

UNIVERSIDAD PRIVADA SAN CARLOS

FACULTAD DE CIENCIAS

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



TESIS

**NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL Y
AUTOCUIDADO EN LOS PACIENTES ADULTOS QUE ACUDE AL CENTRO
DE SALUD DE VILQUECHICO - 2021**

PRESENTADA POR:

YESENIA LARICO QUISPE

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADA EN ENFERMERÍA

PUNO – PERÚ

2022



Repositorio Institucional ALCIRA by [Universidad Privada San Carlos](#) is licensed under a [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional License](#).

UNIVERSIDAD PRIVADA SAN CARLOS

FACULTAD DE CIENCIAS

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

TESIS

**NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL Y
AUTOCUIDADO EN LOS PACIENTES ADULTOS QUE ACUDE AL
CENTRO DE SALUD DE VILQUECHICO - 2021**

PRESENTADA POR:

YESENIA LARICO QUISPE

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADA EN ENFERMERÍA

APROBADA POR EL SIGUIENTE JURADO:

PRESIDENTE

:  _____


Dr. DAVID MOISES CALIZAYA ZEVALLOS

PRIMER MIEMBRO

:  _____

M.Sc. ROSA LUZ FARFAN SOLIS

SEGUNDO MIEMBRO

:  _____

Mg. MARITZA KARINA HERRERA PEREIRA

ASESOR DE TESIS

:  _____

Dr. HEBER NEHEMÍAS CHUI BETANCUR

Área: Ciencias Médicas y de Salud.

Disciplina: Salud pública.

Especialidad: Promoción de la salud.

Puno, 30 de Mayo del 2022.

DEDICATORIA

A Dios por poner en mi vida como madre a un ángel y a mi familia con mucho amor y cariño le dedico todo el esfuerzo puesto para la realización de la presente tesis.

AGRADECIMIENTO

A la **Mgtr. FIORELA JEANETTE ORTIZ ORTIZ**, quien fue mi docente en pregrado y la persona que estuvo muy pendiente en la realización de la investigación, por sus sabios consejos y ser una excelente guía en la realización de este estudio y a mi asesor de tesis por su apoyo constante.

A cada uno de los pacientes, que participaron en el presente trabajo de investigación, un profundo agradecimiento, ya que todo esto es para ustedes y por ustedes.

¡MIL GRACIAS!

ÍNDICE GENERAL

	Pág.
DEDICATORIA	1
AGRADECIMIENTO	2
ÍNDICE GENERAL DEL TRABAJO	3
ÍNDICE DE TABLAS	5
ÍNDICE DE FIGURAS	6
ÍNDICE DE ANEXOS	7
RESUMEN	8
ABSTRACT	9
INTRODUCCIÓN	10

CAPÍTULO I

**PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA, ANTECEDENTES Y OBJETIVOS DE LA
INVESTIGACIÓN**

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	12
1.1.1. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	13
1.2. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN	14
1.2.1. Antecedentes internacionales	14
1.2.2. Antecedentes nacionales	16
1.2.3. Antecedentes locales	18
1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	19

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO, CONCEPTUAL E HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

2.1. MARCO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN	20
2.2. MARCO CONCEPTUAL PARA LA INVESTIGACIÓN	30

2.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN	31
---	-----------

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. ZONA DE ESTUDIO	33
3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA	33
3.2.1. Población	33
3.2.2. Muestra	33
3.3. MÉTODOS Y TÉCNICAS	34
3.4. PROCESAMIENTO DE LOS DATOS	36
3.5. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	37

CAPÍTULO IV

EXPOSICIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

4.1. RESULTADOS OBTENIDOS EN LA INVESTIGACIÓN	38
4.2. CONTRASTACIÓN DE LA HIPÓTESIS	49
CONCLUSIONES	54
RECOMENDACIONES	56
BIBLIOGRAFÍA	57
ANEXOS	61

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 01: La hipertensión arterial según sexo de los pacientes	38
Tabla 02: Nivel de conocimiento sobre la hipertensión arterial	39
Tabla 03: Alimentación del paciente con hipertensión arterial	43
Tabla 04: Prescripción médica para el paciente con hipertensión arterial	46

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 01: Pacientes que padecen de hipertensión arterial	62
Figura 02: Nivel de conocimiento sobre la hipertensión arterial	62
Figura 03: Alimentación del paciente hipertenso	63
Figura 04: Prescripción médica para el paciente hipertenso	63

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 01: Gráficos de los resultados	62
Anexo 02: Documentos administrativos	64
Anexo 03: Instrumento aplicado en el estudio	66
Anexo 04: Consentimiento informado para el paciente	68
Anexo 05: Matriz de consistencia	69

RESUMEN

La presente investigación fue de enfoque cuantitativo, de tipo observacional, no experimental, prospectivo, transversal y analítico el cual tuvo como objetivo principal determinar cuál es el nivel de conocimiento sobre la hipertensión arterial y los estilos de vida en pacientes adultos que acuden al Centro de Salud de Vilquechico en el año 2021, asimismo en la investigación se ha considerado una población en función a los casos de hipertensión que se presentaron en el Centro de Salud de la referida localidad, considerando para ello las historias clínicas de los pacientes mayores de 40 años, que vienen padeciendo de Hipertensión Arterial (mayor a 130/90 mm de Hg.), para la selección de la muestra de estudio fue de tipo no probabilístico, por conveniencia del investigador los cuales ascienden a 50 pacientes que han sido atendidos en el año 2021; para poder recolectar la información se utilizó el respectivo cuestionario donde se puso en consideración antes de su resolución el respectivo consentimiento informado a cada uno de los pacientes, donde los resultados fueron: Que en gran porcentaje de pacientes que padecen de hipertensión arterial son mujeres así lo demuestran el 70% de la muestra de estudio, mientras que el 30% son pacientes del sexo masculino; también se ha determinado que el nivel de conocimiento sobre hipertensión arterial que tienen los pacientes que acuden al centro de salud del distrito de Vilquechico es relativamente medio con una tendencia hacia bajo así lo demuestra el 65% de los pacientes encuestados, también se tiene que el 67.5% tienen un conocimiento medio sobre las complicaciones que conlleva el padecer de hipertensión arterial, en consecuencia los pacientes presentan una tendencia de empeorar en su estado de salud ya que tampoco vienen desarrollando un estilo de vida saludable, el cual perjudica su salud permitiendo la degeneración de sus órganos a consecuencia de esta enfermedad.

Palabras claves: centro de salud, conocimiento, estilos de vida, hipertensión arterial, paciente.

ABSTRACT

The present investigation was of a quantitative, observational, non-experimental, prospective, cross-sectional and analytical approach, which had as its main objective to determine the level of knowledge about arterial hypertension and lifestyles in adult patients who attend the Center for Health of Vilquechico in the year 2021, also in the investigation a population has been considered based on the cases of hypertension that were presented in the Health Center of the aforementioned locality, considering for this the clinical histories of the patients older than 40 years , who have been suffering from arterial hypertension (greater than 130/90 mm Hg.), for the selection of the study sample it was non-probabilistic, for the convenience of the researcher, which amounts to 50 patients who have been treated in the year 2021; In order to collect the information, the respective questionnaire was used where the respective informed consent of each of the patients was put into consideration before its resolution, where the results were: That a large percentage of patients suffering from arterial hypertension are women. show 70% of the study sample, while 30% are male patients; It has also been determined that the level of knowledge about arterial hypertension that patients who come to the Vilquechico district health center have is relatively medium with a downward trend, as shown by 65% of the patients surveyed, it is also found that the 67.5% have an average knowledge about the complications that suffering from arterial hypertension entails, consequently, patients present a tendency to worsen their state of health since they have not been developing a healthy lifestyle, which harms their health, allowing degeneration of their organs as a result of this disease.

Keywords: health center, knowledge, lifestyles, high blood pressure, patient.

INTRODUCCIÓN

En el Perú y en especial en la región Puno se tiene el incremento sobre las enfermedades crónicas de carácter degenerativo, dentro de las más comunes son la diabetes, la poliglobulia, la hipertensión arterial, el colesterol, entre otras enfermedades que vienen atacando no solo a personas en edad adulta, sino también la vienen padeciendo niños y personas consideradas jóvenes de ambos sexos. (1)

Nuestro estudio se enfoca a conocer sobre la hipertensión arterial en personas adultas que la vienen padeciendo producto del envejecimiento del ser humano en su mayoría, pero no debemos de olvidar que también existen personas con hipertensión arterial muy jóvenes esto debido a diferentes factores como el carácter hereditario, o porque lo haya adquirido por un desorden en su salud, ante esta situación es que se considera pertinente implementar la presente investigación, el cual nos permitirá identificar y vigilar cuales son los aspectos que determinan el porqué se vienen incrementando los casos de hipertensión arterial en las personas, así mismo analizar sus complicaciones en la salud de los pacientes que vienen padeciendo esta enfermedad. (2)

En el Perú, según lo reportado por el MINSA se tiene a la cuarta parte de la población adulta quienes vienen padeciendo de hipertensión arterial; por lo tanto la presente investigación pretende contribuir a la comunidad científica de cómo poder tener un autocuidado óptimo en los pacientes hipertensos.

También debemos de considerar que en el presente estudio se muestra información que refleja la realidad propia del paciente que viene padeciendo de hipertensión arterial, sobre su estilo de vida, su autocuidado así como la información que pueda tener sobre esta enfermedad todo ello para poder implementar diferentes estrategias locales y a nivel regional de promoción de la salud, prevención y control de la hipertensión arterial; en consecuencia el presente estudio servirá como un aporte de base para otras investigaciones en la Región Puno.

El estudio se desarrolla en cuatro capítulos:

CAPÍTULO I: Se va a exponer el problema así como los objetivos de la investigación, para una mayor relevancia del estudio se procede a detallar los antecedentes de la investigación.

CAPÍTULO II: Se desarrolla el marco teórico considerando la doctrina correcta y los temas selectos para la investigación, así como también el marco conceptual.

CAPÍTULO III: En el presente capítulo se considera toda la parte metodológica de la investigación.

CAPÍTULO IV: Se da a conocer los resultados obtenidos al término de la investigación.

Cabe resaltar que en la parte culminante se tiene las conclusiones y recomendaciones realizadas para el estudio, así como también los anexos que refuerzan el presente estudio.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA, ANTECEDENTES Y OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La enfermedad crónica de la hipertensión arterial en personas adultas, viene a ser una enfermedad el cual eleva la presión arterial sistólica el cual va de 140 mmHg a más y una presión arterial diastólica mayor o igual a 90 mmHg, actualmente la hipertensión arterial se ha convertido en una enfermedad de salud pública a nivel mundial así lo ha considerado la Organización Mundial de la Salud. (3)

Otro dato a considerar es que en el año 2020, las enfermedades cardiovasculares se han constituido en la tercera causa de defunciones a nivel mundial. (4)

Las enfermedades en lo que va del año se han registrado cerca de 12 millones de muertes producto de (cardiopatías, accidentes cerebro cardiovasculares, infartos, etc.), pero de todas estas muertes se tiene que la hipertensión arterial es causante de la 8.4% millones de estas (5)

Por otro lado la Organización Mundial de Salud, ha ido desarrollando un estudio donde se tiene al 2019 un 22% de personas en el mundo que vienen padeciendo de hipertensión arterial, asimismo si no cambian los estilo de vida saludable en las personas estas irá incrementando en un 52% en el mundo. A nivel de América Latina se tiene que la hipertensión arterial en el 2019, fue 28.4% en varones y el 18.9% en mujeres todos mayores de edad que oscilan entre 25 años a más. (6)

Cabe mencionar que en el Perú, la hipertensión arterial en razón de su prevalencia en el año 2019 fue del 27.7% el cual se corre el riesgo que irá incrementando en los próximos años, esto debido al consumo desmedido de cigarrillos y alcohol por parte de las personas de ambos sexos. (7)

Así mismo el Ministerios de Salud en sus diferentes boletines a desarrollado campañas de prevención y control de la hipertensión arterial, el cual busca concientizar en las personas el autocuidado como son la reducción en el consumo de la sal, asimismo el bajo contenido de sal en los alimentos, y de buscar ayuda profesional para su control respectivo de la hipertensión como enfermedad crónica. (8)

En la región Puno en el año 2019 se han resgistrado 4650 casos de pacientes con hipertension arterial en el sexo femenino y 3877 nuevos casos en varones; las edades donde se ha desarrollado esta enfermedad va desde los treinta a sesenta años respectivamente para el año 2020 esta enfermedad ha venido alcanzando su prevalencia en un 13.2% según el censo de vivienda del INEI. (9)

Por último se tiene en la Red de Salud de Puno un total de 286 casos de hipertensión arterial en el año 2019, donde en la mayoría de los casos se tiene a las personas de de 60 años los cuales han alcanzado los 149 casos, esta situación es realmente preocupante porque porque cada año los casos de hipertensión viene en crecida. (10)

Por último la población del distrito de Vilquechico no es ajena a esta enfermedad ya que se tiene a un buen número de personas padeciendo de esta enfermedad pero quienes no desarrollan un autocuidado óptimo de su salud, es así que en el Centro de Salud se tiene registrado a 80 pacientes con esta enfermedad y quienes vienen acudiendo al Centro de Salud para su control de rutina, pero debemos de considerar que existen personas que padecen de esta enfermedad pero se resisten a concebirlo como parte de su vida.

1.1.1 . FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

a. Problema general

a.1. ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre la hipertensión arterial y los estilos de vida en pacientes adultos que acuden al Centro de Salud de Vilquechico - 2021?

b. Problemas específicos

b.1. ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre estilos de vida en la dimensión alimentación en los pacientes con hipertensión arterial que acuden al Centro de Salud de Vilquechico - 2021?

b.2. ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre estilos de vida en la dimensión prescripción médica en los pacientes con hipertensión arterial que acuden al Centro de Salud de Vilquechico - 2021?

1.2. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

1.2.1. Antecedentes internacionales

Ávila. C. (2015) .En la tesis cuyo título es “ La Hipertensión Arterial:Importancia de su prevención” concluye lo siguiente; En las últimas décadas se observó un mayor incremento de personas que padecen la enfermedad de hipertensión arterial, en donde del 100% de pacientes diagnosticados,solo el 71.9% están recibiendo un tratamiento médico,y de estas personas solo un 15% tienen un control adecuado de la enfermedad. A pesar de que la Hipertensión Arterial es una de las enfermedades más letales y que tasa de mortalidad aumentó notablemente en estos últimos años.Sin embargo las personas no acuden a tratarse debido a que el tratamiento es relativamente costoso, lo cual lo convierte en una enfermedad de suma importancia para los ciudadanos españoles. También se presenta otro gran problema para poder tratar la hipertensión arterial,debido a que esta enfermedad presenta muy poco sintomatología,por lo cual es difícil dar con un diagnóstico. Pero lo que se recomienda para evitar el alza de la mortalidad, es cambiar el estilo de vida del paciente. (11)

Rivero. O., Martínez. A., & Muñoz. E. (2018) en su artículo de investigación cuyo título es “Hipertensión Arterial. Prevalencia y factores de riesgo en la población de un consultorio de Morón.” concluyeron que ; Por medio del estudio realizado a una población de 15 años de edad a mas, se obtuvieron resultados del porqué las personas desarrollan la

enfermedad de hipertensión arterial, y es debido al mal estilo de vida que llevan en su vida diaria, desde el consumo de tabaco, el consumo de 3 tazas de café o más, la obesidad, y la ingesta de sal en grandes cantidades; son las razones principales para asociarlas a que padecen de hipertensión arterial. Sin embargo todo ello sería modificable si el paciente lleva un estilo de vida más sano, con una adecuada instrucción acerca de los alimentos, etc. (12)

Peñaherrera L. (2020). En la tesis que lleva por título "Prevalencia y factores de riesgo para hipertensión arterial en adultos mayores en áreas urbanas y rurales del cantón Ambato" concluye que ; En el estudio que se realizó tanto en la zona urbana como en la rural, se observaron pacientes con hipertensión arterial, pero a diferencia de la zona rural, en la zona urbana se vio un mayor control con fármacos, y unas erre de tratamientos adecuados para esta patología entre otras enfermedades adicionales que padecen, también se observó que a pesar de que las personas de la zona urbana tienen un tratamiento médico, en ellas se registra valores de presión arterial elevadas al momento de la revisión médica, cosa que no sucede con los pacientes de la zona rural, y ello es debido que en su mayoría no toman medicación y son los que presentan valores de presión arterial normal. Hubieron un total de 17 adultos mayores en la zona de estudio (Canton Amato) de los cuales solo 25 son hipertensos en lo cual predominaría el sexo femenino, además y oscilarían entre las edades de 80 años de edad, existen factores que no favorece a un buen diagnóstico de estos pacientes, si como el envejecimiento que favorece al desarrollo de hipertensión arterial debido a la disfunción endotelial, los malos hábitos de vida, junto a la falta de cumplimiento del tratamiento farmacológico contribuyen a un mal pronóstico en dichos pacientes. Del total de pacientes hipertensos en la mayoría se registró valores de presión arterial que corresponden al estadio 2 según la última actualización de la AHA/ACC, es decir valores superiores a 140/90 mmHg. Y por último se observó que la patología asociada a la hipertensión arterial en adultos mayores más frecuente es la diabetes mellitus, seguida de patologías relacionadas con la tiroides. (13)

Bravo. J.(2019). En la tesis que lleva por título “Manejo en Atención Primaria del Paciente con Hipertensión Arterial atendido en el Centro de Salud Sócrates Flores Vivas Carazo, octubre-diciembre 2018” , concluye que ; En el estudio realizado a personas de las edades de 35 a 49 años de edad, se obtuvieron resultados como, que el género femenino, quienes tienen por ocupación ser amas de casa, serían quienes padecen de esta patología. La sintomatología que presentaron las pacientes fueron principalmente cefalea, palpitaciones y astenia en su gran mayoría. También se observó que en la mayoría de casos los pacientes, no llevan un estilo de vida sano, por lo cual se les hizo la debida orientación. (14)

1.2.2. Antecedentes nacionales

Alejos. M.; Maco. J..(2017). En la tesis desarrollaron cuyo título es “Nivel de conocimiento sobre hipertensión arterial en pacientes hipertensos”. en donde concluyeron que ; El nivel de conocimiento en el estudio realizado en pacientes con hipertensión arterial resultó con niveles bajos, esto debido a la falta de información y conocimiento idóneo acerca de esa enfermedad, ya que se observó que no todos los pacientes cuentan con el mismo nivel educativo, lo cual sería una deficiencia, para inclusive realizar su tratamiento, ya que al desconocer no llevan un adecuado control de la enfermedad. Se vio también que aun los pacientes no identifican la diabetes como factor de riesgo, y tampoco que sea hereditario, o que sea por obesidad, consumo de tabaco y alcohol como factores predisponentes para la hipertensión arterial. (15)

Uscata. R. (2019). En la tesis desarrollada que lleva por título “ Factores de riesgo de hipertensión arterial en adultos mayores atendidos en un hospital geriátrico” en su investigación concluye que; En el estudio que se realizó a los pacientes que ingresaron al servicio de atención del Hospital Militar Geriátrico, en el año 2015 hasta el año 2017, como factores de riesgo para la hipertensión arterial, no fueron el consumo de alcohol, obesidad, o tabaco para que el paciente padece hipertensión arterial en los

pacientes estudiados. los valores que se tomaron en cuenta fueron, la edad, sexo femenino y si tendría algún antecedente familiar o tendría y comorbidad como la diabetes. (16)

Enciso. A. (2018). En la tesis desarrollada cuyo título es "Hipertensión arterial como factor de riesgo para la mortalidad en pacientes con enfermedad renal crónica en hemodiálisis atendidos en el centro de diálisis "San Fernando" en el período 2013 - 2017". en la investigación se concluye que; En el estudio que se realizó a los pacientes con insuficiencia renal que reciben su tratamiento en el centro de diálisis "San Fernando" durante los años 2013-2017; se observó que los pacientes con insuficiencia renal que acuden a centro de diálisis, en su mayoría son del sexo masculino (58 %), a su vez se observó que la causa principal de que los pacientes padescan de insuficiencia renal, es debido a que padecían de hipertensión arterial, que no estuvo bien controlada y que no recibió un tratamiento médico adecuado. Por otro lado, en el estudio también se observó que no hay una relación directa en la defunción de los pacientes atendidos con insuficiencia renal e hipertensión arterial. (17)

Becerra. B., Castro. M., Llerena. W., (2021). En la tesis que desarrollan, y que lleva por título "Factores Socioculturales Asociados A La Hipertensión Arterial En Adultos Mayores. Servicio De Medicina, Hospital Nacional María Auxiliadora-Lima, 2020", en la investigación concluyeron que; Según el estudio que se realizó en el Servicio de Medicina del Hospital Nacional María Auxiliadora, Lima 2020, como primer factor que no se asocia a la hipertensión arterial sería el que los pacientes no necesariamente tengan obesidad o indicios de ella, otro sería el género en los adultos mayores, debido que esta patología la padecen tanto personas del género masculino o femenino, segundo es el nivel educativo que también se asocia con la hipertensión arterial en personas de avanzada edad, y esto debido a que las personas tienen un nivel educativo ponderado, conocen en su mayoría a qué grado puede ser de mortal esta enfermedad, así también toman en serio los cuidados y el tratamiento médico a seguir y acuden de

manera inmediata con un especialista. A diferencia de las personas que su nivel educativo es deficiente, los pacientes con diagnóstico de hipertensión arterial, por esta razón y por desconocimiento, no suelen tomar en serio el tratamiento médico y es por ello que presenta también el desarrollo de otras patologías, así como a insuficiencia renal,entre otros. (18)

1.2.3. Antecedentes locales

Sarmiento. D. (2019). En la tesis realizada,que lleva por título “ Hipertensión arterial y factores de riesgo comportamentales en el personal administrativo del Hospital Regional Manuel Nuñez Butrón Puno . 2017.`` El autor concluye que ; En el estudio realizado hacia el personal administrativo del hospital regional Manuel Nunez Butron, de Puno durante el año 2017. Se observó que del total de personal administrativo,más de la mitad tendría hipertensión arterial y también se vio que un tercio padece de hipertensión arterial en etapa leve, es decir, que se trata de una presión sistólica que oscila entre 130 y 139 mmHg o una presión diastólica que oscila entre 80 y 89 mm Hg. También se observó que entre los factores de riesgo no se debe de asociarlo con el consumo de alcohol o tabaco,y oro dato importante es que tampoco debe de asociarse al consumo de frutas y verduras , y por último se vio que hay otro factor importante que si se relacionaría con la hipertensión arterial, sería esta la actividad física. (19)

Quispe. S.(2021). En la tesis realizada,cuyo título es “ Nivel de adherencia terapéutica en adultos mayores con hipertensión arterial del Puesto de Salud Luquina Chico - Puno 2020” se concluye que ; Del estudio realizado en el puesto de salud Luquina Chico-Puno durante el año 2020, de los pacientes que acudieron al puesto de salud se observó que la mayoría de ellos recibe un tratamiento farmacológico, es decir,reciben tratamiento médico, y también hubieron pacientes que no reciben ningún tratamiento farmacológico. También se observó que en su mayoría los pacientes cumplen de forma continua con tu tratamiento médico pero como también otro porcentaje no llevan un tratamiento

adecuado. (20)

1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN:

a. Objetivo general

a.1. Determinar cuál es el nivel de conocimiento sobre la hipertensión arterial y los estilos de vida en pacientes adultos que acuden al Centro de Salud de Vilquechico - 2021.

b. Objetivos específicos

b.1. Conocer el nivel de conocimiento sobre estilos de vida en la dimensión alimentación en los pacientes con hipertensión arterial que acuden al Centro de Salud de Vilquechico - 2021.

b.2. Identificar el nivel de conocimiento sobre estilos de vida en la dimensión prescripción médica en los pacientes con hipertensión arterial que acuden al Centro de Salud de Vilquechico - 2021.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO, CONCEPTUAL E HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

2.1. MARCO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN

- El conocimiento

Acerca del conocimiento la Real Academia de la Lengua Española, define a el conocimiento como;es aquel proceso que te permite conocer, averiguar ,mediante el ejercicio de las facultades intelectuales propia de la persona, así como también mediante las cualidades y la capacidad de relacionar las cosas.

Siendo así , podemos decir que el conocimiento es un proceso, por el cual el ser humano asimila la realidad acerca de su entorno, y presenta una serie de presentaciones ,de quienes no cabe duda acerca de su veracidad. (21)

- Los niveles de conocimiento

a. El conocimiento científico

Este tipo de conocimiento también conocido como “conocimiento vulgar” , se basa en el sentido común de la persona,parte desde su propia cultura y se pone en práctica como una serie de entendimientos ya establecidos en su conocimiento.Este tipo de conocimiento suele confundir las cosas que le rodean con las ideas que se forman acerca de ellas.

b. El pre científico

El conocimiento pre científico se entiende como aquella manera superficial al “cómo” para tal o cual acontecimiento. Es decir, permanece en el nivel de la certeza sensorial. acontecimiento.

c. El científico

El conocimiento científico es aquel conjunto de saberes que son comprobables determinados por ciertos pasos dados por el método científico. Entonces se entiende que el conocimiento científico se sustenta en evidencias y se recogen en teorías científicas.

d. El metacientífico

El conocimiento metacientífico se denomina así por tener como objeto las reflexiones, más no la realidad empírica dada en bruto, sino ve hacia la realidad científica. Es así que la metaciencia busca mejorar la calidad de la investigación científica.

(22)

- Tipos de conocimiento

Tenemos a:

a. El conocimiento empírico.- El conocimiento empírico también llamando conocimiento popular. Se obtiene a partir de la interacción del ser humano y la observación del mundo, es decir con su entorno.

b. El conocimiento científico.- Es el conocimiento entiende todo acerca de las informaciones y de los hechos que son comprobados mediante la ciencia.

c. El conocimiento filosófico.- Es aquel que proviene de las reflexiones que realiza el ser humano, sobre los cuestionamientos que se plantea estas pueden ser inmateriales o subjetivas.

d. El conocimiento teológico o religioso.- El conocimiento teológico se sostiene en la fe del ser humano, y que también es considerada fuente de la verdad absoluta. (23)

- La hipertensión arterial

La hipertensión arterial es aquella que ejerce la sangre contra las paredes de los vasos sanguíneos al ser bombeada por el corazón. Por ello cuanto más alta sea la tensión, por ende más esfuerzo tiene que realizar el corazón para bombear sangre a todas las partes

del cuerpo. Entendiendo ello, podemos decir que la hipertensión es un trastorno en el que los vasos sanguíneos, se encuentran en una tensión constantemente alta, lo cual expone a que los vasos sanguíneos sean dañados.

Además la hipertensión arterial es considerada una enfermedad de origen multifactorial en donde se destaca entre ellos la herencia, factores ambientales, hemodinámicos y humorales. También debe de ser considerada como una enfermedad crónica que básicamente compromete a los vasos sanguíneos en forma funcional y estructural, además de que esta enfermedad condiciona al paciente hipertenso desarrollar múltiples enfermedades cardiovasculares, insuficiencia renal y demás. (24)

- Clasificación de la hipertensión

Se clasifica en :

a. Según la etiología la Hipertensión puede ser

Primaria; debido a que no se tiene identificada la causa al momento del estudio, podría ser que se por factores genéticos o factores ambientales; así como el consumo alto de la sal, entre otros. También puede ser secundaria pero está más relacionada al daño de un órgano blanco como causa base.

b. Según las cifras de presión arterial

Estas cifras se clasifican en normal, normal alta, hipertensión arterial leve, moderada y severa.

c. Según estadio evolutivo de la enfermedad

Tenemos tres tipos de estadio, en el Estadio I: la enfermedad hipertensiva solo muestra una elevación de la gira de presión arterial sin dañar a ningún órgano. Otro estadio es el Estadio II: En donde la enfermedad cardiaca hipertensiva, hace ver el crecimiento del ventrículo izquierdo, fondo de ojo de 1 o 2 grados. Y por último tenemos al último estadio; Estadio III: Aquí la enfermedad , muestra en daños en los órganos diana, es decir en aquellos órganos como; el ojo, sistema nervioso periférico, el riñón, el corazón, es así que mientras más alto sea el estadio, el pronóstico del paciente es más terrible. (25)

- Síntomas de la hipertensión arterial

La hipertensión arterial es una enfermedad que no presenta síntomas muy peculiares, e decir que esta enfermedad es silenciosa pero que es lentamente progresiva, sin embargo a pesar de su sintomatología no tenga cierta particularidad, se ha visto en algunos paciente manifestar; cefalea, epistaxis, palpitaciones, mareos, insomnio, fatiga.

También puede manifestarse de la siguiente manera:

- Náuseas y vómito
- Dolor de cabeza
- Sensación de calor
- Falta de aire
- Sangrado de nariz
- Enrojecimiento de la cara
- Derrames en los ojos
- Visión doble
- Dolor en la nuca
- Sudoración profusa
- Desmayos

- Los niveles de la hipertensión

Se entiende que la hipertensión arterial varía durante el día, es por ello la importancia de los niveles en que se presenta la hipertensión arterial. Son las siguientes:

a. Presión arterial normal

La presión arterial es normal cuando el porcentaje se encuentra por debajo de 120/80 mmHg.

b. Presión arterial elevada

La presión arterial elevada es una presión sistólica de 120 a 129 mm Hg y una presión diastólica por debajo de 80 mm Hg. A diferencia de la presión arterial normal, la presión arterial elevada empeora con el tiempo, a menos que se tomen medidas para controlarla.

c. La hipertensión de etapa 1

Es una presión sistólica que oscila entre 130 y 139 mmHg o una presión diastólica que oscila entre 80 y 89 mm Hg.

d. Hipertensión de etapa 2

Es una hipertensión más grave, es una presión sistólica de 140 mm Hg o superior, o una presión diastólica de 90 mm Hg o superior. (26)

- El diagnóstico de la hipertensión

Cuando se refiere al diagnóstico de la hipertensión arterial, éste casi nunca es directo, debido a que se realiza en base a las cifras de tensión arterial que son tomadas por medio del esfigmomanómetro. Además de ello es muy importante seguir algunos consejos al momento de hacer la toma de presión arterial, ya que de lo contrario puede ocurrir una sobrevaloración en la medición. Situaciones por ejemplo que debemos de evitar para que el diagnóstico sea certero; evitar realizar ejercicio antes de la medición; la medición debe ser por la mañana y cuando el paciente esté en ayunas, evitar el consumo de café ni fumar, al menos una hora antes, y por último al momento de la medición se debe estar relajado, con el brazo situado a la misma altura que el corazón y sin cruzar las piernas

Entonces es así que; en la población tenemos a pacientes con tensión arterial baja, algunos con tensión arterial normal y en otros casos a pacientes que son diagnosticados como hipertensos, por ello la mayoría de las guías sugieren que si una persona tiene una tensión diastólica superior a 90-100 mm Hg y una tensión sistólica superior a 140-160 mm Hg; debe de recibir un tratamiento médico para así disminuir la tensión arterial y evitar complicaciones. Para el diagnóstico correcto, la presión arterial se mide varias veces, a su vez realizar el análisis de muestras de sangre y de orina, y se realiza un electrocardiograma para estudiar si existe una repercusión a nivel cardiaco. (27)

- El tratamiento en los pacientes que padecen de hipertensión arterial

El tratamiento para los pacientes con hipertensión arterial tiene como principal objetivo el de reducir la morbilidad y mortalidad, esto puede lograrse con el control adecuado de los factores de riesgo, y así evitar el uso de tratamientos farmacológicos por sí solos, y si fuera el caso también acompañándolas con tratamiento médico adecuado. De esa manera entendemos que los pacientes según sea el nivel de presión arterial que tenga puede optar por tratamientos farmacológico o no farmacológico.

a. Tratamiento No Farmacológico

Para llevar a cabo este tratamiento ,primero el paciente debe ser diagnosticado con hipertensión arterial,luego es que el paciente adopta el tratamiento no farmacológico. Como es sabido el tomar una decisión de cambio de estilo de vida es beneficioso para la salud, es por ello que se recomienda que los pacientes con hipertensión arterial , realicen un estilo de vida,ya que ayuda a reducir la tensión arterial sistólica y diastólica entre 8 y 10 mmHg. En el nuevo estilo de vida, el paciente debe tener presente que debe de reducir su peso, su dieta deberá ser pobre en sodio,realizar ejercicio,no debe estar sometido a situaciones que le generen estrés.

b. Tratamiento Farmacológico

Con este tratamiento la finalidad es reducir la tensión arterial para que así las diferentes patologías que se relacionan con esta enfermedad, no se desarrollen en el paciente, o tarden el mayor tiempo posible en desarrollarse. Se debe de tener presente que este tratamiento se usa cuando el tratamiento no farmacológico haya tenido resultados en el paciente, solo así es necesario empezar el tratamiento farmacológico,este tratamiento tiene los;diuréticos,que ayudan a facilitar la excreción renal de agua y sal, para así reducir el trabajo que el corazón debe de realizar para bombear la sangre; betabloqueantes,ayudan a reducir el tono cardiaco y favorecen la vasodilatación arterial; y otros como los inhibidores de la enzima de conversión de la angiotensina. (28)

- Las complicaciones para el paciente hipertenso

Como se tiene en conocimiento la hipertensión arterial produce muy pocos síntomas en muchas veces se presenta de manera asintomática. Debido a ello la detección de esta enfermedad en el paciente no es certera, por eso es que los pacientes presentan complicaciones, que van desde la más aguda hasta la más grave. Entre las complicaciones agudas, se encuentra la emergencia hipertensiva, que tiene por características aumentos bruscos de la presión arterial, casi siempre por encima de 220/130 mm Hg, y adicional a ello se presenta con trastornos en órganos, como el riñón, el corazón, el ojo. Cuando un paciente ingresa a emergencia con el nivel de presión sobre los 220/130, son ingresados a la sala de cuidados intensivos ante el grave riesgo de muerte que presentan a causa de encefalopatía hipertensiva, hemorragia cerebral, angina de pecho inestable, infarto agudo del miocardio, insuficiencia ventricular aguda con edema pulmonar, aneurisma disecante de la aorta. Se recomienda que la presión arterial debe bajarse en 1-2 horas con medicamentos vía intravenosa. Es por ello que la hipertensión arterial afecta a largo plazo a casi todos los órganos y sistemas del organismo; y entre los órganos más afectados tenemos al corazón, debido a que este es el encargado de bombear la sangre, es propenso a sufrir de hipertrofia cardíaca: que primero provoca un aumento en la fuerza de contracción y luego una insuficiencia cardíaca al ser incapaz el corazón de suministrar los nutrientes y el oxígeno que se requiere, así luego presenta una complicación denominada cardiopatía hipertensiva lleva irremediablemente a la muerte del paciente si no se atiende adecuadamente en sus inicios.

Otra complicación es debido al daño de los riñones producido por la hipertensión arterial; esta es una causa de los pacientes que padecen de insuficiencia renal crónica, porque los riñones en esa etapa son incapaces de eliminar las sustancias de deshecho y estas se aumentan en sangre, y se detecta cuando el paciente muestra resultados de creatinina en sangre con valores superiores a 132 $\mu\text{mol/L}$. (29)

- Los factores de riesgos para el paciente hipertenso

Existen diversos factores de riesgo a los cuales está expuesto el paciente con hipertensión arterial, muy al margen de factores como, el trabajo, preocupaciones, etc., estos conllevan a el aumento de estrés e indirectamente se pasa de presión arterial, por eso existen numerosos factores que predisponen a sufrir hipertensión arterial:

- Factores de riesgo no modificables

a. La herencia genética

Debido a este factor es que existe una mayor predisposición a desarrollar hipertensión arterial en los casos en que uno o ambos progenitores sean hipertensos.

b. El sexo

Este factor es más visible en los hombres que tienen más predisposición a padecer de hipertensión arterial, a diferencia de las mujeres hasta que ellas alcanzan la etapa de la menopausia, debido a la pérdida de estrógenos.

- Factores de riesgo modificables:

a. La obesidad o sobrepeso

Entre este factor de obesidad y la hipertensión arterial existe una relación directa, debido a que es muestra de que no se lleva un estilo de vida sano.

b. El sedentarismo

Llevar una vida sedentaria, y una actividad física escasa, aumenta el riesgo de padecer hipertensión arterial.

c. La dieta

Es debido a la alimentación altas en consumo de sodio y de grasas saturadas es que se produce la hipertensión arterial a largo plazo, por ello es recomendable consumir dietas bajas en sodio y ricas en potasio, proteína, cereales integrales, y frutas, verduras, con bajo contenido en grasa total y ácidos grasos saturados.

d. El alcohol

El alcohol en cantidades excesivas producen hipertensión arterial, es decir hace que la presión arterial se eleve; por ello es recomendable el consumo mínimo.

e. El tabaco

El consumo de tabaco es muy malo para un paciente que padece hipertensión arterial , porque primero no deja que los medicamentos de tratamiento sean absorbidos debidamente y ayudan al paciente. Es recomendable limitar su consumo.

f. El estrés

Se sabe que debido a diferentes estudios , existe una relación directa entre el nivel de hipertensión arterial y las situaciones estresantes a las que se enfrentan las personas que padecen de esta enfermedad. (30)

- Sobre el estilo de vida saludable en los pacientes con hipertensión arterial

Como se sabe existen ciertos factores que están inmersos dentro del estilo de vida del paciente con hipertensión arterial, estos factores favorecen al aumento de las cifras de la presión arterial, y es debido que consumen cantidades excesivas de sal, tienen obesidad, el consumo alto de bebidas alcohólicas, entre otros. Es debido a ello que los pacientes con hipertensión arterial deben de eliminar en su dieta y estilo de vida, lo mencionado, estas medidas pueden ser suficientes para normalizar las cifras tensionales. Este tipo de padecimiento debe estar vigilado y controlado por un especialista. Es así que debe de llevar en su vida cotidiana :

- Llevar una dieta sana y baja en el consumo de sal.
- Debe de disminuir la cantidad de café, o bebidas gasificadas
- Debe de realizar mínimamente tres veces a la semana entre 45 minutos y 1 hora de ejercicio físico moderado, salvo en caso de estar contraindicado. (31)

- La alimentación para los pacientes con hipertensión

La alimentación para el paciente con hipertensión es fundamental , es por eso que se recomienda llevar una dieta equilibrada la cual tenga los principales nutrientes y las cantidades necesarias, es algo indispensable para mantener una buena nutrición y el estado de salud idóneo para un paciente con hipertensión.

El paciente con hipertensión debe de empezar con la disminución del consumo de sal , solamente debe de hacer el consumo de menos de 5 g de sal/día, es decir una

cucharadita pequeña de sal, la cual debe de ser distribuida para todos los alimentos. Los alimentos como la carne, pescado, y similares, que si bien son ricos en proteínas, pero contiene altas cantidades de sodio, porque se debe cocinarlas y luego desechar el líquido de la cocción.

A diferencia del sodio, el consumo de potasio protege contra la hipertensión arterial, es por eso que se recomienda el consumo mínimo de potasio de 2 g/día por persona. Los alimentos ricos en potasio son las frutas cítricas, vegetales como el tomate y la col. También se sugiere el consumo de calcio alimentos como la leche y sus derivados

Además debe de evitarse el consumo de grasa saturada, tales como la manteca de origen animal como la grasa de cerdo, los cuales elevan los niveles de colesterol en sangre e incrementan el riesgo de aterosclerosis. Además se debe tener en cuenta que la dieta del paciente debe contener, abundante fibra dietética y antioxidantes, lo cuales comprende los carbohidratos no absorbibles de los vegetales, estos son recomendables en personas con sobrepeso y reducen el riesgo de aterosclerosis y sus complicaciones; también disminuyen el colesterol de la sangre, el estreñimiento, el cáncer de colon y la apendicitis. Por ello es que diversas organizaciones y estudios recomiendan el consumo de dietas vegetarianas por sus efectos beneficiosos sobre la salud y más que nada para los pacientes que padecen de esta patología.

- En relación a la actividad física que debe realizar las personas que padecen hipertensión

Es recomendable que los pacientes que padezcan hipertensión arterial, realicen actividad física aeróbica, debido a que esta actividad física al realizar cualquier tipo de movimiento obliga a los músculos hacer uso del oxígeno; además de que favorece el mantenimiento o la disminución del peso corporal, y esto mejora la calidad y la expectativa de vida de las personas que realizan este tipo de actividad física.

Ahora la actividad física es importante para el paciente que padece hipertensión arterial, se ha visto que un paciente con una vida sedentaria aumenta la probabilidad de padecer hipertensión entre un 20% y un 50%. Se recomienda al paciente con esta patología

realizar ejercicios físicos aeróbicos de moderada intensidad, todos o casi todos los días, durante 30 a 60 minutos al día, en los pacientes hipertensos el hacer actividad física disminuye las cifras de presión arterial. Pueden realizar ejercicios como ; correr, montar en bicicleta, trotar o nadar. Sin embargo esto no es recomendable para todos los pacientes ,tenemos a pacientes que presentan una hipertensión con complicaciones, ellos deben someterse a un examen previo por parte de un especialista antes de comenzar un programa de ejercicios físicos. (32)

2.2. MARCO CONCEPTUAL PARA LA INVESTIGACIÓN

Centro de salud

Los centros de salud son aquellos espacios destinados a la atención primaria en las pequeñas comunidades así como también en los barrios, diferentes localidades. Es decir que en algunos lugares los centros de salud son el único espacio que tienen para recibir atenciones ,mientras que en otros lugares como en las grandes ciudades los centros de salud conviven de manera adecuada así como los hospitales, sanatorios, nosocomios, etc. (33)

Conocimiento

El conocimiento, es aquel proceso progresivo y gradual desarrollado propia del hombre para aprender de su mundo y realizarse como individuo. Se sabe que científicamente, es estudiado por la epistemología, quien define el conocimiento como la teoría del conocimiento. (34)

Enfermedad

La enfermedad es cualquier estado donde exista deterioro de la salud en el organismo humano. Todas las enfermedades debilitan el sistema natural de defensa del organismo humano. (35)

Hipertensión arterial

La hipertensión arterial es una patología con dimensiones incalculables, en donde los vasos sanguíneos tienen una tensión persistentemente alta, lo que puede dañarlos a

largo plazo. Por tanto, es necesario recordar que tanto en la prevención como en el tratamiento de esta enfermedad, es necesario llevar un estilo de vida saludable. (35)

Paciente

Se refiere a paciente a la persona que por distintas situaciones sufra de una enfermedad o una lesión; también sufre de dolor y malestar y, por ende, se entiende que necesita asistencia médica, y así estar cuidados profesionales para la mejoría de su salud. (36)

Prevención

La Prevención es aquella medida que se usa no solamente para prevenir la aparición de la enfermedad, sino que también a la reducción de factores de riesgo, y también a detener su avance y atenuar sus consecuencias una vez diagnosticada. (36)

Paro cardíaco

El paro cardíaco es cuando hay un cese de la función de bomba del corazón. Entonces se entiende que la principal función del corazón es la de bombear la sangre hacia las arterias para que lleguen el oxígeno. La principal causa de paro cardíaco es el infarto. También hay causas extracardiacas que pueden llevar al paro cardíaco como la hipoxia en el ahogado o la hipovolemia cuando se trata de una hemorragia. (37)

Tratamiento medico

El tratamiento médico es el conjunto de los medios que utiliza el médico para así aliviar o curar la enfermedad. Los tratamientos médicos son prescripciones que contienen tratamiento farmacológico o no farmacológico, según sea la enfermedad que se padezca. (38)

2.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

a. Hipótesis general

a.1 El nivel de conocimiento sobre hipertensión arterial y los estilos de vida son aspectos determinantes en el estado de salud de los pacientes que acuden al Centro de Salud de Vilquechico en el año 2021.

b. Hipótesis específica

b.1. El nivel de conocimiento sobre los estilos de vida en razón de la alimentación es un factor que influye en el estado de salud de los pacientes quienes acuden al Centro de Salud de Vilquechico en el año 2021.

b.2. Los pacientes que padecen hipertensión arterial que acuden al Centro de Salud de Vilquechico están siendo afectados en su salud como consecuencia de no tener un conocimiento adecuado sobre un buen estilo de vida en razón de la prescripción médica.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. ZONA DE ESTUDIO

El estudio se realizará en el Centro de Salud del distrito de Vilquechico, que se encuentra ubicado en la provincia de Huancané, en el departamento Puno. El distrito de Vilquechico se encuentra a una altitud de 3825 metros sobre el nivel del mar, con una población de 9527 habitantes según el último censo de población urbana y rural realizada por el INEI, el distrito de Vulquechico actualmente cuenta con una superficie de 499.38 km². Su clima es variado siendo frío y seco en invierno, también desarrolla temporadas de lluvia.

3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA

3.2.1. Población

La población se ha determinado por los casos de hipertensión que se presentaron en el Centro de Salud del distrito de Vilquechico considerando para ello las historias clínicas de los pacientes, dentro de la población se ha tomado en cuenta a todos los pacientes adultos mayores de 40 años a más, que vienen padeciendo de Hipertensión arterial (mayor a 130/90 mm de Hg.) los cuales ascienden a 50 pacientes que han sido atendidos en el año 2021.

3.2.2. Muestra

En el estudio desarrollado se determinó la muestra por el número de casos que se tiene

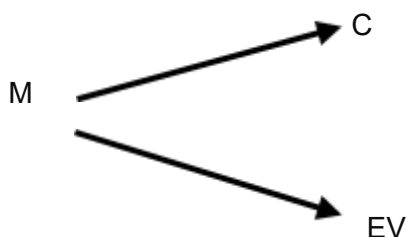
motivo de la enfermedad de análisis, en consecuencia no se realizó el cálculo de tamaño de la muestra por fórmula, por lo tanto ingresaron al estudio y análisis en la investigación todos los pacientes adultos mayores de 40 años que han sido diagnosticados con Hipertensión arterial (mayor a 130/90 mm de Hg.) los cuales han sido atendidos en el Centro de salud del Distrito de Vilquechico durante el año 2021.

Por lo tanto la selección de la muestra fue no probabilístico, por conveniencia del investigador, también en la muestra se ha considerado a los pacientes adultos de 40 a más años, que han sido atendidos en el Centro de Salud del distrito de Vilquechico en el año 2021, quienes tienen el diagnóstico de Hipertensión Arterial, en consecuencia la muestra para la presente investigación estuvo conformada por 50 pacientes.

3.3. METODOS Y TECNICAS:

El presente estudio corresponde al método descriptivo.

Donde se procede a esquematizar de la siguiente forma sobre el nivel de conocimiento sobre la hipertensión arterial y estilos de vida en los pacientes adultos que acude al Centro de Salud de Vilquechico:



Donde:

Muestra: Pacientes adultos mayores de 40 años.

C: Nivel de conocimiento sobre hipertensión arterial.

EV: Estilos de vida del paciente hipertenso.

- Métodos, técnicas e instrumentos de la investigación

La investigación se desarrolla bajo el enfoque cuantitativo, de nivel relacional, de tipo: observacional, también se según ha considerado que por la toma de datos es prospectiva, vale indicar que según la cantidad de ocasiones en que ha medido las variables el estudio fue de tipo transversal, cabe resaltar que por el número de variables para la investigación el estudio fue analítico.

Es cuantitativo porque permite cuantificar cada uno de los datos por medio de la información de carácter estadístico.

Es relacional porque las variables se relacionan entre sí.

Es observacional porque no se manipularon las variables en consecuencia cada uno de los datos han mostrado la evolución de cada uno de los eventos.

Es prospectivo porque los datos se han recogido de fuentes primarias para la primera variable y para la segunda variable en función de las historias clínicas de los pacientes.

Es Transversal porque las variables se han medido en un solo momento.

Técnica: La técnica que se utilizó fue la encuesta el cual nos ha permitido recolectar información relacionada a las variables en estudio, que estaban previamente elaboradas.

Instrumento: El instrumento que se ha utilizado en la investigación fue la guía de entrevista y guía de observación de historias clínicas.

El instrumento utilizado fue debidamente cotejado por el método de alfa de cronbach.

Índice de alpha de Cronbach: Se determinó que en la interpretación de cada uno de los resultados sobre el índice del alfa de Cronbach, este debe de ser mayor a 0.7:

Donde:

Ho: Resultado < 0.90 —> nula la confiabilidad.

Ha: Resultado => 0.90 —> prueba tiene confiabilidad.

3.4. PROCESAMIENTO DE LOS DATOS

Se solicitó el permiso correspondiente al jefe del Centro de Salud para la ejecución de la tesis.

Una vez obtenido el permiso se ha coordinado con el encargado del área de historias clínicas a fin de poder analizar dichos actos médicos.

Luego se ha procedido a la selección del instrumento de medición teniendo en cuenta la operacionalización de las variables plasmadas en la investigación.

Luego se aplicó el instrumento a los pacientes que padecen de hipertensión arterial, se realizó en forma colectiva por exigencias y fines propios de la investigación.

Una vez que se tuvo la información esta fue tabulada en los medios informáticos para su análisis estadístico.

Para el procesamiento de la información se ha utilizado el programa SPSS – versión 21, Microsoft Word y Excel.

Acto seguido para la contrastación de la hipótesis se ha utilizado la prueba estratificada no paramétrica del chi – cuadrado el cual desarrolla el nivel de significancia de 0.05 (95% de confiabilidad y 5% margen de error).

Por último los resultados se presentan en tablas simples y gráficos estadísticos respectivamente.

3.5. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	CATEGORÍA
Variable independiente: Nivel de conocimiento sobre hipertensión arterial.	Conocimiento sobre hipertensión arterial.	La hipertensión arterial. Síntomas de la hipertensión arterial. Diagnóstico de la hipertensión arterial. Tratamiento para los pacientes con hipertensión arterial. Complicaciones en los pacientes con hipertensión arterial.	Alto = 11-14 Medio = 6-10 Bajo = 0-5
Variable dependiente: Autocuidado del paciente con hipertensión arterial.	Alimentación para el paciente con hipertensión arterial.	Dieta para el paciente con hipertensión arterial. Prescripción médica para el paciente con hipertensión arterial.	Nunca Algunas veces Siempre
		Prescripción médica adecuada. Visita al médico tratante.	

CAPÍTULO IV

EXPOSICIÓN ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

4.1. RESULTADOS OBTENIDOS EN LA INVESTIGACIÓN

NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE HIPERTENSIÓN ARTERIAL

Tabla 01: La hipertensión arterial según sexo de los pacientes

Sexo de los pacientes	Varones	Porcentaje	Mujeres	Porcentaje
La hipertensión arterial según sexo de los pacientes	12	(30%)	28	(70%)

A nivel de la tabla se muestran las personas adultas mayores de 40 años que acuden al centro de Salud del Distrito de Vilquechico a sus controles por hipertensión arterial entre varones y mujeres, donde se puede observar que la mayor parte de pacientes son mujeres el cual a alcanzado un 70% de la muestra que se aplicó en el estudio, mientras que el 30% son varones, esto nos demuestra que las mujeres son las que vienen siendo afectada con esta enfermedad.

La enfermedad de la hipertensión arterial es una mal de tipo crónico crónica más común en razón del cuidado primario y por ende es uno de los factores de riesgo cardiovascular común en padecer tanto hombres y mujeres. Según la Organización Mundial de la Salud, viene hacer una de las principales causas de muerte; es por ello que resulta sumamente necesario que el hecho de reducir la presión arterial en ambos sexos va a prevenir la

morbi-mortalidad de estas personas que la padecen. Pero cabe resaltar según estudios realizados por la OMS y el MINSA del Perú, el sexo masculino tiene mayores cifras de presión arterial en todos los rangos de edad en comparación con el femenino, pero la diferencia se nota en las mujeres arias que tienen una mayor prevalencia de hipertensión arterial y es la mujer quien se descuida en razón a sus controles, sumado a ello la edad y el descuido en razón al estilo de vida que llevan tanto en su dieta así como en sus controles médicos; así mismo otro factor que influye es la obesidad, raza, diabetes y enfermedad renal crónica que puedan padecer. Es por ello que resulta elemental que las pacientes debían de desarrollar un un estilo de vida saludable a través de la dieta y el ejercicio, reducir el consumo de sal y alcohol y adoptar el debido tratamiento médico y control de la hipertensión en las mujeres en especial. (Juan KURREA, 2016)

Tabla 02: Nivel de conocimiento sobre la hipertensión arterial

La hipertensión	Nivel de conocimiento					
	C. Alto	Porcentaje	C. Medio	Porcentaje	C. Bajo	Porcentaje
Conoce la hipertensión arterial	2	(5%)	26	(65%)	12	(30%)
Conoce los síntomas de la hipertensión arterial	3	(7.5%)	23	(57.5%)	11	(27.5%)
Conoce el diagnóstico de la hipertensión arterial	3	(7.5%)	28	(70%)	9	(22.5%)
Conoce el tratamiento para hipertensión arterial	6	(15%)	24	(60%)	10	(25%)
Sabe de las complicaciones por la hipertensión arterial	4	(10%)	27	(67.5%)	9	(22.5%)

En la tabla dos se refleja la información obtenida producto de la encuesta realizada a los pacientes mayores de 40 años que asisten al Centro de Salud del Distrito de Vilquechico

entre varones y mujeres, donde se puede observar que el nivel de conocimiento sobre la hipertensión arterial dentro del factor conocimiento medio tiene mayor trascendencia seguido del factor conocimiento bajo y por último se tiene al factor conocimiento alto, enfocándonos dentro del factor del conocimiento medio se tiene que muy pocas personas conocen la forma de diagnóstico sobre la hipertensión arterial ya que el 70% de los pacientes entre hombres y mujeres mostrando un nivel de conocimiento medio, en la tabla que se analiza se tiene solo al 5% que tienen un conocimiento bueno sobre la hipertensión arterial; también debemos de resaltar que solo el 7.5% tiene un nivel de conocimiento bueno sobre los síntomas de la hipertensión arterial.

Un aspecto importante a tener en cuenta es que la hipertensión arterial acorta la expectativa de vida de las personas, por lo tanto el conocimiento en el paciente tiene un doble objetivo, aunque no se logre bajar la mortalidad de las que la padecen, pero lo importante es reducir la morbilidad por temas cardiovasculares. Es por ello que los pacientes deben conocer a fondo lo que es la hipertensión arterial y cual de los órganos del cuerpo humano vienen siendo afectado con gran proporción, es por ello que el conocimiento de los síntomas y el tratamiento, determina el umbral de la presión arterial, y es por ahí donde se le empieza a tratar al paciente sea con medicamentos y en base a una dieta balanceada en su alimentación que determinarán los niveles de presión que se desea alcanzar y mantener con éste al paciente. En suma debemos de considerar que la hipertensión arterial es uno de los factores de riesgo modificable de mayor prevalencia en el mundo ya que es la enfermedad que promueve la aterosclerótica cardiovascular, causante de los eventos cardíacos, cerebrovasculares, la insuficiencia renal y enfermedad vascular periférica, en consecuencia la vida de los pacientes se ve en riesgo; no cabe duda que los investigadores en el Perú han desarrollado múltiples estudios en diferentes partes del país, con resultados diferentes; pero todos han llegado a coincidir de que el conocimiento sobre esta enfermedad es elemental para poderla combatir desde sus inicios y no hacer que empeore la salud de las personas. (Regulo Agusti, 2016)

El conocimiento es un proceso, por el cual el ser humano asimila la realidad acerca de su entorno, y presenta una serie de presentaciones, de quienes no cabe duda acerca de su veracidad, por lo tanto el paciente hipertenso está en la obligación de aprender y assimilar conocimientos sobre la enfermedad de la hipertensión arterial ya que de ello dependerá que pueda mantener una salud estable o pueda empeorar en razón de su salud es por ello tomando en consideración el estudio de Alejos & Maco. J. donde realizaron estudios en el año 2017. en su trabajo de investigación el cual se denomina "Nivel de conocimiento sobre hipertensión arterial en pacientes hipertensos". donde analizaron que el nivel de conocimiento en pacientes con hipertensión arterial resultó con niveles bajos, esto debido a la falta de información y conocimiento idóneo acerca de la hipertensión arterial, también han podido observar que no todos los pacientes cuentan con el mismo nivel educativo lo cual dificulta la apreciación de los síntomas, tratamiento y diagnóstico sobre la hipertensión arterial, esta deficiencia inclusive no permite someterse a un tratamiento adecuado para establecer su salud o al menos mantener controlado a la enfermedad y no degeneren otros órganos del cuerpo; también ~~tambiéntambien~~ tomando en consideración el estudio de Becerra. B., Castro. M., Llerena. W., realizado en el año 2021. donde analizan los "Factores Socioculturales asociados a La hipertensión arterial en adultos mayores del servicio de Medicina, Hospital Nacional María Auxiliadora - Lima, 2020", donde se dio a conocer que el primer factor que no se asocia a la hipertensión arterial sería el que los pacientes no necesariamente tengan obesidad o indicios de ella, otro sería el género en los adultos mayores, debido que esta patología la padecen tanto personas del género masculino o femenino, segundo es el nivel educativo que también se asocia con la hipertensión arterial en personas de avanzada edad, se conoció también que las personas con mayor instrucción académica tienen un buen grado de comprensión sobre los cuidados y el tratamiento médico a seguir sobre la hipertensión arterial, esta situación permite que el paciente acuda de forma puntual a sus controles y se someta a un tratamiento médico adecuado. A diferencia de las personas que su nivel educativo es deficiente, en estos

pacientes se refleja mucho descuido en su salud considerando que su nivel de conocimiento de esta enfermedad es bajo considerando que el desarrollo de otras patologías, se dará con mayor prontitud como es el caso de la insuficiencia renal, entre otras enfermedades. Por otro lado, la hipertensión arterial es aquella enfermedad que ejerce la sangre contra las paredes de los vasos sanguíneos al ser bombeada por el corazón. Por ello cuanto más alta sea la tensión, por ende más esfuerzo tiene que realizar el corazón para bombear sangre a todas las partes del cuerpo. Entendiendo ello, podemos decir que la hipertensión es un trastorno en el que los vasos sanguíneos, se encuentran en una tensión constantemente alta, lo cual expone a que los vasos sanguíneos sean dañados. Además la hipertensión arterial es considerada una enfermedad de origen multifactorial en donde se destaca entre ellos la herencia, factores ambientales, hemodinámicos y humorales. También debe de ser considerada como una enfermedad crónica que básicamente compromete a los vasos sanguíneos en forma funcional y estructural, además de que esta enfermedad condiciona al paciente hipertenso desarrollar múltiples enfermedades cardiovasculares, insuficiencia renal y demás.

AUTOCUIDADO DEL PACIENTE CON HIPERTENSIÓN

Tabla 03: Alimentación del paciente con hipertensión arterial

Alimentación del paciente	Frecuencia de consumo					
	Nunca	Porcentaje	Algunas veces	Porcentaje	Siempre	Porcentaje
Consume vegetales en abundancia	0	(0%)	12	(30%)	28	(70%)
Consume té, café y alcohol	8	(20%)	27	(67.5%)	5	(12.5%)
Consume frutas, granos integrales y productos lácteos bajos en grasa	0	(0%)	29	(72.5%)	11	(27.5%)
Bebe té de hierbas	4	(10%)	26	(65%)	10	(25%)
Consume sal y alimentos altos en grasas	8	(20%)	25	(62.5%)	7	(17.5%)
Consume carnes rojas	6	(15%)	27	(67.5%)	7	(17.5%)
Consume carne de pollo y pescado	0	(0%)	28	(70%)	12	(30%)

En la tabla en análisis se muestran los resultados sobre la alimentación de un paciente hipertenso donde se destaca que el 70% de pacientes consume de forma abundante vegetales, haciendo que esta dieta sin duda alguna ayudará a poder controlar la hipertensión, también se observa que el 20% de las personas entre varones y mujeres aún siguen consumiendo sal en sus alimentos, así como bebidas alcohólicas, el té y el café, que lejos de mejorar en su salud los viene empeorando, también podemos ver que el 72.5% en algunas veces consume frutas, granos naturales y alimentos bajos en

grasas, en consecuencia las personas sometidas a estudio sabiendo que tienen esta enfermedad degenerativa que puede provocarles otras enfermedades no cuida su alimentación.

Los cambios en la alimentación en paciente que viene sufriendo de hipertensión arterial es una forma comprobada que ayuda a mantener controlada esta enfermedad, así mismo contribuye a poder bajar de peso y disminuir su probabilidad de sufrir una enfermedad cardíaca el cual tenga como consecuencia un accidente cerebrovascular, para empezar con la dieta se debe de iniciar con la ingesta baja en sal en los alimentos ya que contribuirá en bajar la presión arterial, así mismo se debe de reducir el consumo de sodio, grasas saturadas e ingerir alimentos bajos en grasas y calorías, cabe resaltar que se debe tener en cuenta que consumir productos lácteos no va a beneficiar de forma ostensible en la presión arterial sistólica, es preferible que el paciente consuma aceites monoinsaturados, como los aceites de oliva y canola, también debe de consumir granos integrales a los productos de harina blanca o pasta, debe de alimentarse en función a frutas y verduras frescas todos los días, en fin el paciente que padece de hipertensión arterial debe de saber que el buen alimento va a contribuir en mejorar el padecimiento de la enfermedad.

Cabe destacar que en el estudio realizado por Rivero. O., Martínez. A., & Muñoz. E. (2018) donde se analiza a la "Hipertensión Arterial en su prevalencia y factores de riesgo en la población de un consultorio de Morón." se ha podido observar que del estudio realizado a una población de 15 años de edad a más, se obtuvieron resultados del porqué las personas desarrollan la enfermedad de hipertensión arterial, y es debido al mal estilo de vida que llevan en su vida diaria, vale decir que su dieta o consumo de los alimentos es realmente equivocado ya que estas personas sometidas a estudio consumen tabaco, el consumo de 3 tazas de café o más, presentan obesidad y tienen la manía de tener una ingesta de sal en grandes cantidades; son las razones principales para asociarlas a que padecen de hipertensión arterial. Pero esta situación se puede cambiar si el paciente decide cambiar su dieta y estilo de vida. Para llevar a cabo un

tratamiento médico en base a un estilo de vida saludable se debe tener en cuenta primero que el paciente debe ser diagnosticado con hipertensión arterial, luego es que el paciente adopta el tratamiento no farmacológico. Como es sabido el tomar una decisión de cambio de estilo de vida es beneficioso para la salud, es por ello que se recomienda que los pacientes con hipertensión arterial, realicen un estilo de vida, ya que ayuda a reducir la tensión arterial sistólica y diastólica entre 8 y 10 mmHg. En el nuevo estilo de vida, el paciente debe tener presente que debe de reducir su peso, su dieta deberá ser pobre en sodio, realizar ejercicio, no debe estar sometido a situaciones que le generen estrés, por otro lado la alimentación del paciente con hipertensión arterial debe ser evitando el consumo alto de sodio y de grasas saturadas ya que estos alimentos producen la hipertensión arterial a largo plazo, por ello es recomendable consumir dietas bajas en sodio y ricas en potasio, proteína, cereales integrales y frutas, verduras, con bajo contenido en grasa total y ácidos grasos saturados, el paciente con hipertensión debe de empezar con la disminución del consumo de sal, solamente debe de hacer el consumo de menos de 5 gramos de sal por día, es decir una cucharadita pequeña de sal, la cual debe de ser distribuida para todos los alimentos. Los alimentos como la carne, pescado y similares, que si bien son ricos en proteínas, pero contiene altas cantidades de sodio, porque se debe cocinarlas y luego desechar el líquido de la cocción, a diferencia del sodio, el consumo de potasio protege contra la hipertensión arterial, es por eso que se recomienda el consumo mínimo de potasio de 2 g/día por persona. Los alimentos ricos en potasio son las frutas cítricas, vegetales como el tomate y la col. También se sugiere el consumo de calcio alimentos como la leche y sus derivados, es por ello de acuerdo a lo analizado los resultados de la presente tabla muestran que los pacientes vienen teniendo en su mayoría un estilo de vida en su alimentación de regular a deficiente en su mayoría por prestarle poco interés a los síntomas de la enfermedad, en consecuencia si no toman conciencia de cambiar sus hábitos alimenticios los síntomas de la hipertensión serán más visibles.

Tabla 04: Prescripción médica para el paciente con hipertensión arterial

Prescripción médica	Nunca	Porcentaje	Algunas veces	Porcentaje	Siempre	Porcentaje
Utiliza lugares adecuados para la conservación de sus medicamentos	2	(5%)	28	(70%)	10	(25%)
Ingiere sus medicamentos a la hora según receta médica	4	(10%)	32	(80%)	4	(10%)
Acude periódicamente a sus controles médicos	0	(0%)	23	(57.5%)	17	(42.5%)
Acude a un centro de salud para el control de su presión arterial	0	(0%)	23	(57.5%)	17	(42.5%)

En la presente tabla se muestran los resultados sobre la prescripción médica y cuidados que deben de tener los pacientes que vienen sufriendo de hipertensión arterial, es así que el 80% de los pacientes vienen tomando sus medicamentos fuera de su hora, también podemos observar que el 57.5% algunas veces acuden a sus citas médicas para realizarse sus controles con el médico tratante y una cifra similar se observa a pacientes que algunas veces acuden al centro de salud para el control de su presión arterial, generando una actitud de descuido que lejos de ayudar a mantener bajo control a la enfermedad esta irá empeorando hasta encontrar la degeneración de otros órganos del cuerpo que lo llevará a una muerte realmente penosa, también debemos de mencionar que en la tabla se observa que en una mínima parte tiene cuidado en el cumplimiento de lo prescrito por el médico tratante.

El paciente con hipertensión arterial debe de saber que esta enfermedad si no es controlada con medicamentos recetados por el médico tratante e ingeridos de forma periódica puede causar problemas como enfermedad cardíaca, accidente cerebrovascular, pérdida de la visión, enfermedad renal crónica y otras enfermedades vasculares, por lo tanto el consumo de medicamentos para bajar la presión arterial deben de ser estrictos como parte del estilo de vida del paciente, cabe destacar que los médicos por lo general recomiendan el uso y consumo de los medicamentos diuréticos también llamados las píldoras de agua, que ayudan a los riñones a eliminar algo de sal (sodio) del cuerpo, los betabloqueadores que permiten que el corazón palpite a una tasa más lenta y con menos fuerza, medicamentos como son los inhibidores de la enzima convertidora de angiotensina que relajan los vasos sanguíneos y como consecuencia se tiene la reducción de la presión arterial, los bloqueadores de los receptores de angiotensina II que inhiben la enzima convertidora de angiotensina y los bloqueadores de los canales del calcio que también relajan los vasos sanguíneos al reducir el calcio que entra en las células de cada uno de los vasos sanguíneos en el cuerpo. En el estudio realizado por Ávila. C. en el año 2015, donde analizo “La Hipertensión Arterial: Importancia de su prevención” donde a observado que en las últimas décadas se ha incrementado las personas que padecen la enfermedad de hipertensión arterial, en donde del 100% de pacientes diagnosticados, solo el 71.9% están recibiendo un tratamiento médico, y de estas personas solo un 15% tienen un control adecuado de la enfermedad. A pesar de que la Hipertensión Arterial es una de las enfermedades más letales y que la tasa de mortalidad viene en aumentó de forma notable en estos últimos años. Pero a pesar de ello las personas no acuden a tratarse debido a que el tratamiento es relativamente costoso, lo cual lo convierte en una enfermedad de suma importancia para los ciudadanos españoles. Otro factor que también se ha analizado en el estudio es que el problema para poder tratar la hipertensión arterial, es que sus síntomas son muy poco visibles y solo nos damos cuenta cuando la enfermedad ya ha avanzado en malograr nuestro organismo, Por otro lado en el estudio desarrollado por Quispe. en el año 2021.

en su trabajo sobre "Nivel de adherencia terapéutica en adultos mayores con hipertensión arterial del Puesto de Salud Luquina Chico - Puno" donde ha podido observar que la mayoría de los pacientes recibe un tratamiento farmacológico, es decir, reciben tratamiento médico, y también hubieron pacientes que no reciben ningún tratamiento farmacológico. También se observó que en su mayoría los pacientes cumplen de forma continua con tu tratamiento médico pero como también otro porcentaje no llevan un tratamiento adecuado, estos resultados se asemejan con nuestros resultados que han sido obtenidos en la presente tabla por cuanto los pacientes sometidos a estudio en su mayoría no acuden de forma frecuente a sus controles médicos y los medicamentos los vienen ingiriendo de forma desordenada es decir fuera de hora, en algunos casos los pacientes no ingieren sus medicamentos, cayendo en un descuido en su salud que con el correr del tiempo va a empeorar de forma ostensible. Por lo tanto el tratamiento médico en base a fármacos va a permitir reducir la tensión arterial para que así las diferentes patologías que se relacionan con esta enfermedad, no se desarrollen en el paciente, o tarden el mayor tiempo posible en desarrollarse. Se debe de tener presente que este tratamiento se usa cuando el tratamiento no farmacológico haya tenido resultados en el paciente, solo así es necesario empezar el tratamiento farmacológico,este tratamiento tiene los;diuréticos,que ayudan a facilitar la excreción renal de agua y sal, para así reducir el trabajo que el corazón debe de realizar para bombear la sangre; betabloqueantes,ayudan a reducir el tono cardiaco y favorecen la vasodilatación arterial; y otros como los inhibidores de la enzima de conversión de la angiotensina.

4.2. CONTRASTACIÓN DE LA HIPÓTESIS

A. HIPÓTESIS GENERAL DE LA INVESTIGACIÓN

Nivel de conocimiento de la hipertensión arterial	CHI	Significancia	Intervalo de confianza	
			Límite inferior	Límite superior
Conoce la hipertensión arterial	0.019	0.751	1.000	0.418
Conoce los síntomas de la hipertensión arterial	0.036	0.632	0.637	0.430
Conoce el diagnóstico de la hipertensión arterial	1.327	0.538	0.432	0.214
Conoce el tratamiento para hipertensión arterial	0.028	0.421	0.761	0.528

De acuerdo a los resultados que se han obtenido y según la estadística que se muestra se que los pacientes mayores de 40 años que asisten al Centro de Salud del Distrito de Vilquechico entre varones y mujeres, donde se ha observado que el nivel de conocimiento sobre la hipertensión arterial en razón al conocimiento medio tiene mayor trascendencia seguido del factor conocimiento bajo y por último se tiene al factor conocimiento alto, enfocándonos dentro del factor del conocimiento medio se tiene que muy pocas personas conocen la forma de diagnóstico sobre la hipertensión arterial ya que el 70% de los pacientes entre hombres y mujeres mostrando un nivel de conocimiento medio, en la tabla que se analiza se tiene solo al 5% que tienen un conocimiento bueno sobre la hipertensión arterial; también debemos de resaltar que solo el 7.5% tiene un nivel de conocimiento bueno sobre los síntomas de la hipertensión arterial.

Por lo tanto considerando para el análisis de las variables, se utilizó la prueba estadística no paramétrica de Chi cuadrado, cuyos resultados ($X^2 = 1.320$; $p = 0,095 > 0.05$) indican

que el conocimiento sobre la hipertensión arterial es medio en gran proporción en los pacientes que vienen han sido atendidos en el Centro de Salud del distrito de Vilquechico, en consecuencia se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

Hipótesis alterna

El nivel de conocimiento sobre hipertensión arterial y los estilos de vida son aspectos determinantes en el estado de salud de los pacientes que acuden al Centro de Salud de Vilquechico en el año 2021.

Hipótesis nula

El nivel de conocimiento sobre hipertensión arterial y los estilos de vida son aspectos que no son determinantes en el estado de salud de los pacientes que acuden al Centro de Salud de Vilquechico en el año 2021.

B. HIPÓTESIS ESPECÍFICA I DE LA INVESTIGACIÓN

(Autocuidado del paciente) alimentación del paciente hipertenso	CHI	Significancia	Intervalo de confianza	
			Límite inferior	Límite superior
Consume vegetales en abundancia	3.515	0.521	0.025	0.031
Consume té, café y alcohol	3.241	0.125	0.027	0.006
Consume frutas, granos integrales y productos lácteos bajos en grasa	0.291	0.649	0.845	0.351
Bebe té de hierbas	2.436	0.216	0.043	0.145
Consume sal y alimentos altos en grasas	2.311	0.435	0.328	0.467
Consume carnes rojas	1.560	0.257	0.568	0.347

Consume carne de pollo y pescado	5.412	0.651	0.364	0.469
----------------------------------	-------	-------	-------	-------

Los resultados sobre la alimentación de un paciente hipertenso como parte de la calidad de vida que debe de desarrollar, destaca que el 70% de pacientes consume de forma abundante vegetales, haciendo que esta dieta sin duda alguna ayudará a poder controlar la hipertensión, también se observa que el 20% de las personas entre varones y mujeres aún siguen consumiendo sal en sus alimentos, así como bebidas alcohólicas, el té y el café, que lejos de mejorar en su salud los viene empeorando, también podemos ver que el 72.5% en algunas veces consume frutas, granos naturales y alimentos bajos en grasas, en consecuencia las personas sometidas a estudio sabiendo que tienen esta enfermedad degenerativa que puede provocarles otras enfermedades no cuida su alimentación.

Por lo tanto considerando para el análisis de las variables, se utilizó la prueba estadística no paramétrica de Chi cuadrado, cuyos resultados ($X^2 = 3.515$; $p = 0,195 > 0.05$) indican que el conocimiento sobre los estilos de vida en razón a la alimentación de los pacientes hipertensos es medio a deficiente en los pacientes que vienen han sido atendidos en el Centro de Salud del distrito de Vilquechico, en consecuencia se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

Hipótesis alterna

El nivel de conocimiento sobre los estilos de vida en razón de la alimentación es un factor que influye en el estado de salud de los pacientes quienes acuden al Centro de Salud de Vilquechico en el año 2021.

Hipótesis nula

El nivel de conocimiento sobre los estilos de vida en razón de la alimentación no es un factor que influye en el estado de salud de los pacientes quienes acuden al Centro de Salud de Vilquechico en el año 2021.

C. HIPÓTESIS ESPECÍFICA II DE LA INVESTIGACIÓN

(Autocuidado del paciente) prescripción médica para el paciente hipertenso	CHI	Significancia	Intervalo de confianza	
			Límite inferior	Límite superior
Utiliza lugares adecuados para la conservación de sus medicamentos	2.326	0.124	0.421	0.274
Ingiere sus medicamentos a la hora según receta médica	0.348	0.754	0.678	0.893
acude periódicamente a sus controles médicos	4.164	0.358	0.129	0.646
Acude a un centro de salud para el control de su presión arterial	4.421	0.429	0.335	0.367

Los resultados sobre la prescripción médica y cuidados que deben de tener los pacientes que vienen sufriendo de hipertensión arterial, es así que el 80% de los pacientes vienen tomando sus medicamentos fuera de su hora, también podemos observar que el 57.5% algunas veces acuden a sus citas médicas para realizarse sus controles con el médico tratante y una cifra similar se observa a pacientes que algunas veces acuden al centro de salud para el control de su presión arterial, generando una actitud de descuido que lejos de ayudar a mantener bajo control a la enfermedad esta irá empeorando hasta encontrar la degeneración de otros órganos del cuerpo que lo llevará a una muerte realmente penosa, también debemos de mencionar que en la tabla se observa que en una mínima parte tiene cuidado en el cumplimiento de lo prescrito por el médico tratante. Por lo tanto considerando para el análisis de la variable, se utilizó la prueba estadística no paramétrica de Chi cuadrado, cuyos resultados ($X^2 = 4.421$; $p = 0,285 > 0.05$) indican que el estilos de vida de los pacientes frente a los cuidados médicos es medio a

deficiente en los pacientes que vienen han sido atendidos en el Centro de Salud del distrito de Vilquechico, en consecuencia se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

Hipótesis alterna

Los pacientes que padecen hipertensión arterial que acuden al Centro de Salud de Vilquechico están siendo afectados en su salud como consecuencia de no tener un conocimiento adecuado sobre un buen estilo de vida en razón de la prescripción médica.

Hipótesis nula

Los pacientes que padecen hipertensión arterial que acuden al Centro de Salud de Vilquechico no están siendo afectados en su salud como consecuencia de no tener un conocimiento adecuado sobre un buen estilo de vida en razón de la prescripción médica.

CONCLUSIONES

Las conclusiones a las que se arribó en el estudio fueron lo siguientes:

- Resulta importante hacer notar que de toda la población sometida a estudio se tiene que en gran porcentaje que padecen de hipertensión arterial son las mujeres así lo demuestran el 70% de nuestra población y muestra de estudio, mientras que el 30% son pacientes del sexo masculino; en consecuencia se ha podido determinar que el nivel de conocimiento que tienen los pacientes que acuden al centro de salud del distrito de Vilquechico es relativamente medio hacia abajo en gran numero ya que así lo demuestra el 65% de los pacientes, también se tiene que el 67.5% tienen un conocimiento medio sobre las complicaciones que conlleva el padecer de hipertensión arterial.
- El estilo de vida dentro de la dimensión alimentación viene influyendo en el estado de salud de los pacientes que padecen de hipertensión arterial ya que su forma de ingerir sus alimentos es deficiente, ya que el 62.5% siguen consumiendo sal en sus comidas, el 67.5% siguen bebiendo café, té y otras bebidas que lejos de mejorar la salud los vienen empeorado, por lo tanto urge de forma rápida hacer que el paciente tome conciencia sobre su dieta a ingerir para poder mantener controlado la enfermedad y no empeorar en la degeneración de otros órganos de su cuerpo.
- Los pacientes hipertensos que acuden al Centro de Salud del distrito de Vilquechico no tienen el hábito de cumplir la prescripción medida en vista de que el 80% de pacientes toma sus medicamentos fuera de hora faltando a lo prescrito en la receta médica, el

57.5% de pacientes acude a sus controles médicos de forma esporádica trayendo como consecuencia un alto riesgo de sufrir complicaciones en su salud.

RECOMENDACIONES

A la Jefatura del Centro de Salud del Distrito de Vilquechico, promover charlas educativas pero de forma continua a los pobladores y pacientes sobre la promoción de estilos de vida saludables de esta manera prevenir enfermedades crónicas degenerativas como es la Hipertensión Arterial entre otras.

También desarrollar programas educativos sobre estilos de vida saludables para la población adulta mayor, hacer campañas sobre el régimen alimenticio para pacientes hipertensos, asimismo concientizar de forma educativa sobre el cumplimiento riguroso de las prescripciones médicas promovidas por el médico tratante.

A los pacientes hipertensos que acuden al Centro de Salud de Vilquechico tomar mayor conciencia sobre las consecuencias que tiene el hecho de padecer de hipertensión arterial, ya que es una enfermedad que degenera órganos del cuerpo y las complicaciones son realmente muy severas, por cuanto los estilos de vida que promuevan y los cambios en su alimentación y de la forma como conciben la prescripción médica hará posible de que la enfermedad no avance con rapidez en su organismo.

BIBLIOGRAFÍA

1. MINSA: Situación actual de la hipertensión arterial en el Perú año 2020.
2. González G. Metabolismo en las grandes alturas. *Acta Andina*. 2001;9(1/2):31-45.
3. Gamboa R. La hipertensión arterial es esencial en el Perú. *Rev Per cardiol*. 1993; 19(2):92-99.
4. Instituto nacional de estadística e informática. Perú. Enfermedades transmisibles y no transmisibles. Lima 2015.
5. Segura L, Agusti R, Ruiz E, e investigadores de TORNASOL II. La hipertensión arterial en el Perú según el estudio TORNASOL II. *Rev Perú Cardiol*. Enero-abril 2011; 37(1):19-27.
6. Segura L, Agusti R, Parodi J; Investigadores del estudio TORNASOL. Factores de riesgo de las enfermedades cardiovasculares en el Perú. Estudio TORNASOL. *Rev Perú Cardiol*. 2006; 32(2):82-128.
7. Segura L, Agusti R, Ruiz E. Factores de Riesgo de las Enfermedades Cardiovasculares en el Perú II. (Estudio TORNASOL II, comparado con TORNASOL I después de cinco años). *Riesgo y Prevención Cardiovascular, Unigraph*. Lima, marzo de 2014.
8. Málaga G, Zevallos C, Lazo L, Huayanay C. Elevada frecuencia de dislipidemia y glucemia basal alterada en una población peruana de altura. *Rev Perú med experim salud pública*. 2010; 27:557-61.
9. Oficina de Estadística e informática de la DIRESA PUNO, 2019.
10. Oficina de Estadística e informática de la RED DE SALUD PUNO, 2019.
11. Lillo, C. Á. (2015). "La hipertensión arterial: importancia de su prevención". atención primaria.(Madrid-España)
12. Rivero Canto, O., Martínez Rivero, A., & Muñoz Escobar, E. M. (2018) "Hipertensión Arterial. Prevalencia y factores de riesgo en la población de un consultorio de Morón."Convención Internacional de Salud, Cuba Salud 2018.

13. Peñaherrera López, L. A. (2020). Prevalencia y factores de riesgo para hipertensión arterial en adultos mayores en áreas urbanas y rurales del cantón Ambato (Bachelor's thesis, Universidad Técnica de Ambato/Facultad de Ciencias de la Salud/Carrera de Medicina). (Ecuador).
14. Bravo Averruz, J. C. (2019). Manejo en Atención Primaria del Paciente con Hipertensión Arterial atendido en el Centro de Salud Sócrates Flores Vivas Carazo, octubre-diciembre 2018 (Doctoral dissertation, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua).
15. Alejos García, Mireylle Lisbette; Maco Pinto, Jessica Mae.(2017) "Nivel de conocimiento sobre hipertensión arterial en pacientes hipertensos". Universidad Peruana Cayetano Heredia. Lima.
16. Uscata Barrenechea, Rocio del Pilar.(2019). " Factores de riesgo de hipertensión arterial en adultos mayores atendidos en un hospital geriátrico". Universidad San Martin de Porres.Lima.
17. Enciso Samame, Alvaro Mauricio(2018). " Hipertensión arterial como factor de riesgo para la mortalidad en pacientes con enfermedad renal crónica en hemodiálisis atendidos en el centro de diálisis "San Fernando" en el período 2013 - 2017". Universidad Ricardo Palma. Lima.
18. Becerra Canales, Bladimir Domingo, Castro Astoquillca, Marlene,Llerena Palacios, Wendy Mercedes (2021)."Factores Socioculturales Asociados A La Hipertensión Arterial En Adultos Mayores. Servicio De Medicina, Hospital Nacional María Auxiliadora-Lima, 2020". Universidad Autonoma de Ica. Ica.
19. Sarmiento Chambilla, Dany Gimena(2019). " Hipertensión arterial y factores de riesgo comportamentales en el personal administrativo del Hospital Regional Manuel Nuñez Butrón Puno . 2017." Universidad Nacional del Altiplano. Puno.
20. Quispe Cusacani, Sonia(2021). " Nivel de adherencia terapéutica en adultos mayores con hipertensión arterial del Puesto de Salud Luquina Chico - Puno 2020". Universidad Nacional del Altiplano. Puno.

21. Martínez Marín, Andrés, & Ríos Rosas, Francy (2006). Los Conceptos de Conocimiento, Epistemología y Paradigma, como Base Diferencial en la Orientación Metodológica del Trabajo de Grado. Cinta de Moebio, [fecha de Consulta 13 de Diciembre de 2021]. ISSN.
22. Cerón Martínez, Armando Ulises (2017). Cuatro niveles de conocimiento en relación a la ciencia. Una propuesta taxonómica. CIENCIA ergo-sum, Revista Científica Multidisciplinaria de Prospectiva, 24(1),83-90.[fecha de Consulta 13 de Diciembre de 2021]. ISSN: 1405-0269.
23. Diferenciador-Tipos de conocimientos. [citado el 13 de diciembre de 2021].
24. Alfonso Prince, José Claro, Salabert Tortoló, Idalmi, Alfonso Salabert, Iria, Morales Díaz, Mariuska, García Cruz, David, & Acosta Bouso, Anilexys. (2017). La hipertensión arterial: un problema de salud internacional. Revista Médica Electrónica.
25. Bravo Averruz, J. C. (2019). Manejo en Atención Primaria del Paciente con Hipertensión Arterial atendido en el Centro de Salud Sócrates Flores Vivas Carazo, octubre-diciembre 2018 (Doctoral dissertation, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua).
26. Presión Arterial Alta [Internet]. mayoclinic.org [citado el 13 de diciembre de 2021].
27. Valero, R., & García Soriano, A.. (2009). Normas, consejos y clasificaciones sobre hipertensión arterial. Enfermería Global.
28. Valero, R., & García Soriano, A.. (2009). Normas, consejos y clasificaciones sobre hipertensión arterial. Enfermería Global.
29. Miguel Soca, Pedro Enrique, & Sarmiento Teruel, Yamilé. (2009). Hipertensión arterial, un enemigo peligroso. ACIMED, 20(3), 92-100.
30. Lillo, C. Á. (2015). "La hipertensión arterial: importancia de su prevención". atención primaria. Madrid - España.
31. Miguel Soca, Pedro Enrique, & Sarmiento Teruel, Yamilé. (2009). Hipertensión arterial, un enemigo peligroso. ACIMED, 20(3), 92-100.

32. Miguel Soca, Pedro Enrique, & Sarmiento Teruel, Yamilé. (2009). Hipertensión arterial, un enemigo peligroso. *ACIMED*, 20(3), 92-100.
33. La Salud Como Responsabilidad Individual. El concepto de salud.
34. Dusen R, G. Citing psychology: Manejo del estrés. Editores. Castilla y publicado [Internet]. 2nd ed. Bethesda (MD): National Library of psychology (US); 2010 [actualizado 15 Sep 2011; citado 5 Mayo 2018].
35. Nutrición para diabéticos- Lo que usted debería tomar en consideración en su alimentación. [fecha de acceso 28 octubre de 2015].
36. Gonzales GF, Tapia V. Asociación de los diferentes niveles de hipoxemia en la altura con el perfil lipídico y la glucemia en varones y mujeres a 4.100m de altitud en los Andes Centrales del Perú. *Endocrinol Nutr.* 1 de febrero de 2013;60(2):79-86.
37. Yumpo D. Estudio de valores de referencia de gases arteriales en pobladores de altura. *Enfermera de tórax.* 2002; 45:40-2.
38. Garaulet M, Madrid JA. Chronobiology, genetics and metabolic syndrome. *Curr Opin Lipidol.* Abril de 2009;20(2):127-34.

ANEXOS

Anexo 01: Gráficos de los resultados

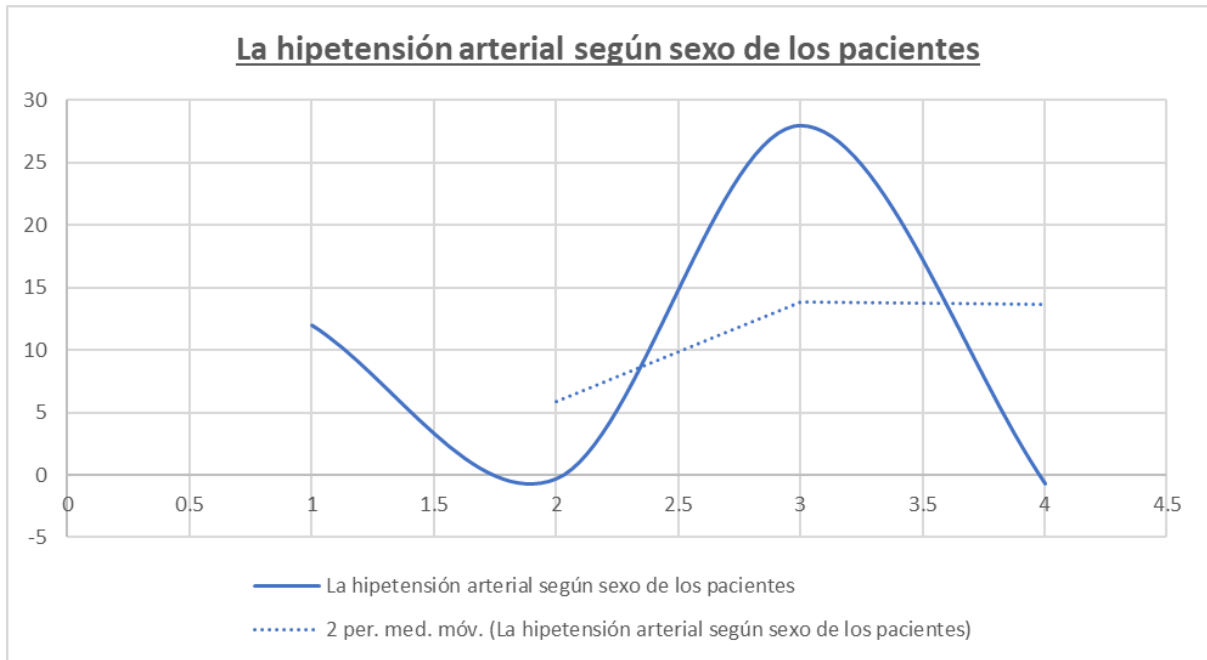


Figura 01: Pacientes que padecen de hipertensión arterial

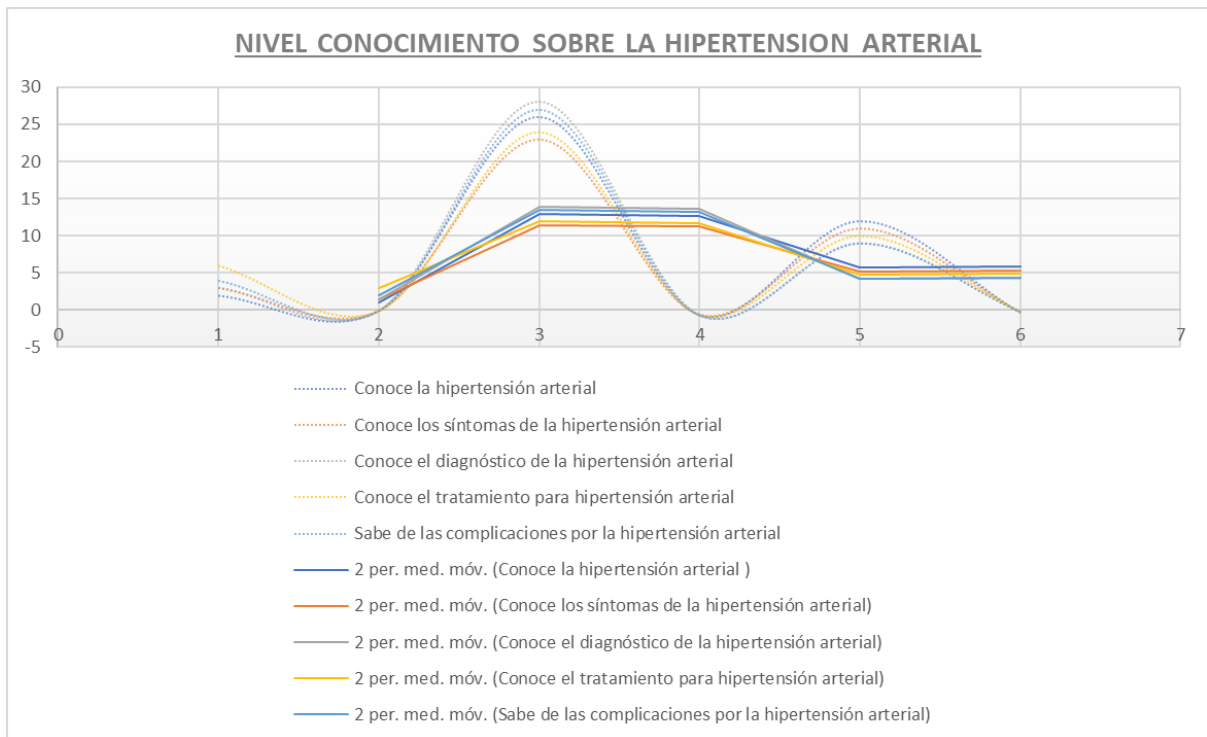


Figura 02: Nivel de conocimiento sobre la hipertensión arterial

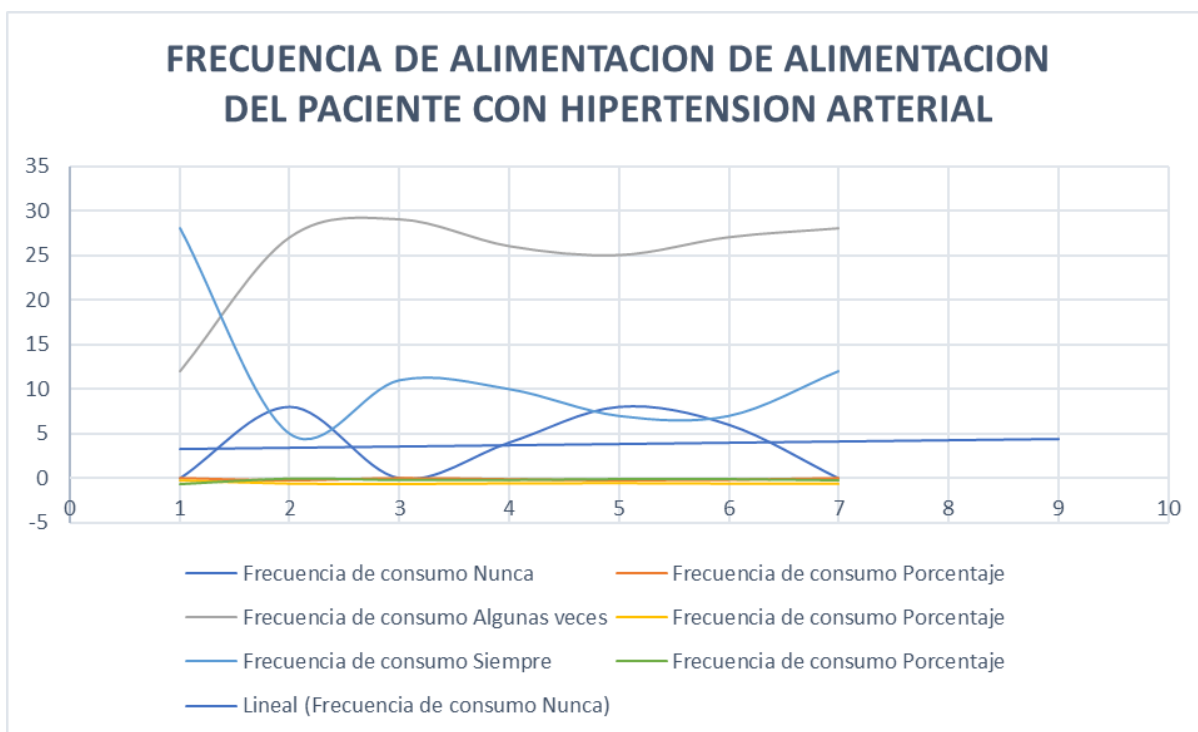


Figura 03: Alimentación del paciente hipertenso

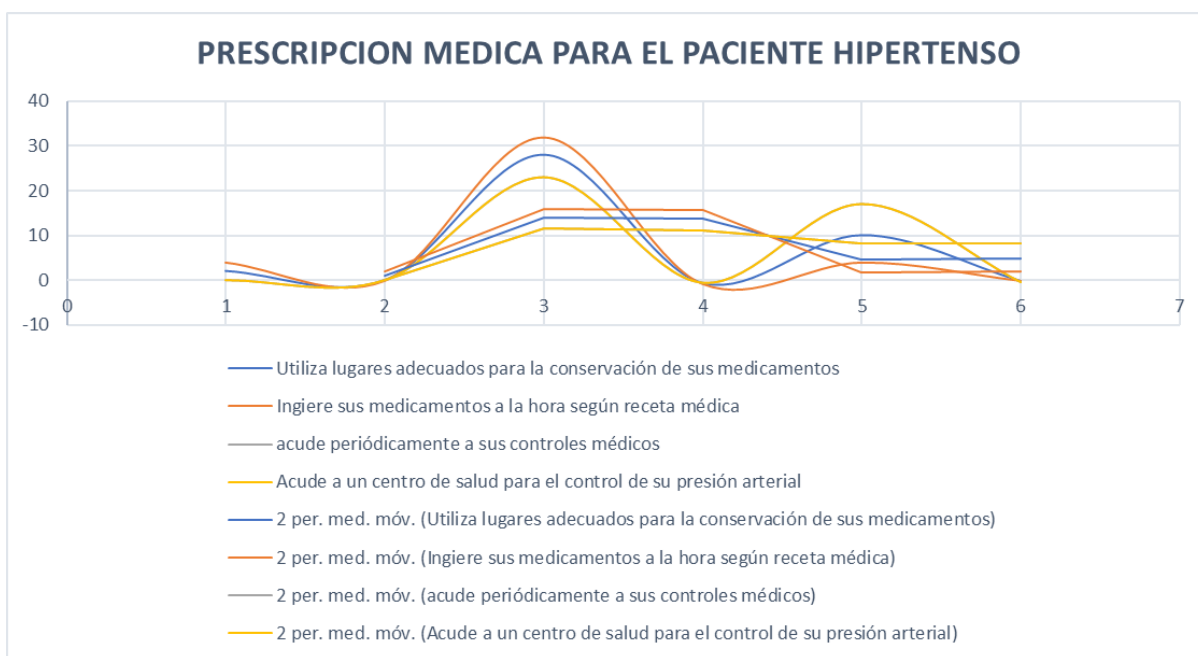


Figura 04: Prescripción médica para el paciente hipertenso

Anexo 02: Documentos administrativos

(SOLICITUD PRESENTADA AL CENTRO DE SALUD DEL DISTRITO DE VILQUECHICO)

“AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL”

VILQUECHICO.05 DE ENERO DEL 2022

OFICIO N° 001-2022/ REDES-HUANCANE C.S.V.

PARA : DR. JEAN CARLOS SUCASAIRE MAMANI
 DIRECTOR DEL CENTRO DE SALUD VILQUECHICO

ASUNTO : Solicito autorización para realizar trabajo de implementación de informe final de tesis

REFERENCIA : MEMORANDO MULTIPLE N°831-2021-UPSC-DUI/CIFC

Tengo el grato honor de dirigirme a Ud. Con la finalidad de poner en conocimiento, que mi persona viene realizando implementación del informe final de tesis.

TITULADO “NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL Y ESTILOS DE VIDA EN LOS PACIENTES ADULTOS QUE ACUDE AL CENTRO DE SALUD DE VILQUECHICO - 2021”.

Cabe indicar que, la muestra y población del estudio del centro de salud del Distrito de Vilquechico, para lo cual solicito la autorización para realizar implementación del informe final de tesis.

Sin otra particular seguros de su aceptación al presente, aprovecho la oportunidad para reiterarle nuestras consideraciones más distinguidas.

ATENTAMENTE.



 YESENIA LARICO QUISPE
 DNI. 45825590
 BACHILLER EN ENFERMERIA





(AUTORIZACIÓN DEL CENTRO DE SALUD DEL DISTRITO DE VILQUECHICO)



PERÚ Ministerio
de Salud

“AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL”

Vilquechico, 09 de Enero del 2022

SRTA : Yesenia Larico Quispe
Bach. De La EP Enfermería de la UPSC
Presente

ASUNTO : Autorización para ejecución de su proyecto – tesis con
nuestros pacientes que acuden al centro de salud – vilquechico.

REFERENCIA : Solicitud presentada por la interesada.

Es grato dirigirme a usted, para saludarlo cordialmente deseándole muchos éxitos y bendiciones en su carrera profesional y expresar lo siguiente.

Que analizando su solicitud para ejecutar su informe final de su proyecto de tesis nuestra plana administrativa concede realizar el plan proyectado por la interesada de nuestros pacientes que acuden al centro de Salud Vilquechico.

Sin otro particular, seguros de su aceptación al presente, aprovecho la oportunidad para reiterarle nuestras consideraciones más distinguidas.



Jean C. Sacasire Mamani
MÉDICO CIRUJANO
C.M.P. 094653

MINISTERIO DE SALUD
DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD
HUANCA

Anexo 03: Instrumento aplicado en el estudio

UNIVERSIDAD PRIVADA SAN CARLOS
FACULTAD DE CIENCIAS
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

ENCUESTA: “Nivel de conocimiento y estilo de vida en los paciente adultos con hipertensión arterial que acude al Centro de Salud de Vilquechico - 2021”

Estimado (a) paciente, queremos que considere la encuesta a fin de poder responder de forma clara de acuerdo a su conocimiento sobre la hipertensión arterial, la alimentación y la prescripción médica. Agradezco anticipadamente por su valiosa colaboración:

Presentación

Por favor marque la respuesta que usted crea correcta, se agradece su colaboración

I. Datos Generales**1.1 Sexo:**

Femenino ()

Masculino ()

1.2 Edad:**1.3 Lugar de Procedencia:**

Urbano ()

Rural ()

1.4 Medidas antropométricas

a) Peso.....

b) Talla.....

B) Perímetro Braquial.....

C) Circunferencia Abdominal.....

II. Conocimiento sobre la hipertensión arterial.**1) Conoce Ud. la hipertensión arterial como enfermedad:**

a) Una enfermedad que eleva la presión arterial sobre los niveles normales y que afecta principalmente el corazón.

b) Una enfermedad siempre curable.

c) Una enfermedad que solo daña el estómago.

d) Una enfermedad que daña la concentración.

2) Conoce los síntomas de la hipertensión arterial:

a) La hipertensión arterial es desencadenada por una intoxicación alimentaria.

b) La hipertensión arterial tiene siempre síntomas.

c) La hipertensión arterial es un problema sólo de hombres.

d) La hipertensión arterial es prevenible.

3. Conoce el diagnóstico de la hipertensión arterial:

a) Es cuando la presión está por 110/65 mmHg

b) Es cuando la presión está por 140/90 mmHg

c) Es cuando la presión está por 119/80 mmHg

d) Es cuando la presión está por 100/70 mmHg

4. Conoce el tratamiento para la hipertensión arterial.

a) Siempre debe tomarse los medicamentos con los alimentos.

b) Se pueden tomar más de dos medicinas para la presión al mismo tiempo.

c) El medicamento para la presión arterial es más efectivo si se toma antes de acostarse.

d) No debe tomarse si una persona bebió alcohol ese día.

5. Sabe de las complicaciones de la presión arterial

a) Apendicitis y problemas renales.

b) Infarto y problemas renales.

c) Diarreas, hemiplejias.

d) Gastritis

III. Sobre la alimentación como estilo de vida saludable:

6. Consume vegetales en abundancia.

- a) Nunca.
- b) Algunas veces.
- c) Siempre.

7. Consume té, café y alcohol.

- a) Nunca.
- b) Algunas veces.
- c) Siempre.

8. Consume frutas, granos integrales y productos lácteos bajos en grasa

- a) Nunca.
- b) Algunas veces.
- c) Siempre.

9. Bebe té de hierbas

- a) Nunca.
- b) Algunas veces.
- c) Siempre.

10. Consume sal y alimentos altos en grasas

- a) Nunca.
- b) Algunas veces.
- c) Siempre.

11. Consume carnes rojas

- a) Nunca.
- b) Algunas veces.
- c) Siempre.

12. Consume carne de pollo y pescado

- a) Nunca.
- b) Algunas veces.
- c) Siempre.

IV. Prescripción médica como estilo de vida.**13. Utiliza lugares adecuados para la conservación de sus medicamentos**

- a) Nunca.
- b) Algunas veces.
- c) Siempre.

14. Ingiere sus medicamentos a la hora según receta médica

- a) Nunca.
- b) Algunas veces.
- c) Siempre.

15. Acude periódicamente a sus controles médicos

- a) Nunca.
- b) Algunas veces.
- c) Siempre.

16. Acude a un centro de salud para el control de su presión arterial

- a) Nunca.
- b) Algunas veces.
- c) Siempre.

Anexo 04: Consentimiento informado para el paciente**CONTENIDO DEL CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Datos del estudio para el que se otorga el consentimiento informado: "Nivel de conocimiento sobre la hipertensión arterial y estilos de vida en los pacientes adultos que acuden al Centro de Salud de Vilquechico - 2021".

Datos del investigadora: YESENIA LARICO QUISPE.

Paciente quien presta su conocimiento:

1. Declaro que he leído y la hoja de información al participante sobre el estudio citado.
2. Se me ha entregado una copia de la hoja de información al participante y una copia de este Consentimiento Informado, fechado y firmado. Se me han explicado las características y el objetivo del estudio, así como los posibles beneficios y riesgos del mismo.
3. He contado con el tiempo y la oportunidad para realizar preguntas y plantear las dudas que poseía. Todas las preguntas fueron respondidas a mi entera satisfacción.
4. Se me ha asegurado que se mantendrá la confidencialidad de mis datos.
5. El consentimiento lo otorgó de manera voluntaria y sé que soy libre de retirarme del estudio en cualquier momento del mismo, por cualquier razón y sin que tenga ningún efecto sobre mi tratamiento médico futuro.

DOY, Mi consentimiento para la participación en el estudio propuesto; Firmo por duplicado, quedándome con una copia.

Vilquechico, Enero del 2022.

PACIENTE

INVESTIGADORA

Anexo 05: Matriz de consistencia

MATRIZ DE CONSISTENCIA

<u>Planteamiento del problema</u>	<u>Objetivos</u>	<u>Hipótesis</u>	<u>Variabes</u>	<u>Dimensiones</u>	<u>Indicadores</u>	<u>Instrumento</u>	<u>Categoría</u>
<p>Problema general ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre la hipertensión arterial y los estilos de vida en pacientes adultos que acuden al Centro de Salud de Vilquechico - 2021?</p>	<p>Objetivo general Determinar cuál es el nivel de conocimiento sobre la hipertensión arterial y los estilos de vida en pacientes adultos que acuden al Centro de Salud de Vilquechico - 2021.</p>	<p>Hipótesis general El nivel de conocimiento sobre hipertensión arterial y los estilos de vida son aspectos determinantes en el estado de salud de los pacientes que acuden al Centro de Salud de Vilquechico en el año 2021.</p>	<p>V. Independiente Nivel de conocimiento sobre hipertensión arterial.</p>	<p>Conocimiento sobre hipertensión arterial.</p>	<p>La hipertensión arterial. Síntomas de la hipertensión arterial. Diagnóstico de la hipertensión arterial. Tratamiento para los pacientes con hipertensión arterial. Complicaciones en los pacientes con hipertensión arterial.</p>	<p>Encuesta y cuestionario.</p>	<p>Alto = 11-14 Medio = 6-10 Bajo = 0-5</p>
<p>Problema específico - ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre estilos de vida en la dimensión alimentación en los pacientes con hipertensión arterial que acuden al Centro de Salud de Vilquechico - 2021? - ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre estilos de vida en la dimensión prescripción médica en los pacientes con hipertensión arterial que acuden al Centro de Salud de Vilquechico - 2021?</p>	<p>Objetivo específico - Conocer el nivel de conocimiento sobre estilos de vida en la dimensión alimentación en los pacientes con hipertensión arterial que acuden al Centro de Salud de Vilquechico - 2021. - Identificar el nivel de conocimiento sobre estilos de vida en la dimensión prescripción médica en los pacientes con hipertensión arterial que acuden al Centro de Salud de Vilquechico - 2021.</p>	<p>Hipótesis específica - El nivel de conocimiento sobre los estilos de vida en razón de la alimentación es un factor que influye en el estado de salud de los pacientes quienes acuden al Centro de Salud de Vilquechico en el año 2021. - Los pacientes que padecen hipertensión arterial que acuden al Centro de Salud de Vilquechico están siendo afectados en su salud como consecuencia de no tener un conocimiento adecuado sobre un buen estilo de vida en razón de la prescripción médica.</p>	<p>V. Dependiente Autocuidado del paciente con hipertensión arterial.</p>	<p>Alimentación para el paciente con hipertensión arterial. Prescripción médica para el paciente con hipertensión arterial.</p>	<p>Dieta para el paciente con hipertensión arterial. Prescripción médica adecuada. Visita al médico tratante.</p>	<p>Encuesta y cuestionario.</p>	<p>Nunca Algunas veces Siempre</p>