






















Document Information

Analyzed document	Tesis_Rocha 22.docx (D147362546)
Submitted	10/23/2022 4:55:00 PM
Submitted by	Rina Bustamante
Submitter email	rina.bustamante@upsjb.edu.pe
Similarity	19%
Analysis address	rina.bustamante.upsjb@analysis.arkund.com

Sources included in the report

SA	<p>Universidad Privada San Juan Bautista / TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx</p> <p>Document TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779) Submitted by: rina.bustamante@upsjb.edu.pe Receiver: rina.bustamante.upsjb@analysis.arkund.com</p>		25
SA	<p>Universidad Privada San Juan Bautista / TESIS_PUCLLAS PEREZ KATIA.docx</p> <p>Document TESIS_PUCLLAS PEREZ KATIA.docx (D142220977) Submitted by: rina.bustamante@upsjb.edu.pe Receiver: rina.bustamante.upsjb@analysis.arkund.com</p>		1
SA	<p>Universidad Privada San Juan Bautista / PROYECTO 2022 CASTILLO SEQUERA ANA 06.05.docx</p> <p>Document PROYECTO 2022 CASTILLO SEQUERA ANA 06.05.docx (D135826461) Submitted by: rina.bustamante@upsjb.edu.pe Receiver: rina.bustamante.upsjb@analysis.arkund.com</p>		6
SA	<p>Universidad Privada San Juan Bautista / TESIS VEGA DE PAZ LUCERO JAZMIN.docx</p> <p>Document TESIS VEGA DE PAZ LUCERO JAZMIN.docx (D142639158) Submitted by: carmen.bendezu@upsjb.edu.pe Receiver: carmen.bendezu.upsjb@analysis.arkund.com</p>		2
SA	<p>Universidad Privada San Juan Bautista / TESIS - CESAR RODRIGO GONZALES GUERRERO (1).docx</p> <p>Document TESIS - CESAR RODRIGO GONZALES GUERRERO (1).docx (D136386449) Submitted by: VIVIANA.LOZA@UPSJB.EDU.PE Receiver: viviana.loza.upsjb@analysis.arkund.com</p>		4
SA	<p>Universidad Privada San Juan Bautista / VELA (1).docx</p> <p>Document VELA (1).docx (D113689692) Submitted by: rina.bustamante@upsjb.edu.pe Receiver: rina.bustamante.upsjb@analysis.arkund.com</p>		3
SA	<p>Universidad Privada San Juan Bautista / TESIS PERCEPCION DEL PROCESO DE ENVEJECIMIENTO GUTIERREZ QUISPE LIZBETH (1).pdf</p> <p>Document TESIS PERCEPCION DEL PROCESO DE ENVEJECIMIENTO GUTIERREZ QUISPE LIZBETH (1).pdf (D113016429) Submitted by: rina.bustamante@upsjb.edu.pe Receiver: rina.bustamante.upsjb@analysis.arkund.com</p>		4
W	<p>URL: http://www.revhipertension.com/rlh_4_2018/7_hipertensiun_arterial_factores_asociados.pdf Fetched: 10/23/2022 4:55:00 PM</p>		2
SA	<p>Universidad Privada San Juan Bautista / TESIS FINAL- CHAUCA DÍAZ.docx</p> <p>Document TESIS FINAL- CHAUCA DÍAZ.docx (D144527085) Submitted by: rina.bustamante@upsjb.edu.pe Receiver: rina.bustamante.upsjb@analysis.arkund.com</p>		1

SA	Universidad Privada San Juan Bautista / Tesis Carmen Palomino_06_08_22.docx Document Tesis Carmen Palomino_06_08_22.docx (D142862479) Submitted by: luz.fernandez@upsjb.edu.pe Receiver: luz.fernandez.upsjb@analysis.arkund.com	 3
SA	Universidad Privada San Juan Bautista / CORNEJO RICALDI27-07-2022 corregido.docx Document CORNEJO RICALDI27-07-2022 corregido.docx (D142953576) Submitted by: rina.bustamante@upsjb.edu.pe Receiver: rina.bustamante.upsjb@analysis.arkund.com	 2
SA	Universidad Privada San Juan Bautista / PROYECTO DE INVESTIGACIÓN LIZ VELA.docx Document PROYECTO DE INVESTIGACIÓN LIZ VELA.docx (D141349924) Submitted by: rina.bustamante@upsjb.edu.pe Receiver: rina.bustamante.upsjb@analysis.arkund.com	 4
SA	Universidad Privada San Juan Bautista / Tesis_Gina Huaman_09_07_22.docx Document Tesis_Gina Huaman_09_07_22.docx (D141901456) Submitted by: luz.fernandez@upsjb.edu.pe Receiver: luz.fernandez.upsjb@analysis.arkund.com	 2
SA	Universidad Privada San Juan Bautista / Avance de Tesis Final Cristian Yauri Arcos_18_ febrero.docx Document Avance de Tesis Final Cristian Yauri Arcos_18_ febrero.docx (D128313500) Submitted by: rina.bustamante@upsjb.edu.pe Receiver: rina.bustamante.upsjb@analysis.arkund.com	 1
W	URL: https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5771287 Fetched: 10/23/2022 4:55:00 PM	 1
W	URL: http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/34580/vidasaludable2016-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y Fetched: 10/23/2022 4:56:00 PM	 1
SA	Universidad Privada San Juan Bautista / TESIS CÉSAR RODRIGO GONZALES GUERRERO.docx Document TESIS CÉSAR RODRIGO GONZALES GUERRERO.docx (D141431491) Submitted by: VIVIANA.LOZA@UPSJB.EDU.PE Receiver: viviana.loza.upsjb@analysis.arkund.com	 2
SA	Universidad Privada San Juan Bautista / TESIS_PUCLLAS PEREZ KATIA (1).docx Document TESIS_PUCLLAS PEREZ KATIA (1).docx (D142330747) Submitted by: rina.bustamante@upsjb.edu.pe Receiver: rina.bustamante.upsjb@analysis.arkund.com	 2
SA	Universidad Privada San Juan Bautista / SANTUR MENDOZA THANIA TESIS FINAL 10-06.docx Document SANTUR MENDOZA THANIA TESIS FINAL 10-06.docx (D139973409) Submitted by: florencia.pena@upsjb.edu.pe Receiver: florencia.pena.upsjb@analysis.arkund.com	 1
SA	Universidad Privada San Juan Bautista / MELISSA TOTOCAYO TESIS PARA ANTIPLAGIO.docx Document MELISSA TOTOCAYO TESIS PARA ANTIPLAGIO.docx (D144965003) Submitted by: olinda.oscco@upsjb.edu.pe Receiver: olinda.oscco.upsjb@analysis.arkund.com	 1
SA	Universidad Privada San Juan Bautista / TESIS WORD (1).docx Document TESIS WORD (1).docx (D120561543) Submitted by: oscar.almeyda@upsjb.edu.pe Receiver: walter.yataco.upsjb@analysis.arkund.com	 1

Entire Document

90%**MATCHING BLOCK 1/69****SA** TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)

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

DE ADULTOS MAYORES CON HIPERTENSIÓN ARTERIAL CONSULTORIO DE CARDIOLOGÍA, HOSPITAL NACIONAL ARZOBISPO
LOAYZA SEPTIEMBRE 2019

76%**MATCHING BLOCK 5/69****SA** TESIS_PUCLLAS PEREZ KATIA.docx (D142220977)

TESIS PRESENTADA POR BACHILLER RUTH ROCHA PAUCARPURA PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN
ENFERMERÍA LIMA-PERÚ 2022 Asesora: Mg. Rina Mercedes Bustamante Paredes AGRADECIMIENTO A Dios Por ser mi Guía, porque
nunca me dejó sola,

ser mi fortaleza, hacer realidad cada meta propuesta y haberme encaminado en la elección de esta hermosa carrera.

A la Universidad Privada San Juan Bautista

Por su formación académica y hacer de mí una profesional con todos los conocimientos necesarios para llegar a ser una profesional
competente capaz de asumir cualquier reto en la vida.

Al Hospital Nacional Arzobispo Loayza

Por brindarme su institución y recibirme con las puertas abiertas y brindarme su aprobación para realizar mi trabajo de investigación
en su institución, muchas gracias.

A mi asesora

Por su orientación, tiempo y exigencia al momento de la realización de mi trabajo de investigación, gracias por enseñarme y
brindarme conocimientos valiosos que ayudar aún más en mi formación como profesional y persona.

DEDICATORIA: A mi familia por todo el amor, la paciencia y apoyo incondicional que siempre me brindaron, a mi hija por ser el gran
motor y motivo de superarme día a día.

RESUMEN

Introducción: Los estilos de vida son maneras en las cuales los adultos mayores adoptan para mantener su propia salud y pueden
estar influenciadas de forma negativa o positiva según las condiciones en las que viven. Objetivo: Determinar los estilos de vida de los
adultos mayores con hipertensión arterial consultorio de cardiología, Hospital Nacional Arzobispo Loayza setiembre 2019.

Metodología: El estudio fue cuantitativo, descriptivo, de corte transversal, en una muestra conformada por 79 adultos mayores que
presentaron hipertensión arterial

y

que asistían al consultorio de cardiología; se utilizó la técnica de la encuesta y como instrumento un cuestionario sobre Estilos de vida
PEPS I de Nola Pender, el instrumento fue sometido a la prueba de confiabilidad de Alfa de Cronbach (0.8). Resultados: Los adultos
mayores

en su mayoría

están comprendidos entre las edades de 60 a 65 años 67%, son de sexo femenino 52%, nivel de instrucción de primaria 58%,
proceden de la costa 48% y son de religión católica 73%. Respecto a los estilos de vida de los adultos mayores el 73.4%

63%**MATCHING BLOCK 2/69****SA** TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)

tienen estilos de vida no saludables y un 26.6% tiene estilos de vida saludables, en relación con las dimensiones son estilos no
saludables en responsabilidad en salud el 94.9%, actividad física 96.2%, nutrición 63.3%, soporte interpersonal 51.9% y manejo de
estrés 81%,

mientras en auto actualización 84.8% son estilos saludables.

PALABRAS CLAVE: Estilos de vida, hipertensión, adultos mayores.

ABSTRACT

Introduction: Lifestyles are ways in which older adults adopt to maintain their own health, these ways can be influenced in a negative
or positive way depending on the conditions in which they live. Objective: To determine the lifestyles of older adults with high blood
pressure, cardiology clinic, Hospital Nacional Arzobispo Loayza, September 2019. Methodology: The study was quantitative,
descriptive, cross-sectional,

in a

sample made up of 79 older adults who presented arterial hypertension and who attended the cardiology clinic; the survey technique
was used and as an instrument a questionnaire on Lifestyles PEPS I by Nola Pender,

the

instrument was subjected to the Cronbach's Alpha reliability test (0.8). Results: The majority of older adults are between
the ages of 60 and 65, 67%, 52% are female, 58% have a primary education
level, 48% come from the coast, and 73% are Catholic. Regarding the

40%**MATCHING BLOCK 3/69****SA** TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)

lifestyles of older adults, 73.4% have unhealthy lifestyles and 26.6% have healthy lifestyles, in relation to the dimensions are unhealthy styles in health responsibility 94.9%, physical activity 96.2% , nutrition 63.3%, interpersonal support 51.9% and stress management 81%, while in

self-updating 84.8% are healthy styles.

KEY WORDS: Lifestyles, hypertension, older adults.

PRESENTACIÓN

Los adultos mayores son personas vulnerables debido a que los cambios fisiológicos provocan disminución de la funcionalidad e inmunidad, por ello en esta edad es frecuente que se encuentren más expuestos a las complicaciones que traen las enfermedades crónicas. Así mismo la hipertensión se encuentra considerada como una enfermedad debido a que cada año sus cifras van en aumento, siendo causa principal de la mortalidad por problemas cardiovasculares.

El objetivo de la investigación ha sido determinar los estilos de vida de los adultos mayores con hipertensión arterial consultorio de cardiología, Hospital Nacional Arzobispo Loayza setiembre 2019,

con el propósito de que la información obtenida permitirá

el desarrollo de programas preventivos que ayudarán a mejorar su salud y por ende disminuir las complicaciones de enfermedades de este tipo en adultos mayores.

La presente

80%**MATCHING BLOCK 4/69****SA** TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)

investigación consta de: Capitulo I: El problema, Capitulo II: Marco teórico, Capitulo III: Metodología, Capitulo IV: Análisis de los resultados, Capitulo V: Conclusiones y recomendaciones, finalmente las referencias bibliográficas y, bibliografía y anexos. ÍNDICE Pág. CARATULA i ASESORA ii AGRADECIMIENTO iii DEDICATORIA iv RESUMEN v ABSTRACT vi PRESENTACIÓN vii ÍNDICE viii LISTA DE TABLAS x LISTA DE GRÁFICOS xi LISTA DE ANEXOS xii CAPÍTULO I: EL PROBLEMA 14 I. a. Planteamiento del problema. 14 I. b. Formulación del problema. 17 I. c. Objetivos: 17 I.c.1. General 17 I.c.2. Específicos 17 I. d. Justificación 18 I.e. Propósito 19 CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO 21 II. a. Antecedentes bibliográficos 21 II. b. Base teórica 24 II. c. Hipótesis 31 II. d. Variables 31 II. e. Definición operacional de términos 31 CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN 33 III. a. Tipo de estudio. 33 III. b. Área de estudio. 33 III. c. Población y muestra. 33 III. d. Técnicas e instrumentos de recolección de datos. 34 III.e. Diseño de recolección de datos. 36 III. f. Procesamiento y análisis de datos 37 CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS 39 IV. a. Resultados. 39 IV. b. Discusión. 47 CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES 55 V. a. Conclusiones. 55 V. b. Recomendaciones. 56 Referencias bibliográficas 57 Bibliografía 62 Anexos 64 LISTA DE TABLAS Pág. TABLA 1 Datos generales

de adultos mayores

con hipertensión arterial consultorio de cardiología, Hospital Nacional Arzobispo Loayza setiembre 2017 39

LISTA DE GRÁFICOS Pág. GRÁFICO 1 Estilos de vida de adultos mayores con hipertensión arterial

consultorio de cardiología, Hospital Nacional Arzobispo Loayza setiembre 2017. 40 GRÁFICO 2 Estilos de vida de adultos mayores con hipertensión arterial consultorio de cardiología, Hospital Nacional Arzobispo Loayza según dimensión responsabilidad en salud

setiembre 2017. 41 GRÁFICO 3 Estilos de

23%**MATCHING BLOCK 6/69****SA** PROYECTO 2022 CASTILLO SEQUERA ANA 06.05.docx (D135826461)

vida de adultos mayores con hipertensión arterial consultorio de cardiología, Hospital Nacional Arzobispo Loayza según dimensión actividad física setiembre 2017. 42 GRÁFICO 4 Estilos de vida de adultos mayores con hipertensión arterial consultorio de cardiología, Hospital Nacional Arzobispo Loayza según dimensión nutrición setiembre 2017. 43 GRÁFICO 5 Estilos de vida de adultos mayores con hipertensión arterial

consultorio de cardiología, Hospital Nacional Arzobispo Loayza según dimensión auto actualización setiembre 2017. 44 GRÁFICO 6

Estilos de vida de adultos mayores con hipertensión arterial consultorio de cardiología, Hospital Nacional Arzobispo Loayza según

dimensión soporte interpersonal setiembre 2017. 45 GRÁFICO 7 Estilos de vida de adultos mayores con hipertensión arterial

consultorio de cardiología, Hospital Nacional Arzobispo Loayza

según dimensión manejo del estrés setiembre 2017. 46

LISTA DE ANEXOS Pág. ANEXO 1 Operacionalización de variables 65 ANEXO 2 Instrumento 66 ANEXO 3 Confiabilidad del instrumento 71 ANEXO 4 Escala de valoración de instrumento 73 ANEXO 5 Consentimiento informado 74 Capítulo I: EL PROBLEMA I.a. Planteamiento del problema: La Organización Mundial de la Salud (OMS)¹,

refiere que en los años 2000

y 2050 la población de adultos con edad mayor a 60 años a nivel mundial será de un 11% a 22%, es decir, de los 605 millones a 2000 millones de habitantes en un intervalo de mitad de siglo, además señala que la funcionalidad del ser humano empieza a descender en la edad adulta y este ritmo se ve determinado por la forma de vida que lleva, esto incluye el comportamiento del individuo con relación a su alimentación, actividad física y su exposición ante diversos peligros como: consumo de alcohol, cigarrillos o sustancias tóxicas a lo largo de los años.

Esto conduce a que

la mayor proporción de los adultos mayores mueren por alguna enfermedad no transmisible como cardiopatías, cáncer, diabetes, infección y parásitos, siendo frecuente que las padezcan al mismo tiempo como consecuencia de hábitos incorrectos.¹

Con relación con la hipertensión arterial, la OMS² indica que en el mundo 1 de 5 adultos mayores presenta la presión arterial elevada, categorizándose como principal causa de defunciones de Accidentes Cerebro Vasculares (ACV) o cardiopatías; esta complejidad que provoca la hipertensión arterial es la principal

causa de 9,4 millón de defunciones anuales.

La Organización Panamericana de Salud (OPS)³ aduce que, una tercera parte de los habitantes en el mundo sufren de hipertensión arterial y que en el mundo cada segundo una persona que presenta problemas cardíacos fallece y para América Latina el porcentaje es un fallecimiento cada minuto.

Así mismo, 1 de cada 4 adultos mayores de 40 años padecen de hipertensión arterial, donde el 50% y 60% no conocen su diagnóstico, esto puede ocasionar derrames cerebrales, ataques cardíacos e incluso el fallecimiento de la persona. Por esta razón resaltan que es sumamente importante enseñar prácticas saludables

a la población en general

como: consumir poca sal, realizar ejercicios, no tomar alcohol ni fumar, entre otros; con el objetivo de evitar esta enfermedad.³

En América Latina en el 2017 la OPS⁴ reportó que el 81% de la población adulta mayor llegarían a vivir hasta 60 años y el 42% de ellos pasarían los 80 años. En Bolivia, Guatemala, Haití, Honduras y Paraguay, los adultos mayores de 80 años a más aumentarían 4 veces más

entre el 2025 y 2050,

como consecuencia se produciría la transformación de sistemas de salud y demanda de cuidados. Asimismo, las defunciones de los adultos mayores se atribuirían principalmente a enfermedades isquémicas del corazón (14.5%), ACV (7.7%), diabetes mellitus (5.5%) e hipertensión (3.9%).⁴

En América Latina y el Caribe la OPS señala que un 20% y 35% de la población adulta padece de hipertensión arterial, esta enfermedad se encuentra incrementando en los últimos años y muchos de ellos lo desconocen. Por ello se han realizado diversos estudios en países de América del Sur;

como Chile, Colombia, Brasil y Argentina donde

se evidenció que un 57.1% de adultos mayores presentan una presión elevada y tienen conocimiento de su enfermedad, solo el 18.8% de ellos

se controla la presión arterial.⁵

El Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI)⁶, refiere que los cambios demográficos en las últimas décadas producirían un incremento de la población adulto mayor. De esta manera en el 2019, 25 de cada 100 pobladores fueron menores de 15 años, por lo tanto,

a futuro la población de adultos mayores se incrementaría de 5.7% a 12.4%. Durante el segundo semestre del 2019 un 54.5% de adultos mayores han sufrido algún malestar o síntoma, 40.9% sufrió algún accidente o enfermedad; 74.5%

de personas de 60 años optaron por medicina tradicional o

la automedicación.

Respecto a la Hipertensión Arterial, el 27.7% de los adultos mayores de 60 años refirieron que fueron informados por el personal de salud que padecen de esta enfermedad, y de ellos el 78.3% tenía tratamiento y el 21.7% no recibían tratamiento. Así mismo la hipertensión arterial es mayor en el sexo femenino que en el sexo masculino.⁷

El Ministerio de Salud (MINSA)⁸, según la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES), en el 2017 obtuvo que la incidencia de individuos con presión arterial elevada al momento del control fue de 12.3%, además se identificó que un 18% presentó hipertensión arterial y de ellos el 25% se encuentran controlando su presión y el 75% no, esto trae como consecuencia riesgos para la persona como daños cardiovasculares, renales, cerebrales y a otros órganos.

De acuerdo con el Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (MIMP)⁹, referente a la actividad física, en el 2016 el Ministerio de Salud logró que 67,673 adultos mayores participaran en sus 2,174 clubs de adultos mayores colocados en 25 departamentos en el Perú, el cual representa un 54% más que el año 2013; ESSALUD se encuentra promoviendo la participación de adultos mayores de 60 años en sus 122 centros del Adulto Mayor en el que se logró una participación de 70,092 adultos mayores y 7,860 en sus 104 círculos del adulto mayor en un año.

Durante las prácticas pre- profesionales, en el Hospital Nacional Arzobispo Loayza, servicio de Cardiología, se observó que los adultos mayores consumen comida rápida y productos envasados antes de ingresar y ser atendidos.

Asimismo al interactuar con ellos, manifestaban: "yo no sabía que tenía presión alta", "en mi casa como lo que hay", "cuando a veces tengo hambre como en la calle porque así es más rápido", "no me controlo con frecuencia la presión debido a que la posta de mi casa queda muy lejos", "no tengo tiempo para hacer ejercicios", "las pocas veces que he hecho ejercicios me falta un poco la respiración", "cuando me siento realmente mal vengo al hospital", "a veces me voy a las farmacias cuando me siento un poco mal", "me siento estresado con tantos exámenes que tengo que hacerme".

Por todo lo mencionado con anterioridad, se formula la siguiente interrogante:

I.

100%	MATCHING BLOCK 9/69	SA TESIS - CESAR RODRIGO GONZALES GUERRERO (1).docx (D136386449)
b. Formulación del problema: ¿Cómo son los estilos de vida de los		

adultos mayores con hipertensión arterial consultorio de cardiología, Hospital Nacional Arzobispo Loayza, setiembre 2019?

I.

100%	MATCHING BLOCK 8/69	SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)
c. Objetivos: I.c.1. Objetivo general: Determinar los estilos de vida de los		

adultos mayores con hipertensión arterial consultorio de cardiología, Hospital Nacional Arzobispo Loayza, setiembre 2019.

I.c.2. Objetivo específico

48%	MATCHING BLOCK 10/69	SA VELA (1).docx (D113689692)
Identificar los estilos de vida de los adultos mayores con hipertensión arterial según dimensiones: - Responsabilidad en salud - Actividad física - Nutrición - Auto actualización - Soporte interpersonal - Manejo de estrés I.d. Justificación:		

Justificación teórica

Desde el punto de vista teórico, pretende llenar vacíos de conocimientos, con información actualizada del tema de investigación, de tal forma que a través de esta investigación se establezcan soluciones de estos problemas presente en la sociedad. Así mismo se pretende

la comprensión de los problemas encontrados bajo los fundamentos de teoría de Enfermería de la Promoción de la Salud.

Justificación práctica El estudio de investigación pretende aportar información de los estilos de vida de

los adultos mayores relacionado con la Hipertensión Arterial, de esta manera

servir de base para las propuestas de intervención sanitaria y con enfoque de Enfermería desde la Promoción de la Salud a la persona y

la familia, para que contribuya a mejorar la alimentación, manejo del estrés, actividad, entre otros.

Justificación metodológica Los resultados de la investigación permitirán que los instrumentos puedan ser aplicados en otras investigaciones similares por la validez y confiabilidad que aporta la investigación; así como el cumplimiento de los principios bioéticos.

I.

e. Propósito

Los hallazgos que se obtuvieron en este trabajo de investigación fueron entregados a la jefa de Enfermería del servicio de cardiología del Hospital Nacional Arzobispo Loayza, con la finalidad que tengan una perspectiva real y actualizada sobre cómo se encuentran los estilos de vida de los adultos mayores con hipertensión arterial que acuden a dicho servicio.

Asimismo, puedan generarse en base dicha información una lista de estrategias educativas donde incluyan la participación de los adultos mayores como por ejemplo charlas, talleres, foros y demostraciones que ayuden a adaptar estilos de vida saludables en ellos y en sus familias, además que a través de ello se favorezca en su salud y bienestar.

Desde esta perspectiva

el profesional de Enfermería tiene como rol fundamental la promoción de la salud de la persona y comunidad por medio de diversas estrategias que se elaboran en el primer nivel de salud, teniendo como objetivo reducir en mayor proporción futuras enfermedades los cuales son causas principales los malos estilos de vida de la persona, por ello el personal tiene la responsabilidad de seguir capacitándose a diario sobre estos temas para asumir diferentes retos que se presentan en

76%	MATCHING BLOCK 11/69	SA TESIS PERCEPCION DEL PROCESO DE ENVEJECIMIENTO ... (D113016429)
la sociedad. CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO II.a. Antecedentes bibliográficos: Internacionales Espinoza10, en el 2018,		

en la ciudad de Cuenca–Ecuador, ejecutó un estudio de tipo descriptivo, transversal, con la finalidad de evaluar la HIPERTENSIÓN ARTERIAL Y FACTORES ASOCIADOS EN ADULTOS MAYORES DE LA PARROQUIA DE BAÑOS, CUENCA. La muestra fue constituida por 200 adultos mayores pertenecientes a la parroquia de Baños, aplicó la técnica de la encuesta y como instrumento, un cuestionario para determinar el antecedente de hipertensión arterial (HTA) y sus factores asociados. Resultados: el 65.5% fueron mujeres, las edades que predominaron fueron 65-70 años con un 31.5%, para hábitos un 25.5% eran adultos mayores fumadores, la proporción de pacientes con antecedentes de HTA fue 35.5%. Conclusión: La Hipertensión Arterial es alta en los adultos mayores de

67%

MATCHING BLOCK 13/69

W

la parroquia rural Baños, 2 veces mayor riesgo de padecer en aquellos adultos con antecedente familiar y con la presencia

de colesterol.

Can11, en el 2016, en la ciudad de San Francisco de Campeche–México, ejecutó un estudio descriptivo cuantitativo, con el fin de identificar la PREVALENCIA DE HIPERTENSIÓN ARTERIAL EN LAS PERSONAS MAYORES DE LA CIUDAD DE SAN FRANCISCO DE CAMPECHE. La muestra fue compuesta por 219 adultos mayores de 60 años. La técnica empleada fue una encuesta y el instrumento un cuestionario para detección de factores de riesgos para enfermedades crónico- degenerativas. Resultados: en cuanto a los factores de riesgos agregados el 35% padece de una enfermedad crónico- degenerativa además de hipertensión, 30% presenta o presentó dislipemia, 19% tiene un mal hábito alimenticio (alimentos altos en grasa, poco consumo de fruta y verdura y una alta ingesta de sal en sus comidas) además de un estilo de vida no saludable (baja actividad física y horas largas sin consumir alimentos), 7% ingiere bebidas alcohólicas y fuma, 9% no sabe si presenta otro padecimiento crónico-degenerativo.

Nacionales

Puican12, en el año 2019, en Surco- Perú, realizó un estudio observacional, descriptivo, transversal, con el propósito de identificar los

87%

MATCHING BLOCK 12/69

SA

PROYECTO 2022 CASTILLO SEQUERA ANA 06.05.docx
(D135826461)

ESTILOS DE VIDA EN PACIENTES ANCIANOS CON HIPERTENSIÓN ARTERIAL ATENDIDOS EN EL CENTRO DE SALUD DE SURCO, 2019.

La muestra estuvo constituida por 120 adultos ancianos; el instrumento que utilizó fue un cuestionario sobre perfil de estilos de vida de Nola Pender. Resultados: El 60% presentaron un estilo de vida no saludable, 39.2% fue saludable; en la dimensión nutricional: 59.2% saludable y 40.8% saludable, en la dimensión ejercicio: 94.2% no saludable y el 5.8% saludable, en la dimensión responsabilidad en salud: 70% no saludable y 30% saludable, en la dimensión manejo del estrés: 90% no saludable y 10% saludable, en la dimensión apoyo interpersonal: 54.2% saludable y 45.8% no saludable, en la dimensión autorrealización: 60% saludable y 40% no saludable. Concluyó que hubo un mayor estilo de vida no saludable en los adultos ancianos con hipertensión.

Rosado13, en el año 2018, en Chíncha Baja- Perú, ejecutó un estudio de enfoque cuantitativo, descriptivo, corte transversal con la finalidad de analizar los ESTILOS DE VIDA EN PACIENTES CON HIPERTENSIÓN ARTERIAL QUE ACUDEN AL CENTRO INTEGRAL DEL ADULTO MAYOR CHINCHA BAJA ENERO 2018. La muestra fue constituida por 80 adultos mayores con hipertensión; la técnica utilizada fue una encuesta. Resultados: el estilo de vida según dimensiones fueron pocos saludables, 70% en hábitos alimenticios, 40% en actividad física, 53% descanso y sueño; 56% control de salud. En la dimensión hábitos nocivos el afrontamiento al estrés fue saludable alcanzando un 64% y 54% en cada uno, de forma global un 49% tuvieron estilo de vida poco saludables.

Las conclusiones más relevantes fueron que

los estilos de vida de los adultos mayores con Hipertensión Arterial que acudieron al Centro Integral Del Adulto Mayor Chíncha Baja fueron poco saludables.

Alderete14, en el año 2017 en Huancayo- Perú, realizó

87%

MATCHING BLOCK 14/69

SA

TESIS FINAL- CHAUCA DÍAZ.docx (D144527085)

un estudio cuantitativo- descriptivo, transversal, con el objetivo de identificar los ESTILOS DE VIDA

DE LOS ADULTOS MAYORES HIPERTENSOS DEL CENTRO INTEGRAL DEL ADULTO MAYOR DE LA MUNICIPALIDAD PROVINCIAL DE CHUPACA. La muestra fue compuesta por 50 adultos mayores; el instrumento utilizado fue un cuestionario que evaluó los estilos de vidas de los pacientes adultos mayores con hipertensión. Resultados: El estilo de vida de los adultos mayores fueron saludables 56%, pocos saludables 38% y no son saludables 6%. Conclusiones: Los estilos de vida de los adultos mayores son saludables, ellos cuales son favorables para su estado de salud, evitando así los hábitos nocivos.

Estos antecedentes sirvieron como referencia para la construcción de este estudio, los antecedentes mencionados anteriormente evidencian la problemática que están presentes en la sociedad como son los estilos de vida de los adultos mayores, especialmente en la nutrición, actividad física, responsabilidad en salud, manejo del estrés, entre otros; siendo estos principalmente los que conducen a la probabilidad de presentar enfermedades crónicas degenerativas no transmisibles como la diabetes, hipertensión, entre otros; los cuales

han sido identificados como derivados de estilos de vida no saludables.

II.b Base teórica

II.b.1. Estilos de vida

La OMS15 menciona que el estilo de vida es la forma de vida de una persona establecida con la interacción que existe entre el modo que la persona desarrolla su existencia y sus conductas individuales enmarcadas por factores socioculturales y sus propias características.¹⁶

La OPS16, precisa el estilo de vida como una condición frecuente de vivir, el cual se encuentra en una relación de circunstancias de vida y características personales de comportamientos y/o conductas del ser humano, además existen factores socioculturales que influyen afectando su propio equilibrio.

De acuerdo con estas definiciones los estilos de vida son procesos sociales, costumbres, hábitos, comportamientos, conductas propias de las personas o habitantes que pertenecen a una comunidad, los cuales llevan a satisfacer necesidades personales logrando conseguir un total confort en sus vidas.¹⁷

II.b.2.

Adulto mayor La OMS18 los define como aquellas personas que cursan la última etapa de vida y además se encuentren entre las edades de 60 a 74 años, estas personas son llamadas también personas de la tercera edad; se considera personas ancianas a los adultos mayores que comprenden las edades de 75 – 90 años y a las que pasan de los 90 son llamadas grandes longevos.¹⁸

II.b.3. Hipertensión Arterial

Definición

Considerada como una de las enfermedades en el adulto mayor debido a que con el pasar de los años la pared del vaso sanguíneo se endurece, esto trae como consecuencia que disminuya la elasticidad y aumente el desgaste físico del corazón al momento de bombear la sangre a todo el cuerpo. En los adultos mayores las cifras de tensión arterial la mayoría de las veces se encuentra por encima de 90mmhg y 140mmhg.¹⁹

La hipertensión arterial en el adulto mayor es uno de riesgos independientes que puede desarrollar una insuficiencia cardiaca, un accidente cerebro vascular, una cardiopatía isquémica, una insuficiencia renal, entre otros; produciendo diversos daños en todos los órganos vitales. En esta edad es más probable que los adultos mayores padezcan hipertensión sistólica.²⁰

De acuerdo con la OMS21, la Hipertensión arterial es una enfermedad donde los vasos sanguíneos presentan una alta tensión, el cual puede presentar daños debido a la fuerza que se ejerce la sangre hacia las paredes de los vasos. La mayor parte de las personas con esta enfermedad no notan síntomas, pero esporádicamente presentan dolores de cabeza, dificultad al respirar, náuseas, mareos, sangrado nasal, dolor torácico, pero no siempre.

Dimensiones de los Estilos de Vida

a. Responsabilidad en Salud Definido como la capacidad de libertad que desempeñamos para cuidar de una mejor manera, y estas se verán influenciadas según la propia capacidad y situación de la persona.²² Esta dimensión involucra una actividad responsable del adulto mayor sobre su bienestar, esto incluye el estar atento a su salud, poseer información frente a temas de salud, y el empeño de auto educarse y además de buscar atención de profesionales según lo requiera.²³

b. Actividad física Está considerada como una actividad que involucre cualquier movimiento del cuerpo humano que son producidos por músculos que producen un gasto de energía. Así mismo, se ha podido identificar que la ausencia de este tipo de actividades es la cuarta causa de riesgo y genera un peligro de sufrir muertes en todo el mundo así mismo se considera que esta inactividad es causa de un 21 a 25% de cánceres, 27% diabetes mellitus y 30% cardiopatías isquémicas. ²⁴

Para los adultos de la tercera edad dichas actividades físicas están compuestas en la ejecución de acciones divertidas y entretenidas como caminatas, actividades de ocio, tareas domésticas, juegos, deportes, entre otros, realizados en actividades diarias ya sea en familia o comunidades con la finalidad de mejorar las diferentes funciones de nuestro cuerpo como: respiración, circulación, muscular, salud ósea, además de reducir riesgos depresivos, deterioro de la memoria.

Por ello la OMS25 sugiere que las personas mayores a partir de los 65 realicen 150 minutos a la semana en hacer ciertos ejercicios físicos moderados o actividades aeróbicas durante 75 minutos en sesiones de 10 minutos.

c. Nutrición

La nutrición es la ingesta de cualquier alimento según el criterio de la persona y se encuentra relacionada con las necesidades de dieta que el cuerpo requiere, una nutrición saludable (consumo de alimentos suficiente y equilibrado en relación con la actividad física) es primordial para llevar y gozar de buena salud; en cambio una nutrición no saludable traerá consecuencias como reducción de la inmunidad, aumento de las enfermedades, descompone el desarrollo mental y físico de la persona. ²⁶

Un estado de nutrición alterado es una causa de peligro que se encuentra asociado con un sinnúmero de afecciones crónicas además de acelerar el deterioro de las enfermedades agudas, se tiene el conocimiento que en los adultos mayores hay una correlación entre salud y enfermedad, donde los más frecuentes en enfermar son los adultos mayores que se encuentran en un estado de desnutrición y descuido.

La nutrición del adulto mayor debe de estar equilibrada y variada, así como debe de ser de fácil preparación, debe de incitar el apetito, de fácil masticación y digestión. Por lo tanto, es sumamente importante ingerir alimentos variados que contengan proteínas, carbohidratos, vitaminas y minerales e incluir alimentos ricos en fibras.²⁷

d. Auto actualización De acuerdo con Maslow²⁸ en su Teoría de la Personalidad en Psicología, señala que, la auto actualización de una persona se encuentra comprendido por una serie de continuos deseos de lograr cubrir potenciales de "ser todo lo que pueda ser", donde se busca lograr ser el ser más completo.

Al lograr llegar a la satisfacción completa de uno mismo, se logra obtener un real sentido a la vida, una de las particularidades de esta necesidad es que algunas personas no llegan a completar o cumplir por completo esta necesidad humana básica: estas personas sienten una necesidad importante de completarla para así poder llevar una vida plena de bienestar, felicidad y armonía con uno mismo.²⁹

e.

Soporte Interpersonal Definido como un proceso que implica el usar medios comunicativos con el fin de sentir una sensación de cercanía, importancia, escucha y valoración en un grupo de personas, esto involucra reciprocidad de ideas y sentimientos por medio de la comunicación verbal y no verbal.³⁰

f. Manejo del estrés Con relación al estrés, la OMS³¹, la define como un conjunto de respuestas fisiológicas que muestra el organismo como respuestas a esas acciones, en otras palabras, es un sistema biológico que alerta y es primordial para la vida de la persona.

Los autores Cazabat y Costa³² definen al término estrés como "procesos fisiológicos y psicológicos que se generan cuando existe altas demandas del entorno sobre las capacidades que percibe una persona para poder llegar a satisfacer.

Desde el punto de vista general, el descanso y el sueño son unas de las necesidades básicas del ser humano para el mantenimiento de una buena salud y bienestar, quiere decir que si estas necesidades no se cumplen en este caso el adulto mayor comienza a elevar su estado de irritabilidad. ³³

Clasificación de los Estilos de Vida

a.

Estilo de vida saludable: Son los hábitos que tiene una persona durante el trayecto de su día a día que impulsa a mantener el cuerpo más sano y menos limitado ante diversas funciones; para ello se debe tener en cuenta dos principales actividades: alimentación saludable y ejercicios físicos.³⁴

Este término hace semejanza a una estrategia social de forma global que se encuentra incluida en la promoción de la salud encontrándose encaminada ante situaciones de prevención de enfermedades generada a partir de la declaración que establece la OMS de mejorar factores de riesgos en la vida de las personas.³⁵

Al hablar de estilo de vida según la guía de entornos y estilos de vida saludables hace referencia a aquella persona que mantiene un equilibrio y armonía en su alimentación, actividades, vida sexual, manejo del estrés, inteligencia emocional, recreación, descanso, higiene, buena relación interpersonal, entre otros, y debe encontrarse relacionado con el entorno que lo rodea; para llegar a ello se debe evitar cualquier tipo de excesos durante su vida diaria.³⁶

b. Estilo de vida no saludable:

Un estilo de vida no saludable es aquel que se encuentra influenciado por varias condiciones sociales, culturas, económicas y psicológicas a lo largo de los años, esto se logra apreciar con más precisión cuando el estado de salud declina y a su vez se ve afectado su ritmo de vida, por ello está considerado como un estilo de vida no saludable porque va afectar directamente el bienestar del adulto mayor. ³⁷

Marco Legal

para fomentar Estilos de Vida Saludable

Todo ello se podría manejar de forma directa por los profesionales de la salud, por ello a través de la Ley de las personas adultas mayores N°28803 aprobada en el año 2016 donde, busca promover en las personas maduras mayores a inscribirse y participar en sus programas que poseen estos centros, con el objetivo de desarrollar lazos de conocimientos y amistades, lograr identificar problemas individuales o familiares y brindar apoyo, combatir problemas de salud, participar en talleres de autoestima, salud física y mental, prevención de enfermedades crónicas, implementación de talleres y desarrollo de habilidades y realizar prácticas recreativas, todo ello posee la finalidad que el adulto mayor obtenga y mantenga una vida saludable digna para su edad.³⁸

II.b.4 TEORÍA DE ENFERMERÍA

Modelo de la Promoción de la Salud Pender³⁹ a través de su modelo plantea que fomentar un estado de salud óptimo en las personas es un objetivo que se deberá proponer ante acciones preventivas, ello se estableció como algo novedoso, pues se reconocieron factores que influyeron en las decisiones y acciones acordadas para prevenir enfermedades.

En este estudio se incluyó esta teoría porque a través de este modelo de salud enseña que, para que un individuo logre tener una vida saludable debe realizar medidas de prevención ante posibles enfermedades. En el adulto mayor con Hipertensión Arterial se busca identificar con anterioridad posibles complicaciones para la creación de sugerencias de prevención, mejorando así el cuidar de su salud³⁹.

En este modelo en el individuo se identifican diversos factores cognitivos-perceptuales conocidos como algunas creencias, pensamientos e ideas que poseen los individuos en cuanto a salud que conducen a ciertas acciones específicas, que se enlazan con las decisiones a tomar a favor de la salud fundamentándose en los conocimientos de cómo cuidarse y tener una vida sana.³⁹

Metaparadigmas: • Salud: Es una fase mayormente positiva, en el cual el concepto salud es más importante que el resto de los enunciados.

• Persona: Ser humano núcleo de esta teoría, el individuo se encuentra definido como un ser único debido a su patrón cognitivo-perceptual.

• Entorno: Aún no descrito, se simboliza la correlación cognitivo-perceptual de comportamientos organizadores de salud.

• Enfermera: Primordial empleador que se encuentra delegado de generar que las personas conserven su salud individual. ⁴⁰

Supuestos teóricos

Los supuestos reflejan el punto de vista de la ciencia conductual y resaltan el rol activo de la persona usuaria al manejar los comportamientos de salud cambiando el ambiente del entorno. Por ello Pender en su libro "Health Promotion In Nursing Practice" exhibe los primordiales supuestos del modelo de su teoría:

a)

Los individuos buscan establecer situaciones de vida a través de los cuales logren manifestar su propia capacidad sobre salud humana.

b) Los individuos presentan la condición de tener una autoconciencia reflexiva, en donde se encuentra incluido el reconocimiento de sus propias competencias.

c) Las personas buscan regularizar de manera activa sus propias conductas.

d) Los individuos mantienen una interacción constante con su entorno considerando todas sus complejidades biopsicosociales modificando paulatinamente su entorno. 41

II.c. Hipótesis

El presente estudio es descriptivo de acuerdo con Hernández⁴² no requieren hipótesis pues solo tratan de evidenciar una realidad sin ejercer manipulación en los hechos descrito, por tal motivo no presentan hipótesis.

II.d. Variable

V1: Estilos de vida de los adultos mayores con hipertensión arterial.

II.e. Definición de conceptos operacionales

- Estilos de vida: Forma de vida o comportamiento que han adoptado los adultos mayores a lo largo de su tiempo y que presenta un impacto en su salud pudiendo alterar su bienestar, pueden ser saludables o no.

- Adulto mayor: Toda persona varón o mujer

que se encuentren con una edad mayor o igual a 60 años.

- Hipertensión Arterial: Es un trastorno frecuente en el adulto mayor, donde los valores de encuentran su valores de presión arterial diastólica por encima de 90 mmHg sistólica mayor a 140mmhg.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

III.a. Tipo de investigación:

De acuerdo con Hernández⁴²

la investigación tiene un enfoque cuantitativo debido a que la variable fue medida en términos numéricos, se utilizó el método de investigación descriptivo porque se detalló la variable de estudio tal y

se encontró al momento de la recolección de los datos sin realizar ninguna intervención, además fue de corte transversal debido a que

77%

MATCHING BLOCK 15/69

SA Tesis Carmen Palomino_06_08_22.docx (D142862479)

se estudió la variable en un determinado tiempo por la investigadora. III.b. Área de estudio: El estudio de investigación se

llevó a cabo en el Hospital Nacional Arzobispo Loayza, el cual se encuentra ubicado en el distrito del Cercado de Lima en la Avenida Alfonso Ugarte 848, esta institución hospitalaria se encuentra categorizada como una institución de nivel III-E.

Se caracteriza por ser de gestión estatal que brinda atención a una población mixta, su horario de atención es de 24 horas, en sus diferentes especialidades de hospitalización y consultorios externos.

III.c Población y muestra:

Se determinó trabajar con una población de 79

adultos mayores con hipertensión arterial que acudían al consultorio de Cardiología del Hospital Nacional Arzobispo Loayza.

El tipo de muestreo que utilizó el estudio fue censal, dado que se trabajó con la totalidad de la población.

Los criterios de inclusión y exclusión considerados para la presente investigación fueron:

Criterios de inclusión - Adultos mayores de ambos sexos

que acudan al consultorio de cardiología. - Adultos mayores de 60 años a más. - Adultos mayores que deseen por voluntad propia ser participe en este estudio, previa firma del consentimiento informado. - Adultos mayores con capacidad de comunicarse y expresarse por sí mismo.

Criterios de exclusión - Adultos mayores que acudan a otros consultorios. - Adultos menores de 60 años. - Adultos mayores que presenten algún deterioro cognitivo o sensorial que impida responder el cuestionario.

III.d. Técnicas de recolección de datos

Para la recolección de datos sobre los estilos de vida de los adultos mayores con hipertensión arterial

100%

MATCHING BLOCK 16/69

SA CORNEJO RICALDI27-07-2022 corregido.docx (D142953576)

se utilizó como técnica la encuesta y como instrumento un cuestionario

denominado Perfil de Estilos de Vida (PEPS-I).

Este instrumento es de autoría de Nola Pender y su validación original se realizó en Massachusetts (EE.UU) en una población de 952 adultos, obteniendo una confiabilidad de Alfa de Cronbach 0.922 por lo cual es considerado

altamente confiable. Asimismo, la versión en español fue realizada por López, et al en la ciudad de México en el 2003 en una población de 485 de personas de la tercera edad, la confiabilidad obtenida fue de 0.93.

El Perfil de Estilos de Vida (PEPS-I) es un cuestionario que consta de 48 preguntas, que

se subdividen en

100%

MATCHING BLOCK 23/69

SA

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN LIZ VELA.docx (D141349924)

las siguientes dimensiones: - Responsabilidad de salud - Actividad física - Nutrición - Auto actualización - Soporte interpersonal - Manejo del estrés

Las respuestas están basadas en una escala de Likert, bajo el siguiente formato de respuestas: 1= nunca 2= a veces 3= frecuentemente 4= rutinariamente.

Para determinar la confiabilidad del instrumento, para este estudio se realizó una prueba piloto en 25 adultos mayores que presenten hipertensión arterial, pertenecientes al consultorio de cardiología; finalmente los resultados fueron procesados y se aplicó la fórmula de Alfa de Cronbach obteniéndose como resultado 0.805 y considerado el instrumento altamente confiable. (

84%

MATCHING BLOCK 17/69

SA

Tesis Carmen Palomino_06_08_22.docx (D142862479)

Anexo 3) III.e. Diseño de recolección de datos: Para realizar la recolección de los datos, se solicitó la autorización

al Hospital Nacional Arzobispo Loayza para lo cual se solicitó el permiso correspondiente para acceder a la evaluación de los adultos mayores con hipertensión del consultorio de cardiología, quienes constituyeron la población de estudio.

Este permiso se solicitó al médico jefe del consultorio y a su vez a la enfermera encargada del servicio, a través de una carta de presentación emitida por

100%

MATCHING BLOCK 18/69

SA

VELA (1).docx (D113689692)

la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista,

lo que facilitó la presentación de los documentos correspondientes, a las autoridades pertinentes del Hospital Nacional Arzobispo Loayza y el Servicio de Cardiología. Para la aplicación de la encuesta se realizó una visita al Hospital Nacional Arzobispo Loayza, consultorio de cardiología, durante tres días consecutivos, donde se pudo acceder a la muestra planteada

para este estudio, considerando todos los criterios de inclusión y exclusión para la selección, obteniéndose una muestra final de 79 adultos mayores.

A las unidades de análisis se les solicitó su participación en este estudio, mediante la aceptación y firma del consentimiento informado, para luego proceder

a la aplicación del cuestionario, en el caso que no sepan leer se les brindó ayuda pertinente o ante cualquier duda se les explicó de manera sencilla para su comprensión. El tiempo de llenado del cuestionario fue de 10 a 15 minutos por cada adulto mayor, al finalizar se agradeció su participación en este estudio.

Durante la recolección se cumplió con el respeto a los principios bioéticos, considerando el principio de la autonomía, donde cada adulto mayor era informado sobre su participación voluntaria y estableciendo la firma del consentimiento informado,

El principio de beneficencia se cumplió mediante el compromiso de que la información se utilizaría para beneficio de su propia salud, al mismo tiempo que se cumplía el principio de no maleficencia porque el estudio no ocasionó ningún daño en los adultos mayores. .

Finalmente, el principio de justicia aseguró que el adulto mayor fuera tratado sin ejercer ningún tipo de acción discriminatoria por su condición, credo o raza u otras circunstancias que puedan afectar su participación justa.

III.f. Procesamiento y análisis de datos

Para procesar los datos la encuesta fue inicialmente codificada y tabulada de manera electrónica con ayuda de las hojas de cálculo en Excel 2016, luego los datos fueron agrupados de acuerdo con las categorías asignadas por la investigadora, lo que permitió la estructuración de tablas y gráficos para la presentación de los resultados en porcentajes. Además, se consideró para el orden de presentación y análisis de los resultados los objetivos propuestos en la investigación.

47%

MATCHING BLOCK 19/69

SA

CORNEJO RICARDI27-07-2022 corregido.docx (D142953576)

CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS IV.a. Resultados TABLA 11 DATOS GENERALES DE ADULTOS MAYORES CON HIPERTENSIÓN ARTERIAL CONSULTORIO DE CARDIOLOGÍA, HOSPITAL NACIONAL ARZOBISPO LOAYZA SETIEMBRE 2019 DATOS GENERALES CATEGORÍAS N° % Edad 60-65 años 53 67 66-70 años 23 29 71-80 años 3 4 Sexo Femenino 41 52 Masculino 38 48

Grado de instrucción Primaria 46 58 Secundaria 18 23 Superior técnico 9 11 Superior universitario 6 8 Procedencia Costa 38 48 Sierra 29 37 Selva 12 15 Religión Católico 58 73 Evangélico 10 13 Otra 11 14

Los adultos mayores tienen en su mayoría edades entre 60 a 65 años en 67% (53), corresponden al sexo femenino con un 52% (41), grado de instrucción de nivel primaria 58% (46), proceden de la costa 48% (38) y son de religión católica 73% (58).

GRÁFICO 11 ESTILOS DE VIDA DE ADULTOS MAYORES CON HIPERTENSIÓN ARTERIAL CONSULTORIO DE CARDIOLOGÍA, HOSPITAL NACIONAL ARZOBISPO LOAYZA SETIEMBRE 2019

NO SALUDABLE SALUDABLE 0.7339999999999999 0.26600000000000001

Los adultos mayores con hipertensión arterial del consultorio de cardiología

87%

MATCHING BLOCK 20/69

SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)

tienen estilos de vida no saludables 73.4% (58) y estilos de vida saludables 26.6% (21). GRÁFICO 22 ESTILOS DE VIDA

DE ADULTOS MAYORES CON HIPERTENSIÓN ARTERIAL CONSULTORIO DE CARDIOLOGÍA, HOSPITAL NACIONAL ARZOBISPO LOAYZA SEGÚN DIMENSIÓN RESPONSABILIDAD EN SALUD SETIEMBRE 2019

NO SALUDABLE

% 0.92400000000000004 SALUDABLE

% 7.5999999999999998E-2

En la dimensión responsabilidad en salud, los adultos mayores con hipertensión arterial tienen un estilo de vida no saludables en un 92.4% (73) y un estilo de vida saludable en un 7.6% (6).

GRÁFICO 33 ESTILOS DE VIDA DE ADULTOS MAYORES CON HIPERTENSIÓN ARTERIAL CONSULTORIO DE CARDIOLOGÍA, HOSPITAL NACIONAL ARZOBISPO LOAYZA SEGÚN DIMENSIÓN ACTIVIDAD FÍSICA SETIEMBRE 2019

NO SALUDABLE

% 0.9619999999999997 SALUDABLE

% 3.799999999999999E-2

En la dimensión actividad física, los adultos mayores con hipertensión arterial tienen un estilo de vida no saludables con un 96.2% (76) y un estilo de vida saludable con un 3.8% (3).

GRÁFICO 44 ESTILOS DE VIDA DE ADULTOS MAYORES CON HIPERTENSIÓN ARTERIAL CONSULTORIO DE CARDIOLOGÍA HOSPITAL NACIONAL ARZOBISPO LOAYZA SEGÚN DIMENSIÓN NUTRICIÓN SETIEMBRE 2019

NO SALUDABLE

% 0.63300000000000001 SALUDABLE

% 0.36699999999999999

En la dimensión nutrición, los adultos mayores con hipertensión arterial tienen un estilo de vida no saludable con un 63.3% (50) y un estilo de vida saludable con un 36.7% (29).

GRÁFICO 55 ESTILOS DE VIDA DE ADULTOS MAYORES CON HIPERTENSIÓN ARTERIAL CONSULTORIO DE CARDIOLOGÍA, HOSPITAL NACIONAL ARZOBISPO LOAYZA SEGÚN DIMENSIÓN AUTO ACTUALIZACIÓN SETIEMBRE 2019

NO SALUDABLE

% 0.152 SALUDABLE

% 0.84799999999999998

En la dimensión auto actualización, los adultos mayores con hipertensión arterial tienen un estilo de vida no saludable 15.2% (12) y un estilo de vida saludable con un 84.8% (67).

GRÁFICO 66 ESTILOS DE VIDA DE ADULTOS MAYORES CON HIPERTENSIÓN ARTERIAL CONSULTORIO DE CARDIOLOGÍA, HOSPITAL NACIONAL ARZOBISPO LOAYZA SEGÚN DIMENSIÓN SOPORTE INTERPERSONAL SETIEMBRE 2019

NO SALUDABLE

% 0.51900000000000002 SALUDABLE

% 0.48099999999999998

En la dimensión soporte interpersonal, los adultos mayores con hipertensión arterial tienen un estilo de vida no saludable con un 51.9% (41) y un estilo de vida saludable con un 48.1% (38).

GRÁFICO 77 ESTILOS DE VIDA DE ADULTOS MAYORES CON HIPERTENSIÓN ARTERIAL CONSULTORIO DE CARDIOLOGÍA, HOSPITAL NACIONAL ARZOBISPO LOAYZA SEGÚN DIMENSIÓN MANEJO DEL ESTRÉS SETIEMBRE 2019

NO SALUDABLE

% 0.81 SALUDABLE

% 0.19

En a la dimensión manejo del estrés, los adultos mayores con hipertensión arterial tienen un estilo de vida no saludable con un 81% (64) y un estilo de vida saludable con un 19% (15).

IV.b. Discusión:

Los estilos de vida de los adultos mayores nos dan una representación de cómo es la forma de comportarse y cuidarse con relación a su salud, estilos puedes ser saludables o no saludables siendo este último un factor que logre promover la aparición de enfermedades que afecten aún más su salud.

En este estudio en cuanto a los datos generales de los adultos mayores con hipertensión arterial, se encontró que el mayor porcentaje tienen entre 60 a 65 años con un 67%, hallazgo que discrepa con el estudio realizado por Espinoza10,

quien

evidenció que el 31.5% de adultos mayores tuvieron entre 65 a 70 años.10 Asimismo, presenta concordancia con el estudio realizado por Puican12,

quien

obtuvo que el 43.3% de la edad de los ancianos oscilaron entre 60-69 años.¹²

La Organización Mundial de la Salud¹⁸ indica que los adultos mayores son aquellas personas que tienen entre 60 a 74 años de edad. Es decir que

los adultos mayores son un grupo altamente vulnerables y propensos a padecer complicaciones que afectan su salud, debido a que la funcionalidad de su organismo se encuentra descendiendo.

Es importante conocer sus estilos de vida, para orientar y mejorar por medio de medidas sanitarias y de apoyo de sus familiares para evitar los riesgos y complicaciones que producen mortalidad.

En este estudio se encontró que el sexo femenino fue el que predominó con un 52%, hallazgo que presenta similitud con el estudio realizado por Espinoza¹⁰,

en donde se encontró que el 65.5% de los adultos mayores fueron mujeres.¹⁰

Pero difiere de Puican¹², quien halló que el 55% fueron del sexo masculino.¹² De acuerdo a las evidencias en estudios sobre hipertensión arterial indican que los más afectados serían los varones por que son aquellos que manifiestan estilos de vida no saludables por circunstancias laborales y que son proclives al consumo de productos con alto contenido de grasa, sin embargo se conoce en la actualidad que las mujeres constituyen una fuerza laboral importante y que quizás esto puede interferir en sus estilos de vida.

Respecto al grado de instrucción en este estudio se pudo evidenciar que el 58% de los adultos mayores con hipertensión entrevistados solo tienen grado de instrucción primaria, hallazgos que presenta concordancia con el estudio realizado por Puican¹² donde obtuvo que el grado de instrucción que predominó fue el de nivel primario con un 30.8%.¹²

La posibilidad de acceso a la educación en el país es una brecha amplia que aun no se supera, con esta situación las posibilidades de acceso a la información se reducen mucho más en los adultos mayores, considerando que estamos dentro de una época de la información tecnológica y digital.

Respecto a

76%

MATCHING BLOCK 21/69

SA

PROYECTO 2022 CASTILLO SEQUERA ANA 06.05.docx
(D135826461)

los estilos de vida de los adultos mayores con hipertensión arterial consultorio de cardiología del Hospital

Nacional Arzobispo Loayza se encontró que el 73.4% tienen un estilo de vida no saludable y un 26.6% tienen un estilo de vida saludable, hallazgo que no tiene concordancia con el estudio de Can¹¹,

quien encontró que el 19% presenta un estilo de vida no saludable. De igual manera con el estudio realizado por Alderete y Gonzales¹⁴,

quienes obtuvieron entre sus hallazgos principales que los estilos de vida de los adultos mayores fueron saludables con un 56%.

Por otro lado, muestra congruencia con el estudio realizado por Puican¹²,

quien evidenció

que el 60.8% tienen un estilo de vida no saludable, de igual manera presenta una similitud con el estudio de Rosado¹³,

quien concluyó que

los estilos de vida de los adultos mayores con hipertensión arterial que acudieron al centro integral del adulto mayor Chinchá Baja fueron pocos saludables.

La OPS¹⁵ señala que los estilos de vida son una condición frecuente de vivir de una persona el cual se encuentra en relación con las características y conductas de los seres humanos. Por otro lado la OMS¹⁶ indica que

los

estilos de vida son las formas de vida de las personas, donde la persona desarrolla por medio de sus conductas individuales

encontrándose en constante interacción con los factores socioculturales y sus características.

Dentro de este marco conceptual,

los estilos de vida son maneras en las cuales los adultos mayores adoptan para mantener su propia salud, sin embargo estas maneras pueden estar influenciadas de manera negativa o positiva según las condiciones sociales en las que viven.

De esta manera estos estilos de vida de los adultos mayores no saludables pueden influenciar de manera importante en la presencia de complicaciones que pueden conducir a discapacidad o la muerte.

Respecto a la dimensión responsabilidad en salud, en este estudio se encontró que los adultos mayores con hipertensión arterial tienen un estilo de vida no saludable con un 92.4% y un estilo de vida saludable con un 7.6%, hallazgo que se asemeja con el estudio realizado por Puican¹²,

quien evidenció

que en la dimensión responsabilidad en salud el 70% tienen estilos de vida no saludables.

Además presenta similitud con el estudio de Rosado¹³,

quien identificó

que el 56% tienen estilos de vida pocos saludables en relación al control de salud.¹³ Asimismo, presenta discrepancia con el estudio realizado por Alderete y Gonzales¹⁴,

quienes hallaron

que los estilos de vida de los adultos mayores son saludables los cuales son favorables para su estado de salud.

La responsabilidad en salud se encuentra definida como la capacidad que desempeña una persona libremente para cuidar de mejor manera su salud siendo estas influenciadas por la propia capacidad y situación de la persona²².

Los adultos mayores están en la posibilidad de decidir de manera correcta sobre sus vidas, sin embargo los comportamientos repetidos adoptados durante la etapa adulta son difíciles de modificar porque están instalados de manera permanente e influenciados por diferentes patrones sociales y culturales.

Además

es importante conocer sobre los estilos de vida que llevan los adultos mayores debido a tener una edad avanzada se encuentran muchos de ellos bajo la responsabilidad de algún familiar, en este contexto el profesional de enfermería tiene

el compromiso de acceder a

información frente a temas como el bienestar, hábitos, medidas que tienen frente a su enfermedad, entre otros para así poder realizar intervenciones educativas, que le permitan orientar y favorecer el acceso a servicios de salud que faciliten el control de la situación de salud de los adultos mayores.

En relación a la dimensión actividad física en este estudio se encontró que en los adultos mayores con hipertensión arterial un 96.2% tienen un estilo de vida no saludable y un 3.8% un estilo de vida saludable, hallazgo que concuerda con el estudio realizado por Can11 quien halló

que las personas mayores tienen una baja actividad física. De igual manera presenta similitud con el estudio realizado por Puican¹², quien encontró

que en relación a la dimensión ejercicio, el 94.2% tienen estilos de vida no saludables.

Así mismo con el estudio realizado por Rosado¹³,

quien

evidenció que en relación con la actividad física el 40% de los pacientes presentan un estilo de vida poco saludable.

Respecto a este

la OMS²⁵ indica que los adultos mayores deben de realizar 150 minutos a la semana actividad física moderada o actividad aeróbica de 75 minutos distribuidas en 10 sesiones. La actividad física en los adultos mayores comprende el movimiento pasivo del cuerpo humano que son realizados en actividades de menor esfuerzo físico generando un gasto de energía necesario para mantener la actividad de los músculos, por ello el personal de enfermería tiene la función de educar a la familia y al adulto mayor sobre las complicaciones (obesidad, hipertensión, diabetes, otros) que trae la inactividad física.

Así mismo sugerir actividades como caminatas, actividades de ocio, yoga, natación,

entre otras y de acceso a los adultos mayores,

teniendo como objetivo principal generar un estilo de vida saludable en el adulto mayor,

que le ofrezca bienestar físico y emocional.

Respecto a la dimensión nutrición, en este estudio se encontró que los adultos mayores con hipertensión arterial tienen un estilo de vida no saludable en un 63.3% y un estilo de vida saludable con un 36.7%, hallazgo que se asemeja con el estudio realizado por Can11 encontró que el 19% de las personas mayores tienen un mal hábito alimenticio (alimentos en grasas, poco consumo de frutas y verduras además de alta ingesta de sal).

Además con el estudio de Puican¹²,

quien halló en

la dimensión nutricional el 59.2% tiene un estilo de vida no saludable, de igual manera con el estudio realizado por Rosado¹³,

quien encontró hábitos alimenticios el 70% tuvieron un estilo de vida poco saludable. Sin embargo; no es congruente con el estudio realizado por Alderete y Gonzales¹⁴, quienes encontraron

que en la dimensión nutrición el 56% tuvo un estilo de vida saludable. ¹⁴

La nutrición es la ingesta de alimentos que requiere el organismo de cada persona relacionada a su necesidad, una nutrición saludable (consumo de alimento suficiente y equilibrado en relación con la actividad física) es fundamental para el mantenimiento de la salud, por el contrario, una alimentación no saludable traerá como consecuencias una baja inmunidad además de enfermedades como osteoporosis, diabetes, obesidad, hipertensión arterial y enfermedades al corazón.²⁶

La alimentación en el adulto mayor debe ser supervisada y orientada por un profesional de salud, debido a la medida que el cuerpo envejece necesita de mayor ingesta de proteína y menos calorías por el cambio de su vida cotidiana y la disminución de actividad física, por lo mencionado el profesional de enfermería con la cooperación de un nutricionista orientará a mejorar su estilo de alimentación con ayuda de folletos, demostraciones etc, que logre este cambio para mantener un estilo de vida saludable con cooperación de su familiar responsable.

En relación a la dimensión auto actualización, en este estudio se encontró que los adultos mayores con hipertensión arterial tienen un estilo de vida no saludable 15.2% y un estilo de vida saludable con un 84.8%, hallazgo que presenta concordancia con el estudio realizado por Puican¹²,

evidenció que en la dimensión auto realización el 60% tiene un estilo de vida saludable y el 40% no saludable.

La auto actualización según Maslow²⁸ se encuentra comprendido en una serie de deseos que tiene la persona para satisfacer sus necesidades con la finalidad de encontrarse completo.

Es

decir si la persona llega a sentir plenitud, logra tener un sentido a la vida logrando llevar una vida plena con bienestar, felicidad y armonía con sí mismo.²⁹

Precisamente es la finalidad que busca el profesional de Enfermería, motivar a los adultos mayores hacia la búsqueda de acciones que mejoren su calidad de vida y que disminuyan las complicaciones de su enfermedad, esto se logrará con el apoyo de su familia y el compromiso del mismo adulto mayor con su salud.

En la dimensión soporte interpersonal, en este estudio se evidenció que los adultos mayores con hipertensión arterial tienen un estilo de vida no saludable en un 51.9% y un estilo de vida saludable con un 48.1%, hallazgo que discrepa con el estudio realizado por Puican¹², quien encontró que en la dimensión apoyo interpersonal el 54.2% tienen un estilo de vida saludable.

El soporte interpersonal se define como el proceso que implica usar medios comunicativos con el afán de sentir una sensación de cercanía, escucha y valoración en un grupo de personas, en el cual se involucra la comunicación verbal y no verbal.³⁰

En diversas ocasiones se aprecia en la sociedad que algunas personas o familiares aíslan a los adultos mayores, por considerar que son una carga familiar, por ello cortan la comunicación hacia ellos, situación que afecta directamente hacia la salud del adulto mayor, no solo a nivel físico sino también emocional. El aislamiento para el adulto mayor es sumamente doloroso, pues sienten que nadie los escucha, no los quiere, produciendo sentimiento de infelicidad, por eso caen rápidamente en una depresión afectando aún más su calidad de vida.

Por ello el profesional de Enfermería a través de sus intervenciones puede buscar fortalecer los vínculos familiares, trabajando de la mano con el cuidador o familiar asuntos que mejoren la calidad de vida del adulto mayor, esto se da a través del trabajo en equipo como las actividades de ocio, asistencia a sus controles, medidas de alimentación saludable que debe llevar, manejo del estrés, sesiones educativas, etc que fortalezcan así más sus vínculos familiares.

Respecto a la dimensión manejo del estrés, se encontró que los adultos mayores con hipertensión arterial el 81% tiene un estilo de vida no saludable y un 19% no saludable, hallazgo que concuerda con el estudio realizado por Puican¹², quien obtuvo que en la dimensión manejo del estrés el 90% presentó un estilo de vida no saludable y el 10% saludable.

Por otro lado, discrepa con el estudio realizado por Rosado¹³, quien encontró que en la dimensión afrontamiento al estrés fue saludable en un 64%.¹³

La OMS³¹ define al estrés como las respuestas fisiológicas que muestra el organismo en respuesta, quiere decir que es un sistema biológico que alerta, siendo este primordial para la vida de la persona. El descanso y el sueño son unas de las necesidades básicas del ser humano para el mantenimiento de una buena salud y bienestar, si estas necesidades no se cumplen correctamente en el adulto mayor se eleva el estado de irritabilidad.³³

El adulto mayor al pasar de los años puede presentar estrés por distintos motivos, por ejemplo el fallecimiento del conyugue, la jubilación, el padecer una enfermedad, o el temor a la muerte; así mismo el sueño se ve afectado pues disminuye por diversos factores, todo ello genera problemas en la salud, por ello el profesional de Enfermería deberá organizar actividades para disminuir estas situaciones y mejorar la salud del adulto mayor, para que disminuyan sintomatologías como los dolores de cabeza, llanto, nerviosismo o intranquilidad.

También pueden proponerse actividades como escuchar música, realizar actividad física, leer o juegos de mesa, entre otras; considerando que el estrés puede generar un incremento de la presión arterial, producir también depresión y elevación de la glucosa.

Respecto al estilo de vida planteado por Pender en el año 1996 se tiene que los estilos de vida sufren cambios debido a los cambios de conducta social, económico, cultural e incluso por aspectos psicológicos, los cuales repercuten en la salud, es decir basándose su teoría en que la conducta del ser humano depende de factores internos propios de la persona, familia y su entorno, así como de factores externos como experiencias contadas por otros, los dos suman a tener cambios favorables o desfavorables hacia una persona.¹²

El rol del profesional de Enfermería es considerar todos los aspectos relevantes a la salud del adulto mayor, desde el enfoque de la promoción de la salud generar intervenciones coherentes y pertinentes para promover cambios en los estilos de vida que disminuyan los riesgos de las complicaciones que provoca la hipertensión arterial. Además de establecer un trabajo de enfoque de apoyo familiar que ofrezca el soporte necesario al adulto mayor.

100%

MATCHING BLOCK 22/69

SA

TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES V.a. Conclusiones • Los estilos de vida de los

adultos mayores con hipertensión arterial que asisten al consultorio de cardiología, Hospital Nacional Arzobispo Loayza son no saludables.

- Los estilos de vida de los adultos mayores con hipertensión arterial según dimensión responsabilidad en salud son no saludables.
- Los estilos de vida de los adultos mayores con hipertensión arterial según dimensión actividad física son no saludables.
- Los estilos de vida de los adultos mayores con hipertensión arterial según dimensión nutrición son no saludables.
- Los estilos de vida de los adultos mayores con hipertensión arterial según dimensión auto actualización son no saludables.
- Los estilos de vida de los adultos mayores con hipertensión arterial según dimensión soporte interpersonal son no saludables.
- Los estilos de vida de los adultos mayores con hipertensión arterial según dimensión manejo del estrés son no saludables. V.b.

Recomendaciones:

- A la jefatura de Enfermería del Hospital Nacional Arzobispo Loayza, por ser la líder del grupo de enfermeras que promueva la organización de actividades de promoción de

estilos de vida saludables en los adultos mayores a través de las campañas de salud, talleres y consejerías para lograr mejorar su calidad de vida.

- A los profesionales de Enfermería realizar sesiones educativas de promoción de la salud acerca de la hipertensión arterial con técnicas participativas (talleres, foros) que incluyan a los familiares con la finalidad de sensibilizar al adulto mayor sobre las consecuencias de llevar estilo de vida no saludables.
- A los profesionales del primer nivel de atención de Enfermería reforzar en la familia y al adulto mayor acerca de la importancia de un buen control de presión arterial, la continuidad de asistencia a sus controles y el cumplimiento adecuado de su tratamiento para así evitar futuras complicaciones en la salud del adulto mayor.

Realizar investigaciones en adultos mayores con problemas crónicos pero que incluyan la indagación sobre el entorno familiar para poder promover acciones con enfoque holístico.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Envejecimiento y ciclo de vida. Washington: servicio de publicaciones de la OMS; 2018. [Home page]. [Actualizada 14 ago 2015; acceso 15 de agosto del 2017]. Disponible en: <https://www.who.int/ageing/about/facts/es/> 2. Ministerio de Salud. [home page] Hipertensión. 2017; [Actualizada 12 jul 2015; acceso 19 de agosto del 2017]. Disponible en: <https://www.minsa.gob.pe/Especial/2017/hipertension/index.asp> 3. Organización Panamericana de la Salud, Organización Mundial de la Salud. Uno de cada cuatro peruanos mayores de 40 años padece de hipertensión arterial. Washington: servicio de publicaciones de la OMS; 2017. [home page]. 2017 [Actualizada 14 ago 2015; acceso 15 de agosto del 2017].

100%

MATCHING BLOCK 24/69

SA

Tesis_Gina Huaman_09_07_22.docx (D141901456)

Disponible en: https://www.paho.org/per/index.php?option=com_content&view=article&id=2065:

uno-cada-cuatro-peruanos-mayores-40-anos-padece-hipertension-arterial&Itemid=900 4. Organización Panamericana de la Salud, Organización Mundial de la Salud. Estado de salud de la población. Washington: servicio de publicaciones de la OMS; 2016. [home page] 2016 [Actualizada 2015; acceso 19 de agosto del 2017]. Disponible en: https://www.paho.org/salud-en-las-americas-2017/%3Fpost_t_es%3Dsalud-del-adulto-mayor%26lang%3Des 5. Organización Panamericana de la Salud, Organización Mundial de la Salud. Día Mundial de la Hipertensión 2017: conoce tus números. Washington: servicio de publicaciones de la OMS; 2017. [Home page]. [Actualizada 14 ago 2015; acceso 20 de agosto del 2017].

100%

MATCHING BLOCK 28/69

SA

Tesis_Gina Huaman_09_07_22.docx (D141901456)

Disponible en: https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=13257:

dia-mundial-de-la-hipertension-2017-conoce-tus-numeros&Itemid=42345&lang=

100%

MATCHING BLOCK 25/69

SA

TESIS PERCEPCION DEL PROCESO DE ENVEJECIMIENTO ... (D113016429)

es 6. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Situación de la población adulta mayor [Internet]

Minsa: 2019; [acceso 20 de noviembre del 2019].

100%

MATCHING BLOCK 26/69

SA

TESIS PERCEPCION DEL PROCESO DE ENVEJECIMIENTO ... (D113016429)

Disponible en: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/03-informe-tecnico-n03_adulto-abr-may-jun2019.pdf 7.

100%

MATCHING BLOCK 27/69

SA

TESIS PERCEPCION DEL PROCESO DE ENVEJECIMIENTO ... (D113016429)

Instituto Nacional de Estadística e Informática. Situación de la población adulta mayor, 2016 [Internet]

MINSa: 2016; [Acceso 20 de agosto

100%

MATCHING BLOCK 30/69

SA

Avance de Tesis Final Cristian Yauri Arcos_18_ ... (D128313500)

del 2017] Disponible en: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1459/

libro.pdf 8.

Ministerio de Salud. Hipertensión [Home page] 2017; [Acceso 20 de agosto del 2017]. Disponible en: <https://www.minsa.gob.pe/Especial/2017/hipertension/index.asp> 9. Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables, Ministerio de Salud [Internet]. 2014: 1-49. [acceso 23 de nov del 2019]. Disponible en: https://www.mimp.gob.pe/adultomayor/archivos/Informe2014_1.pdf 10. Espinoza C.

100%

MATCHING BLOCK 29/69

W

Hipertensión arterial y factores asociados en adultos mayores de la parroquia de Baños Cuenca.

Rev.hipertension.com.[Internet] 2018; [acceso 5 nov 2019] 13(4): 1-4. Disponible en: www.revhipertension.com/rlh_4_2018/7_hipertension_arterial_factores_asociados.pdf 11. Can A, Sarabia B.

100%

MATCHING BLOCK 34/69

W

Prevalencia de hipertensión arterial en las personas mayores de la ciudad de San Francisco de Campeche. Dialnet. [

Internet] 2016; [acceso 20 nov 2019] 5(10): 1-10. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5771287> 12.

100%

MATCHING BLOCK 31/69

SA

PROYECTO 2022 CASTILLO SEQUERA ANA 06.05.docx (D135826461)

Puican M. Estilos de vida en pacientes ancianos con hipertensión arterial atendidos en el Centro de Salud de surco, 2019. [Tesis de Licenciatura]. Lima: Universidad Privada Norbert

Wiener; 2019. 13. Rosado S. Estilos de vida en pacientes con hipertensión arterial que acuden al Centro Integral del Adulto Mayor Chinchabaja Enero 2018. [Tesis de Licenciatura]. Lima: Universidad Privada San Juan Bautista; 2019. 14. Alderete K, Gonzales S. Estilos de vida de los adultos mayores hipertensos del Centro Integral del Adulto Mayor de la municipalidad provincial de Chupaca 2017. [Tesis de Licenciatura]. Huancayo: Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt; 2017. 15. Organización Mundial de la Salud. Carta de Ottawa para la promoción de la salud [Internet]. 2000; [Acceso 20 de noviembre del 2019]. Disponible en: <http://www1.paho.org/spanish/hpp/ottawachartersp.pdf> 16. Universidad de Sevilla. Estilos de vida y promoción de la salud: material didáctico [Internet]. 2011; [acceso 20 de agosto del 2017]. Disponible en: <http://grupo.us.es/estudiohbsc/images/pdf/formacion/tema2.pdf> 17. Universidad de San Carlos de Guatemala. Estilos de vida [Internet]. 2012; [acceso 20 de agosto del 2017]. Disponible en: <https://saludpublica1.files.wordpress.com/2012/08/estilos-de-vida-2012.pdf> 18. Universidad de las Américas Puebla. Capítulo 1: el adulto mayor [Internet]. 2004; [acceso 5 de noviembre del 2019]. Disponible en: http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lar/dionne_e_mf/capitulo1.pdf 19. Sanitas.es. Hipertensión arterial en personas mayores. [Home page]. [Actualizada 12 may 2016; acceso 5 noviembre del 2019]. Disponible en: <https://www.sanitas.es/sanitas/seguros/es/particulares/biblioteca-de-salud/tercera-edad/control-patologias-cronicas/hipertension-arterial.html> 20. Berreta J, Kociak D. Hipertensión arterial en adultos mayores: tratamiento según comorbilidades y daño de órganos. Rev. Arg. de Gerontología. [Internet] 2017; [Acceso 5 de noviembre del 2019]. 31(2):52-29. Disponible en: <http://www.sagg.org.ar/wp/wp-content/uploads/2017/08/RAGG-08-2017-52-59.pdf> 21. Organización Mundial de la Salud. Preguntas y respuestas sobre la hipertensión. Washington: servicio de publicaciones de la OMS; 2015. [Home page]. 2015 [Actualizada 14 may 2015; acceso 25 de ago del 2017]. Disponible en: <https://www.who.int/features/qa/82/es/> 22. Fundación vivo sano. Paciente, terapeuta y responsabilidad en la salud. [Home page]. [Actualizada 2 jun 2015; acceso 28 de ago del 2017]. Disponible en: <https://www.vivosano.org/paciente-terapeuta-responsabilidad-la-salud/> 23. Briones E. Ejercicios físicos en la prevención de hipertensión arterial. Medisan. [Internet] 2016; [Acceso 3 de setiembre del 2017]. 20(1) 35.

100%

MATCHING BLOCK 32/69

SA

TESIS VEGA DE PAZ LUCERO JAZMIN.docx (D142639158)

Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/san/v20n1/san06201.pdf> 24.

Organización Mundial de la Salud. Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. Washington: servicio de publicaciones de la OMS. [home page]. 2016 [Actualizada 12 may 2015; acceso 3 de setiembre del 2017]. Disponible en: <https://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es/> 25. Organización Mundial de la Salud. La actividad física en los adultos mayores. Washington: servicio de publicaciones de la OMS. [Home page]. 2017 [Actualizada 12 may 2015; acceso 4 de setiembre del 2017]. Disponible en: https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_olderadults/es/ 26. Organización Mundial de la Salud. Nutrición. Washington: servicio de publicaciones de la OMS. [Home page]. [Acceso 4 de setiembre del 2017]. Disponible en: <https://www.who.int/topics/nutrition/es/> 27. Gobierno de Chile, Servicio Nacional del Consumidor. Recomendaciones para una alimentación saludable: alimentación del adulto mayor [Home page]. 2012; 1-27. [Acceso 4 de setiembre del 2017]. Disponible en: <https://fiapam.org/wp-content/uploads/2012/10/Nutricion-y-Cuidados-del-Adulto-Mayor.pdf> 28.

Torrades S. Estrés y burn out. Definición y prevención. Elsevier.es.[Internet] 2007; [

83%

MATCHING BLOCK 33/69

SA

TESIS - CESAR RODRIGO GONZALES GUERRERO (1).docx (D136386449)

Acceso 6 de setiembre del 2017]. 26(10):104- 107. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo->

estres-burn-out-definicion-prevencion-13112896 29. Ministerio de Salud, Gobierno de el Salvador. Manejo del estrés: talento humano en salud [Home page]. 2016 [Acceso 6 de setiembre del 2017]. Disponible en:

https://www.salud.gob.sv/archivos/pdf/seguridad_ocupacional_2016_presentaciones/presentacion09082016/MANEJO-DEL-ESTRES-TALENTO-HUMANO-EN-SALUD.pdf 30. Galán S, Camacho E. Estrés. Researchgate.net. [Internet] 2012; [Acceso 7 de setiembre del 2017]. 181-189. Disponible en:

https://www.researchgate.net/profile/Arnoldo_Tellez/publication/284722238_Estres_y_cancer/links/57dad9a108aeea1959329c7d/Estres-y-cancer.pdf 31. Narciso R. Estilo de vida saludable. Asafasalud.es. [Home page]. [Acceso 7 de setiembre del 2017]. Disponible en:

<https://www.asefasalud.es/servicios/consejos-saludables/102-estilo-de-vida-saludable> 32. Gobierno del Salvador. Que son los estilos de vida saludable [Home page]. 2016; [Acceso 7 de setiembre del 2017]. Disponible en:

https://www.salud.gob.sv/archivos/pdf/telesalud_2016_presentaciones/presentaciones12072016/ESTILOS-DE-VIDA-SALUDABLE.pdf 33. Organización Panamericana de Salud, Organización Mundial de la Salud,

71%

MATCHING BLOCK 35/69

W

Alcaldía municipal del municipio de Yamarangüila Departamento de Intubucá. Guía de entornos y estilos de vida saludables en comunidades indígenas lenca [

Home page. 2016; 1-83. [Acceso 8 de setiembre del 2017]. Disponible en:

<http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/34580/vidasaludable2016-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y> 34. Abando

80%

MATCHING BLOCK 36/69

SA

TESIS CÉSAR RODRIGO GONZALES GUERRERO.docx (D141431491)

B. Estilos de vida de los estudiantes de enfermería escuela profesional de enfermería Universidad Privada San Juan Bautista Chorrillos

Junio 2017 [Tesis de Licenciatura]. Lima: Universidad Privada San Juan Bautista; 2017. 35. Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. Ley 28803 Ley de las personas adultas mayores [Home page]. 2016;1-6. [Acceso 7 de setiembre del 2017]. Disponible en: https://www.mimp.gob.pe/files/direcciones/dgfc/diapam/Ley_28803_Ley_del_Adulto_Mayor.pdf 36.

Da Silva CY. Ser cuidador: estrategias para el cuidado del adulto mayor. Ciudad de México, Editorial El Manual Moderno; 2019.

Disponible en: <https://elibro.net/es/lc/upsjb/titulos/131268> 37. Instituto Deusto de Drogodependencias (II.)Desarrollo comunitario, salud y calidad de vida. Publicaciones de la Universidad de Deusto.: 2019. Disponible en: <https://elibro.net/es/lc/upsjb/titulos/164719>.

38. Carrasquilla D, Oviedo H. Trayectorias históricas de la enfermería: elementos para una arqueología del cuidado. Fondo Editorial Universidad Cooperativa de Colombia: 2019. Disponible en: <https://elibro.net/es/lc/upsjb/titulos/131470> 39.

Cea J, Jara P, Henríquez J, Osorio V. Modelo de promoción de salud [Internet]. 2003; [Acceso 7 de setiembre del 2017]: 1 – 16.

Disponible en: <https://es.slideshare.net/joselynvivianaceasoban/nola-pender-22510117> 40. Sandoval S. Modelo de promoción de la salud- teoría de Nola J. [Internet]. 2012; [Acceso 7 de setiembre del 2017]. 1-19. Disponible en:

https://es.slideshare.net/selene_sandoval/teora-de-nola-j 41. Sakraida T. Modelo de promoción de la salud- Nola J. Pender.

Docplayer.es. [Internet] 2011; . [Acceso 8 de setiembre de 2017]. 21:1-20Disponible en: <https://docplayer.es/68216344-N-ola-j-pender-1941-presente.html> 42.

91%

MATCHING BLOCK 37/69

SA

TESIS_PUCLLAS PEREZ KATIA (1).docx (D142330747)

Hernández R. Metodología de la Investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. México:

Mc Graw Hill; 2018.

BIBLIOGRAFÍA

-

96%

MATCHING BLOCK 43/69

SA

SANTUR MENDOZA THANIA TESIS FINAL 10-06.docx (D139973409)

Carrasco S. Metodología de la Investigación Científica: Pautas metodológicas para diseñar y elaborar el proyecto de investigación. 2

da. Ed. Lima: Editorial San Marcos; 2017.

-

Fernández MA. Cómo iniciarse en la investigación académica: una guía práctica. Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú, Fondo Editorial; 2017.

-

91%

MATCHING BLOCK 38/69

SA TESIS_PUCLLAS PEREZ KATIA (1).docx (D142330747)

Hernández R. Metodología de la Investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. México:

Mc Graw
Hill; 2018.
Anexos

84%

MATCHING BLOCK 39/69

SA TESIS - CESAR RODRIGO GONZALES GUERRERO (1).docx (D136386449)

Anexo 11 Operacionalización de variables VARIABLE DEFINICIÓN CONCEPTUAL DEFINICIÓN OPERACIONAL DIMENSIONES INDICADORES VALOR Estilos de vida

de adultos mayores con hipertensión Condición frecuente de vivir, el cual se encuentra en una relación de circunstancias de vida y características personales de comportamientos y/o conductas del ser humano; además existen factores socioculturales que influyen afectando su propio equilibrio. Forma de vida que han adoptado los adultos mayores a lo largo del tiempo y que presenta un impacto en su situación de salud alterando así su bienestar, donde a través de

96%

MATCHING BLOCK 40/69

SA VELA (1).docx (D113689692)

la dimensión responsabilidad en salud, actividad física, nutrición, auto actualización, soporte interpersonal, manejo del estrés

que serán medidas por un instrumento cuyo valor final es saludable o no saludable. • Responsabilidad en salud • Consulta médica

• • Exámenes de laboratorio SALUDABLES

NO SALUDABLES

•

81%

MATCHING BLOCK 41/69

SA PROYECTO DE INVESTIGACIÓN LIZ VELA.docx (D141349924)

Interés por la salud • • • Asistencia a programas preventivos • Actividad física • Frecuencia • • Duración • • Asistencia a programas de ejercicios • •

Control del pulso •

•

100%

MATCHING BLOCK 42/69

SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)

Nutrición • Frecuencia • • Consumo de alimentos • • Calidad de alimentos • • Auto actualización • Autoconocimiento • • Autoestima • • Proyecto de vida • • Soporte interpersonal • Compartir las preocupaciones • • • Expresión de afecto • • • • Manejo del estrés • Espacios para la relajación • • Identificación de estresores • . Anexo 22

INSTRUMENTO

Cuestionario de Perfil de Estilos de Vida (PEPS - 1)

Presentación: Buenos días, soy Ruth Rocha Paucarpura, estudiante de Enfermería de la universidad San Juan Bautista, en esta oportunidad estoy elaborando este trabajo investigativo, el cual solicito su participación, los datos obtenidos en esta encuesta serán de mucha importancia para esta investigación, muchas gracias.

I. DATOS GENERALES:

1.

Edad: _____

2. Sexo:

a. Femenino () b.

Masculino()

3.

88%

MATCHING BLOCK 55/69

SA MELISSA TOTOCAYO TESIS PARA ANTIPLAGIO.docx (D144965003)

Estado Civil a. Soltero () b. Casado () c. Viudo () d. Divorciado () 4. Grado de instrucción a. Primaria b. Secundaria c. Superior

técnico d. Superior universitario

5. Procedencia a. Costa b. Sierra c. Selva 6. Religión a. Católico b.

Evangélico c. Otros: especifique _____

Instrucciones:

1. Maca

66%

MATCHING BLOCK 44/69

SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)

con una X en la respuesta que refleje tu manera de vivir 1= nunca 2=a veces 3= frecuentemente 4= rutinariamente

RESPONSABILIDAD EN SALUD 2

100%

MATCHING BLOCK 45/69

SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)

Relatas al médico cualquier síntoma extraño relacionado con tu salud 1 2 3 4 7

Conoces el nivel de colesterol en tu sangre (mg en sangre) 1 2 3 4 15 Lees revistas o folletos sobre cómo cuidar tu salud 1 2 3 4 20

91%

MATCHING BLOCK 46/69

SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)

Le preguntas a otro médico o buscas opciones cuando no estás de acuerdo con lo que el tuyo te recomienda para cuidar tu salud. 1 2 3 4 28

Discutes con los profesionales calificados tus inquietudes respecto al cuidado de tu salud 1 2 3 4 32

100%

MATCHING BLOCK 47/69

SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)

Haces medir tu presión arterial y sabes el resultado 1 2 3 4 33 Asistes a programas educativos sobre el mejoramiento del medio ambiente

en el que vives 1 2 3 4 42

100%

MATCHING BLOCK 48/69

SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)

Encuentras maneras positivas para expresar tus sentimientos 1 2 3 4 43 Observas al menos cada mes tu cuerpo para ver cambios físicos o señas de peligro 1 2 3 4 46

100%

MATCHING BLOCK 49/69

SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)

Asistes a programas educativos sobre el cuidado de la salud personal 1 2 3 4

ACTIVIDAD FISICA 4

90%

MATCHING BLOCK 50/69

SA PROYECTO 2022 CASTILLO SEQUERA ANA 06.05.docx (D135826461)

Realizas ejercicios para relajar tus músculos al menos tres veces al día o por semana 1 2 3 4 13

100%

MATCHING BLOCK 51/69

SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)

Realizas ejercicio vigoroso por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana 1 2 3 4 22

Participas de programas o actividades de ejercicio físico bajo supervisión 1 2 3 4 30 Verificas tu pulso durante el ejercicio físico 1 2 3 4 38 Realizas actividades físicas de recreo como caminar, nadar, jugar futbol, ciclismo, etc. 1 2 3 4 NUTRICIÓN 1=

92%

MATCHING BLOCK 52/69

SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)

nunca 2= a veces 3=frecuentemente 4= rutinariamente 1 Tomas algún alimento al levantarte por las mañanas 1 2 3 4 5

88%

MATCHING BLOCK 53/69

SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)

Seleccionas comidas que no contienen ingredientes artificiales o químicos para conservarlos (sustancias que elevan tu presión arterial). 1 2 3 4 14

Comes tres comidas al día 1 2 3 4 19

83%

MATCHING BLOCK 54/69

SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)

Lees las etiquetas de las comidas empaquetadas para identificar nutrientes (artificiales, naturales, colesterol, sodio o sal,

conservadores). 1 2 3 4 26

Incluyes en tu dieta alimentos que contienen fibras (frutas crudas, verduras crudas, granos enteros). 1 2 3 4 35

100%

MATCHING BLOCK 56/69

SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)

Planeas o escoges comidas que incluyan los cuatro grupos básicos de nutrientes cada día (proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas 1 2 3 4

AUTO ACTUALIZACIÓN 3 Te quieres a ti mismo 1 2 3 4 8

100%

MATCHING BLOCK 57/69

SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)

Eres entusiasta y optimista con referencia a tu vida 1 2 3 4 9 Crees que estas creciendo y cambiando personalmente en direcciones positivas 1 2 3 4 12

Te sientes feliz y contento(a) 1 2 3 4 16

90%

MATCHING BLOCK 58/69

SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)

Eres consciente de tus capacidades y debilidades personales 1 2 3 4 17 Trabajas en apoyo de meras a largo plazo en tu vida 1 2 3 4 21

Miras hacia el futuro 1 2 3 4 23 Eres consciente de lo que importa en la vida 1 2 3 4 29 Respetas tus propios éxitos 1 2 3 4 34 Ve cada día como interesante y desafiante 1 2 3 4 37 Encuentras agradable y satisfecho el ambiente de tu vida 1 2 3 4 44 Eres realista en las metas que te propones 1 2 3 4 48 Crees que tu vida tiene un propósito 1 2 3 4 SOPORTE INTERPERSONAL 10 Discutes con personas cercanas tus preocupaciones y problemas personales 1 2 3 4 18 Elogias fácilmente a otras personas por sus éxitos 1 2 3 4 24

100%

MATCHING BLOCK 59/69

SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)

Te gusta expresar y que te expresen cariño personas cercanas a ti 1 2 3 4 25 Mantienes relaciones interpersonales que te dan satisfacción 1 2 3 4 31

Pasa el tiempo con amigos cercanos 1 2 3 4 39

Expresas fácilmente interés, amor y calor humano hacia otros 1 2 3 4 47

92%

MATCHING BLOCK 60/69

SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)

Te gusta mostrar y que te muestren afecto con palmadas, abrazos y caricias por personas que te importan (amigos, familiares,

padres, etc.)

1 2 3 4 MANEJO DEL ESTRÉS 6 Tomas tiempo cada día para el relajamiento 1 2 3 4 11 Eres consciente de las fuentes que producen tensión en tu vida (comúnmente nervios) 1 2 3 4 27 Pasa de 15 a 20 minutos diariamente en relajamiento o meditación 1 2 3 4 36 Relajas conscientemente tus músculos antes de dormir 1 2 3 4 40

100%

MATCHING BLOCK 61/69

SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)

Te concentras en pensamientos agradables a la hora de dormir 1 2 3 4 41 Pides información a los profesionales para cuidar de tu salud 1 2 3 4 45

Usas métodos específicos para controlar la tensión (nervios). 1 2 3 4

89%

MATCHING BLOCK 62/69

SA PROYECTO DE INVESTIGACIÓN LIZ VELA.docx (D141349924)

Dimensiones Preguntas Responsabilidad en salud 10 (2, 7, 15, 20, 28, 32, 33, 42, 43, 46). Actividad física 5 (4, 13, 22, 30, 38) Nutrición 6 (1,5,14,19,26,35) Auto actualización 13 (3,8,9,12,16,17, 21, 23, 29, 34, 37, 44, 48) Soporte interpersonal 7 (10, 18, 24, 25, 31, 39, 47) Manejo del estrés 7 (6, 11, 27, 36, 40, 41, 45)

85%

MATCHING BLOCK 63/69

SA TESIS CÉSAR RODRIGO GONZALES GUERRERO.docx (D141431491)

Anexo 33 CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO Estilo de Vida Número de ítems Alfa de Cronbach Confiabilidad General 45 0.805 Alta COEFICIENTE DE ALFA DE CRONBACH Donde: N= Número de ítems

image2.wmf
2 () i sY à
image3.wmf
2 x s
Sumatoria de las varianzas de los ítems Varianza de toda la dimensión
image4.emf
? ? 2 2() 11 i x N sY N s ? ? ? ? ? ? ? ?

90%

MATCHING BLOCK 64/69

SA TESIS - CESAR RODRIGO GONZALES GUERRERO (1).docx (D136386449)

El valor del Alfa de Cronbach, cuando se acerca a 1, denota una confiabilidad de la aplicación del instrumento. Anexo 46 Escala de valoración de instrumento

Estilo de Vida
General
Estilo de Vida Puntaje No saludable 48 – 120 Saludable 121 – 192
Dimensiones de los Estilos de Vida Responsabilidad en Salud Puntaje

34%

MATCHING BLOCK 65/69

SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)

No saludable 10 – 25 Saludable 26 – 40 Actividad Física Puntaje No saludable 5 – 12 Saludable 13 – 20 Nutrición Puntaje No saludable 6 – 15 Saludable 16 – 24 Autoactualización Puntaje No saludable 13 – 32 Saludable 33 – 54 Soporte Interpersonal Puntaje No saludable 7 – 17 Saludable 18 – 24 Manejo del estrés Puntaje No saludable 7 – 17 Saludable 18 – 24

Anexo 57 CONSENTIMIENTO INFORMADO
Estimado Señor o Señora. Estoy

SA

MATCHING BLOCK 66/69

PROYECTO 2022 CASTILLO SEQUERA ANA 06.05.docx (D135826461)

realizando un estudio titulado ESTILO DE VIDA DE ADULTOS MAYORES CON HIPERTENSIÓN ARTERIAL CONSULTORIO DE CARDIOLOGÍA, HOSPITAL NACIONAL ARZOBISPO LOAYZA SETIEMBRE 2019. Antes que Usted acepte

que su menor hijo participe en el estudio se le ha tenido que explicar lo siguiente: Propósito del estudio, riesgos, beneficios, confidencialidad, para que finalmente Usted pueda aceptar la participación de su hijo (a) de manera libre y voluntaria. Propósito del estudio: El estudio de investigación recolectar datos que servirán para la elaboración de estrategias para mejorar la situación del problema actual. Riesgos El estudio utilizara cuestionarios debidamente estructurados y no representan ningún riesgo para Usted. La aplicación del cuestionario durará entre 10 a 15 minutos en la que se me preguntará sobre

95% **MATCHING BLOCK 67/69** **SA** PROYECTO DE INVESTIGACIÓN LIZ VELA.docx (D141349924)

responsabilidad en salud, actividad física, nutrición, auto actualización, soporte interpersonal y manejo de estrés.

Durante la aplicación del cuestionario el/la responsable me orientará sobre las dudas que tenga, por otro lado, Usted podrá retirarse en cualquier momento que crea conveniente. También podrá contactarse con la investigadora Señorita Ruth Rocha Paucarpura al número: 970 880 679.

100% **MATCHING BLOCK 68/69** **SA** Tesis Carmen Palomino_06_08_22.docx (D142862479)

Beneficios: El estudio no representa beneficios económicos para los participantes, es decir no se otorgará ningún pago por su participación. La información brindada de manera veraz ofrecerá datos que pueden utilizarse para gestionar soluciones acordes a la realidad estudiada. Confidencialidad Para efectos de la investigación, la única persona autorizada para el acceso a la información será la investigadora, para efectos posteriores se procederá a colocar Código de Identificación (ID) que consistirá en un número correlativo, lo que permitirá la elaboración de la base de datos, para el posterior análisis estadístico, la cual será conservada de manera confidencial. Por lo tanto, yo _____, manifestó que he sido informado (a) sobre el estudio y doy mi conformidad para participar en el estudio. _____ Nombre y Apellidos del participante Firma _____ Nombre y Apellidos del investigador Firma

i

88% **MATCHING BLOCK 69/69** **SA** TESIS WORD (1).docx (D120561543)

NO SALUDABLE % 0.9240000000000004 SALUDABLE % 7.599999999999998E-2 NO SALUDABLE % 0.81 SALUDABLE % 0.19 %
 NO SALUDABLE SALUDABLE 0.7339999999999999 0.26600000000000001 NO SALUDABLE % 0.5190000000000002
 SALUDABLE % 0.4809999999999998 NO SALUDABLE % 0.152 SALUDABLE % 0.8479999999999998 NO SALUDABLE %
 0.63300000000000001 SALUDABLE % 0.3669999999999999 NO SALUDABLE % 0.9619999999999997 SALUDABLE %
 3.7999999999999999

E-2

Hit and source - focused comparison, Side by Side

Submitted text As student entered the text in the submitted document.
Matching text As the text appears in the source.

1/69	SUBMITTED TEXT	96 WORDS	90% MATCHING TEXT	96 WORDS
	UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA CARATULA ESTILOS DE VIDA		UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA ESTILOS DE VIDA	
	SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)			

2/69	SUBMITTED TEXT	43 WORDS	63% MATCHING TEXT	43 WORDS
	tienen estilos de vida no saludables y un 26.6% tiene estilos de vida saludables, en relación con las dimensiones son estilos no saludables en responsabilidad en salud el 94.9%, actividad física 96.2%, nutrición 63.3%, soporte interpersonal 51.9% y manejo de estrés 81%,		tienen estilos de vida no saludables y un 38% tiene estilos de vida saludables, respecto a las dimensiones se encontró que los estilos de vida son no saludables respecto a responsabilidad en salud en 78%, actividad física en 76%, nutrición 64%, actualización 16%, soporte interpersonal 32% y manejo del estrés	
	SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)			

3/69	SUBMITTED TEXT	41 WORDS	40% MATCHING TEXT	41 WORDS
	lifestyles of older adults, 73.4% have unhealthy lifestyles and 26.6% have healthy lifestyles, in relation to the dimensions are unhealthy styles in health responsibility 94.9%, physical activity 96.2% , nutrition 63.3%, interpersonal support 51.9% and stress management 81%, while in		lifestyles, 67% of nursing students have unhealthy lifestyles and 33% have healthy lifestyles, regarding the dimensions it was found that lifestyles they are unhealthy regarding responsibility in health physical activity in 76%, nutrition 64%, self-updating 16%, interpersonal support 32% and stress management in 68%.	
	SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)			

4/69	SUBMITTED TEXT	1357 WORDS	80% MATCHING TEXT	1357 WORDS
	investigación consta de: Capitulo I: El problema, Capitulo II: Marco teórico, Capitulo III: Metodología, Capitulo IV: Análisis de los resultados, Capitulo IV: Conclusiones y recomendaciones, finalmente las referencias bibliográficas y, bibliografía y anexos. ÍNDICE Pág. CARATULA i ASESORA ii AGRADECIMIENTO iii DEDICATORIA iv RESUMEN v ABSTRACT vi PRESENTACIÓN vii ÍNDICE viii LISTA DE TABLAS x LISTA DE GRÁFICOS xi LISTA DE ANEXOS xii CAPÍTULO I: EL PROBLEMA 14 I. a. Planteamiento del problema. 14 I. b. Formulación del problema. 17 I. c. Objetivos: 17 I.c.1. General 17 I.c.2. Específicos 17 I. d. Justificación 18 I.e. Propósito 19 CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO 21 II. a. Antecedentes bibliográficos 21 II. b. Base teórica 24 II. c. Hipótesis 31 II. d. Variables 31 II. e. Definición operacional de términos 31 CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN 33 III. a. Tipo de estudio. 33 III. b. Área de estudio. 33 III. c. Población y muestra. 33 III. d. Técnicas e instrumentos de recolección de datos. 34 III.e. Diseño de recolección de datos. 36 III. f. Procesamiento y análisis de datos 37 CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS 39 IV. a. Resultados. 39 IV. b. Discusión. 47 CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES 55 V. a. Conclusiones. 55 V. b. Recomendaciones. 56 Referencias bibliográficas 57 Bibliografía 62 Anexos 64 LISTA DE TABLAS Pág. TABLA 1 Datos generales		investigación consta de: Capítulo I: El Problema, Capítulo II: Marco Teórico, Capítulo III: Metodología de la investigación, Capítulo IV: Análisis de los resultados, Capítulo Conclusiones y finalmente las referencias bibliográficas, bibliografía y anexos. ÍNDICE Pág. CARÀTULA I ASESORA II AGRADECIMIENTO III DEDICATORIA IV RESUMEN V ABSTRACT VI PRESENTACIÓN VII ÍNDICE VIII LISTA DE TABLAS X LISTA DE GRÁFICOS XI LISTA DE ANEXOS XII CAPÍTULO I: EL PROBLEMA I.a. Planteamiento del problema 13 I.b. Formulación del problema 14 I.c. Objetivos 14 I.c.1. Objetivo General 14 I.c.2. Objetivo Específico 14 I.d. Justificación 15 I.e. Propósito 16 CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO II.a. Antecedentes bibliográficos 17 II.b. Base Teórica 19 II.c. Hipótesis 26 II.d. Variables 26 II.e. Definición Operacional de Términos 26 CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN III.a.Tipo de estudio 27 III.b.Área de estudio 27 III.c.Población y muestra 27 III.d.Técnica e instrumento de recolección de datos 28 III.e. Diseño de recolección de datos 29 III.f. Procesamiento y análisis de datos 29 IV: ANÁLISIS DE RESULTADOS IV.a. Resultados 30 IV.b. Discusión 35 CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES V.a. Conclusiones 38 V.b. Recomendaciones 39 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS 40 BIBLIOGRAFÍA 43 ANEXOS 44 LISTA DE TABLAS TABLA 1 Datos generales	
	SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)			

5/69	SUBMITTED TEXT	208 WORDS	76% MATCHING TEXT	208 WORDS
<p>TESIS PRESENTADA POR BACHILLER RUTH ROCHA PAUCARPURA PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA LIMA-PERÚ 2022 Asesora: Mg. Rina Mercedes Bustamante Paredes AGRADECIMIENTO A Dios Por ser mi Guía, porque nunca me dejó sola,</p>		<p>TESIS PRESENTADA POR BACHILLER KATIA PUCLLAS PEREZ PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA LIMA – PERÚ 2022 ASESORA DE MG. RINA MERCEDES BUSTAMANTE PAREDES AGRADECIMIENTO A Dios ser mí porque nunca me dejó sola,</p>		
SA		TESIS_PUCLLAS PEREZ KATIA.docx (D142220977)		
6/69	SUBMITTED TEXT	137 WORDS	23% MATCHING TEXT	137 WORDS
<p>vida de adultos mayores con hipertensión arterial consultorio de cardiología, Hospital Nacional Arzobispo Loayza según dimensión actividad física setiembre 2017. 42 GRÁFICO 4 Estilos de vida de adultos mayores con hipertensión arterial consultorio de cardiología, Hospital Nacional Arzobispo Loayza según dimensión nutrición setiembre 2017. 43 GRÁFICO 5 Estilos de vida de adultos mayores con hipertensión arterial</p>		<p>VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES CON HIPERTENSIÓN ARTERIAL DEL CONSULTORIO DE CARDIOLOGIA EN EL HOSPITAL ALBERTO SABOGAL SOLOGUREN CALLAO 2022? 1.2. Objetivos 1.2.1. Objetivo general Determinar el estilo de vida en adultos mayores con hipertensión arterial, del Consultorio de cardiología en el Hospital Alberto Sabogal Sologuren Callao 2022. 1.2.2 Objetivos específicos Identificar el estilo de vida de los adultos mayores con hipertensión arterial</p>		
SA		PROYECTO 2022 CASTILLO SEQUERA ANA 06.05.docx (D135826461)		
7/69	SUBMITTED TEXT	304 WORDS	87% MATCHING TEXT	304 WORDS
<p>LISTA DE ANEXOS Pág. ANEXO 1 Operacionalización de variables 65 ANEXO 2 Instrumento 66 ANEXO 3 Confiabilidad del instrumento 71 ANEXO 4 Escala de valoración de instrumento 73 ANEXO 5 Consentimiento informado 74 Capítulo I: EL PROBLEMA I.a. Planteamiento del problema: La Organización Mundial de la Salud (OMS)1,</p>		<p>LISTA DE ANEXOS Pág. ANEXO 1 Operacionalización de la Variable 53 ANEXO 2 Instrumento 55 ANEXO 3 Confiabilidad del instrumento 60 ANEXO 4 Escala de valoración de instrumento 61 ANEXO 5 Consentimiento informado 62 EL PROBLEMA I.a. Planteamiento del problema la Organización Mundial de la Salud (OMS)</p>		
SA		TESIS VEGA DE PAZ LUCERO JAZMIN.docx (D142639158)		
8/69	SUBMITTED TEXT	12 WORDS	100% MATCHING TEXT	12 WORDS
<p>c. Objetivos: I.c.1. Objetivo general: Determinar los estilos de vida de los</p>		<p>c. Objetivos I.c.1 Objetivo general Determinar los Estilos de Vida de los</p>		
SA		TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)		
9/69	SUBMITTED TEXT	12 WORDS	100% MATCHING TEXT	12 WORDS
<p>b. Formulación del problema: ¿Cómo son los estilos de vida de los</p>		<p>b. FORMULACION DEL PROBLEMA ¿Cómo son los estilos de vida en los</p>		
SA		TESIS - CESAR RODRIGO GONZALES GUERRERO (1).docx (D136386449)		

10/69	SUBMITTED TEXT	85 WORDS	48% MATCHING TEXT	85 WORDS
<p>Identificar los estilos de vida de los adultos mayores con hipertensión arterial según dimensiones: - Responsabilidad en salud - Actividad física - Nutrición - Auto actualización - Soporte interpersonal - Manejo de estrés l.d. Justificación:</p>		<p>Identificar los estilos de vida de los estudiantes de enfermería según responsabilidad en salud, actividad física, nutrición, auto actualización, soporte interpersonal y manejo del estrés. 1.3. Justificación</p>		
<p>SA VELA (1).docx (D113689692)</p>				
11/69	SUBMITTED TEXT	33 WORDS	76% MATCHING TEXT	33 WORDS
<p>la sociedad. CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO II.a. Antecedentes bibliográficos: Internacionales Espinoza10, en el 2018,</p>		<p>la vida. 17 CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO II.a. Antecedentes bibliográficos Internacionales: Gallardo en el</p>		
<p>SA TESIS PERCEPCION DEL PROCESO DE ENVEJECIMIENTO GUTIERREZ QUISPE LIBBETH (1).pdf (D113016429)</p>				
12/69	SUBMITTED TEXT	19 WORDS	87% MATCHING TEXT	19 WORDS
<p>ESTILOS DE VIDA EN PACIENTES ANCIANOS CON HIPERTENSIÓN ARTERIAL ATENDIDOS EN EL CENTRO DE SALUD DE SURCO, 2019.</p>		<p>Estilos De Vida En Pacientes Ancianos Con Hipertensión Arterial Atendidos En El Centro De Salud De Surco [</p>		
<p>SA PROYECTO 2022 CASTILLO SEQUERA ANA 06.05.docx (D135826461)</p>				
13/69	SUBMITTED TEXT	21 WORDS	67% MATCHING TEXT	21 WORDS
<p>la parroquia rural Baños, 2 veces mayor riesgo de padecer en aquellos adultos con antecedente familiar y con la presencia</p>		<p>la parroquia rural Baños, con 2 veces más riesgo de padecerla en aquellos sujetos con el antecedente familiar y con la presencia</p>		
<p>W http://www.revhipertension.com/rlh_4_2018/7_hipertensiun_arterial_factores_asociados.pdf</p>				
14/69	SUBMITTED TEXT	15 WORDS	87% MATCHING TEXT	15 WORDS
<p>un estudio cuantitativo- descriptivo, transversal, con el objetivo de identificar los ESTILOS DE VIDA</p>		<p>un estudio cuantitativo, descriptivo, transversal con el objetivo de caracterizar los ESTILOS DE VIDA</p>		
<p>SA TESIS FINAL- CHAUCA DÍAZ.docx (D144527085)</p>				
15/69	SUBMITTED TEXT	19 WORDS	77% MATCHING TEXT	19 WORDS
<p>se estudió la variable en un determinado tiempo por la investigadora. III.b. Área de estudio: El estudio de investigación se</p>		<p>se estudió a la variable en un momento determinado por la investigadora25. III.b Área de Estudio El trabajo de investigación se</p>		
<p>SA Tesis Carmen Palomino_06_08_22.docx (D142862479)</p>				
16/69	SUBMITTED TEXT	12 WORDS	100% MATCHING TEXT	12 WORDS
<p>se utilizó como técnica la encuesta y como instrumento un cuestionario</p>		<p>Se utilizó como técnica la encuesta y como instrumento un cuestionario</p>		
<p>SA CORNEJO RICARDI27-07-2022 corregido.docx (D142953576)</p>				

17/69	SUBMITTED TEXT	19 WORDS	84% MATCHING TEXT	19 WORDS
Anexo 3) III.e. Diseño de recolección de datos: Para realizar la recolección de los datos, se solicitó la autorización		Anexo 3 y 4) III.e. Diseño de recolección de datos iniciar con la recolección de los datos, se solicitó la autorización		
SA Tesis Carmen Palomino_06_08_22.docx (D142862479)				
18/69	SUBMITTED TEXT	13 WORDS	100% MATCHING TEXT	13 WORDS
la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista,		la Escuela Profesional de enfermería de la Universidad Privada San Juan Bautista.		
SA VELA (1).docx (D113689692)				
19/69	SUBMITTED TEXT	447 WORDS	47% MATCHING TEXT	447 WORDS
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS IV.a. Resultados TABLA 11 DATOS GENERALES DE ADULTOS MAYORES CON HIPERTENSIÓN ARTERIAL CONSULTORIO DE CARDIOLOGÍA, HOSPITAL NACIONAL ARZOBISPO LOAYZA SETIEMBRE 2019 DATOS GENERALES CATEGORÍAS N° % Edad 60-65 años 53 67 66-70 años 23 29 71-80 años 3 4 Sexo Femenino 41 52 Masculino 38 48		CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS IV.a. Resultados de pacientes adultos mayores hospitalizados en los servicios Medicina 3 y 4 del Hospital José Agurto Tello Marzo Chosica 2022 Datos Generales Categoría n=50 100% Edad De 60 a 69 años 11 22 De 70 a 79 años 22 44 años 17 34 Sexo Femenino 20 40 Masculino 30 60		
SA CORNEJO RICARDI27-07-2022 corregido.docx (D142953576)				
20/69	SUBMITTED TEXT	59 WORDS	87% MATCHING TEXT	59 WORDS
tienen estilos de vida no saludables 73.4% (58) y estilos de vida saludables 26.6% (21). GRÁFICO 22 ESTILOS DE VIDA		tienen estilos de vida no saludables en la dimensión Nutrición 64% (32) y estilos de vida saludables 36% (18). GRÁFICO 66 ESTILOS DE VIDA		
SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)				
21/69	SUBMITTED TEXT	17 WORDS	76% MATCHING TEXT	17 WORDS
los estilos de vida de los adultos mayores con hipertensión arterial consultorio de cardiología del Hospital		los "ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES CON HIPERTENSIÓN ARTERIAL CONSULTORIO DE CARDIOLOGIA DEL HOSPITAL		
SA PROYECTO 2022 CASTILLO SEQUERA ANA 06.05.docx (D135826461)				
22/69	SUBMITTED TEXT	22 WORDS	100% MATCHING TEXT	22 WORDS
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES V.a. Conclusiones • Los estilos de vida de los		CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES V.a. Conclusiones • Los estilos de vida de los		
SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)				

23/69	SUBMITTED TEXT	65 WORDS	100% MATCHING TEXT	65 WORDS
<p>las siguientes dimensiones: - Responsabilidad de salud - Actividad física - Nutrición - Auto actualización - Soporte interpersonal - Manejo del estrés</p>		<p>las siguientes dimensiones: • Responsabilidad en salud: 10 (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10) • Actividad física :5 (11,12,13,14,15) • Nutrición: 6 (16,17,18,19,20,21) • Auto actualización: 13 (22,23,24,25,26,27,28,29,30,31,32,33,34) • Soporte interpersonal: 7(35,36,37,38,39,40,41) • Manejo del estrés: 7(42,43,44,45,46,47,48)</p>		
SA		PROYECTO DE INVESTIGACIÓN LIZ VELA.docx (D141349924)		
24/69	SUBMITTED TEXT	3 WORDS	100% MATCHING TEXT	3 WORDS
<p>Disponible en: https://www.paho.org/per/index.php?option=com_content&view=article&id=2065:</p>		<p>Disponible en: https://www3.paho.org/per/index.php?option=com_content&view=article&id=4072:</p>		
SA		Tesis_Gina Huaman_09_07_22.docx (D141901456)		
25/69	SUBMITTED TEXT	22 WORDS	100% MATCHING TEXT	22 WORDS
<p>es 6. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Situación de la población adulta mayor [Internet]</p>		<p>es. 6. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Situación de la población adulta mayor. [internet]</p>		
SA		TESIS PERCEPCION DEL PROCESO DE ENVEJECIMIENTO GUTIERREZ QUISPE LIZBETH (1).pdf (D113016429)		
26/69	SUBMITTED TEXT	10 WORDS	100% MATCHING TEXT	10 WORDS
<p>Disponible en: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/03-informe-tecnico-n03_adulto-abr-may-jun2019.pdf 7.</p>		<p>Disponible en: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/03-informe-tecnico-n03_adulto-abr-may-jun2018.pdf 7.</p>		
SA		TESIS PERCEPCION DEL PROCESO DE ENVEJECIMIENTO GUTIERREZ QUISPE LIZBETH (1).pdf (D113016429)		
27/69	SUBMITTED TEXT	15 WORDS	100% MATCHING TEXT	15 WORDS
<p>Instituto Nacional de Estadística e Informática. Situación de la población adulta mayor, 2016 [Internet]</p>		<p>Instituto Nacional de Estadística e Informática. Situación de la población adulta mayor. [internet]</p>		
SA		TESIS PERCEPCION DEL PROCESO DE ENVEJECIMIENTO GUTIERREZ QUISPE LIZBETH (1).pdf (D113016429)		
28/69	SUBMITTED TEXT	3 WORDS	100% MATCHING TEXT	3 WORDS
<p>Disponible en: https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=13257:</p>		<p>Disponible en: https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=9573:2019-</p>		
SA		Tesis_Gina Huaman_09_07_22.docx (D141901456)		
29/69	SUBMITTED TEXT	15 WORDS	100% MATCHING TEXT	15 WORDS
<p>Hipertensión arterial y factores asociados en adultos mayores de la parroquia de Baños Cuenca.</p>		<p>Hipertensión arterial y factores asociados en adultos mayores de la parroquia de Baños, Cuenca</p>		
W		http://www.revhipertension.com/rlh_4_2018/7_hipertensiun_arterial_factores_asociados.pdf		

30/69	SUBMITTED TEXT	5 WORDS	100% MATCHING TEXT	5 WORDS
<p>del 2017] Disponible en: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_ digitales/Est/Lib1459/</p>		<p>del 2021]. Disponible en: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_ digitales/Est/Lib1545/ 10.</p>		
<p>SA Avance de Tesis Final Cristian Yauri Arcos_18_ febrero.docx (D128313500)</p>				
31/69	SUBMITTED TEXT	28 WORDS	100% MATCHING TEXT	28 WORDS
<p>Puican M. Estilos de vida en pacientes ancianos con hipertensión arterial atendidos en el Centro de Salud de surco, 2019. [Tesis de Licenciatura]. Lima: Universidad Privada Norbert</p>		<p>Puican M. Estilos De Vida En Pacientes Ancianos Con Hipertensión Arterial Atendidos En El Centro De Salud De Surco [tesis de licenciatura]. Lima: Universidad Privada Norbert</p>		
<p>SA PROYECTO 2022 CASTILLO SEQUERA ANA 06.05.docx (D135826461)</p>				
32/69	SUBMITTED TEXT	11 WORDS	100% MATCHING TEXT	11 WORDS
<p>Disponible en: http://scielo.sld.cu/pdf/san/v20n1/san06201.pdf 24.</p>		<p>Disponible en: http://scielo.sld.cu/pdf/san/v14n3/san13310.pdf 42.</p>		
<p>SA TESIS VEGA DE PAZ LUCERO JAZMIN.docx (D142639158)</p>				
33/69	SUBMITTED TEXT	11 WORDS	83% MATCHING TEXT	11 WORDS
<p>Acceso 6 de setiembre del 2017]. 26(10):104- 107. Disponible en: https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-</p>		<p>acceso: 18 de noviembre del año 2021]; 23(8): 96- 106. disponible en: https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-</p>		
<p>SA TESIS - CESAR RODRIGO GONZALES GUERRERO (1).docx (D136386449)</p>				
34/69	SUBMITTED TEXT	18 WORDS	100% MATCHING TEXT	18 WORDS
<p>Prevalencia de hipertensión arterial en las personas mayores de la ciudad de San Francisco de Campeche. Dialnet. [</p>		<p>Prevalencia de hipertensión arterial en las personas mayores de la Ciudad de San Francisco de Campeche - Dialnet</p>		
<p>W https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5771287</p>				
35/69	SUBMITTED TEXT	22 WORDS	71% MATCHING TEXT	22 WORDS
<p>Alcaldía municipal del municipio de Yamarangüila Departamento de Intubucá. Guía de entornos y estilos de vida saludables en comunidades indígenas lencas [</p>		<p>Alcaldía Municipal del Municipio de Yamarangüila Departamento de Intubucá. GUÍA DE ENTORNOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLES EN COMUNIDADES INDÍGENAS LENCAS 3</p>		
<p>W http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/34580/vidasaludable2016-spa.pdf?sequence=1& ...</p>				
36/69	SUBMITTED TEXT	20 WORDS	80% MATCHING TEXT	20 WORDS
<p>B. Estilos de vida de los estudiantes de enfermería escuela profesional de enfermería Universidad Privada San Juan Bautista Chorrillos</p>		<p>B. ESTILOS DE VIDA DE LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA CHORRILLOS [</p>		
<p>SA TESIS CÉSAR RODRIGO GONZALES GUERRERO.docx (D141431491)</p>				

37/69	SUBMITTED TEXT	14 WORDS	91% MATCHING TEXT	14 WORDS
<p>Hernández R. Metodología de la Investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. México:</p>		<p>Hernández R, Mendoza A. Metodología de la Investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y Mixta. México.</p>		
<p>SA TESIS_PUCLLAS PEREZ KATIA (1).docx (D142330747)</p>				
38/69	SUBMITTED TEXT	14 WORDS	91% MATCHING TEXT	14 WORDS
<p>Hernández R. Metodología de la Investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. México:</p>		<p>Hernández R, Mendoza A. Metodología de la Investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y Mixta. México.</p>		
<p>SA TESIS_PUCLLAS PEREZ KATIA (1).docx (D142330747)</p>				
39/69	SUBMITTED TEXT	134 WORDS	84% MATCHING TEXT	134 WORDS
<p>Anexo 11 Operacionalización de variables VARIABLE DEFINICIÓN CONCEPTUAL DEFINICIÓN OPERACIONAL DIMENSIONES INDICADORES VALOR Estilos de vida</p>		<p>ANEXO 1: OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES VARIABLE DEFINICIÓN CONCEPTUAL DEFINICIÓN OPERACIONAL DIMENSIONES INDICADORES VALOR FINAL Estilos de vida</p>		
<p>SA TESIS - CESAR RODRIGO GONZALES GUERRERO (1).docx (D136386449)</p>				
40/69	SUBMITTED TEXT	16 WORDS	96% MATCHING TEXT	16 WORDS
<p>la dimensión responsabilidad en salud, actividad física, nutrición, auto actualización, soporte interpersonal, manejo del estrés</p>		<p>la dimensión de responsabilidad en salud, actividad física, nutrición, auto actualización, soporte interpersonal y manejo del estrés. 1.3.</p>		
<p>SA VELA (1).docx (D113689692)</p>				
41/69	SUBMITTED TEXT	76 WORDS	81% MATCHING TEXT	76 WORDS
<p>Interés por la salud ••• Asistencia a programas preventivos • Actividad física • Frecuencia •• Duración •• Asistencia a programas de ejercicios ••</p>		<p>Interés por la salud. -Asistencia programas preventivos. considera: •No Saludable entre: 48 – 120. •Saludable: 121-192 Física -Frecuencia. -Asistencia a programas ejercicios.</p>		
<p>SA PROYECTO DE INVESTIGACIÓN LIZ VELA.docx (D141349924)</p>				
42/69	SUBMITTED TEXT	184 WORDS	100% MATCHING TEXT	184 WORDS
<p>Nutrición • Frecuencia •• Consumo de alimentos •• Calidad de alimentos •• Auto actualización • Autoconocimiento •• Autoestima •• Proyecto de vida •• Soporte interpersonal • Compartir las preocupaciones ••• Expresión de afecto •••• Manejo del estrés • Espacios para la relajación •• Identificación de estresores • . Anexo 22</p>		<p>Nutrición -Frecuencia. -Consumo de alimentos. -Calidad de alimentos. Auto actualización -Autoconocimiento. -Autoestima. -Proyecto de vida. Soporte Interpersonal -Compartir las preocupaciones. -Expresión de afecto. Manejo del estrés - Espacios para la relajación. -Identificación de estresores. ANEXO 2</p>		
<p>SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)</p>				

43/69	SUBMITTED TEXT	18 WORDS	96% MATCHING TEXT	18 WORDS
Carrasco S. Metodología de la Investigación Científica: Pautas metodológicas para diseñar y elaborar el proyecto de investigación. 2		Carrasco Díaz S. Metodología de la investigación científica: pautas metodológicas para diseñar y elaborar el proyecto de investigación.		
SA SANTUR MENDOZA THANIA TESIS FINAL 10-06.docx (D139973409)				
44/69	SUBMITTED TEXT	77 WORDS	66% MATCHING TEXT	77 WORDS
con una X en la respuesta que refleje tu manera de vivir 1= nunca 2=a veces 3= frecuentemente 4= rutinariamente		con una "x" el número que corresponda a la respuesta que refleje tu forma de vivir. que: 1= Nunca. 2= A veces. 3= Frecuentemente. 4= Rutinariamente.		
SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)				
45/69	SUBMITTED TEXT	11 WORDS	100% MATCHING TEXT	11 WORDS
Relatas al médico cualquier síntoma extraño relacionado con tu salud 1 2 3 4 7		Relatas al médico cualquier síntoma extraño relacionado con tu salud 3		
SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)				
46/69	SUBMITTED TEXT	24 WORDS	91% MATCHING TEXT	24 WORDS
Le preguntas a otro médico o buscas opciones cuando no estás de acuerdo con lo que el tuyo te recomienda para cuidar tu salud. 1 2 3 4 28		Le preguntas a otro médico o buscas otra opción cuando no estás de acuerdo con lo que el tuyo te recomienda para cuidar tu salud 21		
SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)				
47/69	SUBMITTED TEXT	20 WORDS	100% MATCHING TEXT	20 WORDS
Haces medir tu presión arterial y sabes el resultado 1 2 3 4 33 Asistes a programas educativos sobre el mejoramiento del medio ambiente		Haces medir tu presión arterial y sabes el resultado 33 Asistes a programas educativos sobre el mejoramiento del medio ambiente		
SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)				
48/69	SUBMITTED TEXT	23 WORDS	100% MATCHING TEXT	23 WORDS
Encuentras maneras positivas para expresar tus sentimientos 1 2 3 4 43 Observas al menos cada mes tu cuerpo para ver cambios físicos o señas de peligro 1 2 3 4 46		Encuentras maneras positivas para expresar tus sentimientos 43 Observas al menos cada mes tu cuerpo para ver cambios físicos o señas de peligro 44		
SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)				
49/69	SUBMITTED TEXT	32 WORDS	100% MATCHING TEXT	32 WORDS
Asistes a programas educativos sobre el cuidado de la salud personal 1 2 3 4		Asistes a programas educativos sobre el cuidado de la salud personal 47		
SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)				

50/69	SUBMITTED TEXT	16 WORDS	90% MATCHING TEXT	16 WORDS
Realizas ejercicios para relajar tus músculos al menos tres veces al día o por semana 1 2 3 4 13		Realizas ejercicios para relajar tus músculos al menos 3 veces al día o por semana 1 2 3 4 5		
SA PROYECTO 2022 CASTILLO SEQUERA ANA 06.05.docx (D135826461)				
51/69	SUBMITTED TEXT	15 WORDS	100% MATCHING TEXT	15 WORDS
Realizas ejercicio vigoroso por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana 1 2 3 4 22		Realizas ejercicio vigoroso por 20 o 30 minutos al menos tres veces a la semana 14		
SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)				
52/69	SUBMITTED TEXT	34 WORDS	92% MATCHING TEXT	34 WORDS
nunca 2= a veces 3=frecuentemente 4= rutinariamente 1 Tomas algún alimento al levantarte por las mañanas 1 2 3 4 5		Nunca. 2= A veces. 3= Frecuentemente. 4= Rutinariamente. N° ENUNCIADO 1 2 3 4 1 Tomas algún alimento al levantarte por las mañanas 2		
SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)				
53/69	SUBMITTED TEXT	17 WORDS	88% MATCHING TEXT	17 WORDS
Seleccionas comidas que no contienen ingredientes artificiales o químicos para conservarlos (sustancias que elevan tu presión arterial). 1 2 3 4 14		Seleccionas comidas que no contienen ingredientes artificiales o químicos para conservarlos (sustancias que te eleven tu presión arterial) 6		
SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)				
54/69	SUBMITTED TEXT	17 WORDS	83% MATCHING TEXT	17 WORDS
Lees las etiquetas de las comidas empaquetadas ara identificar nutrientes (artificiales, naturales, colesterol, sodio o sal,		Lees las etiquetas de las comidas empaquetadas para identificar nutrientes (artificiales y/o naturales, colesterol, sodio o sal,		
SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)				
55/69	SUBMITTED TEXT	115 WORDS	88% MATCHING TEXT	115 WORDS
Estado Civil a. Soltero () b. Casado () c. Viudo () d. Divorciado () 4. Grado de instrucción a. Primaria b. Secundaria c. Superior		Estado civil: a) Soltero b) Casado c) Viudo d) Divorciado 4. Instrucción alcanzada a) Primaria b) Secundaria c) Superior 5.		
SA MELISSA TOTOCAYO TESIS PARA ANTIPLAGIO.docx (D144965003)				
56/69	SUBMITTED TEXT	39 WORDS	100% MATCHING TEXT	39 WORDS
Planeas o escoges comidas que incluyan los cuatro grupos básicos de nutrientes cada día (proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas 1 2 3 4		Planeas o escoges comidas que incluyan los cuatro grupos básicos de nutrientes cada día (proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas) 36		
SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)				

57/69	SUBMITTED TEXT	19 WORDS	100% MATCHING TEXT	19 WORDS
<p>Eres entusiasta y optimista con referencia a tu vida 1 2 3 4 9 Crees que estas creciendo y cambiando personalmente en direcciones positivas 1 2 3 4 12</p>		<p>Eres entusiasta y optimista con referencia a tu vida 9 Crees que estas creciendo y cambiando personalmente en direcciones positivas 10</p>		
<p>SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)</p>				
58/69	SUBMITTED TEXT	20 WORDS	90% MATCHING TEXT	20 WORDS
<p>Eres consciente de tus capacidades y debilidades personales 1 2 3 4 17 Trabajas en apoyo de meras a largo plazo en tu vida 1 2 3 4 21</p>		<p>Eres consciente de tus capacidades y debilidades personales 17 Trabajas en apoyo de metas a largo plazo en tu vida 18</p>		
<p>SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)</p>				
59/69	SUBMITTED TEXT	20 WORDS	100% MATCHING TEXT	20 WORDS
<p>Te gusta expresar y que te expresen cariño personas cercanas a ti 1 2 3 4 25 Mantienes relaciones interpersonales que te dan satisfacción 1 2 3 4 31</p>		<p>Te gusta expresar y que te expresen cariño personas cercanas a ti 25 Mantienes relaciones interpersonales que te dan satisfacción 26</p>		
<p>SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)</p>				
60/69	SUBMITTED TEXT	21 WORDS	92% MATCHING TEXT	21 WORDS
<p>Te gusta mostrar y que te muestren afecto con palmadas, abrazos y caricias por personas que te importan (amigos, familiares,</p>		<p>Te gusta mostrar y que te muestren afecto con palmadas, abrazos y caricias, por personas que te importan (papás,familiares,</p>		
<p>SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)</p>				
61/69	SUBMITTED TEXT	19 WORDS	100% MATCHING TEXT	19 WORDS
<p>Te concentras en pensamientos agradables a la hora de dormir 1 2 3 4 41 Pides información a los profesionales para cuidar de tu salud 1 2 3 4 45</p>		<p>Te concentras en pensamientos agradables a la hora de dormir 41 Pides información a los profesionales para cuidar de tu salud 42</p>		
<p>SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)</p>				
62/69	SUBMITTED TEXT	90 WORDS	89% MATCHING TEXT	90 WORDS
<p>Dimensiones Preguntas Responsabilidad en salud 10 (2, 7, 15, 20, 28, 32, 33, 42, 43, 46). Actividad física 5 (4, 13, 22, 30, 38) Nutrición 6 (1,5,14,19,26,35) Auto actualización 13 (3,8,9,12,16,17, 21, 23, 29, 34, 37, 44, 48) Soporte interpersonal 7 (10, 18, 24, 25, 31, 39, 47) Manejo del estrés 7 (6, 11, 27, 36, 40, 41, 45)</p>		<p>dimensiones: • Responsabilidad en salud: 10 (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10) • Actividad física :5 (11,12,13,14,15) • Nutrición: 6 (16,17,18,19,20,21) • Auto actualización: 13 (22,23,24,25,26,27,28,29,30,31,32,33,34) • Soporte interpersonal: 7(35,36,37,38,39,40,41) • Manejo del estrés: 7(42,43,44,45,46,47,48)</p>		
<p>SA PROYECTO DE INVESTIGACIÓN LIZ VELA.docx (D141349924)</p>				

63/69	SUBMITTED TEXT	179 WORDS	85% MATCHING TEXT	179 WORDS
<p>Anexo 33 CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO Estilo de Vida Número de ítems Alfa de Cronbach Confiabilidad General 45 0.805 Alta COEFICIENTE DE ALFA DE CRONBACH Donde: N= Número de ítems</p>		<p>ANEXO 5 CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO ESTILO DE Número de Ítems Alfa de Cronbach Confiabilidad General 28 0.8233 Alta COEFICIENTE DE ALFA DE CRONBACH Donde: N= Número de ítems</p>		
<p>SA TESIS CÉSAR RODRIGO GONZALES GUERRERO.docx (D141431491)</p>				
64/69	SUBMITTED TEXT	85 WORDS	90% MATCHING TEXT	85 WORDS
<p>El valor del Alfa de Cronbach, cuando se acerca a 1, denota una confiabilidad de la aplicación del instrumento. Anexo 46 Escala de valoración de instrumento</p>		<p>El valor del Alfa de Cronbach es 0.8233, cuando se acerca a 1, denota una confiabilidad de la aplicación del instrumento. ANEXO 6 ESCALA DE VALORACIÓN INSTRUMENTO</p>		
<p>SA TESIS - CESAR RODRIGO GONZALES GUERRERO (1).docx (D136386449)</p>				
65/69	SUBMITTED TEXT	722 WORDS	34% MATCHING TEXT	722 WORDS
<p>No saludable 10 – 25 Saludable 26 – 40 Actividad Física Puntaje No saludable 5 – 12 Saludable 13 – 20 Nutrición Puntaje No saludable 6 – 15 Saludable 16 – 24 Autoactualización Puntaje No saludable 13 – 32 Saludable 33 – 54 Soporte Interpersonal Puntaje No saludable 7 – 17 Saludable 18 – 24 Manejo del estrés Puntaje No saludable 7 – 17 Saludable 18 – 24</p>		<p>NO SALUDABLE SALUDABLE 0.16 0.84 NO SALUDABLE SALUDABLE NO SALUDABLE SALUDABLE NO SALUDABLE SALUDABLE NO SALUDABLE SALUDABLE NO SALUDABLE SALUDABLE</p>		
<p>SA TESIS -COMPLETO LIZ VELA.docx (D141731779)</p>				
66/69	SUBMITTED TEXT	27 WORDS	59% MATCHING TEXT	27 WORDS
<p>realizando un estudio titulado ESTILO DE VIDA DE ADULTOS MAYORES CON HIPERTENSIÓN ARTERIAL CONSULTORIO DE CARDIOLOGÍA, HOSPITAL NACIONAL ARZOBISPO LOAYZA SETIEMBRE 2019. Antes que Usted acepte</p>		<p>realizando un trabajo de investigación ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES CON HIPERTENSIÓN ARTERIAL CONSULTORIO DE CARDIOLOGIA DEL HOSPITAL ALBERTO SABOGAL SOLOGUREN Antes que Usted acepte</p>		
<p>SA PROYECTO 2022 CASTILLO SEQUERA ANA 06.05.docx (D135826461)</p>				
67/69	SUBMITTED TEXT	15 WORDS	95% MATCHING TEXT	15 WORDS
<p>responsabilidad en salud, actividad física, nutrición, auto actualización, soporte interpersonal y manejo de estrés.</p>		<p>responsabilidad en salud, actividad física, nutrición, auto actualización, soporte interpersonal y manejo del estrés. 1.3.</p>		
<p>SA PROYECTO DE INVESTIGACIÓN LIZ VELA.docx (D141349924)</p>				

68/69

SUBMITTED TEXT

258 WORDS

100% MATCHING TEXT

258 WORDS

Beneficios: El estudio no representa beneficios económicos para los participantes, es decir no se otorgará ningún pago por su participación. La información brindada de manera veraz ofrecerá datos que pueden utilizarse para gestionar soluciones acordes a la realidad estudiada. Confidencialidad Para efectos de la investigación, la única persona autorizada para el acceso a la información será la investigadora, para efectos posteriores se procederá a colocar Código de Identificación (ID) que consistirá en un número correlativo, lo que permitirá la elaboración de la base de datos, para el posterior análisis estadístico, la cual será conservada de manera confidencial. Por lo tanto, yo _____, manifestó que he sido informado (a) sobre el estudio y doy mi conformidad para participar en el estudio. _____
 _____ Nombre y Apellidos del participante
 Firma _____
 _____ Nombre y Apellidos del investigador
 Firma _____

Beneficios: El estudio no representa beneficios económicos para los participantes, es decir no se otorgará ningún pago por su participación. La información brindada de manera veraz ofrecerá datos que pueden utilizarse para gestionar soluciones acordes a la realidad estudiada. Confidencialidad Para efectos de la investigación, la única persona autorizada para el acceso a la información será la investigadora, para efectos posteriores se procederá a colocar Código de Identificación (ID) que consistirá en un número correlativo, lo que permitirá la elaboración de la base de datos, para el posterior análisis estadístico, la cual será conservada de manera confidencial. Por lo tanto, yo _____, manifestó que he sido informado (a) sobre el estudio y doy mi conformidad para participar en el estudio. _____
 _____ Nombre y Apellidos del participante
 Firma _____
 _____ Nombre y Apellidos del investigador
 Firma 1 _____

SA Tesis Carmen Palomino_06_08_22.docx (D142862479)

69/69

SUBMITTED TEXT

48 WORDS

88% MATCHING TEXT

48 WORDS

NO SALUDABLE % 0.9240000000000004 SALUDABLE % 7.599999999999998E-2 NO SALUDABLE % 0.81 SALUDABLE % 0.19 % NO SALUDABLE SALUDABLE 0.7339999999999999 0.2660000000000001 NO SALUDABLE % 0.5190000000000002 SALUDABLE % 0.4809999999999998 NO SALUDABLE % 0.152 SALUDABLE % 0.8479999999999998 NO SALUDABLE % 0.6330000000000001 SALUDABLE % 0.3669999999999999 NO SALUDABLE % 0.9619999999999997 SALUDABLE % 3.799999999999999

NO SALUDABLE SALUDABLE 0.8101000000000004 0.1898 NO SALUDABLE SALUDABLE 0.9240000000000004 7.589999999999995 NO SALUDABLE SALUDABLE 0.7340999999999997 0.2657999999999998 NO SALUDABLE SALUDABLE 0.1517999999999999 0.8480999999999997 NO SALUDABLE SALUDABLE 0.9619999999999997 3.790000000000003E-2 NO SALUDABLE SALUDABLE 0.5189000000000003 0.4809999999999998 NO SALUDABLE SALUDABLE

SA TESIS WORD (1).docx (D120561543)