



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Conocimiento Y Estilos De Vida En Adultos Con Hipertensión Del Centro
De Salud Las Esmeraldas Arequipa - 2022

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciada en Enfermería

AUTORA:

Escalante Pastor, Ayme Brigit (orcid.org/0000-0002-1099-1878)

ASESORA:

Mg. Mamani Cáceres, Carlita (orcid.org/000-0002-3334-8949)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Enfermedades No Transmisibles

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

LIMA – PERÚ

2022

Dedicatoria:

A Dios y a mis Padres por mis principios, mis valores, mi perseverancia y mi empeño de superarme cada día.

Agradecimiento:

Agradezco a Dios, a mi familia y mi pareja;
por darme fuerzas para afrontar cada reto y
superar obstáculos.

A mi asesora de tesis Mg. Carlita Mamani,
por su valiosa guía y asesoramiento a la
realización de la misma.

Índice de contenidos

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
ÍNDICE DE CONTENIDOS.....	iv
ÍNDICE DE TABLAS.....	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEORICO	5
III. METODOLOGIA	16
3.1. Tipo y diseño de investigación	
3.2. Variables y operalización	
3.3. Población, muestra y muestreo	
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	
3.5. Procedimientos	
3.6. Métodos y análisis de datos	
3.7. Aspectos éticos	
IV. RESULTADOS	25
V. DISCUSIÓN	37
VI. CONCLUSIONES	39
VII. RECOMENDACIONES	40
REFERENCIAS	
ANEXOS	

Índice de tablas

Tabla 1 Nivel de conocimiento de adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

Tabla 2 Los estilos de vida de los adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

Tabla 3 Prueba de normalidad de variables

Tabla 4 Nivel de conocimiento variable 1 y estilos de vida variable 2 de pacientes del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

Tabla 5 Correlación entre nivel de conocimiento y la dimensión manejo del estrés de adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

Tabla 6 Correlación entre nivel de conocimiento y la dimensión actividad física de adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

Tabla 7 Correlación entre nivel de conocimiento y la dimensión nutrición de adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

Tabla 8 Correlación entre nivel de conocimiento y la dimensión consumo de sustancias nocivas de adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

RESUMEN

La investigación titulada CONOCIMIENTO Y ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS CON HIPERTENSIÓN DEL CENTRO DE SALUD LAS ESMERALDAS AREQUIPA 2022. tuvo como objetivo general Determinar la relación que existe entre el nivel conocimiento y estilo de vida en adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022. Metodología: Es un estudio con enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo con diseño correlacional de corte transversal. La investigación estuvo conformada por 50 pacientes hipertensos que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión; el método empleado fue la encuesta y como técnica el cuestionario, los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de conocimiento sobre hipertensión y el cuestionario de estilos de vida en pacientes con hipertensión arterial. Resultados: El 54% de los adultos tiene una definición de hipertensión arterial en cuanto a estilos de vida, el 53% no tiene comportamientos saludables regulares. Conclusión: Posterior a la aplicación del no paramétrico de chi cuadrado ($P < 0.05$) se concluye que el conocimiento sobre hipertensión no está relacionado con los estilos de vida de los adultos con hipertensión arterial del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

Palabras clave: Conocimiento, hipertensión, estilos de vida.

ABSTRACT

The research entitled KNOWLEDGE AND LIFESTYLES IN ADULTS WITH HYPERTENSION AT THE HEALTH CENTER LAS ESMERALDAS AREQUIPA 2022. Its general objective was to determine the relationship between the level of knowledge and lifestyle in adults with hypertension at the Health Center Las Esmeraldas Arequipa 2022. Methodology: It is a study with a quantitative approach, of a descriptive type with a cross-sectional correlational design. The research consisted of 50 hypertensive patients who met the inclusion and exclusion criteria; the method used was the survey and the questionnaire as a technique, the instruments used were the Hypertension Knowledge Questionnaire and the lifestyle questionnaire in patients with arterial hypertension. Results: 54% of adults have a definition of high blood pressure in terms of lifestyles, 53% do not have regular healthy behaviors. Conclusion: After the application of the non-parametric chi square ($P < 0.05$), it is concluded that knowledge about hypertension is not related to the lifestyles of adults with arterial hypertension from the health center Las Esmeraldas Arequipa 2022.

Keywords: knowledge, hypertension, lifestyles.

I. INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud OMS dice que tenemos una realidad problemática sobre hipertensión arterial de acuerdo con los estudios en todo el universo el índice de adultos de 30 a 79 años con hipertensión redoblo con 650 millones en 1990 y 1280 millones durante el 2019; y entre estos pacientes 720 millones no reciben enfoque adecuado sobre su tratamiento de esta manera se eleva significativamente el peligro de sufrir enfermedades cardíacas y cerebrales y renales.

(1)

Los malos hábitos alimenticios, decrecimiento del ejercicio, actividad física, el estrés, el consumir excesivamente tabaco y alcohol afectan progresivamente a los adultos con hipertensión, a nivel nacional y mundial; la enfermedad hipertensiva puede progresar sin darse cuenta, es así que dicha enfermedad es una realidad problemática ya que en algunos casos no muestra síntomas notorios. (2)

La Organización Panamericana de la Salud OPS, indica que de 20 - 40% de los adultos se ven afectados por presión arterial alta, lo que significa que 250 millones de adultos sufren de presión alta destacando que al menos medio millón de personas tienen menos de 70 años; se estima que más del 50% de las personas que son diagnosticadas con esta condición. (3) Quiere decir que esta condición hipertensiva es potencialmente prevenible al mejorar su dieta, reduciendo la ingesta de sodio para mantener un peso saludable. (4)

En el Perú El Instituto Nacional de Estadística e Informática INEI, informa en su último estudio que las personas de 15 años a más de padecer hipertensión, asimismo el 24,5% de las personas con diagnóstico de hipertensión de mayor incidencia son hombres y el 19,1% son mujeres, se afirma que las personas de 15 años a más tienen un riesgo del 43,5% de padecer enfermedades cardiovasculares. (5)

En la región Arequipa la gerencia de análisis de salud indica que los adultos entre 30 a 59 años tienen obesidad ocupando el tercer lugar de morbilidad con el 7.62%; con este resultado se preside que la población adulta mantiene malos hábitos de

alimentación ya que con esta incidencia se genera el incremento de enfermedades del corazón. (6)

También la relación que tiene respecto a los estilos de vida, recientemente en la localidad peruana se ha procedido manifestando variaciones negativas en la conducta en cuanto a inapropiada comida, un inadecuado manejo del estrés y mínima ejecución de ejercicios físicos, que trae propiamente estilos de vida poco saludables y un crecimiento de males no transmisibles. (7)

El Ministerio de Salud (Minsa) y La Dirección de Prevención y Control de Enfermedades No Transmisibles, Raras y Huérfanas del Minsa refiere que la población probable en nuestro país con diagnóstico de hipertensión arterial superaría los 730 000 mil casos con esta patología elevando la comorbilidad y el peligro de muerte. (8) Este contexto resulta preocupante este problema ya que actualmente los adultos no llevan un adecuado tratamiento asimismo; la presión alta es un adversario silencioso clínicamente presenta síntomas cuando la enfermedad ha avanzado bastante dañando directamente los órganos vitales como el cerebro, corazón, riñones y retina. Asimismo, seguir con su tratamiento indicado por su médico, ser responsable de su cuidado y estilos de vida saludable. (8)

De tal manera considerando importante este ámbito, se planteó a continuación siguiente pregunta de investigación. ¿Cuál es la relación que existe entre el nivel de conocimiento y estilos de vida en adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022? Asimismo, se plantea a continuación preguntas específicas ¿Cuál es la relación que existe entre el nivel de conocimiento con la dimensión manejo del estrés en adultos con hipertensión en el centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022? ¿Cuál es la relación que existe entre el nivel de conocimiento con la dimensión actividad física en adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022? ¿Cuál es la relación que existe entre el nivel de conocimiento con la dimensión nutrición en adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022? ¿Cuál es la relación que existe entre el nivel de

conocimiento y la dimensión consumo de sustancias nocivas en adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022?

El informe se desarrolló en las implicancias metodológicas, prácticas y social, las cuales se detallan seguidamente:

De relevancia teórica puesto que permite ahondar en los conocimientos que se tiene acerca de la correspondencia del nivel de conocimiento con estilo de vida en usuarios que sufren de hipertensión ya que la presión alta sigue permanentemente una alerta en la población.

Lo que representa un aporte crucial a la teoría del autocuidado desde la perspectiva de enfermería que permite reformular estrategias de intervención en adultos con hipertensión arterial. Además, los datos obtenidos pueden ser usados a manera de precedentes y referencias hacia futuros estudios que contribuyan a la formulación de estrategias de enfrentamiento a la situación de salud, tales como la presencia de otras anomalías que aumentan el riesgo de tener un problema cardiovascular.

Fue relevancia práctica ya que el Centro de Salud Las Esmeraldas al distinguir este problema, se formula estrategias para enfrentar el contexto de salud de la población con el motivo poder contribuir favoreciendo la salud de cada afectado; el estudio se formuló para resaltar los problemas que existen actualmente en relación al conocimiento de hipertensión arterial y el estilo de vida.

Fue de relevancia metodológica, ya que se implementaron estrategias que implican mayor importancia en este contexto; también se probó el instrumento seleccionado y se siguió una metodología que permitió que la recolección de datos fuera lo más objetiva posible.

La investigación tiene relevancia social ya que está recuperando importancia hoy en día debido al creciente número de personas con obesidad y sobrepeso que destaca su relación con problemas cardiovasculares; la razón principal de esta investigación es crear un profundo impacto representativo en la salud pública con nuestro resultado

para crear conciencia sobre la importancia de esta enfermedad y las medidas preventivas y estilos de vida tan simples que afectan la clase de vida de las personas.

En cuanto a los objetivos de investigación fue: Determinar qué relación existe entre el nivel conocimiento y estilo de vida en adultos que sufren de hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022. Asimismo, se tuvieron a continuación el objetivo específico aquel que guio la investigación fue el Identificar qué relación existe entre el nivel de conocimiento y la dimensión manejo sobre estrés en adultos hipertensos del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022. Identificar qué relación existe entre el nivel conocimiento sobre dimensión actividad física de adultos hipertensos del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022. Identificar qué relación existe entre el nivel conocimiento y la dimensión nutrición en adultos hipertensos del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022. Identificar qué relación existe entre el nivel conocimiento y la dimensión consumo de sustancias nocivas en adultos hipertensos del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

Por otro lado, se procede a realizar por subsecuente hipótesis general: nivel de conocimiento y estilos de vida en adultos si está relacionado con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022. En cuanto a hipótesis nula: No se encuentra relación entre el nivel conocimiento con estilo de vida y adultos hipertensos del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022. Asimismo, planteamos las hipótesis específicas: Existe relación entre el nivel de conocimiento y la dimensión manejo del estrés a los adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022. Existe relación entre el nivel de conocimiento con dimensión actividad física con los adultos hipertensos del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022. Existe relación entre el nivel de conocimiento en cuanto dimensión nutrición en adultos que sufren de hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022. Finalmente, Existe relación entre el nivel de conocimiento y la dimensión consumo sustancias nocivas a los adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

II. MARCO TEORICO

Indagando en estudios internacionales que guardan relación con la problemática manifestada: Recientemente los investigadores Ibáñez F, Carmelita F, Duarte A. 2021 en Paraguay nos dicen que una crisis hipertensiva se precisa como ascenso de la presión arterial por encima de 180/120 mm Hg; tienen como objetivo de caracterizar los estados clínicos de crisis hipertensivas, el estudio fue observacional, descriptivo con componente analítico, se entrevistó a 140 pacientes, se demostró una alta frecuencia de emergencias hipertensivas, más del 50% de los pacientes con crisis hipertensivas manifiestan algún daño en órgano blanco. (9)

Meléndez, García, Pérez, Vivas. 2020 en España realizaron una investigación que indica que la Hipertensión Arterial (HTA) es una afección permanente de mucha frecuencia, ya que su objetivo es evaluar forma y estilos de vida que llevan las personas con HTA que participan en un programa comunitario de intervenciones en autosuficiencia de España; el diseño nivel descriptivo y transversal, la muestra no probabilística, involucrando un total de 60 personas; con resultados del 94% tenían valores de HTA e IMC fuera del rango adecuado; la trascendencia del acercamiento institución-comunidad y la alfabetización digital se evidencia en cambios positivos de estilo de vida. (10)

Bravo S. 2018 en Cuba nos dice en significancia de hipertensión arterial puede decir que es peligroso para vida a nivel mundial que frena el desconocimiento de los adultos sobre su enfermedad en cuanto a su calidad de vida, sus objetivos son implementar estrategias de intervención comunitaria educativa sobre el conocimiento del paciente sobre la hipertensión arterial. Su estudio cuasi-experimental aplicado de intervención comunitaria en pacientes hipertensos; el estudio estuvo conformado por 101 y la muestra de 40 pacientes, se realizó una entrevista pre y post. Resultados predominaron pacientes del sexo femenino entre 60 y 64 años; Tuvieron una evaluación previa al estudio y posterior al ensayo que concluyó que los pacientes mejoraron significativamente. (11)

Benites, Cañete, Sequera. 2020 en Paraguay la hipertensión arterial se encuentra entre las patologías crónicas más dominantes en nuestro país y en el mundo consumo excesivo de sal puede ser un indicador destacado en esta situación; el objetivo fue comprender la importancia, el consumo de sal en su alimentación habitual y sus actitudes y prácticas de modificación de la dieta. Materiales y Métodos: Se enmarcó en un proyecto cualitativo, resultados: Se agruparon según las categorías y descriptores; esta investigación nos ha llevado a comprender mejor el pensamiento y las actitudes hacia el consumo de sal de un segmento muy importante de la población, la información obtenida crea una serie de oportunidades para probar cambios positivos y reforzar lo que ya existe. (12)

Botelho, Ribeiro, Santos y Almrída. 2019 en Argentina en su objetivo conocer el conocimiento con pacientes hipertensos y evaluar los factores que pueden estar asociados a dicha enfermedad, el estudio transversal descriptivo-explorativo, la muestra que se determinó de forma no probabilística para captar los conocimientos y actitudes de estos usuarios respecto a su patología obteniendo como resultados 27% tiene muy buenos conocimientos, concluyendo que el personal de enfermería actúa en concientizar a los usuarios interviniendo y capacitando a la población. (13)

Loor U. 2018 en Ecuador con su objetivo de identificar el grado de conocimiento de información semáforo nutricional, estudio cuantitativo, el cual se realizó en el grupo de participantes del estudio precisamente establecido por 112 personas; se realizó el cuestionario obteniendo como resultados que el 45,5% de pacientes se encuentra en un nivel mediano sobre el semáforo nutricional, así mismo el 95,5% de los participantes no tiene buenas prácticas nutricionales. (14)

Seguidamente a continuación presentamos los antecedentes a nivel nacional:

Ríos, Gómez. 2021 en Trujillo teniendo como objetivo identificar el estado del conocimiento con relación de buenas prácticas en autoasistencia para las personas hipertensas en Trujillo; investigación de tipo y diseño descriptiva, transversal simple correlativa, esta población estuvo compuesta por 92 adultos y la muestra de 80 adultos se evaluó mediante un cuestionario de conocimientos sobre hipertensión arterial, y el

cuestionario de conocimientos y prácticas de su propio cuidado para adultos mayores hipertensos. Los resultados mostraron que el 98,8% tiene un buen conocimiento de la hipertensión arterial; Solo el 1,3% tiene conocimientos regulares y ninguno tiene un nivel deficiente. (15)

Seguidamente entre estudios relacionados a nivel nacional, tenemos el de Cárdenas, Rivas. 2019 con su objetivo fue determinar la relación de las intervenciones terapéuticas del modelo Virginia-Henderson basado en 14 necesidades. El diseño utilizado se adapta al método descriptivo, correlativo, transversal. La población objetivo estuvo constituida por 26 enfermeras que utilizaron los siguientes instrumentos: una entrevista para recolectar datos generales y específicos, un test para distinguir el nivel de conocimiento en relación a crisis hipertensiva y un modelo de observación. Un alto porcentaje de la población encuestada concluye que existe un vínculo entre conocer las crisis hipertensivas y manejarlas. (16)

Asimismo, la investigación de Almanza, Núñez. 2018 en Islay bajo el nombre de conocimientos del adulto hipertenso mostrará la percepción relacionada con su calidad de vida, su objetivo es precisar el estado del conocimiento sobre hipertensión arterial en adultos hipertensos. Estudio descriptivo, relacional y transversal utilizando como instrumento de investigación el cuestionario realizado a todos los adultos con hipertensión arterial mayores de 60 años que contestaron el instrumento; resultados muestran que el 50% de adultos con hipertensión tienen un nivel de conocimiento intermedio en relación de la presión alta. (17)

Entre otros estudios relacionados a nivel nacional; encontramos el de Sandoval, Rojas. 2018 en Tarapoto su objetivo evaluar la relación entre la hipertensión y el estilo de vida del adulto; su estudio se correlacionó descriptivamente cuantitativamente con la recolección retrospectiva de datos, la muestra estuvo conformada por 53 adultos que utilizaron un cuestionario tipo Likert; Resultados: La muestra se caracterizó por edad, estado civil y nivel de instrucción, de los cuales el 56,6% presentaba hipertensión arterial grado; El 64,2% dijo tener estilos de vida poco favorables y en cuanto a las

conclusiones: si existe convivencia no saludable; Esto está relacionado con la presión arterial alta. (18)

Así, la investigación de Otero A. 2020 en Trujillo precisa como objetivo determinar su relevancia que se encuentra con nivel de conocimientos que consiste en hábitos de estilo de vida en personas con presión elevada, se amplía la cantidad a 107 pacientes; se utilizaron dos instrumentos el cuestionario, resultados mostraron el 63,6% de pacientes tiene un nivel favorable en su conocimiento, en cuanto a prácticas de estilo de vida resultó que 75,7% no saludables y 24,3% saludables. (19)

En relación a las bases teóricas relacionadas al tema para hablar de presión arterial alta; a continuación, se explica el núcleo teórico del presente estudio a partir de la definición de cada variable de estos precursores se abstrae que la hipertensión arterial es una patología que necesita ser controlada adecuadamente destacando que el conocimiento adecuado y prácticas saludables favorecen a disminuir el riesgo.

La Sociedad Internacional de Hipertensión (ISH) desarrollando medidas de conducta global para el manejo de la hipertensión en la población de acuerdo con la mayoría de los estudios. (20)

Ramírez en relación a la teoría del conocimiento nos dice que es una acción consciente, intencional e individual para aprender las propiedades del objeto y se relaciona principalmente con el conocedor, pero también con información que una propia persona posee. (21)

Dorothea Orem en su teoría del autocuidado indica como una práctica obtenida por las personas, refiriendo un propósito en comportamientos que existe en situaciones específicas de la vida, además resalta 3 requisitos del autocuidado donde indican que cada persona es responsable de poder cuidarse para poder prevenir riesgos y complicaciones de la salud. (22)

Nola Pender modelo en promoción de salud, resalta cada concepto de los comportamientos en cuanto a la promoción de la salud con prioridad de hacer comprender a cada individuo de cómo cuidarse por sí mismos y llevar una vida

saludable, este modelo se basa promoviendo la vida sana es lo más importante ya que de ese modo hay menos personas enfermas; esta guía sirve para mejorar conductas orientadas a favorecer la calidad de vida. (23)

Respecto a la variable del conocimiento sobre hipertensión arterial se puede evaluar a través de tres dimensiones:

La tensión arterial es el impacto que ejerce la sangre en las paredes de las arterias cada vez que nuestro corazón bombea; de esta manera podemos definir las características es una enfermedad silenciosa con un curso progresivo que es insidioso después de los 30 años; pero es común en personas mayores. (24)(25).

Algunos factores de riesgo que influyen desarrollar presión arterial alta son el sobrepeso, sedentarismo, consumir de manera excesiva el alcohol, cigarrillos, consumo en exceso de sal, estrés y tener a familiares con antecedentes de hipertensión arterial; asimismo, al tener antecedentes familiares con HTA tendremos en cuenta que es un factor que eleva la posibilidad de padecer dicha condición, se muestra que los padres que padecen de hipertensión tienen un 80 % de posibilidad de aportar al desarrollo de HTA en sus descendientes; también tenemos otros factores de mucha importancia respecto al control y evolución de la hipertensión arterial. (26)

Respecto al tratamiento se ordena como farmacológico y no farmacológico; no farmacológico se desarrolla una dieta adecuada reduciendo la cantidad de sales en las comidas, así también reducir la adquisición de alcohol o simplemente evitarlo, lograr un peso adecuado y practicar actividad física regular. (27)

Los adultos quienes deberían iniciar un tratamiento farmacológico son: personas hipertensas que han modificado sus estilos de vida en un tiempo determinado; si a pesar de ello no se logró llegar a las metas de presión arterial adecuada; se deberá lograr favorecer su tratamiento, sus controles serán mensuales por 6 meses y la PA debe ser la adecuada al paciente para poder indicar que está controlado. (27)

En relación a la variable estilos de vida, es un compuesto de datos almacenados por experiencias, se entiende como los hábitos y actitudes que cada individuo puede tomar

en cuenta para obtener un avance y un bienestar sin vulnerar contra su propia armonía biológica y la coherencia con su ambiente natural, social y laboral; tener un autocuidado eficiente que entiende y produce cada persona con la finalidad de conservar su salud y su bienestar garantizando de manera constante a las necesidades personales. (28)

Es fundamental resaltar que la hipertensión arterial se puede controlar si se lleva estilos de vida óptimos para poder controlar la presión arterial alta que incorpora conllevar un peso adecuado y realizar ejercicio periódicamente por lo menos 30 minutos al día; conservar una dieta alimenticia saludable, reducir el consumo de sal, limitar el alcohol, tampoco fumar y tener un manejo del estrés adecuado dormir bien y realizar actividades recreativas. (29)

La OMS refiere que los estilos de vida conforman un grupo de actos, actitudes y conductas que proporcionan y desenvuelven las personas de forma personal o colectiva para favorecer necesidades como seres humanos y conseguir su desarrollo individual, por referirse de una patología crónica que requiere corregir los estilos de vida que permitan mejoramiento de la salud. (29)

La denominación de la dimensión del manejo estrés, cuando enfatizamos las medidas de manejo del estrés, la mayoría de las personas están estresadas por un sinnúmero de causas, los estudios indican que el estrés en sí mismo no es la razón causante directamente que suba la presión arterial pero sí altera su desarrollo. (30)

El consenso general es que varios factores colaboran a que la presión arterial suba sus niveles, actualmente el estrés se ha convertido como parte de la vida de todas las personas; por lo tanto los efectos del estrés en cuanto a la presión arterial alta pueden volverse cada vez más peligrosos en el avance de la enfermedad, este análisis proporciona una comprobación de la investigación científica que apoyaría el papel del estrés en el origen y desarrollo de la hipertensión arterial, tener un adecuado control del estrés nos ayudaría a poder mantener un nivel de tensión adecuada; se puede realizar técnicas de relajación como bailar, reír, jugar, leer, hacer deporte. (30)

En la dimensión de actividad física, podemos especificar el ejercicio regular: un cuerpo activo puede ayudarlo a conservar un peso saludable y una tensión arterial más baja, aspirar siempre a ejercitarse por lo menos 30 minutos realizando ejercicio aeróbico de intensidad moderada, estar activos físicamente hace que su corazón comience a latir más rápido y que respire más rápido de lo normal. (31)

Mantener un peso adecuado: al tener sobrepeso u obesidad eleva con mayor magnitud la presión arterial, la mejor forma de contrarrestar este evento es la prevención, sobre todo desde edades tempranas fomentando hábitos de alimentación adecuados.(32)

Actividad física se realizan en turnos generales para aprender una acción y se realizan de forma incremental para desarrollar la capacidad física y técnica para buscar mejoras en todos los requisitos de la actividad, el ejercicio está en cualquier actividad física: en los juegos, deportes, paseos y acciones diversas de forma sencilla desarrollar una cualidad; tiene que estar acompañada de una alimentación sana y nutritiva. (33)

Frecuencia de la actividad física: Para la mejoría de la salud, la función respiratoria y muscular, la actividad física también se ha relacionado con aspectos psicológicos positivos en las personas teniendo un buen control de la ansiedad y la depresión así como la práctica de ejercicios puede favorecer al desarrollo social de las personas, brindándoles oportunidades de expresión y aumentando su confianza en sí mismos e interacción social y promover la integración. (33)

Respecto a la dimensión de nutrición la consideración de conservar buenos hábitos alimenticios se encuentra rigurosamente alineada a permanecer en una alta calidad de vida y todo lo que implica a aquello, desde tener buena salud evitando enfermedades, hasta el bienestar frecuente que permite tener una vida sana; acciones a realizar para poder prevenir y controlar dicha enfermedad el adulto debe tener un peso adecuado, mantener una hidratación buena y reducir elementos excitantes de la dieta como la cafeína, disminuir el consumo de sal. (33)

Cuando hablamos del modelo de Dorothea Orem de la teoría del autocuidado, nos dice lo siguiente: participar en acciones que las propias personas adultas o jóvenes practican durante períodos específicos con interés en hacer que la vida funcione

preservada y saludable, además del desarrollo personal saludable dentro de los requisitos de autocuidado, se refiere a los consejos formulados y explícitos sobre las acciones a realizar cuando se consideren precisas para regular criterios del funcionamiento y desarrollo humano de manera permanente o en situaciones concretas. (34)

En relación a la hipertensión arterial como principal control de la ingesta de sodio en las comidas evitando la ingesta excesiva del mismo en los alimentos procesados o por control insuficiente de la ingesta de sal porque altera la presión arterial; provoca un estado patológico condición en humanos, aunque las grasas no tienen ningún efecto sobre la presión arterial, se sabe que están relacionadas con el peligro de enfermedades del corazón; por ello, se aconseja a los pacientes seguir una dieta buena en ácidos grasos monoinsaturados y poliinsaturados, que favorece la prevención de problemas cardiovasculares y el aumento de los valores del perfil lipídico, actualmente es muy conocida la dieta (Enfoques dietéticos para detener la Hipertensión), para adultos con dicha patología puesto que ofrece mejoría en la calidad de la dieta del paciente y baja la presión arterial; esta dieta es excelente en frutas y verduras además contiene lácteos descremados y es baja en sodio y favorece la ingesta de grasas saludables. (35)

En cuanto a la dimensión del consumo de sustancias nocivas como los productos que aumentan la presión arterial son aquellos asociados con el estilo de vida para que puedan ser prevenidos, disminuidos o eliminados e incluyen limitan el consumo excesivo de alcohol, tabaco e inactividad física. (36)

La fisiopatología del tabaco es el mecanismo por el cual el tabaco provoca triple daño: la nicotina inhalada obliga a las glándulas suprarrenales a secretar adrenalina, lo que a su vez provoca elevación de la frecuencia cardíaca y bloqueo arterial esto obliga al corazón a trabajar más y se deteriora antes; entonces cuando se consume alcohol con frecuencia se genera un alza sostenido de la presión arterial. (36)

Enfermería cumple un rol muy importante en cuanto al cuidado, promoción y prevención de enfermedades de los pacientes, su aporte como profesional es primordial ya que busca el bienestar del ser humano.

III. METODOLOGIA

3.1 Tipo y diseño de investigación

Tipo de investigación: En el siguiente estudio básico caracterizado por un hecho la cual surge de mantenerse dentro del marco teórico. El objetivo es aumentar el conocimiento científico sin, contrarrestarlo con un aspecto práctico. (37)

Diseño de investigación: Analizará la teoría por dicho estudio no experimental, se encarga de analizar sin variar cada variable propuesta sin modificarlas ni controlarlas. (38)

3.2 Variables y operacionalización:

Variable dependiente: Nivel de conocimiento en adultos con Hipertensión.

- **Definición conceptual:** El conocimiento es agrupación de información almacenado a través de la experiencia de vida de cada individuo sobre la hipertensión arterial. (39)
- **Definición operacional:** Para poder evaluar esta variable, se usará como instrumento el cuestionario, que fue adaptado.
- **Indicadores:** Respecto a los indicadores serán considerados con un valor de (0) como una respuesta incorrecta y (1) como respuesta correcta que son referidas al nivel de conocimiento sobre hipertensión arterial, Factores de riesgo, Tratamiento, lo cual cada indicador cada indicador tiene 5, 7 y 8 ítems, siendo un total de 20 ítems.
- **Escala de medición:** se utiliza la escala ordinal.

Variable independiente: Estilos de vida en adultos con hipertensión

- **Definición conceptual:** Los hábitos y costumbres que cada individuo puede tomar en cuenta para obtener un avance y un bienestar. (28)
- **Definición operacional:** Para medir esta variable se utiliza como instrumento adaptado a esta investigación el cuestionario.

- **Indicadores:** los indicadores considerados serán los siguientes manejos del estrés, actividad física, nutrición, consumo de sustancias nocivas, siendo un total de 20 ítems.
- **Escala de medición:** Se podrá utilizar escala nominal

3.3 Población, muestra y muestreo:

Población:

Constituida por adultos con hipertensión arterial que asisten al Centro de Salud las Esmeraldas, siendo un total de 50 pacientes.

Criterios de inclusión:

- Pacientes Adultos hipertensos del centro de salud las esmeraldas.
- Adultos que deseen participar
- Pacientes de ambos sexos.

Criterios de exclusión:

- Adultos jóvenes menores de 30 años
- Adultos que no asistían al Centro de Salud las Esmeraldas
- Adultos que no dieron su consentimiento de participación

Unidad de análisis:

50 personas con el diagnostico de hipertensión.

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Se utilizo la encuesta, realizada por autora ajustándose a la investigación, el instrumento usado el cuestionario de acuerdo a la obtención de información de la problemática sobre nivel de conocimiento de hipertensión arterial y estilos de vida. Feria, Matilla y Mantecón. 2020; nos dicen que esta técnica considerada como un instrumento para investigación, del mismo modo poder analizar información de un determinado grupo de individuos. Tal es así que se aplica un cuestionario con el objetivo de recaudar un resultado. (40)

El instrumento para este estudio será desarrollado a partir de una revisión teórica y considerando algunos referentes de fundamentos relacionados con el estado del conocimiento sobre las enfermedades no transmisibles.

El instrumento nivel de conocimiento sobre hipertensión donde se evaluará los factores de riesgo y el tratamiento, para esta variable conocimientos sobre hipertensión, el instrumento se estructuró en 20 ítems escritos en modo de preguntas, de opción múltiple dividido en dos partes, fue validado por jueces experimentados.

En cuanto al instrumento de estilos de vida, las dimensiones manejo del estrés, actividad física, nutrición, sustancias nocivas serán evaluadas aplicando de manera presencial siendo un total de 20 ítems.

Confiabilidad: Llevando a cabo para obtener confiabilidad con la prueba de Alfa de Cronbach de los instrumentos, evaluado por medio de prueba piloto con un 20% del total de la muestra., usando el programa de Microsoft Excel, obteniendo un resultado de 0.53 estado en el rango: moderado (anexo 04).

3.5 Procedimientos

Para poder aplicar el proyecto de investigación se presentó una solicitud dirigida al jefe del centro de salud Las Esmeraldas, obteniendo una respuesta a dicha solicitud siendo aprobatoria para aplicar cada instrumento para la investigación. Después de obtener la autorización se aplicó el cuestionario a los pacientes hipertensos atendidos en el C.S Las Esmeraldas; el proceso de llenado de las encuestas fue en varias sesiones obteniendo buena respuesta de la población.

3.6 Métodos y análisis de datos:

Seguidamente al obtener información de las encuestas ingresaron a una planilla de datos electrónica del programa Microsoft Excel 2016, las respuestas fueron codificadas con valores numéricos para el análisis estadístico SPSS 25, los datos clasificados según a cada variable, utilizando fórmulas estadísticas, con sus respectivos intervalos de confianza y niveles de significancia presentados en cada tabla y gráfico; puesto que es un estudio descriptivo e inferencial.

3.7 Aspectos éticos:

Los ejes identificados en el proyecto de investigación serán considerados teniendo en cuenta los siguientes principios éticos:

Beneficencia: A las personas adultas atendidos en el Centro de Salud Las Esmeraldas, quienes serán informados de las ventajas de su implementación para que puedan participar en el siguiente estudio.

No maleficiencia: Las personas tienen la oportunidad de decidir por no ser partícipe de la investigación si no desean participar.

Autonomía: La información es confidencial, los datos personales de los participantes del estudio no serán cedidos ni divulgados.

Justicia: Los adultos tendrán derecho a decidir a brindar datos personales confidenciales, se procesará teniendo en cuenta su originalidad.

IV. RESULTADOS

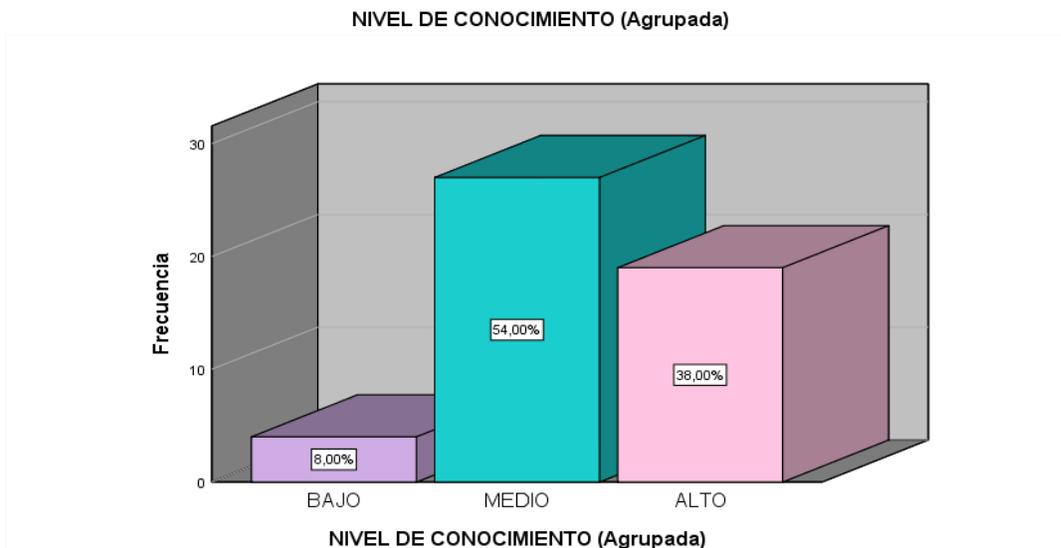
4.1 Análisis de frecuencias de las variables y dimensiones

Tabla N°01: Frecuencias del nivel de conocimiento de adultos con hipertensión del Centro De Salud Las Esmeraldas Arequipa 2022.

CONOCIMIENTO (Agrupada)						
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado	
Válido	BAJO	4	8,0	8,0	8,0	
	MEDIO	27	54,0	54,0	62,0	
	ALTO	19	38,0	38,0	100,0	
	Total	50	100,0	100,0		

Fuente datos de puntuación del nivel conocimiento adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas.

Grafica N°1 Frecuencias nivel de conocimiento en pacientes hipertensos del centro de salud las esmeraldas Arequipa



Fuente porcentajes de dimensiones

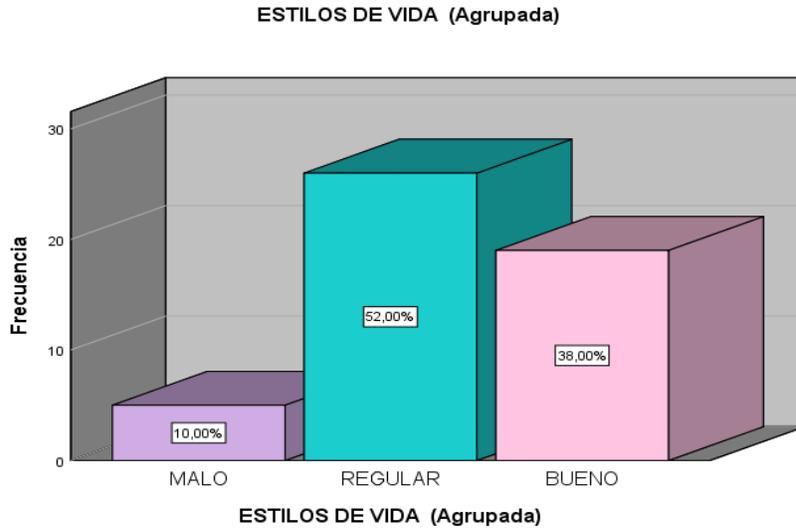
Interpretación: Observando en esta tabla N°01 y grafica N°01, los datos recogidos indico que 54% de pacientes con esta afección tienen un nivel medio de conocimiento del centro de salud las esmeraldas, se evaluó que 38% de adultos se encuentra en un rango alto, Seguidamente el 8% obtuvo un bajo nivel de conocimiento., por lo tanto resulta que se encuentra que la mayoría de adultos con hipertensión tiene un mediano conocimiento sobre su enfermedad del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

Tabla N°02: Frecuencias de los estilos de vida en usuarios que padecen hipertensión en el Centro De Salud Las Esmeraldas Arequipa 2022.

ESTILOS DE VIDA (Agrupada)					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	MALO	5	10,0	10,0	10,0
	REGULAR	26	52,0	52,0	62,0
	BUENO	19	38,0	38,0	100,0
	Total	50	100,0	100,0	

Fuente: Registro de puntuaciones del cuestionario de dimensiones

Grafica N°2 Frecuencias de los estilos de vida de pacientes hipertensos en el centro de salud las esmeraldas Arequipa - 2022.



Fuente porcentajes de frecuencias

Interpretación: Se observa en dicha tabla N°02 - grafica N°02, los datos recogidos en la variable muestra que, de 50 participantes, se tiene que, con respecto a los estilos de vida, alcanza un nivel de regular con 53%, un nivel bueno con 38% y finalmente resulta que hay un 10% de nivel malo, por lo tanto resulta que se encuentra que la mayor parte de adultos con hipertensión lleva un regular estilo de vida del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

4.2 Prueba de normalidad

Tabla N°03: Prueba de normalidad variables nivel de conocimiento y estilos de vida en usuarios del Centro De Salud Las Esmeraldas Arequipa 2022.

	Pruebas de normalidad					
	Kolmogórov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
NIVEL DE CONOCIMIENTO (Agrupada)	,307	50	,000	,759	50	,000
ESTILOS DE VIDA (Agrupada)	,289	50	,000	,772	50	,000

Corrección de significación de Lilliefors

Interpretación: Observando está presente tabla N°03, su nivel de significancia Kolmogorov-Smirnov con valor $p < 0,05$ aceptamos la hipótesis nula; por consiguiente, concluimos que la variable nivel de conocimiento no presenta disposición de datos normal; finalmente en cuanto a la variable estilos de vida tampoco no presenta una distribución.

Evidenciando que las variables presentan una distribución no normal, en consecuencia, se elige y aplica el coeficiente de correlación de Spearman.

ESTADISTICA INFERENCIAL

Hipótesis general: Planteamiento de la Hipótesis

H0 (Hipótesis nula): No existe relación entre el nivel conocimiento con estilo de vida en adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

HG (Hipótesis alterna): Existe relación entre el nivel de conocimiento y estilos de vida en adultos si está relacionado con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

Nivel de significancia

Nivel de significancia $\alpha=0,05$ (significancia teórica)

Estadístico de prueba seleccionado

Correlación de Rho de Spearman

Tabla N°04: Correlación de nivel de conocimiento y estilos de vida en adultos del Centro De Salud Las Esmeraldas Arequipa 2022.

Correlaciones			
		NIVEL DE CONOCIMIENTO (Agrupada)	ESTILOS DE VIDA (Agrupada)
NIVEL DE CONOCIMIENTO (Agrupada)	Correlación de Pearson	1	,145
	Sig. (bilateral)		,314
	N	50	50
ESTILOS DE VIDA (Agrupada)	Correlación de Pearson	,145	1
	Sig. (bilateral)	,314	
	N	50	50

Fuente: registro de puntuación de cuestionario

Interpretación:

En la tabla N°04; se observa entre la variable conocimiento con estilos de vida sobre adultos que sufren de hipertensión. Se obtuvo coeficiente Rho de Spearman con (0,145) significancia $p > 0,05$ por ello aceptamos la hipótesis nula y rechaza la hipótesis alterna por consiguiente no existe una relación significativa en cuanto el nivel de conocimiento y estilos de vida.

HIPOTESIS ESPECIFICA 1

Planteamiento de la hipótesis

H₀: No existe relación entre el nivel conocimiento con estilo de vida en adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

H1: Existe relación entre el nivel de conocimiento y la dimensión manejo de estrés en adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

Nivel de significancia

Significancia de $\alpha=0,05$ (significancia teórica)

Estadístico de prueba seleccionado

Correlación de Rho de Spearman

Tabla N°05: Correlación entre nivel de conocimiento y dimensión manejo del estrés de adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

		NIVEL DE CONOCIMIENTO (Agrupada)	MANEJO DEL ESTRES (Agrupada)
NIVEL DE CONOCIMIENTO (Agrupada)	Correlación de Pearson	1	-,107
	Sig. (bilateral)		,460
	N	50	50
MANEJO DEL ESTRES (Agrupada)	Correlación de Pearson	-,107	1
	Sig. (bilateral)	,460	
	N	50	50

Fuente: registro de puntuación de cuestionario sobre el nivel de conocimiento y manejo del estrés.

Interpretación: En la tabla N°05, se observa entre la variable nivel de conocimiento y la dimensión manejo del estrés sobre los adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022. Obteniendo el coeficiente de Rho de Spearman de (0,107) con significancia $p > 0,05$ asimismo se reconoce la hipótesis nula y deniega la hipótesis alterna por consiguiente señalando que no existe una relación significativa entre ambas variables.

HIPOTESIS ESPECIFICA 2

Planteamiento de la hipótesis

H₀: No existe relación entre el nivel conocimiento y estilo de vida en adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

H₁: Existe relación entre el nivel de conocimiento y la dimensión actividad física en adultos hipertensos del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

Nivel de significancia

Significancia de $\alpha = 0,05$ (significancia teórica)

Estadístico de prueba seleccionado

Correlación de Rho de Sperman

Tabla N°06: Correlación entre nivel de conocimiento y la dimensión actividad física de adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

Correlaciones			
		NIVEL DE CONOCIMIENTO (Agrupada)	ACTIVIDAD FISICA (Agrupada)
NIVEL DE CONOCIMIENTO (Agrupada)	Correlación de Pearson	1	-,153
	Sig. (bilateral)		,288
	N	50	50
ACTIVIDAD FISICA (Agrupada)	Correlación de Pearson	-,153	1
	Sig. (bilateral)	,288	
	N	50	50

Fuente: registro de puntuación de cuestionario

Interpretación: En la tabla N°06, se observa entre la variable nivel de conocimiento y la dimensión actividad física, coeficiente de Rho de Spearman (0,153) significancia $p > 0,05$ es decir aceptamos la hipótesis nula y rechaza la hipótesis alterna por ende podemos indicar que no existe una relación significativa entre el nivel de conocimiento y estilos de vida.

HIPOTESIS ESPECIFICA 3

Planteamiento de la hipótesis

H₀: No existe relación entre el nivel conocimiento y estilo de vida en adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

H₁: Existe relación entre el nivel de conocimiento y la dimensión nutrición en adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

Nivel de significancia

Significancia de $\alpha=0,05$ (significancia teórica)

Estadístico de prueba seleccionado

Correlación de Rho de Spearman

Tabla N°07: Correlación entre nivel de conocimiento y la dimensión nutrición de adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

		Correlaciones	
		NIVEL DE CONOCIMIENTO (Agrupada)	NUTRICION (Agrupada)
NIVEL DE CONOCIMIENTO (Agrupada)	Correlación de Pearson	1	,242
	Sig. (bilateral)		,090
	N	50	50
NUTRICION (Agrupada)	Correlación de Pearson	,242	1
	Sig. (bilateral)	,090	
	N	50	50

Fuente registro de puntuación de cuestionario sobre nivel de conocimiento y nutrición

Interpretación: En la tabla N°07, se observa entre la variable nivel de conocimiento y la dimensión nutrición. Teniendo el coeficiente de Rho de Spearman con (0,242) significancia $p > 0,05$ es así que se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna por consiguiente señaló que no encuentra significancia entre las variables.

HIPOTESIS ESPECIFICA 4

Planteamiento de la hipótesis

H₀: No existe asociación favorable significativa en relación entre el nivel conocimiento y estilo de vida en adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

H₁: Existe relación con el nivel de conocimiento y la dimensión consumo de sustancias nocivas en adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

Nivel de significancia

Significancia de $\alpha = 0.05$ (significancia teórica)

Estadístico de prueba seleccionado

Correlación de Rho de Spearman

Tabla N°08: Correlación entre nivel de conocimiento y la dimensión consumo de sustancias nocivas de adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

Correlaciones			
		NIVEL DE CONOCIMIENTO (Agrupada)	CONSUMO DE SUSTANCIAS NOCIVAS (Agrupada)
NIVEL DE CONOCIMIENTO (Agrupada)	Correlación de Pearson	1	,236
	Sig. (bilateral)		,100
	N	50	50
CONSUMO DE SUSTANCIAS NOCIVAS (Agrupada)	Correlación de Pearson	,236	1
	Sig. (bilateral)	,100	
	N	50	50

Fuente: registro de puntuación de cuestionario sobre nivel de conocimiento y consumo de sustancias nocivas.

Interpretación: Datos recogidos en la tabla N°08, conocimiento y dimensión consumo de sustancias nocivas, se observa un resultado con el coeficiente de Rho de Spearman de (0,236) significancia $p > 0,05$ es decir aceptamos la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna por consiguiente señalando que no existe una relación significativa.

V. DISCUSIÓN

Con respecto al objetivo general del estudio determinar la relación que existe entre el nivel conocimiento y estilo de vida, obteniendo como resultado de correlación del (0,145) significancia de $p > 0,05$, definiendo que el nivel de conocimiento se encuentra en rango mediano con un 58%, un 38% es nivel alto y finalmente el 8% es nivel bajo así mismo con respecto a estilos de vida, el 53% de adultos poseen regulares hábitos saludables por lo tanto se establece que no se encontró una significancia directa respecto a las variables del estudio, lo cual se compara con Otero (2020) en su investigación sobre nivel de conocimiento y prácticas de estilo de vida con el paciente hipertenso, concluye que no encontró relación significativa obteniendo un valor de ($p=0.485$), así mismo menciona que sea consiente en su salud, el 78.5% de hábitos son no saludables, asimismo se evidencia entre ambos estudios de investigación, que el tener conocimiento sobre el tema de hipertensión no significa que la personas practique buenos estilos de vida saludables, por lo cual es importante ser conscientes del cuidado de la salud.

Así mismo se menciona el primer objetivo específico: Identificar qué relación existe refiriéndonos al nivel de conocimiento y dimensión manejo del estrés en adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022, identificando que el manejo del estrés como resultado de (0,107) una significancia $p > 0,05$ obteniendo que 58% se encuentra en rango medio, rango bajo 24% y un 18% nivel alto. Así mismo Otero también nos dice en su investigación que no existe relación en su dimensión sobre el estrés dando un valor de significancia de $p = 0.618$; por lo contrario, tenemos al investigador Stoyanovich (2019) donde nos refiere en su estudio denominado estrés como factor de riesgo en hipertensión arterial, indica que el estrés altera el desarrollo de la hipertensión; por lo tanto en los estudios mencionados se demuestra que el estrés no es la razón causante de sufrir hipertensión arterial, pero es importante tener un control de las emociones para poder reducir los riesgos.

Por otro lado, tenemos el segundo objetivo específico: Identificar qué relación existe entre nivel conocimiento y actividad física, de modo que el resultado de correlación (0,153) con significancia $p > 0,05$ Identificando un 56% con un nivel medio, bajo con 36% y un 8% de nivel alto, comparando con Otero (2020), en su dimensión actividad física también obtuvo un resultado no significativo con un valor de correlación de $p = 0.343$; donde refiere que la actividad física es favorable para la salud de una persona hipertensa; en ese sentido los resultados coinciden que la actividad física es importante, pero como se menciona en dichos estudios tenemos que tener en cuenta que hacer ejercicios considerando su impacto en el desarrollo orgánico y su función.

Así mismo tenemos el tercer objetivo específico: Identificar qué relación existe entre el nivel conocimiento y nutrición; en consecuencia se obtuvo Rho de Spearman de (0,242) una significancia $p > 0.05$ Identificando un 70% medio, rango alto con 22% y un 8% bajo; en tanto mismo sentido, Loo (2018) en su estudio con el objetivo evidenciar el estado del conocimiento con información nutricional, la influencia al momento de la selección del producto por parte de los pacientes con síndrome metabólico del Club Diabético e Hipertenso del Centro de Salud Chimbacalle; consta que el 27% muestra alto conocimiento del semáforo nutricional, entre los adultos mayores, el 53,3% tiene un conocimiento medio. Siguiendo las observaciones, se encuentra que no existe relación significativa ($\chi^2=4.09$; $p=0.12$); los resultados tienen semejanza con Loo, en relación con el estudio donde coincide que es de carácter importante conservar un peso favorable lo cual ayudara a tener buen control de la presión alta y disminuir el peligro entre otros problemas para la salud; también los pacientes pueden sufrir de esta enfermedad aun teniendo conocimientos buenos en el cuidado de su alimentación.

Finalmente tenemos el cuarto objetivo específico: Identificar qué relación existe entre el nivel conocimiento y la dimensión consumo sustancias nocivas, obteniendo coeficiente (0,236) una significancia $p > 0,05$ Identificando un 70% con un nivel medio, un nivel bajo con el 18% y un 12% con nivel alto; en el estudio de Chambilla D. (2019); con el objetivo determinar la asociación hipertensión y factores de riesgo, nos habla sobre consumo de sustancias nocivas, el consumo de tabaco y el mecanismo por el

cual el tabaco provoca triple daño lo que a su vez provoca elevación de la frecuencia cardíaca y bloqueo arterial; consumir progresivamente alcohol puede aumentar la tensión arterial y la mortalidad cardiovascular, no mostraron asociación estadística ($p < 0.05$), como se puede evidenciar en comparación entre el estudio de Chambilla; se encuentra semejanza en los resultados donde consumir progresivamente alcohol puede aumentar la tensión arterial y la mortalidad cardiovascular, pero entendemos que los pacientes que consumen estas sustancias; también son conscientes del peligro que existe al consumirlo y aun así lo realizan.

VI. CONCLUSIONES

En la investigación se concluye que el conocimiento y los estilos de vida no guardan relación

PRIMERA: En cuanto a los conocimientos prevalece un nivel intermedio representado por el 54%, un 38% con nivel alto y finalmente un pequeño 8% con nivel bajo, los pacientes manifiestan de incrementar la información sobre la enfermedad que los aqueja.

SEGUNDA: En cuanto al conocimiento sobre la hipertensión, se encontró que el 54% de los adultos tiene una definición de hipertensión arterial, el 56% sabe qué factores de riesgo conlleva esta enfermedad y el 50% tiene tratamiento.

TERCERA: Por otro lado, en cuanto a hábitos saludable, el 53% no tiene hábitos saludables regulares, el 38% tiene buenos niveles y el 10% tiene niveles bajos. Se logró un nivel medio de 58% para el afrontamiento del estrés, un nivel medio de actividad física en un 56%, el 70% de los adultos tiene un nivel medio de nutrición y el 70% tiene un consumo medio de contaminantes.

CUARTA: No se encuentra significancia en cuanto a ambas variables conocimiento y estilo de vida, ya que se obtuvo un valor de coeficiente de $p < 0,143$, valor inferior a 0,05.

VII. RECOMENDACIONES

De acuerdo con los resultados de la investigación brinda las siguientes recomendaciones.

PRIMERA: Las autoridades del Centro de Salud Las Esmeraldas debe de incentivar constantemente al personal de enfermería, para que puedan orientar adecuadamente al paciente sobre los estilos de vida saludables y sus prácticas para el manejo de su padecimiento, ya que el personal de enfermería son primordiales actores que participan por mantener la buena salud de cada paciente.

SEGUNDA: También se sugiere al Centro de Salud Las Esmeraldas educar constantemente a los usuarios que padecen presión alta acerca de estilos de vida saludables que deben poner en práctica, como sensibilizar a la localidad, resaltando lo bueno y malo de la presión alta, previniendo complicaciones y nuevos casos de hipertensión arterial.

TERCERA. Finalmente, a nuestra casa de estudios, promover la investigación en los alumnos referido a hábitos saludables que puedan contribuir a la sociedad y futuros profesionales de la salud, así mismo, orientar y formar a los estudiantes con el propósito de realizar investigaciones.

CUARTA: A la población en general desarrolle mejores prácticas de un estilo de vida óptimos para la salud, Se recomienda a los pacientes llevar un adecuado control de su presión arterial, que asistan periódicamente a sus controles en el establecimiento de salud. asimismo, mejorando su calidad de vida reduciendo los riesgos, tomando su tratamiento correcto, llevando un buen manejo del estrés, una alimentación saludable, haciendo ejercicios, reduzcan el sedentarismo y eliminando el consumo de sustancias nocivas que dañan el cuerpo complican su enfermedad.

VIII. RECOMENDACIONES

De acuerdo con los resultados de la investigación brinda las siguientes recomendaciones.

PRIMERA: Las autoridades del Centro de Salud Las Esmeraldas debe de incentivar constantemente al personal de enfermería, para que puedan orientar adecuadamente al paciente sobre los estilos de vida saludables y sus prácticas para el manejo de su padecimiento, ya que el personal de enfermería son primordiales actores que participan por mantener la buena salud de cada paciente.

SEGUNDA: También se sugiere al Centro de Salud Las Esmeraldas educar constantemente a los usuarios que padecen presión alta acerca de estilos de vida saludables que deben poner en práctica, como sensibilizar a la localidad, resaltando lo bueno y malo de la presión alta, previniendo complicaciones y nuevos casos de hipertensión arterial.

TERCERA. Finalmente, a nuestra casa de estudios, promover la investigación en los alumnos referido a hábitos saludables que puedan contribuir a la sociedad y futuros profesionales de la salud, así mismo, orientar y formar a los estudiantes con el propósito de realizar investigaciones.

CUARTA: A la población en general desarrolle mejores prácticas de un estilo de vida óptimos para la salud, Se recomienda a los pacientes llevar un adecuado control de su presión arterial, que asistan periódicamente a sus controles en el establecimiento de salud. asimismo, mejorando su calidad de vida reduciendo los riesgos, tomando su tratamiento correcto, llevando un buen manejo del estrés, una alimentación saludable, haciendo ejercicios, reduzcan el sedentarismo y eliminando el consumo de sustancias nocivas que dañan el cuerpo complican su enfermedad.

REFERENCIAS

1. Organización Mundial de la Salud; (OMS) Pacientes con hipertensión arterial [internet], 2021. Disponible en: <https://news.un.org/pt/story/2021/08/1760912>
2. Cano Aliaga P. Conocimiento sobre los factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares en los pobladores del Centro Poblado Rural Rinconada de Puruhuay Lima, Investigación Universidad Cesar Vallejo 2021. [internet] Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/89904/Cano_APH-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
3. Gomez G. efectividad de la estrategia educativa en el nivel de conocimientos. Tesis, editor. Lima: Universidad Cesar Vallejo. 2020. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/58145/Gomez_CG-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
4. Hipertensión Organización panamericana de la salud (OPS); [internet] 2020. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/hipertension>
5. El Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), hipertensión arterial Perú. [internet], 2020. Disponible en: <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-399-de-peruanos-de-15-y-mas-anos-de-edad-tiene-al-menos-una-comor>
6. Arequipa Grds. Análisis de Salud Arequipa; 2019. Disponible en: <https://www.saludarequipa.gob.pe/epidemiologia/ASIS/Asis2019/ASIS%202019.pdf>
7. Julcamoro A. Estilos de vida según la teoría de nola pender en los estudiantes de enfermería Lima [tesis de pregrado]. Universidad nacional federico villareal Perú 2019. Disponible en: http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2829/UNFV_Julcamoro_Acevedo_Betsy_Marlin_Titulo_Profesional_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y
8. Ministerio nacional de salud. (MINSA); pacientes con hipertensión arterial aumentarían durante la pandemia en Perú: [internet] 2021. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/493681-minsa-estima-que-pacientes-con-hipertension-arterial-aumentarian-en-20-durante-la-pandemia>
9. Elvis Javier Ibáñez F. Caracterización clínica de las crisis hipertensivas en pacientes adultos hospitalizados en el Hospital Nacional de Itauguá en Paraguay: Universidad Nacional de Itapúa, 2021. Disponible en: http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2312-38932022000100101&lang=es
10. Meléndez M. Hipertensión Arterial: Estilos de vida y estrategias de intervención (Scele) España: [internet]; 2020. Disponible en: <http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/114212>

11. Sotolongo M. Intervención educativa a los pacientes con nivel de conocimiento inadecuado sobre hipertensión arterial, en Cuba: revista cubana de tecnología de la salud. [Internet] 2018. Disponible en: <http://www.revtecnologia.sld.cu/index.php/tec/article/view/1016>
12. Gilda Benítez. Actitudes, conocimientos y comportamientos sobre el consumo de sal según la percepción de un grupo de mujeres en Paraguay: Universidad Nacional de Asunción. [internet] 2020. Disponible en: http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1816-89492020000300095&lang=es
13. Ramos B. Conocimiento de los pacientes con hipertension arterial en una unidad de salud familiar sobre su patologia investigacion en Argentina, 2019 Disponible en: http://www.scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0874-02832019000400005&lang=es
14. Mendinueta y Martínez en 2020, Colombia estilos de vida en trabajadores del sector informal [tesis de pregrado], colombia Universidad Simón Bolívar, 2020. Disponible en: <http://201.159.222.35/bitstream/handle/22000/16097/TESIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
15. Angulo R. Nivel de conocimiento y prácticas de autocuidado en adultos mayores hipertensos [Tesis de pregrado] en trujillo: Universidad cesar vallejo 2021. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/88400>
16. Cabrera M. Relación de Hipertensión Arterial y estilos de vida en adultos mayores del Centro de Salud Pucalá [Tesis de pregrado]. Universidad Particular de Chiclayo 2020. Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/20.500.12773/12244>
17. Bautista C, relación entre estilos de vida y nivel de estrés en estudiantes de primer y noveno semestre de la Facultad de Enfermería de la Universidad Católica de Santa María [tesis de pregrado]. Arequipa: Universidad Católica de Santa María 2021. Disponible en: <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/handle/UCSM/8982>
18. Cárdenas y Rivas. Conocimiento y manejo de crisis hipertensiva, enfermeras del servicio de emergencia Hospital Regional Honorio Delgado Arequipa [Tesis de pregrado] Universidad Nacional De San Agustín 2019. Disponible en: <http://repositorio.unsm.edu.pe/bitstream/handle/11458/2994/ENFERMERIA%20-%20Carmencita%20Sandoval%20Rodr%C3%ADguez%20%26%20Deisy%20Milagros%20Rojas%20Manuari.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
19. Almanza A. Nivel de Conocimiento sobre Hipertensión Arterial Relacionada a la Autoeficacia Percibida en Adultos Hipertensos del Centro de Salud de la Punta de Bombón [Tesis de pregrado] e en Islay-Punta de bombon Arequipa: Universidad Católica de Santa María 2018. Disponible en: <https://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/18850>

20. Homas U. International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines hipertensión. Sociedad Española de Cardiología. [internet]]2022. Disponible en: <https://secardiologia.es/cientifico/guias-clinicas/prevencion-riesgo-cardiovascular/11639-2020-international-society-of-hypertension-global-hypertension-practice-guidelines>
21. Ramírez A. La teoría del conocimiento en investigación científica: una visión actual/ Knowledge's theory in scientific research: a current scope Especial A, American College of Occupational and Environmental Medicine. [internet] 2018. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/afm/v70n3/a11v70n3.pdf>
22. Othen D. Teoría del autocuidado Artículo [internet], 2018. Disponible en: <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/dorothea-orem.html>
23. Meiriño J. teoría de nola pender. [Internet] Disponible en: <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/nola-pender.html#:~:text=MODELO%20DE%20PROMOCION%20DE%20LA,una%20pauta%20para%20la%20acci%C3%B3n>
24. Yudit P. hipertensión arterial y depresión en pacientes geriátricos del centro de salud 9 de octubre pucallpa junio-diciembre pucallpa: [tesis de pregrado] 2019. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552002000300009#:~:text=El%20antecedente%20familiar%20de%20HTA,de%20HTA%20en%20sus%20descendientes.
25. Martínez B. Nivel de conocimiento sobre prevención [tesis de pregrado] Bagua grande Perú universidad politecnica amazonas; 2022. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/87529/Salas_SKS-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
26. Morffi D, Hernández DT. Hipertensión arterial Incidencia de algunos factores de riesgo. Revista Archivo Médico de Camagüey. [internet] 2018. Disponible en: <https://acvenisproh.com/revistas/index.php/masvita/article/view/182/450>
27. Salas SK. Relación entre el nivel de conocimiento sobre hipertensión arterial y la adherencia al tratamiento. Hospital Belén de Trujillo. [tesis de pregrado] Trujillo: Universidad cesar vallejo; 2021. Disponible en: https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/7213/Estilos_AcunaSamaritano_Jocelyn.pdf?sequence=1&isAllowed=yv
28. Samaritano JMA. Estilos de vida saludable y apoyo social asociado a la depresión en adultos mayores que asisten al club del adulto mayor en el distrito de surco, [Tesis de pregrado] Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2019. Disponible en: https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/24179/Stoyanovich_PabloAnibal_TFG_2019.pdf?sequence=2&isAllowed=y

29. Mauro AV. Importancia de estilos de vida en adultos mayores hipertensos del Centro del adulto mayor “renta luque”. [internet], revista de ciencias de la salud; 2021. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/howtopreventhighbloodpressure.html>
30. Stoyanovich PA. Estrés como factor de riesgo en hipertensión arterial. Una revisión tesis, editor. España: Universidad de da Coruña.; 2019. Disponible en: <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/60911/1/CD%20136-%20CUVI%20TENE%2c%20JOEL%20IGNACIO%3b%20VULGARIN%20MEJIA%20LILIANA%20FERNANDA.pdf>
31. Prevención de la presión arterial alta: Biblioteca Nacional de medicina; 2022. Disponible en: http://repositorio.uancv.edu.pe/bitstream/handle/UANCV/2143/T036_70367323.pdf?sequence=3&isAllowed=yhttp://repositorio.uancv.edu.pe/bitstream/handle/UANCV/2143/T036_70367323.pdf?sequence=3&isAllowed=y
32. Cuvi joel. Evaluaciòn del estado nutricional en pacientes con hipertensiòn arterial [tesis de pregrado]. Guayaquil: universidad de guayaquil. Disponible en: <https://ocw.unican.es/pluginfile.php/1149/course/section/1385/Enfermeria-Tema11%2528III%2529.pdf>
33. Bach. Zela. “estilos de vida en relación al riesgo de sobrepeso y obesidad en estudiantes de la institución educativa Carlos Oquendo de Amat – Caminaca, Azángaro, abril / junio Tesis de pregrado] Juliaca: universidad andina nescor caceres velasquez; 2018. Disponible en: <file:///C:/Users/HP/Downloads/RAPD%20Online%202010%20V33%20N3%2003.pdf>
34. en estudiantes de la institución educativa Carlos Oquendo de Amat – Caminaca, Azángaro, abril / junio Tesis de pregrado] Juliaca: universidad andina nescor caceres velasquez; 2018. Disponible en: <file:///C:/Users/HP/Downloads/RAPD%20Online%202010%20V33%20N3%2003.pdf>
35. Fernandez MLF. bases historias y teorías de la enfermería [internet] Universidad de cantabria. Disponible en: http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/12949/Sarmiento_Chambilla_Dany_Gimena.pdf?sequence=1&isAllowed=y
36. Gómez Guanin L. “relación entre estado nutricional y perfil lipídico en Pacientes adultos con hipertensión arterial.” [internet] Guayaquil: universidad de guayaquil; 2021. Disponible en: <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/61121/1/CD%20141-%20GOMEZ%20GUANIN%2c%20LILIBETH%20MELANIE%3b%20LOPEZ%20ROJAS%2c%20MELISSA%20STEPHANY.pdf>
37. Chambilla D. Hipertensión arterial y factores de riesgo tesis en puno: Universidad nacional del altiplano; 2019. Disponible en: http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/12949/Sarmiento_Chambilla_Dany_Gimena.pdf?sequence=1&isAllowed=y
38. Relat jm. introducción a la investigación básica investigación, editor. Disponible en: <file:///C:/Users/HP/Downloads/RAPD%20Online%202010%20V33%20N3%2003.pdf>
39. Hernandez F. Metodología de investigación [internet] México: Mc Grawhill. Disponible en: <http://tesisdeinvestig.blogspot.com/2012/12/disenos-no-experimentales-segun.html#:~:text=Dise%C3%B1os%20no%20experimentales.->

,Seg%C3%BAn%20Hernandez%2C%20fernandez%20y%20Baptista.,variar%20intencionalmente%20las%20variables%20independientes.

40. Almanza A. Nivel de conocimiento sobre hipertensi3n arterial tesis , editor. Arequipa: universidad catolica de santa maria, 2019 Disponible en:
<http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/8982/60.1437.EN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
41. Hernan F. La entrevista y la encuesta: universidad de las tunas. [internet] 2019. Disponible en: <https://revistas.ult.edu.cu/index.php/didascalía/article/view/992>

ANEXOS

Anexo 01. Matriz de Operalización de variables

VARIABLES	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSION	INDICADOR	NIVEL DE MEDICION
Conocimientos de hipertensión	Conjunto de información almacenada mediante la experiencia y aprendizaje que adquiere el adulto sobre la hipertensión arterial (3)	Realización del conjunto de información, factores de riesgos asociados, complicaciones y cumplimiento de tratamiento sobre la HTA, según el instrumento. Se evaluó a través del cuestionario sobre nivel de conocimiento sobre hipertensión	Definición de la HTA	Hipertensión arterial	nominal
			Factores de riesgo	Antecedentes familiares. Consumo de sal, alcohol	
			Tratamiento	Control medico Dosis adecuada Hora adecuada	

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADOR	NIVEL DE MEDICIÓN
Estilos de vida en adultos con hipertensión	Es una forma general de vida basada en la interacción entre las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones individuales de conducta determinados por factores socioculturales y características personales". (18)	El estilo de vida saludable, será obtenido a través de un cuestionario de estilo de vida aplicado a los adultos con hipertensión arterial que acuden al C.S. las esmeraldas.	Manejo del estrés	Control del estrés Distraerse, reír, descansar,	Nominal
			Actividad física	Ejercicios físicos Baile Caminatas Sedentarismo	
			Nutrición	Obesidad Mala alimentación.	
			Sustancia Nocivas	Alcohol Cigarrillos	

Anexo 02. Matriz De Consistencia

Título: Conocimiento Y Estilos De Vida En Adultos Con Hipertensión Del Centro De Salud Las Esmeraldas Arequipa 2022.

Autora: Escalante Pastor, Aymé Brigit

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES E INDICADORES				
<p>¿Cuál es la relación que existe entre el nivel de conocimiento y estilos de vida en adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022?</p> <p>Problemas específicos:</p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre el nivel de conocimiento y la dimensión manejo del estrés en</p>	<p>Determinar la relación que existe entre el nivel conocimiento y estilo de vida en adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <p>Identificar la relación que existe entre el nivel de Conocimiento y la dimensión manejo del estrés en adultos con hipertensión del</p>	<p>Hi: Existe relación entre el nivel de conocimiento y estilos de vida en adultos si está relacionado con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022</p> <p>Ho: No existe relación entre el nivel conocimiento y estilo de vida en adultos con hipertensión del</p>	Variable nivel de conocimiento				
			Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala	Niveles o rangos
			Definición de la HTA	<p>Características de la tensión arterial.</p> <p>Valores normales de la presión arterial</p>	1-2-3-4-5	Ordinal	<p>Bajo</p> <p>Medio</p> <p>Alto</p>
Factores de riesgo	<ul style="list-style-type: none"> - Sobrepeso - Sedentarismo - Consumir de alcohol. - cigarrillos - Consumo de sal - Antecedentes familiares. 	6-7-8-9-10-11-12					

<p>adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022?</p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre el nivel de conocimiento y la dimensión actividad física en adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022?</p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre el nivel de conocimiento y</p>	<p>centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.</p> <p>Identificar la relación que existe entre el nivel conocimiento y la dimensión actividad física en adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.</p> <p>Identificar la relación que existe entre el nivel conocimiento y la dimensión nutrición en adultos con</p>	<p>centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.</p>	Tratamiento	Farmacológico y no farmacológico	13-14-15-16-17-18-19-20				
			Variable Estilos de vida						
			Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala	Niveles o rangos		
			Manejo del estrés	Relajación, control de emociones	21-22-23-24-25-26	Ordinal Incorrecto (0) Correcto (1)	Bajo Medio Alto		
			Actividad física	Ejercicios Deportes	27-28--29				
Nutrición	Dieta saludable Sedentarismo Obesidad	30- 31-32-33-34							

<p>la dimensión nutrición en adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022?</p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre el nivel de conocimiento y la dimensión consumo de sustancias nocivas en adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022?</p>	<p>hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.</p> <p>Identificar la relación que existe entre el nivel conocimiento y la dimensión consumo de sustancias nocivas en adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.</p>		<p>Sustancias nocivas</p>	<p>Consumo de alcohol</p> <p>Consumo de cigarrillos.</p>	<p>35-36-37-38-40</p>		
--	--	--	---------------------------	--	-----------------------	--	--

Anexo 03

UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

CUESTIONARIO PARA MEDIR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE HIPERTENSIÓN

El presente cuestionario tiene una lista de preguntas, lea cuidadosamente cada una de ellas y elija la respuesta que mejor convenga. Por favor de una respuesta a cada pregunta y no deje ninguna en blanco. Toda la información que se obtenga será manejada confidencialmente.

Datos Básicos:

Fecha De Entrevista:

✓ **Edad:**

Sexo:

Departamento: Arequipa

Provincia: Arequipa

Distrito: JLByR

INSTRUCCIONES: Marque con una (x) la respuesta que usted mejo considere, no hay respuesta correcta o incorrecta, por favor no deje preguntas sin responder.

NIVEL DE CONOCIMIENTO

1) Considera usted que la hipertensión arterial es:

- 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) Una persona se considera con hipertensión arterial si tiene la presión por encima de:

- a) 110/65 mmHg
- b) 140/90 mmHg**
- c) 120/80 mmHg
- d) 100/70 mmHg

3. ¿Cuál de las siguientes afirmaciones es verdadera?

- 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.**

4) ¿Cuál de las siguientes afirmaciones es verdadera?

- a) La hipertensión arterial sólo afecta a los ancianos.
- b) La hipertensión arterial es una enfermedad que se contagia.
- c) La hipertensión arterial mal controlada puede conducir a la muerte.**
- d) La hipertensión arterial es una enfermedad psiquiátrica.

5) ¿Cuál de las siguientes afirmaciones aumenta el riesgo de hipertensión arterial?

- a) Levantar pesas.
- b) Tomar más de 2 tazas de café al mes.
- c) Subir de peso en exceso.**
- d) Fumar un cigarrillo ocasionalmente.

FACTORES DE RIESGO

6) ¿Cuáles considera Ud. son factores que influyen para padecer de hipertensión arterial?

- a) El tener ambos padres con diabetes o hipertensión arterial.**
- b) El acné.
- c) La gastritis.
- d) La neumonía.

7) ¿Cuál de las siguientes afirmaciones es falsa?

- a) El sedentarismo es un factor de riesgo para padecer de hipertensión arterial.
- b) El consumo de sal de mar ayuda a controlar la hipertensión.**
- c) El colesterol alto es factor de riesgo para complicación de la hipertensión arterial.
- d) La obesidad es un factor de riesgo para padecer hipertensión arterial.

8) ¿Cuál de los siguientes productos cree Ud. que se debe evitar para controlar la hipertensión arterial?

- a) Evitar el alcohol, vegetales y verduras.
- b) Evitar el café y dieta baja en sal.
- c) Evitar el café, alcohol, dieta excesiva en sal y el estrés.**
- d) Evitar el azúcar, el aceite y la sal.

9) ¿Cuál de los siguientes cambios en su dieta ayuda a regular la presión arterial?

- a) Mantener los alimentos picantes.

- b) Beber un vaso diario de vino tinto después de los alimentos.
- c) Comer más frutas, verduras, granos integrales y productos lácteos bajos en grasa.**
- d) Beber té de hierbas y café.

10) Para controlar la hipertensión arterial se debe considerar lo siguiente, en el consumo de alimentos, excepto:

- a) Disminuir la ingesta de sal en alimentos.
- b) Disminuir regularmente el café.
- c) Consumir pescado al menos tres veces por semana.
- d) Consumir alimentos altos en grasa como frituras y con alta cantidad de sal.**

11) ¿Qué tiempo es recomendable realizar caminatas diariamente cuando se sufre de hipertensión arterial?

- a) Al menos 30 minutos.**
- b) Al menos 60 minutos.
- c) De 10 a 20 minutos.
- d) De 1 a 2 horas.

12) ¿Cuál de las siguientes afirmaciones sobre el ejercicio y la presión arterial es falsa?

- a) Hacer una caminata durante 30 minutos todos los días ayuda a controlar la presión arterial.
- b) Hacer ejercicio es bueno para las personas con hipertensión arterial.
- c) Las personas que están de pie la mayor parte del día controlan mejor su presión arterial.**
- d) Practicar ejercicios de relajación ayuda a controlar el estrés y la presión arterial.

TRATAMIENTO

13) ¿Cuándo considera Ud. que los medicamentos para la hipertensión arterial deben ser consumidos?

- a) Solo cuando la presión arterial esta alta.
- b) Cuando tengo mareos.
- c) Cuando siento dolor de cabeza.
- d) Todos los días, según el horario indicado por el médico.**

14) ¿Cómo considera que deberían conservarse las medicinas para la presión arterial?

- a) Consumirlo, no importa si está abierto y vencido.
- b) Recortarlo por cada pastilla para guardarlo en la billetera.

- c) **Evitar consumirlo si está abierto, evitar aplastarlo, o cargarlo en la billetera, ver la fecha de vencimiento, conocer bien el nombre de los medicamentos que consume.**
- d) Guardarlo fuera de su envase y ordenarlo por colores.
- 15) ¿Por cuánto tiempo cree Ud. que deberá tomar sus medicinas para el control de la presión arterial?
- a) Hasta cuando la presión este controlada.
- b) Solo por 3 años.
- c) **Durante toda la vida.**
- d) Durante 5 años, luego el tratamiento es solo con ejercicios.
- 16) ¿Cuál de las siguientes afirmaciones acerca de la toma de medicamentos antihipertensivos es verdadera?
- a) Siempre debe tomarse con los alimentos.
- b) Se puede 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.**
- 17) ¿Asiste Ud. periódicamente a consulta médica?
- a) Siempre.
- b) **A veces.**
- c) Casi nunca.
- d) Nunca.
- 18) ¿Cuándo cree Ud. que debe ir a la consulta médica?
- a) Sólo cuando comienzo a sentir algún malestar.
- b) Sólo cuando necesite más medicinas.
- c) **Cada vez que me toca algún control médico a pesar de sentirme bien.**
- d) Cuando las medicinas caseras no me hacen efecto.
- 19) Al medir su presión arterial en casa, Ud. Debe:
- a) **Siempre tomar su lectura antes de tomar su medicamento para la presión arterial.**
- b) Tomar la presión arterial en reposo, en el mismo brazo y dos horas antes o después de las comidas.
- c) Tomar la presión arterial inmediatamente después de las comidas.
- d) Tomar la presión todos los días cada 3 horas y anotar el valor.
- 20) ¿Cuál cree Ud. que son las complicaciones de la Hipertensión Arterial?

- a) Apendicitis y problemas renales.
- b) Infarto y problemas renales.**
- c) Diarreas, hemiplejias.
- d) Gastritis.

UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

CUESTIONARIO PARA EVALUAR LOS ESTILOS DE VIDA

El presente cuestionario tiene una lista de preguntas, lea cuidadosamente cada una de ellas y elija la respuesta que mejor convenga. Por favor de una respuesta a cada pregunta y no deje ninguna en blanco. Toda la información que se obtenga será manejada confidencialmente.

Datos Básicos:

Fecha De Entrevista:

Edad..... Sexo.....

ESTILOS DE VIIDA

MANEJO DEL ESTRÉS

- 21. ¿El estrés que problemas de salud puede desencadenar?
 - a) Sistema inmunológico
 - b) 4Sistema cardiovascular**
 - c) Sistema respiratorio.
 - d) Sistema digestivo.
- 22. El estrés constante ocasiona el aumento de:
 - a) Enfermedades pulmonares, y presión baja
 - b) Enfermedades del hígado y presión alta.
 - c) Enfermedades del estómago y presión baja.
 - d) Arritmias cardiacas y presión arterial.**
- 23. El estrés constante ocasiona la disminución de:
 - a) Disminución del colesterol
 - b) Disminución del colesterol bueno.**
 - c) Disminución del colesterol malo.
 - d) Enfermedades del corazón
- 24. ¿Realiza alguna técnica de relajación cuando siente que esta estresado?
 - a) Respiración diafragmática
 - b) Relajación muscular
 - c) Yoga, pilates o baile.

- d) Reír y sonreír.
- 25. ¿Te sientes solo y vacío?
 - a) Ausencia de cariño familiar
 - b) Perdida del algún ser querido.
 - c) Presión laboral
 - d) Lejanía familiar
- 26. ¿Te agobia la dificultad de que el dinero te llegue a fin de mes?
 - a) Soy cabeza de familia
 - b) No tengo trabajo estable
 - c) Dependo de terceros
 - d) Jubilación es mínima

ACTIVIDAD FISICA

- 27. ¿Realiza ejercicios durante la semana?
 - a) Caminatas
 - b) Ejercicios de estiramiento
 - c) Bicicleta
 - d) Fútbol – vóley – otros
- 28. ¿Cuál es el tiempo que dedica a realizar actividad física?
 - a) Menos 30 minutos.
 - b) Por 30 minutos
 - c) Más de 30 minutos
 - d) Una hora
- 29. ¿Con qué frecuencia realiza actividad física?
 - a) Diario
 - b) 1 vez por semana
 - c) Más de 1 vez por semana
 - d) Solo cuando se acuerda

NUTRICION

- 30. ¿Cómo se puede evitar la obesidad?
 - a) Comiendo todo sin restricción.
 - b) Comiendo alimentos sancochado y frutas
 - c) Respuesta b y d
 - d) Haciendo ejercicios y alimentación sana**
- 31. El tipo de grasa más común en nuestro cuerpo, produce enfermedades cardiovasculares es:
 - a) Colesterol**
 - b) Triglicéridos
 - c) Grasa saturada
 - d) Lípidos
- 32. ¿Cuáles cree usted que son las consecuencias de tener el colesterol elevado?
 - a) Obesidad y presión baja
 - b) Obesidad, presión alta.**
 - c) Presión alta, dolor de cabeza.

- d) Presión baja, dolor de cabeza.
- 33. ¿Qué produce en el organismo el consumo excesivo de condimentos y grasas?
 - a) **Problemas del corazón y colesterol alto.**
 - b) Problema del riñón
 - c) Enfermedades en el corazón.
 - d) Problemas de ansiedad.
- 34. Con que Frecuencia consume verduras
 - a) Todos los días
 - b) Nunca
 - c) 1 a 3 días a la semana
 - d) 1 día a la semana

CONSUMO DE SUSTANCIAS NOCIVAS

- 35. ¿Cuáles son las consecuencias de fumar mucho?
 - a) **Daño de corazón, cáncer de pulmón, aumento de presión.**
 - b) Daño de corazón, cáncer de pulmón, disminuye la presión.
 - c) Daño de corazón, cáncer de pulmón, aumento de peso.
 - d) Daño de corazón, y disminuye el peso.
- 36. ¿Cuántos cigarrillos fumados por día representa un riesgo de sufrir enfermedades del corazón?
 - a) **1 a 4 Cigarrillos.**
 - b) 4 a 7 Cigarrillos.
 - c) 7 a 10 Cigarrillos.
 - d) 10 a 15 Cigarrillos.
- 37. ¿Consume bebidas alcohólicas?
 - a) Si, a veces
 - b) No, nunca
 - c) En ocasiones
 - d) Casi siempre
- 38. ¿Actualmente fumas?
 - a) No
 - b) Diariamente
 - c) Ocasionalmente (no todos los días de la semana)
 - d) Esporádicamente
- 39. ¿Cuál de las siguientes enfermedades no está relacionada con el consumo de tabaco?
 - a) El tabaco no está asociado al cáncer de pulmón
 - b) El tabaco no está asociado a la irritación crónica de los pulmones
 - c) El tabaco no está asociado al infarto cardíaco
 - d) **El tabaco no está asociado al cáncer de piel**
- 40. El consumo de sustancias nocivas es perjudicial para la salud.
 - a) **Muy**
 - b) Bastante
 - c) Poco
 - d) Nada

Anexo 04: Confiabilidad de variables

Confiabilidad de Kuder Richardson

Valor de preguntas:

- 0= preguntas contestadas incorrectamente
- 1= preguntas contestadas correctamente

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,531	40

18 : ID Visible: 59 de 59 variables

ID	V1_CON OCIMIEN TO	D1_HIPE RTENSIO N	P1	P2	P3	P4	P5	D2_FACT ORESDE RIESGO	P6	P7	P8	P9	P10	P11	
1	30	16	4	1	1	0	1	1	6	1	1	0	1	1	1
2	32	15	2	1	0	0	0	1	5	0	1	1	0	1	1
3	36	17	5	1	1	1	1	1	5	0	1	0	1	1	1
4	35	18	4	0	1	1	1	1	7	1	1	1	1	1	1
5	33	15	3	0	1	0	1	1	6	1	1	1	0	1	1
6	33	17	4	0	1	1	1	1	7	1	1	1	1	1	1
7	30	14	3	0	0	1	1	1	5	0	1	1	1	1	0
8	29	16	5	1	1	1	1	1	6	1	1	0	1	1	1
9	29	15	4	1	1	1	0	1	5	1	0	1	1	1	0
10	29	15	4	1	0	1	1	1	6	0	1	1	1	1	1
11	32	15	5	1	1	1	1	1	6	1	1	1	0	1	1
12	34	18	4	1	1	0	1	1	6	1	1	1	1	1	1
13	26	12	2	0	0	1	1	0	6	0	1	1	1	1	1
14	28	15	3	0	0	1	1	1	5	0	1	1	0	0	1
15	30	15	5	1	1	1	1	1	5	1	0	0	1	1	1

Visible: 59 de 59 variables

P12	D3_TRAT AMIENTO	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	V2_ESTIL OSDEVID A	D4_MAN EJOEDEL ESTRES	P21	P22	P23	P24
1	6	1	1	1	0	0	1	1	1	14	4	1	1	1	1
1	8	1	1	1	1	1	1	1	1	17	5	1	1	1	1
1	7	0	1	1	1	1	1	1	1	19	6	1	1	1	1
1	7	1	1	1	0	1	1	1	1	17	6	1	1	1	1
1	6	0	1	0	1	1	1	1	1	18	5	1	1	0	0
1	6	0	1	1	1	1	0	1	1	16	5	0	1	1	1
1	6	0	0	1	1	1	1	1	1	16	3	1	0	0	0
1	5	0	0	1	0	1	1	1	1	13	5	0	1	1	1
1	6	1	0	0	1	1	1	1	1	14	4	1	0	0	0
1	5	1	1	0	1	0	1	0	1	14	3	0	0	0	1
1	5	1	0	1	1	0	0	0	1	17	6	1	1	1	1
1	8	1	1	1	1	1	1	1	1	16	5	1	1	1	1
1	4	1	0	1	0	1	1	0	0	14	5	1	1	0	0
1	7	1	1	1	1	1	0	1	1	13	5	1	1	0	0
1	5	1	0	1	0	0	1	1	1	15	4	1	0	0	1

Anexo 05: Juicio de expertos

Sustancias nocivas							
35	¿Cuáles son las consecuencias de fumar mucho?	X		X		X	
36	¿Cuántos cigarrillos fumados por día representa un riesgo de sufrir enfermedades del corazón?	X		X		X	
37	¿Consume bebidas alcohólicas?	X		X		X	
38	¿Actualmente fumas?	X		X		X	
39	¿Cuál de las siguientes enfermedades no está relacionada con el consumo de tabaco?	X		X		X	
40	El consumo de sustancias nocivas es perjudicial para la salud.	X		X		X	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____ Hay suficiencia _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [..] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: Lic. Betty Hermosa Soria

Especialidad del validador: Especialidad En Enfermería En Urgencias Y Emergencias

Martes 01 de Julio del 2022

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto técnico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

CEP 18498

Firma del Experto Informante.

Sustancias nocivas							
35	¿Cuáles son las consecuencias de fumar mucho?	X		X		X	
36	¿Cuántos cigarrillos fumados por día representa un riesgo de sufrir enfermedades del corazón?	X		X		X	
37	¿Consumes bebidas alcohólicas?	X		X		X	
38	¿Actualmente fumas?	X		X		X	
39	¿Cuál de las siguientes enfermedades no está relacionada con el consumo de tabaco?	X		X		X	
40	El consumo de sustancias nocivas es perjudicial para la salud.	X		X		X	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____ Hay suficiencia _____

Opinión de aplicabilidad: **Aplicable [X]** **Aplicable después de corregir []** **No aplicable []**

Apellidos y nombres del juez validador. Mariela Lourdes Medina Larico

Especialidad del validador: Especialidad Cuidado Enfermero En Paciente Crítico Y Especialidad Centro Quirúrgico.

Martes 01 de Julio del 2022

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto técnico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Firma del Experto Informante.
CEP 41086

38	¿Actualmente fumas?	✓		✓		✓	
39	¿Cuál de las siguientes enfermedades no está relacionada con el consumo de tabaco?	✓		✓		✓	
40	El consumo de sustancias nocivas es perjudicial para la salud.	✓		✓		✓	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____ Hay suficiencia _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador. *Lic Alejandrina Vega Medina* DNI: *41747882*

Especialidad del validador:

- ¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
- ²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
- ³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Martes 01 de Julio del 2022



Alejandrina Vega Medina
Lic. Enfermería
C.E.P. 49367

Firma del Experto Informante.

38	¿Actualmente fumas?	✓		✓		✓	
39	¿Cuál de las siguientes enfermedades no está relacionada con el consumo de tabaco?	✓		✓		✓	
40	El consumo de sustancias nocivas es perjudicial para la salud.	✓		✓		✓	

Observaciones (precisar si hay suficiencia): _____ Hay suficiencia _____

Opinión de aplicabilidad: Aplicable Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Apellidos y nombres del juez validador: *Lic. Erika Pinto Cano* DNI: *29733148*

Especialidad del validador: *Cuidados Intensivos.*

Martes 01 de Julio del 2022


.....
Erika Pinto Cano
LIC. ENFERMERA
CEP: 35586

Firma del Experto Informante.

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.
²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo
³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo
Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Anexo 06: Solicitud de autorización

“Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional”

Arequipa, 23 de junio del 2022

Dra. Doris Beltrán Cortez Cabrera
Jefe del Centro de Salud Las Esmeraldas - JLBYR
Presente

**ASUNTO: PERMISO PARA EJECUCIÓN DE PROYECTO DE
INVESTIGACIÓN**

Es grato dirigirme a Ud. A través del presente, para expresarle un cordial saludo. Yo, **Ayme Brigit Escalante Pastor** con DNI N° 710110746, ante Ud. Respetuosamente me presento y expongo:

Que habiendo culminado la carrera profesional de ENFERMERIA en la Universidad Cesar Vallejo, solicito a Ud. Permiso para realizar mi trabajo de Investigación sobre “CONOCIMIENTO Y ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS CON HIPERTENSION” para optar el grado de Lic. De Enfermería.

POR LO EXPUESTO:

Ruego a usted acceder a mi solicitud.
Arequipa, 23 de Junio 2022


Angélica M. Martínez Meza
PEDIATRA
CMP. 37093 RNE. 37097

Recibido
23/06/22

Anexo 07: Carta de autorización para ejecución

**CENTRO DE SALUD
LAS ESMERALDAS**



“AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL”

Arequipa, 28 de Junio del 2022

Señorita:

Ayme Brigit, Escalante Pastor

Estimada Srta.:

Es grato dirigirme a Ud., para expresarle mi cordial saludo y al mismo tiempo en atención a su solicitud presentada el día 23 de junio del presente año, mi despacho está autorizando el permiso para que pueda realizar su trabajo de investigación en el Centro de Salud “Las Esmeraldas”, a cerca del “CONOCIMIENTO Y ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS CON HIPERTENSION”.

Sin otro particular, me suscribo a Ud., reiterándole las muestras de mi especial consideración y estima.

Atentamente


RED DE SALUD AREQUIPA - PUNTA BLANCA
MUNICIPIO DE SAN JUAN DE LOS RIOS
CENTRO DE SALUD LAS ESMERALDAS
[Handwritten Signature]
Dra. Dora Patricia Cortez Cabrera
JEFEATURA
GMP: 30914

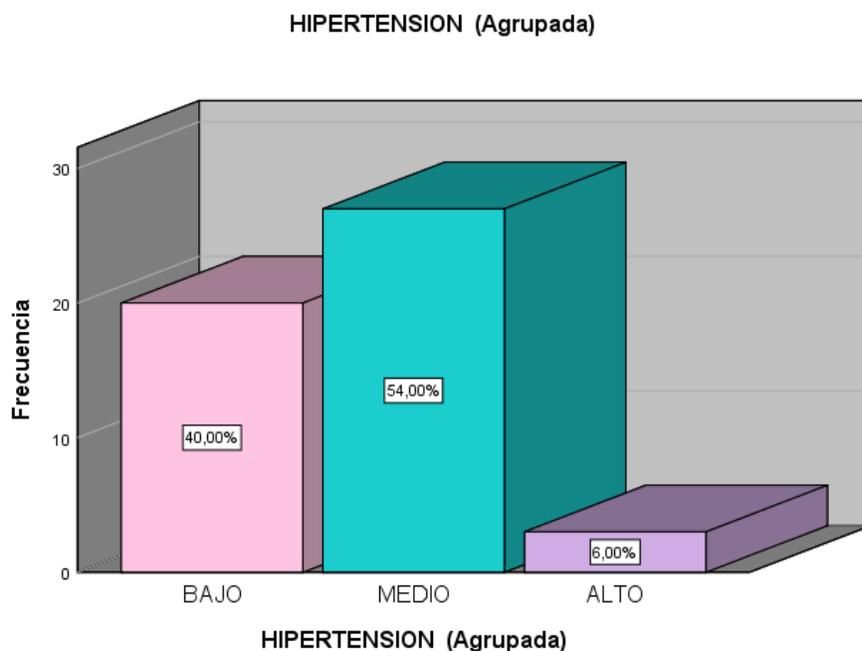
Anexo 08: Análisis de frecuencias de las dimensiones

Tabla N°09: Definición de la hipertensión arterial en adultos del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

HIPERTENSION (Agrupada)					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	BAJO	20	40,0	40,0	40,0
	MEDIO	27	54,0	54,0	94,0
	ALTO	3	6,0	6,0	100,0
	Total	50	100,0	100,0	

Fuente de registro de puntuaciones del cuestionario de la dimensión hipertensión

Grafica N°03 Dimensión definición de la hipertensión en adultos del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.



Fuente: tabla N°09

Interpretación: En la tabla N°09 y grafica N°03; se obtuvo de los 50 participantes, con respecto a la dimensión definición de la hipertensión, alcanzó un nivel medio con 54%, un nivel bajo 40% y seguidamente se obtuvo que un 6% de nivel alto.

Tabla N°10: Factores de riesgo en adultos con hipertensión del centro de Salud las Esmeraldas Arequipa 2022.

FACTORES DE RIESGO (Agrupada)					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	BAJO	7	14,0	14,0	14,0
	MEDIO	28	56,0	56,0	70,0
	ALTO	15	30,0	30,0	100,0
	Total	50	100,0	100,0	

Fuente de registro de puntuaciones del cuestionario de la dimensión factores de riesgo.

Grafica N°04 Dimensión factores de riesgo en adultos con hipertensión del centro de Salud las Esmeraldas Arequipa 2022.

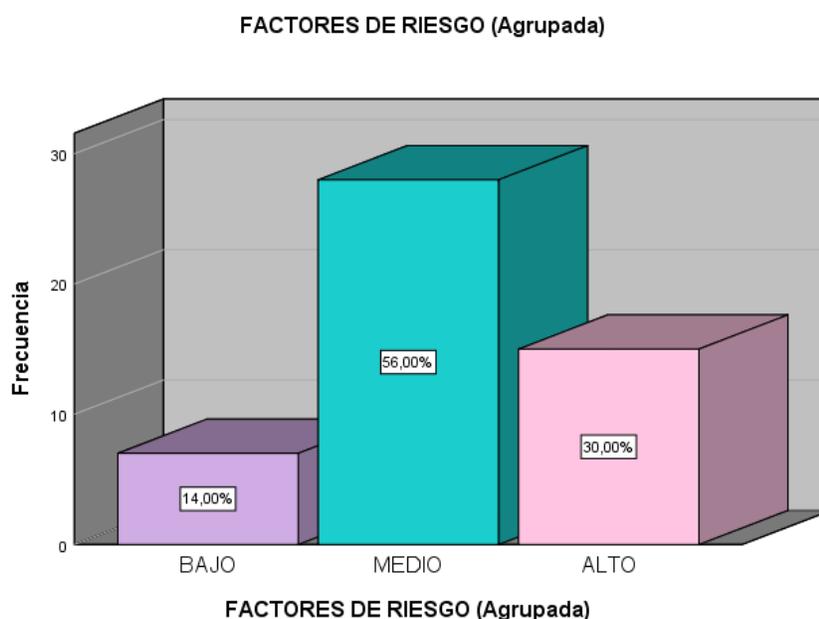


Figura 10 Dimensión factores de riesgo

Interpretación: En la tabla N°10 y grafica N°04, los datos recogidos en la dimensión sobre factores de riesgo en la tabla 5 y figura 4 se obtuvo de los 50 participantes, alcanzó un nivel medio con 56% (28), un nivel alto 30% (15) y seguidamente se obtuvo que un 14% (7) de nivel bajo.

Tabla N°11: Tratamiento en adultos hipertensos del centro de Salud las Esmeraldas Arequipa 2022.

TRATAMIENTO (Agrupada)					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	BAJO	5	10,0	10,0	10,0
	MEDIO	25	50,0	50,0	60,0
	ALTO	20	40,0	40,0	100,0
	Total	50	100,0	100,0	

Fuente de registro de puntuaciones del cuestionario de la dimensión tratamiento.

Grafica N°05 Dimensión tratamiento en adultos con hipertensión del Centro de Salud Las Esmeraldas Arequipa 2022.

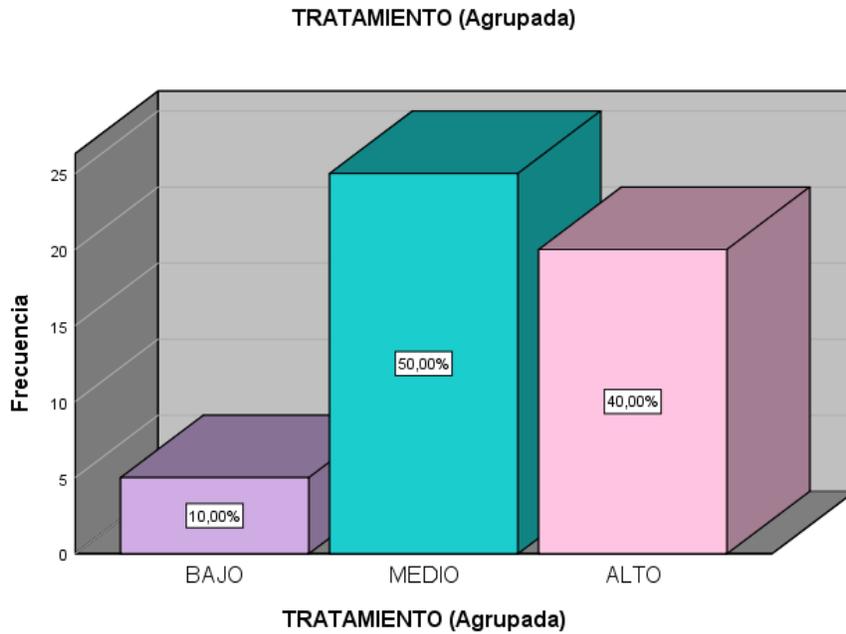


Figura 11 Dimensión tratamiento

Interpretación: En la tabla N°11 y grafica N°05, se obtuvo de los 50 participantes, con respecto a la dimensión tratamiento, alcanzó un nivel medio con 50%, un nivel alto 40% y seguidamente se obtuvo que un 10% de nivel bajo.

Tabla N°12: Manejo del estrés en adultos hipertensos del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

MANEJO DEL ESTRES (Agrupada)						
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado	
Válido	BAJO	12	24,0	24,0	24,0	
	MEDIO	29	58,0	58,0	82,0	
	ALTO	9	18,0	18,0	100,0	
	Total	50	100,0	100,0		

Fuente de registro de puntuaciones del cuestionario de la dimensión manejo del estrés.

Grafica N°06 Dimensión manejo del estrés en adultos con hipertensión del centro de salud las esmeraldas Arequipa 2022.

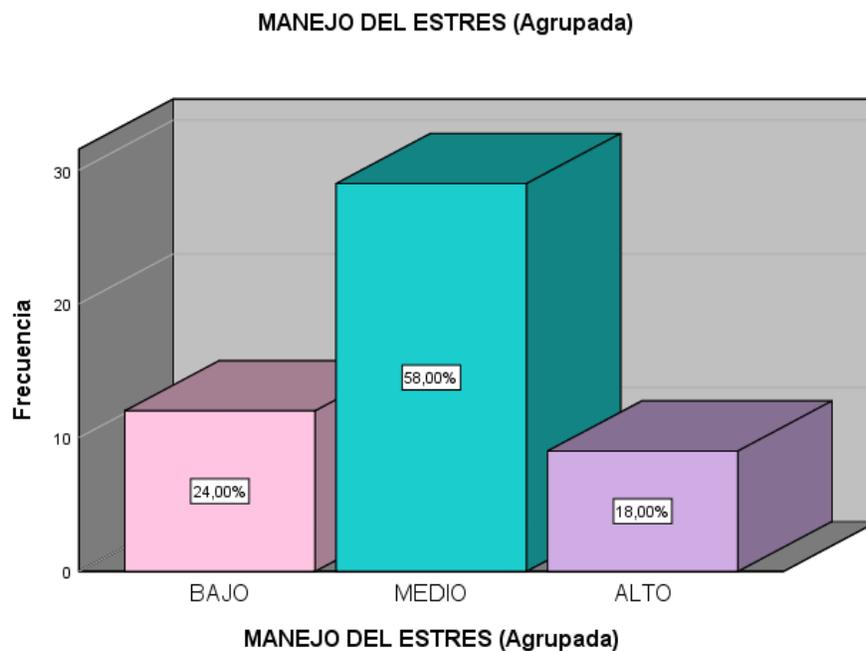


Figura 12 Dimensión manejo del estrés

Interpretación: En la tabla N°12 y grafica N°06, los datos recogidos en la dimensión sobre manejo del estrés en la tabla 7 y figura 6 se obtuvo de los 50 participantes, alcanzó un nivel medio con 58% (29), un nivel bajo 24% (12) y seguidamente se obtuvo que un 18% (9) de nivel alto.

Tabla N°13: Actividad física en adultos hipertensos del Centro de Salud las Esmeraldas Arequipa 2022.

ACTIVIDAD FISICA (Agrupada)					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	BUENO	18	36,0	36,0	36,0
	REGULAR	28	56,0	56,0	92,0
	MALO	4	8,0	8,0	100,0
	Total	50	100,0	100,0	

Fuente de registro de puntuaciones del cuestionario de la dimensión actividad física.

Grafica N°07 Dimensión actividad física en adultos con hipertensión del Centro de Salud las Esmeraldas Arequipa 2022.

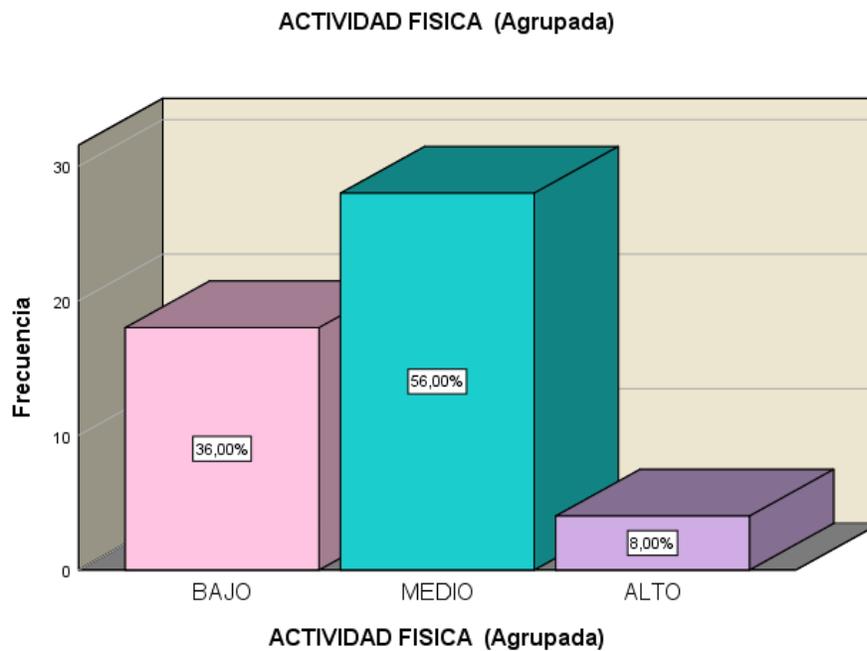


Figura 13 Dimensión actividad física

Interpretación: En la tabla N°13 y grafica N°07, se obtuvo de los 50 participantes, con respecto a la dimensión actividad física, alcanzó un nivel medio con 56%, un nivel bajo 36% y seguidamente se obtuvo que un 8% de nivel alto.

Tabla N°14: Nutrición en adultos con hipertensión del Centro de la Salud Esmeraldas Arequipa 2022.

NUTRICION (Agrupada)					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	BAJO	4	8,0	8,0	8,0
	MEDIO	35	70,0	70,0	78,0
	ALTO	11	22,0	22,0	100,0
	Total	50	100,0	100,0	

Fuente de registro de puntuaciones del cuestionario de la dimensión nutrición.

Grafica N°08 Dimensión nutrición en adultos con hipertensión del Centro de Salud las Esmeraldas Arequipa 2022.

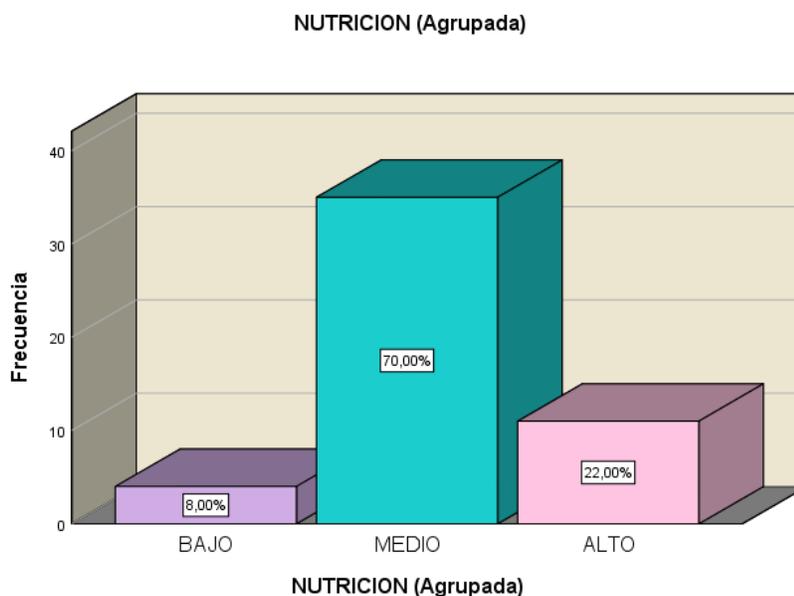


Figura N°14 Dimensión nutrición

Interpretación: En la tabla N°14 y grafica N°08, se obtuvo de los 50 participantes, con respecto a la dimensión nutrición, alcanzó un nivel medio con 70%, un nivel alto con el 22% y para finalizar se obtuvo un 8% de nivel bajo.

Tabla N°15: Dimensión consumo de sustancias nocivas en adultos hipertensos del Centro de Salud las Esmeraldas Arequipa 2022.

CONSUMO DE SUSTANCIAS NOCIVAS (Agrupada)					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	BAJO	9	18,0	18,0	18,0
	MEDIO	35	70,0	70,0	88,0
	ALTO	6	12,0	12,0	100,0
	Total	50	100,0	100,0	

Fuente de registro de puntuaciones del cuestionario de la dimensión consumo de sustancias nocivas.

Grafica N°09 Dimensión consumo de sustancias nocivas en adultos con hipertensión del Centro de Salud las Esmeraldas Arequipa 2022.

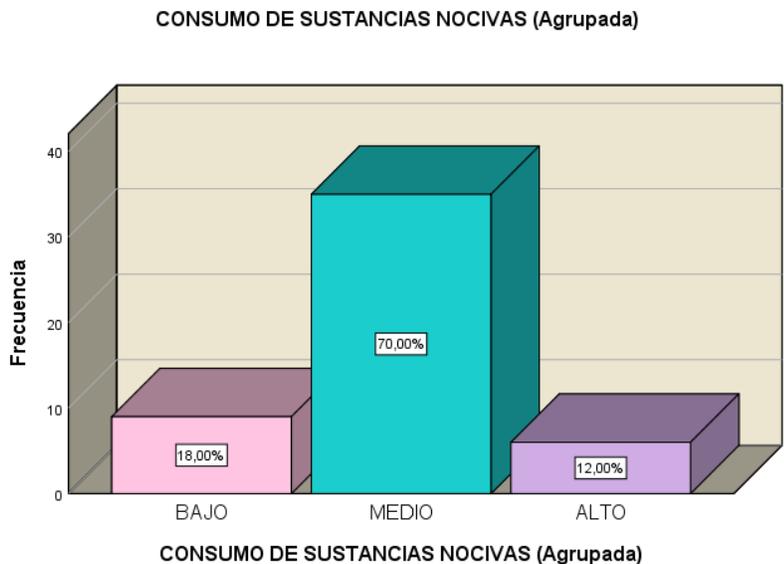


Figura 15 Dimensión consumo de sustancias nocivas

Interpretación: En la tabla N°15 y grafica N°09, se obtuvo de los 50 participantes, con respecto a la dimensión consumo de sustancias nocivas, alcanzó un nivel medio con 70%, un nivel bajo con el 18% y para finalizar se obtuvo un 12% de nivel alto.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, MAMANI CACERES CARLITA, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA ESTE, asesor de Tesis titulada: "Conocimiento Y Estilo De Vida En Adultos Con Hipertensión Del Centro De Salud Las Esmeraldas Arequipa 2022", cuyo autor es ESCALANTE PASTOR AYME BRIGIT, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 16.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 27 de Noviembre del 2022

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
MAMANI CACERES CARLITA DNI: 45551026 ORCID: 0000-0002-3334-8949	Firmado electrónicamente por: CMAMANIC el 08-12- 2022 23:53:03

Código documento Trilce: TRI - 0457329