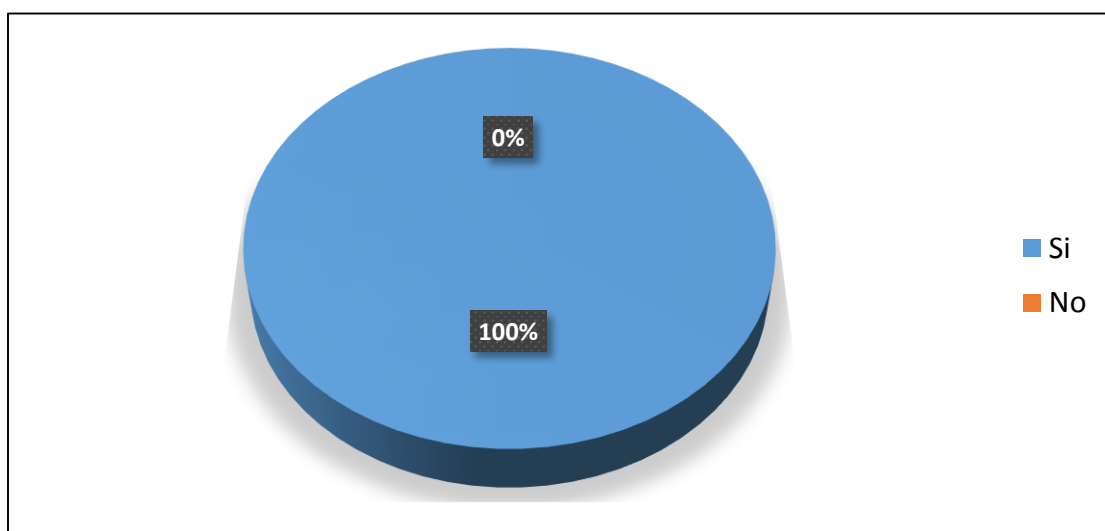


Gráfico N. 21. Charlas sobre la HTA

Análisis

Los pacientes con hipertensión arterial del Recinto la Paz en el cantón Pelileo, mencionan en su totalidad que, si están dispuestos a recibir charlas educativas sobre información relevante relacionada con la enfermedad analizada, con el propósito de mejorar los niveles de conocimiento de los pacientes, su tratamiento y prevención de la hipertensión. Las respuestas obtenidas evidencian la importancia de implementar una propuesta teórica que ayude a reducir el desconocimiento de las personas con respecto a la hipertensión arterial.

Contraste de Hipótesis

Para el contraste de hipótesis se han utilizado las preguntas número 11 y 17, debido a que son las que están relacionadas de forma directa con la hipótesis planteada, a continuación, se precede al contraste por medio de la prueba de Chi Cuadrado:

Tabla 26. *Frecuencias Observadas*

Frecuencias Observadas			
Hipótesis	Si	No	Total
P11	60	90	150
P17	35	115	150
Total	95	205	300

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

Tabla 27. *Cálculo de Frecuencias Teóricas*

Frecuencias Teóricas			
Hipótesis	Si	No	Total
P11	47.5	102.5	150
P17	47.5	102.5	150
Total	95	205	300

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

Cálculo de los grados de Libertad

Para determinar los grados de libertad se determina la siguiente fórmula estadística:

$$gl = (nf - 1) \times (nc - 1)$$

Donde:

Gl: Grados de Libertad

Nc: Número de Columnas

Nf. Número de Filas

Reemplazando

Gl: (2-1) x (2-1)

Gl: 1

Realizar la búsqueda en la tabla del X^2 con valor de significancia del 0.05 para determinar el chi observado y luego comparar con el calculado.

v/p	0,001	0,0025	0,005	0,01	0,025	0,05
1	10,8274	9,1404	7,8794	6,6349	5,0239	3,8415
2	13,8150	11,9827	10,5965	9,2104	7,3778	5,9915
3	16,2660	14,3202	12,8381	11,3449	9,3484	7,8147
4	18,4662	16,4238	14,8602	13,2767	11,1433	9,4877
5	20,5147	18,3854	16,7496	15,0863	12,8325	11,0705

Gráfico N. 22. Tabla del Chi Cuadrado

Valor de la Tabla: 3.84

Cálculo del Chi cuadrado:
$$X^2 = \sum \frac{(fo-fe)^2}{fe}$$

Tabla 28. Chi Calculado

O	E	(O-E)	(O-E)^2	(O-E)^2/E
60	47.5	12.5	156.25	3.289473684
35	47.5	-12.5	156.25	3.289473684
90	102.5	-12.5	156.25	1.524390244
115	102.5	12.5	156.25	1.524390244
				9.627727856

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

Al comparas el X^2 calculado con el X^2 de la tabla se interpreta que la hipótesis planteada en la investigación o también denominada H_0 se rechaza y se acepta la alternativa H_1 , la cual consiste en que las acciones de enfermería y la determinación de los factores predisponentes **Si ayudan** en la prevención de la hipertensión arterial en adultos de 40 a 65 años de edad del recinto La Paz en el cantón Pelileo provincia de Tungurahua en el periodo octubre 2019- marzo 2020. Es importante mencionar que la hipótesis nula, consiste en que no hay diferencia entre las variables analizadas, lo cual no compete en el presente análisis.

4.2 Análisis e interpretación de datos

La investigación efectuada sobre personas con problemas de hipertensión en el Recinto “La Paz” ha permitido la realización de un análisis particular sobre los principales hallazgos investigativos tales como, que la edad de mayor prevalencia en las personas encuestadas hipertensas es de 57 y 65 años en adelante, ambos rangos de edades tienen un porcentaje de 28 y 34%, más de la mitad de la población, mientras que las preguntas direccionadas a identificar los principales factores predisponentes, obtuvieron que el consumo de alcohol y cigarrillo poseen un predominio marcado en la población analizada con porcentajes de 53% y 64% , de igual forma los hábitos alimenticios no son adecuados, debido a que el 56% de las personas hipertensas consumen comidas rápidas de 2 a 3 veces por la semana.

El estilo de vida de los habitantes del Recinto “La Paz” no es el correcto, puesto que se ha identificado el consumo de bebidas gaseosas o alimentos con alto contenido de azúcar en una frecuencia de 2 a 3 veces por la semana, dicho comportamiento lo posee el 57% de la población, además, el 69% de las personas respondieron que no realizan ejercicios físicos de forma continua, lo cual revela el poco conocimiento que posee la población, sobre los factores predisponentes de hipertensión arterial. El estudio realizado también ha podido determinar el desconocimiento sobre las complicaciones que genera la enfermedad objeto de estudio, por lo que se interpreta que aquello provoca que los niveles de mortalidad a nivel local y nacional aumenten, debido a que la hipertensión no controlada puede generar ataques cardíacos.

Una de las preguntas planteadas consistía en analizar la frecuencia de controles médicos que la persona realiza, sin embargo, los resultados no son nada alentadores, puesto que del 100% de la población consultada, el 36% dijeron que se realizan chequeos médicos cada 6 meses y otro 35% mencionaron que no efectúan controles sobre su enfermedad, contexto que denota que hay un alto porcentaje de personas que poseen problemas de hipertensión no controlada, lo cual es perjudicial para la salud.

Uno de los factores críticos analizados en la presente investigación, radica en la identificación de actividades de promoción de la salud, el 86% mencionaron que no se realizan jornadas educativas, además otro de los problemas identificados es que los habitantes de la localidad desconocen sobre lo que es la promoción de la salud, motivo por el cual no solicitan de la información necesaria a los profesional del área de salud que ejercen sus competencias laborales en los centros médicos más cercanos; también se aplicó como pregunta informativa si le gustaría recibir información por medio de actividades educativas en el sector donde residen, el 100% manifestó, que sí, lo cual permite interpretar que la implementación charlas de capacitación es factible por la predisposición de las personas hipertensas del Recinto “La Paz”.

4.3 Conclusiones

La investigación realizada en el Recinto “La Paz” del cantón Pelileo sobre personas que padecen de problema de Hipertensión Arterial permite concluir que los principales factores predisponentes de la enfermedad son la edad, antecedentes familiares, el consumo excesivo de sal, sedentarismo, sobrepeso y la ingesta de café, los cuales se convierten en las principales causas de la enfermedad analizada, además, los factores de riesgos descritos pueden generar la presencia de múltiples complicaciones de salud, como ataques cardíacos, enfermedades cerebrovasculares e insuficiencia renal.

Las personas encuestadas con problemas de hipertensión no poseen un nivel conocimiento adecuado sobre la enfermedad, puesto que sí reconocen la definición de la patología, pero no poseen información sobre las principales recomendaciones que se deben seguir para el control y adecuado tratamiento de la enfermedad, como disminuir el consumo en exceso de sal, carbohidratos, la ingesta de alcohol y tabaco, entre otros factores más, además, la mayoría de la población estudiada no posee ejercicios físicos activos que ayuden a reducir la frecuencia cardíaca y problemas derivados de la hipertensión arterial.

Las actividades de promoción por parte de profesionales de salud son inadecuadas, debido a que los resultados de la investigación revelan que en el Recinto “La Paz” no se han ejecutado jornadas educativas o la presencia de unidades ambulatorias para la promoción de información sobre enfermedades de salud pública, como la hipertensión, diabetes e infecciones respiratorias; también se ha podido concluir de un estudio realizado por el Gobierno Autónomo Descentralizado del cantón Pelileo, que la hipertensión Arterial, es una de las diez causas de muertes de la localidad.

4.4 Recomendaciones

Se recomienda que los habitantes con problemas de Hipertensión Arterial del Recinto “La Paz” adopten mejores hábitos alimenticios, como dietas balanceadas, actividad física, acciones de relajamiento para disminuir el estrés, erradicar el consumo de tabaco, alcohol y la frecuencia de consumo de café, puesto que son los principales factores modificables que influyen en el padecimiento de la enfermedad estudiada, además, se sugiere un mayor control médico sobre la evolución de la hipertensión.

Mejorar el nivel de conocimiento sobre la Hipertensión Arterial, debido que aquello permitirá reducir los riesgos de contraer problemas de salud derivadas por una hipertensión no controlada de forma adecuada, como ataques cardiacos, problemas de visión, cerebrovasculares, riñones, entre otras complicaciones más, además, se sugiere la toma de medicamentos antihipertensivos para mantener niveles estables de la hipertensión.

Es recomendable que los profesionales de salud que laboran dentro de centros médicos cercanos al lugar donde se realizó la investigación, implementen de forma continua jornadas educativas sobre las complicaciones que posee la Hipertensión Arterial y sus factores predisponentes, con el objetivo de que haya un control o prevención de la enfermedad de forma adecuada, debido que el desconocimiento sobre la hipertensión puede generar consecuencias graves en el estado de salud e inclusive la muerte de la personas quien la padece.

CAPITULO V

5 PROPUESTA TEÓRICA DE APLICACIÓN

5.1 Título de la Propuesta de Aplicación

Programa educacional sobre los factores predisponentes de la Hipertensión Arterial para prevenir complicaciones de salud en pacientes hipertensos del Recinto “La Paz” del cantón Pelileo, provincia de Tungurahua.

5.2 Antecedentes

La hipertensión arterial es considerada como una enfermedad de salud pública con elevados índices de mortalidad a nivel mundial, por tal razón, en la actualidad diversos organismos de salud o instituciones médicas, predestinan esfuerzos para concientizar sobre la importancia de adoptar estilos de vidas saludables que reduzcan las posibilidades de contraer la patología estudiada por la presencia de factores de riesgo, como el consumo de tabaco, bebidas alcohólicas, alimentación poco saludable, sedentarismo u obesidad. El contexto narrado justifica en cierta medida la implementación de una propuesta teórica encaminada a destacar cuales son las complicaciones que genera la hipertensión arterial y la importancia de modificar estilos de vida que expone a la persona adulta aumentar las probabilidades de ser una persona hipertensa.

Para el autor Naranjo (2016) en su trabajo de titulación para obtener el título de Maestría de enfermería en el adulto, presentó la propuesta teórica de solución denominada “Programa Educativo de Hipertensión Arterial con Énfasis en el Autocuidado”, con el propósito de que las personas conozcan cuales son los principales factores de riesgo de la enfermedad y de tal manera adopten hábitos de vida adecuados que ayuden a mejorar el estado de salud de las personas. Es importante manifestar que la propuesta teórica referenciada tiene como objetivo proporcionar información necesaria sobre la hipertensión arterial, para que los

pacientes hipertensos puedan asimilar su estado de salud y establecer acciones de cuidado que ayuden al control de la enfermedad, además, la importancia de implementar un programa educativo sobre la hipertensión, radica en aplicar estrategias de promoción de la salud por medio del rol docente del profesional de enfermería y el fomento de prácticas de autocuidado bajo la perspectiva de la teorizante Dorothea E. Orem.

Otro estudio realizado en la Universidad de Guayaquil por la autora Montes (2015), sobre la hipertensión arterial, establece como propuesta de solución un Programa educativo dirigido a pacientes hipertensos que visitan el Centro de Salud del Quinche, donde se establece talleres educacionales con actividades orientadas a concientizar sobre lo importante que son los estilos de vida saludables, además, el propósito es enseñar a prevenir complicaciones de salud y riesgos que genera la enfermedad. La intervención del profesional de enfermería a través del programa educativo, pretende establecer ejes de trabajo que a través de la promoción de estilos de vida saludables se logre la prevención y adecuado control para mejorar la prevalencia de la HTA, factores de riesgo y las principales complicaciones.

El tema escogido como propuesta teórica tiene antecedentes necesarios que revelan la factibilidad y beneficios que genera un plan educativo dirigido a las personas hipertensas, puesto que ellos conocerán los principales factores predisponentes y aplicar las acciones necesarias para mejorar su estado de salud con respecto a los problemas de hipertensión. Para la autora Chacha (2015) en su trabajo de titulación de la Universidad Nacional de Loja se determinó como nombre de propuesta de solución al problema de investigación, la siguiente denominación: “Tratamientos complementarios y terapias alternativas para la hipertensión arterial” cuyo objetivo es mejorar la calidad de vida de los pacientes con hipertensión en el Centro de Salud del adulto mayor de la Parroquia Tarqui.

Los ejes de trabajo que considera la propuesta teórica se dividen en el fomento de alimentación saludable y el desarrollo de actividad física por medio de caminatas o bailoterapias, mediante los cuales se espera tener como resultados los siguientes beneficios: Regulación de la presión arterial, incremento de la energía y vigorosidad, relajamiento de los músculos y articulaciones, pero sobre todo el alcance de la propuesta es modificar los estilos de vida de las personas

hipertensas, debido a que es la base de generaciones de diversos factores predisponentes que aumentan la probabilidad de contraer complicaciones derivadas de la hipertensión arterial no controlada.

La autora Suárez (2014) en su proyecto de investigación para la obtención del título de Magister en Salud Pública, planteó la siguiente propuesta como alternativa de solución: Programa de educación dirigido a pacientes hipertensos que acuden a la consulta externa del Subcentro de Salud Reina del Quinche, donde se implementaron actividades como talleres y charlas educativas para cambiar los hábitos y estilo de vida de las personas con problemas de hipertensión, cuyo propósito era disminuir las probabilidades de riesgo y complicaciones de salud, entre las actividades que contemplaba la propuesta son:

- Promoción de Información a la población
- Incrementar a nivel de instituciones educativas charlas sobre alimentación saludable.
- Promoción la actividad física en personas entre 40 a 65 años de edad para disminuir complicaciones derivadas de la Hipertensión arterial
- Incrementar hábitos saludables y reducir la ingesta elevada de sodio, alcohol y tabaco.

5.3 Justificación

La implementación de la propuesta teórica direccionada a prevenir las complicaciones de la hipertensión arterial y modificar estilos de vida de los pacientes hipertensos del Recinto “La Paz” del cantón Pelileo, es importante, debido a que permite aplicar el rol docente del profesional de enfermería por medio de jornadas de capacitación para promocionar la información necesaria sobre la hipertensión arterial y evitar complicaciones relacionadas a la patología, además, permite generar conciencia sobre lo importante que consiste el control y monitoreo constante de la HTA en los pacientes que la padecen, puesto que ayuda a conocer el estado de salud activo de la persona y evitar la práctica de factores modificables predisponentes de la hipertensión.

El aporte que posee la propuesta planteada consiste en la contribución desde el ámbito de la enfermería en la promoción de la salud con respecto a los cuidados que se deben emplear en las personas que padecen de hipertensión arterial, debido a que mediante el programa educacional se espera que las personas modifiquen su estilo de vida y que conozcan cómo proceder en el control y prevención de la enfermedad, debido a que los habitantes del Recinto “La Paz” no han sido beneficiados con la realización de jornadas educativas que brinden información importante acerca de la hipertensión.

Los beneficiarios que posee el desarrollo de un programa educacional sobre la influencia que poseen los factores predisponentes en la prevención y tratamiento de la hipertensión arterial, son los moradores del Recinto La Paz, debido a que obtendrán información relevante sobre la enfermedad, de tal manera que puedan generar conciencia sobre lo importante que es adoptar un adecuado estilo de vida para no contraer complicaciones relacionadas con la HTA o en su defecto prevenirla.

La implementación de un programa educacional para incrementar los niveles de conocimiento de los habitantes del Recinto “La Paz” del cantón Pelileo es factible, debido a que cuenta con la predisposición de las personas hipertensas y familiares en la realización de la propuesta planteada, además, los responsables de realizar las charlas educativas cuentan con los conocimientos adecuados y competencias profesionales para su realización.

5.4 Objetivos

5.4.1 Objetivos generales

Mejorar los niveles de conocimiento a través de un programa educacional a los habitantes del Recinto “La Paz” del cantón Pelileo sobre los factores predisponentes de hipertensión arterial en el control y prevención de la enfermedad.

5.4.2 Objetivos específicos

- Elaborar actividades de promoción para el desarrollo del programa educacional.
- Resaltar lo importante de la adopción de mejores hábitos de vida para el control y prevención de la enfermedad.
- Impulsar acciones de prevención por medio de la socialización de los factores predisponentes de la Hipertensión Arterial.

5.5 Aspectos básicos de la Propuesta de Aplicación

La elaboración de la propuesta se aplicará de forma organizada, con el propósito de que se obtengan los mejores resultados posibles para que las personas beneficiadas puedan incrementar su nivel de conocimiento sobre la hipertensión arterial y evitar complicaciones en el estado de salud, el desarrollo del programa educacional contará con una planificación estructurada donde se establecen cada uno de los lineamientos para su correcta ejecución y se encontrará conformada por los siguientes ítems: fase, proceso, acciones, metas, el tiempo de ejecución de cada actividad y los responsables del programa educacional, para mejor comprensión de lo descrito, se revela la estructura en el siguiente cuadro:

5.5.1 Estructura general de la propuesta

Tabla 29. Estructura de la Propuesta

Fase	Proceso	Acciones	Metas	Participantes	Tiempo	Responsable
Fase I	Planificación de las charlas educativas	Identificación de los temas que serán socializados	Determinar los temas más importantes sobre la enfermedad estudiada	Responsables de la propuesta	15 días	Adriana Baque y Víctor Torres
	Organización de las actividades de promoción de salud	Coordinación con los habitantes del Recinto “La Paz”. Definir el lugar donde se realizarán las charlas. Coordinar con el Centro de Salud más cercano para obtener una base de datos.	Lograr la mayor cantidad de asistencia de personas con problemas de hipertensión, familiares o amigos. Encontrar el lugar idóneo para las charlas.	Responsables de la propuesta Pacientes Hipertensos, del Recinto “La Paz” Personas particulares que deseen conocer sobre la Hipertensión	15 días	Adriana Baque y Víctor Torres

Fase II	Aplicación del programa educacional.	Jornadas de Capacitación Charlas Educativas	Mejorar los conocimientos sobre Hipertensión. Socialización de las complicaciones que puede generar la hipertensión. Promoción de información sobre los factores predisponentes de Hipertensión.	Personas Hipertensas del Rcto. "La Paz" Responsables de la Propuesta.	15 días	Adriana Baque y Víctor Torres
Fase III	Retroalimentación del programa educacional para evaluación de resultados.	Evaluación sobre el nivel de conocimiento de la hipertensión y factores predisponentes.	Evaluar si las personas que acudieron al programa educacional mejoraron su nivel de conocimiento sobre la enfermedad.	Personas Hipertensas del Rcto. "La Paz" Responsables de la Propuesta.	15 días	Adriana Baque y Víctor Torres

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

PLAN DE ACCIÓN PARA MEJORAR EL ESTILO DE VIDA Y DISMINUIR LA PRESENCIA DE FACTORES DE RIESGO

Tabla 30. *Plan de Acción*

Recomendaciones del profesional de enfermería	Actividades a desarrollar	Duración de la actividad	Repetición	Participantes	Lugar
Ejercicios Físicos	Ejecutar caminatas	20 a 30 minutos	3 a 4 veces por semana	Pacientes con Hipertensión del Recinto "La Paz"	En el lugar de residencia de las personas con problemas de hipertenso del Recinto "La Paz", perteneciente al cantón Pelileo.
	bailoterapias	40 a 60 minutos	3 a 4 veces por la semana		
	aeróbico	20 a 30 minutos	De forma diaria		
Alimentación balanceada	Disminuir el consumo de sodio en unos 5 gramos diarios, erradicar o eliminar el consumo de grasas y se recomienda la ingesta de frutas, hortalizas y vegetales.	De forma permanente	Diario		

Hábitos de vida	Disminuir o erradicar el consumo de tabaco, café y alcohol	De forma permanente	Diario	Pacientes con Hipertensión del Recinto "La Paz"	En el lugar de residencia de las personas con problemas de hipertensión del Recinto "La Paz", perteneciente al cantón Pelileo.
Disminuir la probabilidad de complicaciones	Ingestas de fármacos antihipertensivos, controlar la hipertensión de forma periódica.	De forma permanente	Diario		
	Realizar visitas a la institución de salud más cercana para controles médicos	1 a 2 horas	Mensual		

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

5.5.2 Componentes

El contexto de la población a la cual se dirige la propuesta se encuentra caracterizado por personas con problemas de hipertensión que no poseen el conocimiento adecuado sobre la enfermedad, por tal razón, resulta importante la socialización de factores predisponentes de la HTA y demás recomendaciones para la adopción de hábitos de vida mucho más saludables, puesto que es importante mencionar que el desconocimiento de información sobre la patología analizada, influye en el débil control, tratamiento o prevención de la hipertensión, a continuación se detallan los protagonistas y responsables en la implementación de la propuesta:

- El programa educacional se realizará en el Recinto La Paz perteneciente al cantón Pelileo, provincia de Tungurahua.
- Responsables de la implementación: Los profesionales de enfermería.
- El tiempo de ejecución será entre los meses de abril y junio.

Para el desarrollo de la propuesta se requiere del talento humano necesario para su ejecución y los principales beneficiados de su implementación, motivo por el cual se detalla en el siguiente cuadro demostrativo:

Actores de la propuesta teórica

Tabla 31. *Actores de la Propuesta*

<p>Profesionales de enfermería: Adriana Baque y Víctor Torres</p> <p>Tutor de la Propuesta: Dr. Pino Icaza Galo</p> <p>Participantes del programa educacional del Recinto “La Paz” del cantón Pelileo.</p>
--

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

Es importante considerar que la ejecución de la propuesta teórica de solución planteada, posee un costo, debido al requerimiento de recursos económicos para papelería, alquiler de equipos informáticos, transportes, entre otros rubros que se detallan a continuación:

Presupuesto para la Implementación de la Propuesta

Tabla 32. Costo de la Propuesta

Recurso económico	Valor económico
Cyber	\$25
Papelería	\$40
Marcadores	\$5
Transporte	\$40
Hospedaje	\$250
Alimentación	\$80
Alquiler de equipos informáticos	\$100
Imprevisto	\$4
Total	\$544

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Adriana Baque y Víctor Torres

El contenido que se pretende socializar a las personas con problemas de hipertensión será descrito en la presente propuesta, para complementar la información se detalla el siguiente temario de las charlas:

Temarios Considerados en las Charlas Educativas

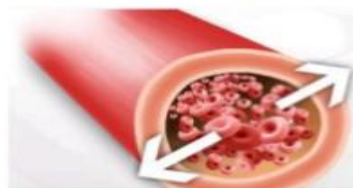
Responsables: Adriana Baque y Víctor Torres

¿Qué es la Hipertensión?

La hipertensión es considerada una enfermedad de salud pública, que consiste en el aumento de la presión en que el corazón realiza la función de bombear sangre a cada una de las arterias con el objetivo de que su circulación se efectúe en todo el cuerpo, es importante manifestar que el sobrepeso u obesidad, se convierten en una de las principales causas de la enfermedad, puesto que la glucosa, colesterol y triglicéridos se aumentan, lo que dificulta la circulación de la sangre, existen múltiples causas de la hipertensión arterial. La enfermedad analizada no puede curarse, pero si se puede controlar por medio de la adopción de estilos de vida saludable que aporte con un mejor estado de salud.

¿QUÉ ES LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL?

Consiste en el aumento persistente de la presión en las arterias por encima de los valores normales



La lectura de la tensión se da con 2 números:

- El número superior → presión sistólica → No debe > 140 mm/Hg
- El número inferior → presión diastólica → No debe > 90 mm/Hg

Prevención de la Hipertensión

Llevar una adecuada alimentación resulta crucial para prevenir la Hipertensión Arterial, debido a que el consumo de grasas, sal, y carbohidratos, son considerados como componentes principales para causar la enfermedad descrita, además, el estilo de vida influye de forma directa en la presencia de HTA, puesto que está comprobado que el consumo de tabaco, alcohol y café, puede generar las

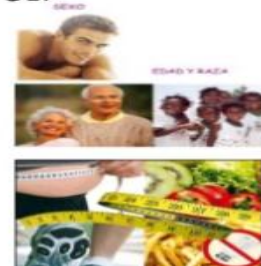
condiciones adecuadas en la aparición de la Hipertensión, por tal razón se recomienda la reducción o erradicación de los factores de riesgos descritos.

¿CUALES SON LOS FACTORES DE RIESGO?

Varios factores de riesgo distintos pueden ocasionar la hipertensión arterial. Estos factores pueden ser:

➔ No modificables → Antecedentes familiares, sexo, edad, raza

➔ Modificables → Dieta rica en sal, obesidad, tabaquismo, sedentarismo, estrés...



Complicaciones de la Hipertensión Arterial

No controlar la Hipertensión arterial puede ocasionar que la presión que se ejerce en las arterias induzca a la presencia de complicaciones médicas considerables, las cuales se describen a continuación:

Corazón: El exceso de presión arterial provoca que el corazón tenga que realizar mayores esfuerzos para bombear la sangre y aquello puede generar insuficiencia cardiaca, infartos y demás ataques cardiacos.

Riñón: La hipertensión arterial no controlada genera que las arterias pequeñas del órgano citado se deterioren, lo cual es un problema de salud considerable, debido a que genera insuficiencia renal.

COMPLICACIONES HIPERTENSIÓN ARTERIAL

➔ **CORAZÓN** ⇒ Una presión alta hace que aumente el trabajo del corazón, provocando importantes patologías como son: insuficiencia cardiaca, infartos y ataques cardiacos



➔ **RIÑÓN** ⇒ Las pequeñas arterias de este órgano son las que acaban sufriendo por la hipertensión, complicándose hasta provocar insuficiencia renal aguda ó crónica





Cerebro: Cuando la Hipertensión Arterial no posee un tratamiento adecuado, puede generar que las arterias de uno de los órganos más importantes para el funcionamiento de actividades diarias, se rompan, donde las principales complicaciones son pequeños trombos, parálisis cerebral, hemorragias y deterioro de las neuronas.

Ojo: La hipertensión arterial presenta múltiples complicaciones, una más de ellas, es la retinopatía hipertensiva, puesto que los pequeños vasos que irrigan la función ocular, tiene altas probabilidades de romperse, lo que ocasiona hemorragias, teniendo consecuencias graves como ceguera.

COMPLICACIONES HIPERTENSIÓN ARTERIAL

- ➔ **CEREBRO** ⇒ Las arterias del cerebro pueden llegarse a romper o a producir pequeños trombos, complicándose en hemorragias, daño en las neuronas, ictus y parálisis cerebral
- ➔ **OJO** ⇒ También los pequeños vasos que irrigan el ojo pueden llegar a romperse, llegando a producir hemorragias y como consecuencia la pérdida de visión (retinopatía hipertensiva)



Principales Consejos para reducir complicaciones derivadas de la Hipertensión

Reducir el sobrepeso u Obesidad: Un peso inadecuado según la edad y talla de las personas, genera un incremento de la presión arterial, donde expertos en el área de Nutrición y Dietética, mencionan que el peso normal para evitar complicaciones de la Hipertensión Arterial es un IMC 20 a 25 kg/m², debido a que es la medida adecuada para obtener niveles de presión óptimo, lo descrito denota que el aumento desproporcionado de peso es un factor de riesgo de la HTA.

CONSEJOS PARA LA HIPERTENSIÓN

❖ REDUCIR EL EXCESO DE PESO Y MANTENERSE EN UN PESO NORMAL

Un excesivo peso contribuye al aumento de presión arterial.

La reducción de peso dentro de unos valores normales (IMC 20-25 kg/m²), es beneficiosa para bajar los niveles de presión



Erradicar el Consumo de Tabaco y Alcohol

Los cigarrillos poseen características perjudiciales como la nicotina, que provocan que los vasos sanguíneos tengan contracciones, por lo que el ritmo cardiaco se acelera de forma constante, contexto que genera un aumento en la presión arterial, el consumo de alcohol también se considera un factor predisponente modificable de Hipertensión Arterial, producto de aquello es aconsejable dejar de consumir sustancias dañinas para el organismo y promover mejores hábitos en el estilo de vida de las personas.

CONSEJOS PARA LA HIPERTENSIÓN

❖ DEJAR DE FUMAR Y CONSUMIR ALCOHOL

La nicotina de los cigarrillos y otros productos del tabaco hacen que los vasos sanguíneos se contraigan y que el ritmo cardiaco se acelere, lo cual aumenta temporalmente la presión arterial.

También el consumo de alcohol es un factor productor de hipertensión arterial muy frecuente



Reducir el Estrés

La Hipertensión arterial no solo se ve condicionada por factores no modificables como la edad, género o antecedentes familiares, y de aquellos modificables que pertenecen al estilo de vida de las personas, sino también a estados emocionales como el estrés, pues este trastorno psicológico puede desempeñar un papel importante en el estado de salud de las personas que padecen de hipertensión, por lo que se recomienda la aplicación de técnicas de relajación para disminuirla.

CONSEJOS PARA LA HIPERTENSIÓN

❖ REDUCIR EL ESTRÉS

Las situaciones vitales y el estrés pueden desempeñar un papel importante en el desarrollo y mantenimiento de la hipertensión arterial, por ello reducir este trastorno psicológico mediante técnicas de relajación es de gran ayuda para disminuirla.



Ejercicios Físicos

Realizar deporte o actividad física es muy recomendable para las personas que padecen de hipertensión, debido a que el sedentarismo incrementa las probabilidades de contraer hipertensión arterial en un 40 a 50%, donde el ejercicio físico reduce la frecuencia cardíaca, incrementa la fortaleza del corazón, disminuye el peso y ayuda a estabilizar los valores de la presión arterial.

CONSEJOS PARA LA HIPERTENSIÓN

❖ PRACTICAR DEPORTE O ACTIVIDAD FÍSICA

Llevar una vida sedentaria aumenta el riesgo de padecer hipertensión arterial en un 35-40%

La práctica de actividad física reduce en general la frecuencia cardíaca, fortalece el corazón, reduce el peso y ayuda a mantener la presión en unos valores normales



5.6 Resultados esperados de la Propuesta de Aplicación

5.6.1 Alcance de la alternativa

El alcance que posee la propuesta son todas las personas hipertensas del Recinto “La Paz” del cantón Pelileo que necesitan de conocimientos sobre la Hipertensión Arterial, con el objetivo de lograr concientización sobre la importancia de adoptar mejores estilos de vida que eliminen factores predisponentes de la enfermedad, los resultados que se esperan con la implementación de un programa educacional son los siguientes:

- Concientizar a la ciudadanía que desarrollar hábitos saludables permiten reducir complicaciones clínicas relacionadas con la hipertensión arterial.
- La aplicación del programa educacional logre mejores controles y prevención de una enfermedad crónica grave muy presente en la sociedad.
- Incentivar a los profesionales de enfermería, mayores actividades promoción de la salud para reducir la presencia de la hipertensión por medio de la aplicación de consejos prácticos como la realización de ejercicios físicos, dieta saludable, no consumir alcohol y tabaco.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arcurio, A. (2015). Factores que intervienen en el mal control de la hipertensión arterial en los pacientes adultos mayores atendidos en el servicio de medicina interna en el Hospital Alfredo Noboa Montenegro de Guaranda. (*Tesis de Pregrado*). Universidad Regional Autónoma de los Andes, Ambato.
- Ávila, C. (2015). *La Hipertensión Arterial: Importancia de su prevención*. Madrid: Universidad de Complutense.
- Berenguer, L. (2016). Algunas consideraciones sobre la hipertensión arterial. *MEDISAN*, vol. 20, núm. 11, 5185-5190.
- Black, H., & Elliott, W. (2015). *Hipertensión + ExpertConsult*. Madrid: Elsevier España.
- Camejo, R. (2016). *La hipertensión arterial*. Córdoba: El Cid Editor.
- Chacha, I. (2015). Cumplimiento del seguimiento de enfermería a pacientes con Hipertensión Arterial del Subcentro de Salud Traqui de Puyo. (*Tesis de Pregrado*). Universidad Nacional de Loja, Puyo.
- Condori, F. (2017). *Factores de Riesgo Modificables y No Modificables que predisponen a Hipertensión Arterial en adultos que acuden al Centro de Salud Simón Bolívar 1-3 Puno*. Puno: Universidad Nacional del Altiplano.
- González, J. (2016). Optimizando la Medición de la Presión Arterial en la Consulta. *Revista Venezolana de Endocrinología y Metabolismo*, vol. 14, núm. 3, 179-186.
- González, M., & Crespo, S. (2018). *Salud pública y enfermería comunitaria*. México: Manual Moderno.
- Gordón, M., & Gualotuña, M. (2015). Hipertensión arterial relacionada con el estilo de vida en los pacientes que acuden al Centro de Salud tipo A Pujilí en el

periodo julio - Diciembre 2014. (*Tesis de Pregrado*). Universidad Central del Ecuador, Quito.

Guevara , M. (2017). *Protocolos de investigación en enfermería*. México : Editorial El Manual Moderno.

Hemosín , A., Pereira , E., & Pérez , E. (18 de Septiembre de 2017). *Cuidados de Enfermería en Hipertensión*. Obtenido de Revista Electrónica Portales Médicos: <https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/cuidados-de-enfermeria-hipertension/>

Instituto Mexicano del Seguro Social. (15). *Intervenciones de Enfermería para la Atención Integral del Adulto con Hipertensión Arterial*. México: Centro Nacional de Excelencia Tecnológica en Salud.

Jetón , D., & Pasato , S. (2017). Factores Predisponentes a Hipertensión Arterial en adultos de 45 a 60 años, Centro de Salud "San Fernando". (*Tesis de Pregrado*). Universidad de Cuenca, Cuenca.

Kunstmann, S., & Kauffmann, R. (2015). Hipertensión Arterial: factores predisponentes y su asociación con otros factores de riesgo. *Rev. Med. Clin. Condes*, 71-74.

Lagoueyte, M. (2015). El cuidado de enfermería a los grupos humanos. *Revista de la Universidad Industrial de Santander. Salud*, vol. 47, núm. 2, 209- 2013. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/3438/343839278013.pdf>

Lazaro, J. (2016). Algunas consideraciones sobre la hipertensión arterial. *MEDISAN vol.20 no.11*, 24-34.

Lopez , F., & Expósito , A. (2016). *Salud y prevención*. Madrid: ACCI (Asoc. Cultural y Científica Iberoameric.).

Lozano, J. (2019). Hipertensión arterial. Prevención y tratamiento. *Farmacoterapia* , 75-86.

MAD-Eduforma. (2019). *Manual Para Auxiliar de Enfermería. Temario de Oposiciones.ebook*. Madrid: MAD.

- Maguiña, P. (s.f.). Factores de riesgo que predisponen a hipertensión arterial en adultos que acuden al servicio de triaje del Centro De Salud “Max Arias Schreiber” - 2013. (*Tesis de Pregrado*). Universidad Nacional Mayor San Marcos, Lima .
- Montes, M. S. (2015). Prevalencia de hipertensión arterial en pacientes de 40 a 65 años, en el Subcentro de Salud Reyna del Quinche periodo de enero a diciembre del 2008. (*Tesis de Postgrado*). Universidad de Guayaquil, Guayaquil.
- MSP. (12 de Enero de 2020). *Prevención y Control de Hipertensión Arterial Llega a Barrios Rurales de Esmeraldas*. Obtenido de Coordinación Zonal 1- Salud : <http://www.saludzona1.gob.ec/cz1/index.php/sala-de-prensa/846-prevencion-y-control-de-hipertension-arterial-llega-a-barrios-rurales-de-esmeraldas>
- Naranjo, C. (2016). Mantenimiento ineficaz de la salud en pacientes con Hipertensión Arterial Hospital Luis Vernaza: Programa Educativo. (*Tesis de Postgrado*). Universidad de Guayaquil, Guayaquil.
- Ochoa, C., & Madero , M. (2018). *Manual práctico del manejo de la diabetes mellitus y sus comorbilidades. Volumen 2 (2a. ed.)*. México: Editorial Alfil, S. A. de C. V.
- OMS. (24 de Septiembre de 2015). *Preguntas y respuestas sobre la hipertensión*. Obtenido de Organización Mundial de la Salud: <https://www.who.int/features/qa/82/es/>
- OMS. (13 de septiembre de 2019). *Hipertensión*. Obtenido de Organización Mundial de la Salud : <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- PAHO. (2014). *Revista Informativa Edición No. 32, Junio 1024*. Quito: Comunigraf S.A. Obtenido de https://www.paho.org/ecu/index.php?option=com_docman&view=download&category_slug=comunicacion-social&alias=509-boletin-informativo-n0-32-junio-2014-1&Itemid=599

- Ramírez , E. (2016). Proceso de enfermería; lo que sí es y lo que no es. *Enfermería Universitaria*, vol. 13, núm. 2, 71-72. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/3587/358745743001.pdf>
- Reyes, E. (2015). *Fundamentos de enfermería: ciencia, metodología y tecnología* (2a. ed.). México: Editorial El Manual Moderno.
- Rojas , S., Querales , M., & Villarino , Á. (2016). Evaluación de los factores de riesgo que predisponen a la hipertensión arterial a través de un modelo de regresión logística. *Salus*, vol. 20, núm. 2, 18-23.
- Rojas, R., Rivera, J., & Sánchez, R. (2017). Hipertensión e Hipotensión Arterial. *Módulo Instruccional*. Universidad del Turabo Escuela de Educación Continua, Turabo.
- Romo, J. (2015). *Atención del Auxiliar de Enfermería en la Unidad de Urgencias Generales* (2a. ed.). Madrid : Editorial ICB.
- Roque, P. (2018). *Educación para la salud* (2a. ed.). México: Grupo Editorial Patria.
- Rosas , M., Borrayo , G., Madrid, A., Ramírez , E., & Pérez , G. (2016). Hipertensión arterial sistémica en el adulto mayor. Recomendaciones para la práctica. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, vol. 54, núm. 1, 75-77.
- Rosero, G. (2018). Grados de Hipertensión Arterial y factores de riesgo cardiovascular en pacientes hipertensos que acuden a la Consulta Externa al Hospital Delfina Torres de Concha de Esmeralda periodo enero a febrero 2018. (*Pregrado*). Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Quito.
- Sabán , J., & Sánchez , O. (2015). *Patogenia de la HTA esencial: Control global del riesgo cardiometabólico*. Bogotá : Ediciones Díaz de Santos.
- SNI. (3 de marzo de 2019). *Actualización del Plan de Desarrollo y Ordenamiento Territorial del cantón "San Pedro de Pelileo"*. Obtenido de Sistema Nacional de Información : <http://app.sni.gob.ec/sni->

link/sni/PORTAL_SNI/data_sigad_plus/sigadplusdiagnostico/18600006400
01_DIAGNOSTICO_FINAL_15-01-2015_15-58-50.pdf

Soler, J., & Raurich, J. (2015). *Comunicación y atención primaria para los alumnos de Medicina*. Lérida: Universitat de Lleida.

Soto, J. (2018). TRATAMIENTO NO FARMACOLÓGICO DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL. *Revista Médica La Clínica Las Condes Volúmen 29.*, 61-68.

Suarez, F. (2018). *Diabetes Sin Problemas. EL Control de la Diabetes con la Ayuda del Poder del Metabolismo*. San Juan : eBookIt.com.

Suárez, M. (2014). Prevalencia de Hipertensión Arterial en pacientes de 40 a 65 años, en el Subcentro de Salud Reyna del Quinche. (*Tesis de Postgrado*). Universidad de Guayaquil, Guayaquil.

UCM. (6 de Junio de 2016). *Unidad clinica medica*. Obtenido de Patología Quirúrgica: <https://www.ucm.es/data/cont/docs/420-2016-06-20-4Patologia%20Quirurgica%20TO%202015-16.pdf>

Uscata , R. (2019). Factores de Riesgo de Hipertensión Arterial en adultos mayores atendidos en un Hospital Geriátrico. (*Tesis de Pregrado*). Univeridad de San Martín de Porres, Lima.

Vela , M. (2017). “Factores de riesgo e hipertensión arterial en internos con diabetes del penal de Tarapoto en el año 2016”. (*Tesis de Pos grado*). Universidad Cesar Vallejo, Tarapoto.

Zapata , R., Soriano, E., Márquez , V., López , M., & González , A. (2015). *Jornadas internacionales de investigación en educación y salud*. Almería: Universidad Almería.

Zevallos, M. (2016). *Factores de Riesgo de la Hipertensión Arterial en Iso estudiantes de secundaria de la institución educativa "José Valverde Caro N° 2031" Comas* . Lima: Universidad Privada San Juan Bautista .

Zubledía , L., Quiles, J., Mañes, J., & Redón , J. (2016). PREVALENCIA DE HIPERTENSIÓN ARTERIAL Y DE SUS FACTORES ASOCIADOS EN

POBLACIÓN DE 16 A 90 AÑOS DE EDAD EN LA COMUNITAT VALENCIANA. *Revista Española de Salud Pública*, vol. 90, 1-11.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERÍA



ANEXOS

Anexo 1. Matriz de Contingencia

PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPÓTESIS GENERAL
¿Cuál es la influencia que tienen las acciones de enfermería en la determinación de factores predisponentes de la hipertensión arterial en los adultos de 40 a 65 años de edad del recinto La Paz en el cantón Pelileo provincia de Tungurahua en el periodo octubre 2019- marzo 2020?	Identificar el rol de las acciones de enfermería en la determinación de factores predisponentes de la hipertensión arterial en los adultos de 40 a 65 años de edad del recinto La Paz en el cantón Pelileo provincia de Tungurahua en el periodo octubre 2019-marzo 2020.	Las acciones de enfermería y la determinación de factores predisponentes, ayudarían en la prevención de la hipertensión arterial en personas de 40 a 65 años de edad del recinto La Paz en el cantón Pelileo provincia de Tungurahua en el periodo octubre 2019- marzo 2020.
PROBLEMA DERIVADOS	OBJETIVOS ESPEÍFICOS	
¿Cuáles son los principales factores predisponentes que provocan hipertensión arterial en adultos de 40 a 65 años de edad del recinto La Paz en el cantón Pelileo provincia de Tungurahua en el periodo octubre 2019- marzo 2020? ¿Cuál es el nivel de conocimiento que tienen los adultos de 40 a 65 años de edad del recinto La Paz en el cantón Pelileo provincia de	Identificar los principales factores predisponentes que provocan hipertensión arterial en adultos de 40 a 65 años de edad del recinto La Paz en el cantón Pelileo provincia de Tungurahua en el periodo octubre 2019-marzo 2020. Determinar el nivel de conocimiento que tienen los adultos de 40 a 65 años de edad del recinto La Paz en el cantón Pelileo provincia de	



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERÍA



<p>Tungurahua en el periodo octubre 2019- marzo 2020 sobre los factores predisponentes que influyen en la aparición de hipertensión arterial?</p> <p>¿Cuáles son las actividades de promoción de salud para disminuir las complicaciones médicas de pacientes con hipertensión de 40 a 65 años de edad del recinto La Paz en el cantón Pelileo provincia de Tungurahua en el periodo octubre 2019- marzo 2020?</p>	<p>Tungurahua en el periodo octubre 2019- marzo 2020 sobre los factores predisponentes que influyen en la aparición de hipertensión arterial.</p> <p>Establecer si se ejecutan actividades de promoción de salud para la disminución de complicaciones médicas en pacientes con hipertensión de 40 a 65 años de edad del recinto La Paz en el cantón Pelileo provincia de Tungurahua en el periodo octubre 2019- marzo 2020.</p>	
--	--	--



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERÍA

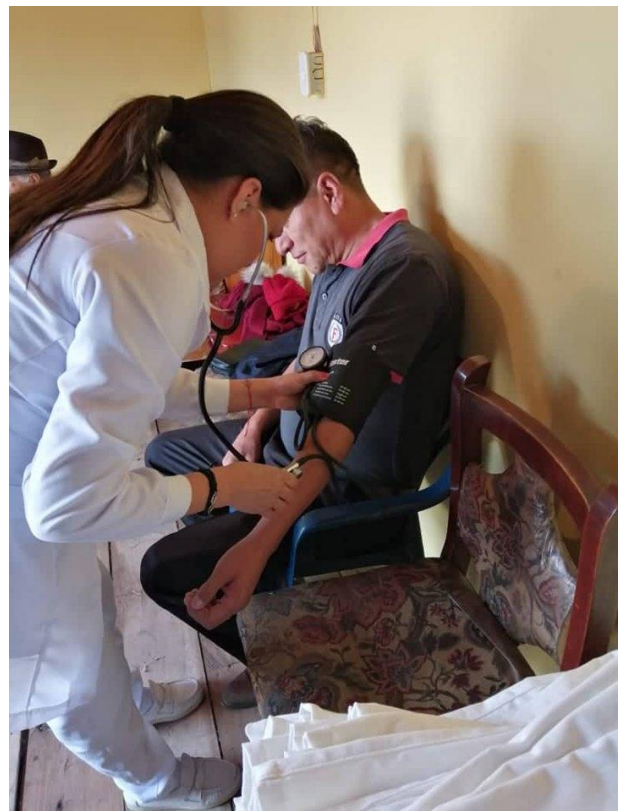


Anexo 2. Evidencia fotográfica





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERÍA





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERÍA



Anexo 3. Encuestas a los moradores del Recinto La Paz

Dirigida. Adultos con Hipertensión Arterial del Recinto la Paz

Nota. En cada pregunta investigativa marcar con una **X** o **✓** de acuerdo a su criterio.

Datos sociodemográficos

1. ¿Cuál es la edad que posee?

45 a 50

51 a 56

57 a 61

62 a 65

2. ¿Cuál es la zona geográfica que habita usted y su familia?

Zona rural

Zona urbana

Zona urbana marginal

3. ¿Mencione su nivel de instrucción?

Primario

Secundario

Superior

No tiene

4. ¿Mencione en qué tiempo le ha sido diagnosticado Hipertensión Arterial?

6 meses a 1 años

2 a 3 años

4 a 5 años

Más de 5 años



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERÍA



5. ¿Posee familiar con diagnóstico de Hipertensión Arterial?

Papa

Mama

Hermanos

Hijos

Tíos

6. ¿Consumes ud, de forma recurrente cigarrillos?

Si

No

7. ¿Ingiere de forma habitual bebidas alcohólicas?

Si

No

8. ¿Con qué frecuencia ud consume alimentos saludables como verduras, frutas hortalizas?

Una vez por semana

Dos veces a la semana

Todos los días

9. ¿Con qué frecuencia ud consume comidas rápidas, como pollo frito, papas fritas, hamburguesas, hot dogs?

Una vez por semana

Dos veces a la semana

Todos los días

Nunca



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERÍA



10. ¿Menciones la frecuencia de consumo de bebidas gaseosas o alimentos con azúcar?

Una vez por semana

Dos a tres Veces por semana

Toda la semana

No consumo

11. ¿En su diario vivir, realiza ejercicios físicos?

Siempre

Casi siempre

No realiza

12. ¿Conoce usted sobre los factores que predisponen de la HTA?

Si

No

13. ¿Conoce ud sobre las complicaciones que puede generar la hipertensión arterial?

Si

No

14. ¿Ha presentados los siguientes síntomas?

Dolor de cabeza

Dolor de Pecho

Mareo



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERÍA



15. ¿En la comunidad donde reside se han efectuado jornadas educativas para la prevención o promoción de la salud sobre la hipertensión arterial?

Si

No

16. ¿Mencione la frecuencia que se realiza chequeos médicos para tratar la hipertensión arterial?

Semanal

Mensual

Semestral

No asisto a controles

17. Si la respuesta a la pregunta 15 obtuvo respuesta asertiva en las tres primeras opciones, responda la siguiente pregunta. ¿El profesional de enfermería le ha brindado información sobre la Hipertensión Arterial y sus medidas de prevención?

Siempre

A Veces

Nunca

18. ¿Conoce sobre lo que es promoción de salud?

Si

No



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERÍA



19. ¿El profesional de enfermería ha explicado (promoción de la salud) sobre la importancia que es adoptar un estilo de vida saludable?

Siempre

A Veces

Nunca

20. ¿Realiza un tratamiento médico para el control de hipertensión arterial?

Si

No

21. ¿Le gustaría recibir información sobre la hipertensión arterial, como diagnóstico, factores de riesgo, tratamiento y principales complicaciones?

Si

No



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERÍA



CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES EN LA INVESTIGACION

Acciones De Enfermería Y Los Factores Predisponentes De La Hipertensión Arterial En Los Adultos De 40 A 65 Años De Edad Del Recinto La Paz En El Cantón Pelileo Provincia De Tungurahua En El Periodo Octubre 2019- Marzo 2020.

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer a los participantes en esta investigación con una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participantes.

La presente investigación es conducida por los estudiantes: Baque Ganan Adriana Clara, Víctor Armando Torres Salvatierra, de la Universidad Técnica de Babahoyo. El propósito de este estudio es Identificar las acciones de enfermería en la determinación de factores que predisponen la hipertensión arterial en los adultos de 40 a 65 años de edad del recinto La Paz en el cantón Pelileo provincia de Tungurahua en el periodo octubre 2019- marzo 2020.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder preguntas en una entrevista, así como también extraer muestras (si es el caso) y tomar fotografías de las mismas en su medio natural. Esto tomará aproximadamente 10 minutos de su tiempo. Lo que conversemos durante estas sesiones se grabará de modo que el investigador pueda transcribir después las ideas que usted haya expresado.

La participación de este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas al cuestionario y a la entrevista serán codificadas usando un número de identificación y por lo tanto, serán anónimas.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en el igualmente, puede retirarse del proyecto en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Si alguna de las preguntas durante la entrevista le parecen incómodas, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderlas.

Desde ya le agradecemos su participación.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por Baque Ganan Adriana Clara, Víctor Armando Torres Salvatierra. He sido informado (a) de que el propósito de este estudio es: Identificar las acciones de enfermería en la determinación de factores que predisponen la hipertensión arterial en los adultos de 40 a 65 años de edad del recinto La Paz en el cantón Pelileo provincia de Tungurahua en el periodo octubre 2019- marzo 2020.

Me han indicado también que tendré que responder cuestionarios y preguntas en una entrevista, lo cual tomara aproximadamente 10 minutos.

Reconozco que la información que yo provea en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. He sido informado de que puedo hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento y que puedo retirarme del mismo cuando así lo decida, sin que esto acarree perjuicio alguno para mi persona.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERÍA



Entiendo que una copia de esta ficha de consentimiento me será entregada y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando este haya concluido. Para esto, puedo contactar a (0981645914).

Firma del participante

C.I:

Lugar y fecha.....



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR
CARRERA DE ENFERMERÍA



FORMATO PARA VALIDAR INSTRUMENTO

ITEM	CRITERIOS A EVALUAR										OBSERVACIONES	
	Claridad en la Redacción		Coherencia interna		Inducción a la Respuesta		Lenguaje Adecuado con el nivel del informante		Mide lo que pretende			
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO		
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
ASPECTOS GENERALES										SI	NO	
El instrumento contiene instrucciones claras y precisas para responder el cuestionario												
Los ítems permiten el logro del objetivo de la investigación												
Los ítems están distribuidos en forma lógica y secuencial												
El número de ítems es suficiente para recoger la información. En caso de ser negativa su respuesta, sugiera los ítems a añadir.												
VALIDEZ												
APLICABLE				NO APLICABLE								
APLICABLE ATENDIENDO A LAS OBSERVACIONES												
Validado por:					C.I.:				Fecha:			
Firma:					Teléfono:				e-mail:			