

UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



ESTILOS DE VIDA EN PACIENTES CON HIPERTENSIÓN
ARTERIAL QUE ACUDEN AL CENTRO
INTEGRAL DEL ADULTO MAYOR
CHINCHA BAJA
ENERO 2018

TESIS
PRESENTADA POR BACHILLER
SOFIA MADELEY ROSADO LOZA

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN ENFERMERÍA

CHINCHA – PERÚ

2018

RESUMEN

La hipertensión arterial actualmente es un problema de salud pública y puede provocar enfermedades cerebrovasculares y las isquémicas del corazón las cuales son la segunda y tercera causa de muerte en la población adulta mayor. La hipertensión arterial se puede controlar si se promueve estilos de vida saludables. La investigación tiene por **objetivo:** Determinar los estilos de vida en pacientes con Hipertensión Arterial que acuden al centro integral del adulto mayor Chincha Baja Enero 2018. **Material y método:** El tipo de estudio fue de enfoque cuantitativo, alcance descriptivo y corte transversal, la técnica usada para la recolección de datos fue la encuesta y como instrumento un cuestionario en escala de opción múltiple previamente validado por juicio de expertos (0,03), cuya confiabilidad fue demostrada a través del coeficiente alfa de Cronbach (0.77). **Resultados:** Los estilos de vida según las dimensiones: Hábitos alimenticios, actividad física, descanso y sueño y control de la salud fueron poco saludables alcanzando 70%; 40%; 53% y 56%, respectivamente; sin embargo, en las dimensiones hábitos nocivos, afrontamiento al estrés fueron saludables alcanzando 64% y 54% en cada uno, siendo de manera global poco saludables con un 49%. **Conclusión:** Los estilos de vida fueron poco saludables en los pacientes con Hipertensión Arterial que acuden al Centro Integral del Adulto Mayor Chincha Baja Enero 2018.

Palabras clave: Estilos de vida, adulto mayor, hipertensión arterial