



# **Universidad Nacional Mayor de San Marcos**

**Universidad del Perú. Decana de América**

**Facultad de Medicina**

**Unidad de Posgrado**

**Programa de Segunda Especialización en Enfermería**

## **Conocimientos del paciente con hipertensión arterial sobre estilos de vida saludables en el programa adulto mayor en Hospital Es Salud Chíncha**

### **TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

Para optar el Título de Especialista en Enfermería Cardiológica

#### **AUTOR**

**Mariela LEVANO VASQUEZ**

#### **ASESOR**

**Carmen CONTRERAS CAMPOS**

Lima, Perú

2015

## RESUMEN

**AUTOR : MARIELA LEVANO VASQUEZ**

**ASESOR : CARMEN CONTRERAS CAMPOS**

El objetivo del estudio fue determinar los conocimientos del paciente con hipertensión arterial sobre estilos de vida saludables en el Programa Adulto Mayor en Hospital Rene Toche Es Salud Chincha.

**Material y Método.** El estudio es de nivel aplicativo, tipo cuantitativo, método descriptivo de corte transversal. La población estuvo conformada por 30 pacientes. La técnica fue la encuesta y el instrumento un formulario tipo cuestionario aplicado previo consentimiento informado. **Resultados.** Del 100% (30), 53% (16) no conoce, 47% (14) conoce. En cuanto a la dimensión hábitos alimentarios, 63% (19) conoce y 37% (11) no conoce; en la dimensión actividad física, 53% (16) no conoce y 47% (14) conoce.

**Conclusiones.** Los conocimientos sobre estilos de vida saludables del paciente con hipertensión arterial del Programa Adulto Mayor, el mayor porcentaje no conocen que en su alimentación diaria no debe priorizar las frituras, los condimentos, y salir a visitar a sus familiares y/o amistades, seguido de un porcentaje considerable de pacientes que conocen que sus alimentos diarios están preparados a base de carbohidratos, verduras, proteínas, no priorizar las carnes, ni añadir sal a los alimentos.

**PALABRAS CLAVES:** Conocimientos sobre estilos de vida saludables, Pacientes con hipertensión arterial, Estilos de Vida del Adulto Mayor hipertenso.

## **SUMMARY**

**AUTHOR: MARIELA LEVANO VASQUEZ**

**ADVISER: CARMEN CONTRERAS CAMPOS**

The objective of the study was to determine the knowledge of the patient with hypertension on healthy lifestyles in the Elderly Program in Hospital's Rene Toche Health Chincha. Material and Methods. The study is level application, quantitative, descriptive method of cross section. The population consisted of 30 patients. The technique was the survey instrument and a form type questionnaire administered prior informed consent. Results. 100% (30) 53% (16) unknown, 47% (14) knows. Regarding the dimension eating habits, 63% (19) knows and 37% (11) not known; dimension in physical activity, 53% (16) does not know and 47% (14) known. Conclusions. Knowledge about healthy lifestyles of patients with arterial hypertension of the larger adult program, the highest percentage do not know that in your daily diet should not prioritize fried foods, condiments, and leave to visit relatives or friends, followed by a significant percentage of patients who know that their daily food is prepared based on carbohydrates, vegetables, proteins, not prioritize meats, or add salt to foods.

**KEYWORDS:** Knowledge about healthy lifestyles, patients with arterial hypertension, lifestyles of the elderly hypertensive.