



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

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

**"Autocuidado del Paciente con Diabetes. Centro de Salud Villa María del  
Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022"**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:  
Licenciada en Enfermería**

**AUTORAS:**

Alcarazo Guevara, Yuliana Denisse (orcid.org/ 0000-0003-4694-7243)  
Carrasco Rumiche, Jacqueline Milagros (orcid.org/ 0000-0002-0997-4915)

**ASESORA:**

Mg. Fajardo Vizquerra, Leydi Susan (orcid.org/ 0000-0003-4692-0518)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Enfermedades No Transmisibles

**LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:**

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

LIMA - PERÚ

2023

## DEDICATORIA

A mi madre Juana Nancy Guevara Ramírez, porque siempre ha estado ahí apoyándome en todo y en cada momento de mi carrera, brindándome su confianza y al igual que mi padre y hermanos. A mi único tesoro en la vida, mi familia y a mi amor eterno que se encuentra en el cielo junto a Dios.

***Alcarazo Guevara Yuliana***

A mis amados Padres Francisco y Santos, a mi esposo Henry por ser mi compañero y siempre darme las fuerzas para seguir adelante, a mis hijos Stephania y Piero que son mi motor y motivo y que todo lo logrado es por ello gracias.

***Carrasco Rumiche Jacqueline***

## **AGRADECIMIENTO**

En primer lugar a Dios por la vida, la salud y las fuerzas que me ha dado cada día para continuar y culminar con mi carrera y con cada meta que me he propuesto hasta ahora en la vida, a mi familia, principalmente a mi madre porque siempre ha estado ahí conmigo, a mi padre y hermanos, a cada una de mis amigas que también estuvieron ahí cuando las necesite. A todos ellos gracias infinitas por todo el apoyo brindado.

***Alcarazo Guevara Yuliana***

Ante todo a Dios por permitirme llegar hasta este momento, a mis angelitos mis adorados padres Francisco y Santos porque sentí que siempre me guiaban. Al amor de mi vida mi esposo Henry por nunca soltarme y ser mi apoyo en todo momento. A mis hermosos hijos Stephania y Piero por ser mi motor y motivo y que gracias a ellos tuve las fuerzas para no rendirme.

***Carrasco Rumiche Jacqueline***

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

Carátula.....	i
Dedicatoria .....	ii
Agradecimiento .....	iii
Índice de contenidos .....	iv
Índice de Tablas .....	v
Índice de Gráficos y Figuras .....	vi
Resumen .....	vii
Abstract .....	viii
I INTRODUCCIÓN.....	1
II MARCO TEÓRICO.....	4
III METODOLOGIA.....	8
3.1 Tipo y diseño de investigación: .....	8
3.2 Variables y Operacionalización .....	9
3.3 Población, muestra y muestreo: .....	9
3.4 Técnicas e Instrumentos para la recolección de datos: .....	10
3.5 Procedimiento .....	11
3.6 Método de análisis de datos .....	11
3.7 Aspectos éticos.....	11
IV RESULTADOS .....	13
V DISCUSIÓN.....	18
VI CONCLUSIONES.....	20
VII RECOMENDACIONES .....	21
REFERENCIAS.....	22
ANEXOS .....	29

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> Características sociodemográficas de pacientes con diabetes, centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022.....	13
<b>Tabla 2.</b> Medidas de autocuidado en la dimensión actividad física de pacientes con diabetes, centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022.....	14
<b>Tabla 3.</b> Medidas de autocuidado en la dimensión alimentación de pacientes con diabetes, centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima,2022.....	15
<b>Tabla 4.</b> Medidas de autocuidado en la dimensión cuidado de pies de pacientes con diabetes, centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022.....	16
<b>Tabla 5.</b> Medidas de autocuidado en la dimensión control médico de pacientes con diabetes, centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022.....	17

## ÍNDICE DE GRÁFICOS Y FIGURAS

<b>Gráfico 1:</b> Diagrama de frecuencias de autocuidado en la dimensión actividad física de pacientes con diabetes, centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022.....	14
<b>Gráfico 2:</b> Diagrama de frecuencias de autocuidado en la dimensión alimentación de pacientes con diabetes, centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022.....	15
<b>Gráfico 3:</b> Diagrama de frecuencias de autocuidado en la dimensión cuidado de pies de pacientes con diabetes, centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022.....	16
<b>Gráfico 4:</b> Diagrama de frecuencias de autocuidado en la dimensión control médico de pacientes con diabetes, centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022.....	17

## RESUMEN

La presente investigación trata sobre el Autocuidado del paciente diabético. Tiene como principal objetivo determinar el autocuidado del paciente con diabetes en el Centro de Salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima. 2022. En la metodología de la investigación, se utilizó un enfoque cuantitativo, tipo básico, nivel descriptivo, diseño no experimental y de corte transversal. Para lo cual se utilizó una muestra conformada por 80 pacientes diabéticos atendidos en el Centro de Salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, teniendo en cuenta los criterios de inclusión y exclusión. La técnica utilizada fue la encuesta y como instrumento se utilizó el cuestionario sobre autocuidado del paciente con Diabetes, conformado por 20 preguntas divididas en cuatro dimensiones. Los resultados mostraron que el 53.75% de los pacientes diagnosticados con diabetes son mayores de 60 años. Y el sexo masculino con mayor predominio con 63.75%. Se concluye que los pacientes con diabetes, centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro presentan adecuadas medidas de autocuidado en la dimensión control médico, además, el 31.25% de pacientes presentan inadecuadas medidas de autocuidado.

Palabras clave: Autocuidado, diabetes, enfermería.

## **ABSTRACT**

The present investigation deals with the Self-care of the diabetic patient. Its main objective is to determine the self-care of patients with diabetes at the Villa María del Perpetuo Socorro Health Center, Cercado de Lima. 2022. In the research methodology, a quantitative approach, basic type, descriptive level, non-experimental and cross-sectional design was used. For which a sample made up of 80 diabetic patients treated at the Villa María del Perpetuo Socorro Health Center, Cercado de Lima, was used, taking into account the inclusion and exclusion criteria. The technique used was the survey and the questionnaire on self-care of patients with Diabetes was used as an instrument, consisting of 20 questions divided into four dimensions. The results showed that 53.75% of patients diagnosed with diabetes are older than 60 years. And the male sex with greater predominance with 63.75%. It is concluded that patients with diabetes, Villa María del Perpetuo Socorro health center present adequate self-care measures in the medical control dimension, in addition, 31.25% of patients present inadequate self-care measures .

Keywords: self-care, diabetes, nursing.



## I. INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de Salud (OMS), recordando el llamado mes del autocuidado que se da a partir del 24 de junio al 24 de julio, siendo este el día central, consciente de la importancia que tiene el paciente, en la autoeficacia, autonomía y compromiso para el autocuidado, lo conceptualiza como capacidad que tienen las personas y/o pacientes para preservar su salud, logrando mantenerla equilibrada y evitar de esta manera adquirir diversas patologías como la diabetes mellitus (1).

Por tal motivo se debe considera a la diabetes como una patología metabólica crónica, la cual se caracteriza por niveles altos de glucosa en sangre, produciendo daños en el sistema cardiovascular, nervioso y renal. Aproximadamente 422 millones de habitantes en todo el mundo padecen de diabetes, causando una mortalidad de 1,5 millones al año, incrementándose su casuística en las últimas décadas (2).

Es así que en las Américas alrededor de 62 millones de pacientes tienen Diabetes Mellitus tipo 2. Habiendo más pacientes en los países con bajos y medianos ingresos, siendo la proyección para el año 2040 de 109 millones de pacientes. En el año 2019 fue la sexta causa de muerte, al atribuírsele 244,084 muertes directamente; así mismo, es la segunda causa de muerte, de años de Vida Ajustados por Discapacidad (AVAD) (3). De la misma forma la Federación Internacional de Diabetes (FID), aseveró que 463 millones de la población adulta sufren de Diabetes. Proyectando que esta cifra aumentaría para el año 2030 a 578 millones de pacientes y a 700 millones de casos para el año 2040 (4).

En Perú no escapando de la realidad antes mencionada se reportó 3.9% casos de Diabetes mellitus por cada 100 peruanos mayores de 15 años, en el 2019, reportado por la Encuesta Demográfico y de Salud Familiar (ENDES). Siendo el sexo femenino el más afectado con el 4.3%, mientras los varones representan el 3.4%, siendo durante la pandemia del COVID una de las comorbilidades más asociadas a la mortalidad por COVID-19 reportado por el Centro Nacional de Epidemiología, Prevención y Control de Enfermedades (5).

El director de la Dirección de Enfermedades No Transmisibles del Ministerio de Salud de Perú, informó que en el año 2021 el 4.5% de personas de 15 años a más padecen de diabetes mellitus, presentando 3 veces mayor riesgo de fallecer por COVID-19 (6). Ante ello surge la interrogante de investigación ¿Cómo es el autocuidado de los pacientes diabéticos del Centro de Salud Villa María del perpetuo Socorro, Cercado de Lima 2022?

Asimismo, se plantean los siguientes problemas específicos son: ¿Cómo es el autocuidado en la dimensión alimentación de los pacientes diabéticos del Centro de Salud Villa María del perpetuo Socorro, Cercado de Lima 2022? ¿Cómo es el autocuidado en la dimensión actividad física de los pacientes diabéticos del Centro de Salud Villa María del perpetuo Socorro, Cercado de Lima 2022? ¿Cómo es el autocuidado en la dimensión control médico de los pacientes diabéticos del Centro de Salud Villa María del perpetuo Socorro, Cercado de Lima 2022? ¿Cómo es el autocuidado en la dimensión cuidado de los pies de los pacientes diabéticos del Centro de Salud Villa María del perpetuo Socorro, Cercado de Lima 2022?

Por lo tanto, está justificado realizar una investigación en el autocuidado de los pacientes diabéticos. Teóricamente, se justifica porque es prioritario determinar cómo es el autocuidado de los pacientes diabéticos, ello enmarcado en la teoría del autocuidado, al contribuir a mantener la salud en dichos pacientes. En la justificación práctica ya que aporta identificando puntos críticos que deben ser trabajados en dichos pacientes, logrando evitar complicaciones, al disminuyendo gastos innecesarios producto de las complicaciones de los pacientes. Como justificación social el presente trabajo permitirá mejorar y conocer las medidas de autocuidado que debe tener un paciente con diabetes para contrarrestar diferentes complicaciones que puedan darse por temas de descuido y falta de interés o desconocimiento. Por último, se consideró como justificación metodológica, este estudio empleará un instrumento validado en el país y que contribuye a reformular estrategias sustentadas en investigaciones, permitiendo hacer más eficiente y eficaz el actuar de enfermería.

Como objetivo general se establece: Determinar el autocuidado de los pacientes diabéticos en el Centro de Salud Villa María del perpetuo Socorro, Cercado de

Lima. 2022. Como objetivos específicos: Identificar la capacidad de autocuidado en la dimensión alimentación de los pacientes diabéticos del Centro de Salud Villa María del perpetuo Socorro, Cercado de Lima. 2022, Identificar la capacidad de autocuidado en la dimensión actividad física de los pacientes diabéticos del Centro de Salud Villa María del perpetuo Socorro, Cercado de Lima. 2022, Identificar la capacidad de autocuidado en la dimensión control médico de los pacientes diabéticos del Centro de Salud Villa María del perpetuo Socorro, Cercado de Lima. 2022 e Identificar el autocuidado en la dimensión cuidado de los pies de los pacientes diabéticos del Centro de Salud Villa María del perpetuo Socorro, Cercado de Lima. 2022

## II. MARCO TEÓRICO

Osnayo y Poma, 2020 en Huancavelica están realizando una investigación a escala nacional bajo el título "Autocuidado en personas diabéticas con DM2 en el Hospital Regional de Huancavelica". El objetivo de este estudio fue identificar las prácticas de autocuidado en pacientes con DM2. El diseño de la investigación fue no experimental, cuantitativo, descriptivo y se utilizó un método de encuesta con un tamaño de muestra de 60 pacientes. Los resultados revelaron que el 65,0% de las personas tenía un autocuidado deficiente, el 35% tenía un autocuidado bueno, el 51,7% tenía un autocuidado inadecuado con respecto a la actividad física, el 88,3% tenía un autocuidado inadecuado en relación con la alimentación y en términos de terapia farmacológica. El 66,0% carecía de autocuidados. La conclusión fue que las estrategias de autocuidado en las áreas de ejercicio, medicación y alimentación eran insuficientes (7).

En el año 2020, Trujillo. Lima. Para conocer cómo se auto cuidan los pacientes diabéticos, emprendió un estudio con el título de trabajo "Autocuidado de pacientes diabéticos que asisten al consultorio de endocrinología del Hospital Sergio Bernales". Se utilizaron métodos de investigación transversales, descriptivos y cuantitativos. La muestra estuvo constituida por 44 personas. El instrumento fue un cuestionario. Según los resultados, el 41% practicaba un autocuidado bueno, el 32% regular y el 27% inadecuado (8).

El objetivo de la investigación "Nivel de conocimiento sobre autocuidado en pacientes con DM", presentada en Sigüenza 2019 en Lima, fue examinar el nivel de conocimiento sobre autocuidado entre pacientes con diabetes mellitus. Con un tamaño muestral de 206 participantes y un diseño cuantitativo, descriptivo y transversal, el cuestionario fue la principal herramienta de investigación. Los resultados revelaron que el 50,97% de los pacientes diabéticos tienen conocimientos básicos sobre cómo cuidarse. Eran los que menos conocimientos tenían sobre la dimensión dietética, pero conocían bastante bien la actividad física, el cuidado de los pies y la medicación (p 0,05). Llegamos a la conclusión de que los conocimientos sobre autocuidado se sitúan en un nivel regular (9).

El objetivo de la investigación "Nivel de conocimiento sobre autocuidado en pacientes con DM", presentada en Sigüenza 2019 en Lima, fue examinar el nivel de conocimiento sobre autocuidado entre pacientes con diabetes mellitus. Con un tamaño muestral de 206 participantes y un diseño cuantitativo, descriptivo y transversal, el cuestionario fue la principal herramienta de investigación. Los resultados revelaron que el 50,97% de los pacientes diabéticos tienen conocimientos básicos sobre cómo cuidarse. Eran los que menos conocimientos tenían sobre la dimensión dietética, pero conocían bastante bien la actividad física, el cuidado de los pies y la medicación ( $p < 0,05$ ). Llegamos a la conclusión de que los conocimientos sobre autocuidado se sitúan en un nivel regular (10).

En referencia a investigaciones anteriores realizadas a escala mundial, se encuentra la de Ecuador Vélez, Mora, 2021. "Autocuidado en pacientes diabéticos del Hospital Público de Pasaje" investigación. El objetivo fue examinar las rutinas de autocuidado que siguen las personas con diabetes tipo 2. Se emplearon métodos transversales y cuantitativos. Mediante un cuestionario, 20 pacientes constituyeron la muestra. Los resultados revelaron que el 50% de los encuestados no realizaba ninguna actividad de autocuidado en su vida diaria, el 80% había acudido a consulta en un periodo de seis meses, el 70% tenía un conocimiento limitado de los efectos de esta patología y el 70% afirmaba controlar sus niveles de azúcar en sangre en pacientes que acudían a consultas externas. La conclusión a la que se llegó fue que había que apoyar las iniciativas educativas para potenciar el autocuidado a través de la autoeducación, fomentando cambios en las rutinas y un modo de vida saludable (11).

Nazareno en el 2019, Ecuador realizó la investigación titulada "Autocuidado en personas con Diabetes Mellitus en la parroquia Bolívar del Cantón Muisne". El objetivo fue analizar el autocuidado en pacientes con Diabetes Mellitus 2, empleando para ello una metodología de enfoque cuantitativo, no experimental. Con una muestra de 104 pacientes, empleando un cuestionario para levantar la información. Los resultados revelaron que el 68% de los que participaron en el estudio realizaron ejercicio, el 47% dentro de su alimentación incorporaban la fibra, el 48% alimentos ricos en proteínas, el 74% lavaban sus pies de forma correctamente y lo secan, el 69,2% revisan sus pies en busca de lesiones, el 78%

toman sus medicamentos en forma diaria, 70% toman sus medicamentos en el horario prescrito, el 27% de los pacientes estudiados sufren de hipertensión arterial, el 12% problemas del corazón y el 28% no tenían ningún problema de salud. La conclusión fue que los pacientes que participaron en el estudio recibían cuidados adecuados en relación a conocimientos, actividad física, alimentación, tratamiento de fármacos, higiene y cuidados de la piel (12).

Pinzón, 2019. Estudio ecuatoriano "Autocuidado de pacientes con Diabetes Mellitus 2" en el Club "Amigos Dulces" de Loja, España. Determinar la variedad de prácticas de autocuidado en pacientes con Diabetes Mellitus Tipo 2. La muestra incluyó 54 pacientes que se sometieron al Test de Resumen de Actividades de Autocuidado de la Diabetes (SDSCA) en el Club "Amigos Dulces" del Hospital Isidro Ayora de Loja. Se utilizaron metodologías cuantitativas, descriptivas y transversales. Los resultados mostraron que el 96,3% de las personas tenían un nivel más alto de buen autocuidado en su hábito de no fumar, y que el autocontrol recibió la puntuación más baja (11%), siendo el 11% la puntuación más baja. La conclusión a la que se llegó es que, si bien se adhieren adecuadamente al tratamiento en cuanto al cuidado de los pies, la abstinencia de alcohol y tabaco, el control inadecuado de la glucosa y la mala alimentación (13).

Saltos del 2018. El estudio "Autocuidado en pacientes diabéticos del Hospital Guasmo Sur de Guayaquil" se realizó en Ecuador. El objetivo fue identificar las prácticas de autocuidado de los pacientes diabéticos. La metodología utilizada fue un estudio cuantitativo, no experimental, descriptivo y transversal. En la muestra se incluyeron 25 pacientes. Los resultados revelaron que el 40% seguía una dieta sana, el 24% hacía ejercicio durante al menos 30 minutos cada semana y el 40% comprobaba sus niveles de azúcar en sangre cinco veces por semana. Llegó a la conclusión de que los diabéticos son conscientes de su enfermedad y están preocupados por los retos a los que pueden enfrentarse en el futuro (14).

Rivera y Veloz en el año 2018. Ecuador en su investigación titulada "Autocuidado de la Diabetes Mellitus en adultos entre los 40 a 60 años que son atendidos en el consultorio ambulatorio del Hospital General IEES Ceibos". El objetivo que tuvo fue Describir el cuidado de las personas con Diabetes Mellitus 2. La metodología fue

de enfoque cuantitativo, prospectivo, como instrumento empleó una encuesta con 30 pacientes. Los resultados mostraron que el 83% realizan control de la glucosa, y que el 87% asisten a su control médico. La conclusión a la que llegaron fue que tienen conocimiento en relación al control médico y a su tratamiento (15) .

La diabetes mellitus se considera una enfermedad crónica que pone a los pacientes en riesgo de sufrir complicaciones mortales. La Asociación Americana de Diabetes la divide en cuatro categorías: Diabetes de tipo 1, que se caracteriza por una insuficiencia absoluta de insulina; de tipo 2, que provoca resistencia a la insulina; gestacional, que se produce en el segundo o tercer trimestre del embarazo; otras causas, que incluyen enfermedades del páncreas exocrino. (16).

Ante ello se deben realizar actividades en beneficio del paciente, mejorando su calidad de vida, manteniendo su salud y bienestar (17). Actividades como una dieta adecuada, actividad física, control médico, descanso y sueño, evitar los hábitos nocivos, cuidado de los pies y el cuidado de la vista. Un aspecto relevante en dichos pacientes es la dieta, que consiste en un plan de alimentación, que incluye poner atención en aspectos como la cantidad, composición y frecuencia de la ración, (18) lo que debe ir de la mano del control médico con la finalidad de evitar otros problemas que se pueden asociar, por ello es muy importante el compromiso del paciente en el cumplimiento del tratamiento indicado, logrando asegurar un progreso positivo del paciente con diabetes (19).

La actividad física tiene implicancias directas a nivel fisiológico, por ello es un pilar en los programas de prevención de complicaciones de la Diabetes Mellitus, teniendo en cuenta la frecuencia, duración e intensidad, en contraste el sedentarismo es un factor prevalente previo al diagnóstico de diabetes en muchos estudios de investigación, lo que se debe revertir para lograr un mejor control glucémico (20).

El descanso y sueño es vital en todas las personas, debido a que las alteraciones en el sueño están directamente relacionadas con trastornos hormonales, favoreciendo un incremento de peso por su relación con la alteración de los ritmos circadianos, lo que genera cambios hormonales, al estimular la sensación de tener un mayor apetito y una mayor dificultad para sentirse saciados, hecho que

definitivamente repercute en la salud del paciente diabético (21) .Los hábitos nocivos se conceptualizan como conductas poco o no saludables, que se convierten en hábitos frecuentes que perjudican la salud de los pacientes con Diabetes (22).

El cuidado de los pies es importante en los aspectos físicos, como lavado, secado, lubricación y el corte de uñas, aspectos necesarios para evitar el pie diabético, una complicación muy frecuente en los pacientes diabéticos (23). La vista es uno de los órganos por efecto de una diabetes mal controlada sufre daños a nivel de la retina, por ello su cuidado es muy importante, para ello se debe visitar a un oftalmólogo con frecuencia y cumplir con el tratamiento (24).

Según la teorista Dorothea Orem conceptualiza el autocuidado como la ejecución permanente de acciones por parte del paciente que permiten mantener un nivel de salud adecuado en el paciente. Es así que argumenta la teoría del déficit de autocuidado, que enfatiza la importancia del cuidado de un cuidador, al no poder hacerlo el paciente por sí mismo. Resaltando 3 formas: Sistema de Compensación, el paciente depende totalmente del cuidado enfermero; Sistema de compensación Parcial, el paciente puede realizar algunas actividades y la enfermera las que no puede realizar el paciente y un Sistema Educativo y de Apoyo (25,26). Según Osnayo y Poma las medidas de autocuidado en referencia a la diabetes mellitus se dividen en las siguientes dimensiones: Alimentación, Actividad Física, Control médico, Cuidado de los pies.

### **III. METODOLOGÍA**

#### **3.1. Tipo y diseño de investigación**

**3.1.1. Tipo de investigación:** Básico, al aportar a la ciencia nueva evidencia, descriptivo al detallar lo encontrado en la variable en estudio, con enfoque cuantitativo, porque emplea la estadística descriptiva para entregar los resultados (27).

**3.1.2. Diseño de investigación:** La investigación transversal es un tipo de estudio observacional que analiza datos sobre variables recogidos a lo largo



del tiempo en una muestra de población y se clasifica como no experimental, que se realiza sin influir intencionadamente en las variables (28).

### 3.2. Variables y operacionalización

Variable cuantitativa Autocuidado del paciente diabético. La operacionalización de la variable se encuentra en los anexos.

- **Definición conceptual:** El autocuidado del paciente en forma general, se define como habilidades especializadas que realizamos en nuestras vidas cotidianas, que son muy importantes para aplicar cualquier acción de autocuidado que nos permita cambiar el estilo de vida que llevamos (29).
- **Definición operacional:** El autocuidado son habilidades especializadas que realizan en su vida cotidiana los pacientes diabéticos, las mismas que se medirán a través del cuestionario: Autocuidado del paciente con diabetes, que incluye las siguientes dimensiones; alimentación, actividad física, control médico y cuidados de los pies (30) .
- **Indicadores:** Permite medir la variable en estudio, se han considerado los siguientes indicadores: para alimentación se consideraron tipo de alimentación, consumo de alimentos de dieta, índice de masa corporal, en cuanto la actividad física se tomó en cuenta los tipos de ejercicios, frecuencia de la actividad, importancia, en cuanto al control médico, control de glucosa, dosis indicada, horario indicado, por último, en el cuidado de los pies, higiene de los pies, corte de uñas, calzado.
- **Escala de medición:** La escala es ordinal, siendo los rangos evaluados: Autocuidado Adecuado (14-20), Autocuidado Inadecuado (0-13).

### 3.3. Población, muestra y muestreo

**Población:** 80 personas diabéticas atendidas en el Centro de Salud Villa María del Perpetuo Socorro del Cercado de Lima constituyen la población. En consecuencia, será tratada como una muestra censal, en la que cada unidad de investigación es tratada como una muestra. Por ser universo, población y muestra a la vez, la población a examinar se define como muestra censal.

Como interactuamos con todas las personas que visitan la institución sanitaria en busca de servicio, la muestra se realiza por conveniencia.

- **Criterios de inclusión:** Personas diabéticas que acuden al Centro de Salud Villa Mara del Perpetuo Socorro del Cercado de Lima. Pacientes diabéticos que acepten el estudio y completen el formulario de consentimiento informado. pacientes sin problemas de salud mental.
- **Criterios de exclusión:** Pacientes con diabetes que recibieron tratamiento durante menos de un año en el Centro de Salud Villa del Perpetuo Socorro del Cercado de Lima. Pacientes con diabetes reciben atención inconsistente en el Centro de Salud Villa del Perpetuo Socorro del Cercado de Lima.

### **3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

Antes de su encuentro en el centro de salud, se realizó una encuesta personal como técnica. La sala de espera del centro sirvió como zona de aplicación del instrumento, y se tomaron precauciones de bioseguridad para el COVID-19. Cada cuestionario tardó entre 20 y 15 minutos en completarse. El cuestionario fue la herramienta que se empleó, y tenía 20 preguntas con 4 dimensiones: cuidado de los pies, control médico, actividad física y nutrición. Las dimensiones se evaluaron mediante preguntas de opción múltiple. Los autores utilizaron un instrumento ya verificado.

#### **Validez**

El instrumento Medidas de autocuidado de pacientes con Diabetes mellitus. fue medida a través de juicio de expertos, para ello 3 expertos evaluaron el instrumento dándole una calificación de 0.86%.

#### **Confiabilidad**

En relación al instrumento la prueba que emplearon fue el Coeficiente de Kurder Richardson, obteniendo un puntaje de 0.86.

### **3.5. Procedimientos**

Durante el año en curso se ejecutó el estudio en el Centro de Salud Villa María del Perpetuo Socorro, en el Cercado de Lima. Para obtener los datos de los pacientes, se entregó una carta de presentación, explicando que se deseaba realizar una investigación con los pacientes diabéticos que atienden en dicho establecimiento, el Jefe del establecimiento de salud brindó su consentimiento por escrito, luego de lo cual se procedió a realizar las coordinaciones necesarias con las Licenciadas de Enfermería del área, a quienes también se les explicó el objetivo de investigación y se estableció con ellas fechas para la aplicación de los cuestionarios.

En las fechas establecidas se ingresó al centro de salud y se aplicaron los instrumentos, luego de haber firmado el consentimiento informado respectivo en la sala de espera con cada paciente, se inició el recojo de la información. El tiempo que se realizó fue en dos semanas de los cuales se emplearon fueron 4 días en total. Una vez concluida la encuesta se les agradeció por el apoyo brindado.

### **3.6. Métodos de análisis de datos**

Recogida la información, se procede a ingresar la data en la base de datos generada en el Programa Excel, exportándola posteriormente al programa SPSS versión 25, para aplicar estadística descriptiva, los mismos fueron transformados en gráficos que se visualiza en el capítulo siguiente.

### **3.7. Aspectos éticos**

Se consideran aspectos éticos como la Justicia, independientemente de su cultura, todos los pacientes recibieron un trato equitativo (31). Beneficencia, buscando el máximo beneficio para los participantes de la investigación (32). Por ello al aplicar el cuestionario, se busca preservar su salud y evitar complicaciones. No maleficencia, todos los pacientes fueron tratados con amabilidad y respeto, y la confidencialidad de sus respuestas se mantuvo siempre y Autonomía, al recalcar que cada paciente tenía el derecho de decidir si participaba a no del estudio y que cuando lo deseara podía

abstenerse de continuar en él (33). Veracidad, al decir siempre la verdad, de no mentir, ni engañar a los pacientes, ya que ello es base para obtener la confianza del mismo, y el Consentimiento informado, es la aplicación práctica de la autonomía, que viene a ser la autorización voluntaria para realizar cualquier procedimiento que se le haya informado previamente al paciente.

#### IV. RESULTADOS

Tabla 1. *Características sociodemográficas de pacientes con diabetes, centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022.*

Características sociodemográficas	Categorías	Fi	f%
Edad	20 – 39 años	5	6.25
	40 – 49 años	8	10.0
	50 – 59 años	24	30.0
	mayor de 60 años	43	53.75
	<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100.0</b>
Sexo	masculino	51	63.75
	femenino	29	36.25
	<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100.0</b>
Grado de instrucción	sin educación	7	8.75
	primaria	19	23.75
	secundaria	38	47.50
	superior	16	20
	<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100.0</b>
Ocupación	empleado publico	10	12.5
	comerciante	26	32.5
	ama de casa	28	35
	desempleado	16	20
	<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100.0</b>
Estado civil	soltero	17	21.25
	casado	29	36.25
	conviviente	17	21.25
	divorciado	7	8.75
	viudo	10	12.5
	<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100.0</b>
Tiempo de enfermedad	menos de 5 años	30	37.5
	5 – 10 años	15	18.75
	más de 10 años	35	43.75
	<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Instrumento aplicado en pacientes del centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022

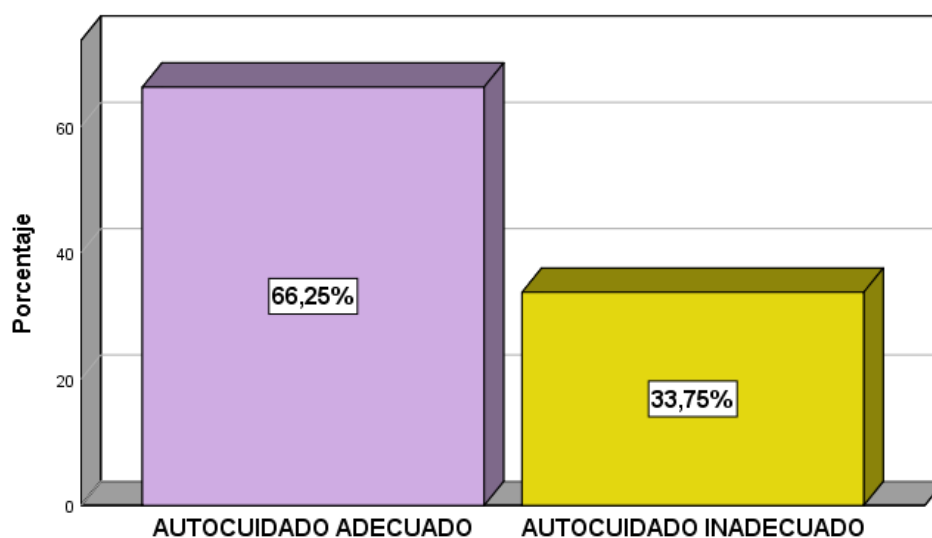
La Tabla 1 muestra lo que podemos ver. La diabetes se ha identificado en personas mayores de 60 años en el 53,75% de los casos. Con un 63,75%, el sexo masculino también es más prevalente. El 47,5% tiene estudios secundarios completos. Los comerciantes representan el 32,5%. El 43,75% padece la enfermedad desde hace más de 10 años, y el 36,25% está casado.

Tabla 2. *Medidas de autocuidado en la dimensión actividad física de pacientes con diabetes, centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022.*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
AUTOCUIDADO ADECUADO	54	67,5	67,5	67,5
AUTOCUIDADO INADECUADO	26	32,5	32,5	100,0
Total	80	100,0	100,0	

Fuente: Instrumento aplicado en pacientes del centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022

Gráfico 1. *Diagrama de frecuencias de autocuidado en la dimensión actividad física de pacientes con diabetes, centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022.*



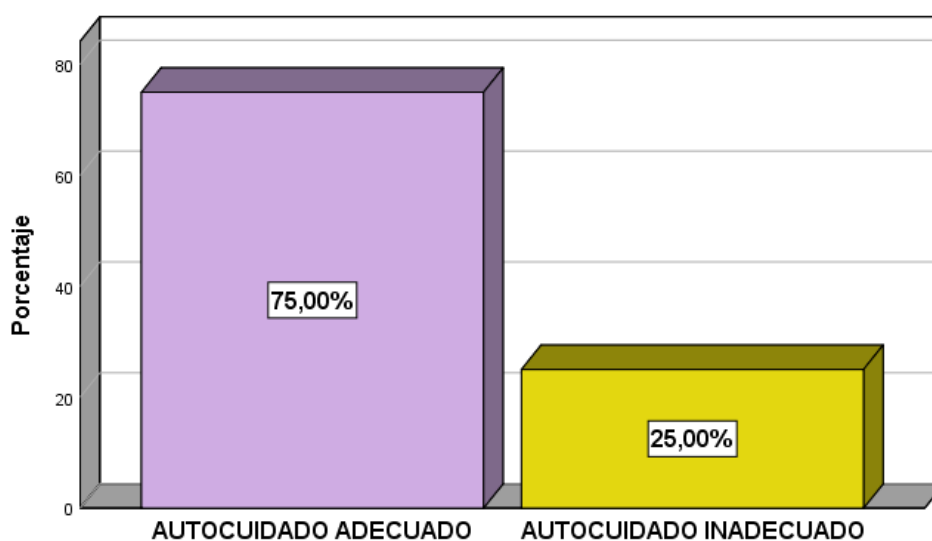
La tabla 2 demuestra que, mientras que el 33,75% de los pacientes del centro de salud de Villa Mara del Perpetuo Socorro tienen medidas de autocuidado insuficientes, el 66,25% de los pacientes diabéticos de ese centro tienen medidas de autocuidado adecuadas en la dimensión de actividad física (frecuencia y tiempo de ejercicio).

Tabla 3. *Medidas de autocuidado en la dimensión alimentación de pacientes con diabetes, centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022.*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
AUTOCUIDADO ADECUADO	60	75,0	75,0	75,0
AUTOCUIDADO INADECUADO	20	25,0	25,0	100,0
Total	80	100,0	100,0	

Fuente: Instrumento aplicado en pacientes del centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022

Gráfico 2. *Diagrama de frecuencias de autocuidado en la dimensión alimentación de pacientes con diabetes, centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022.*



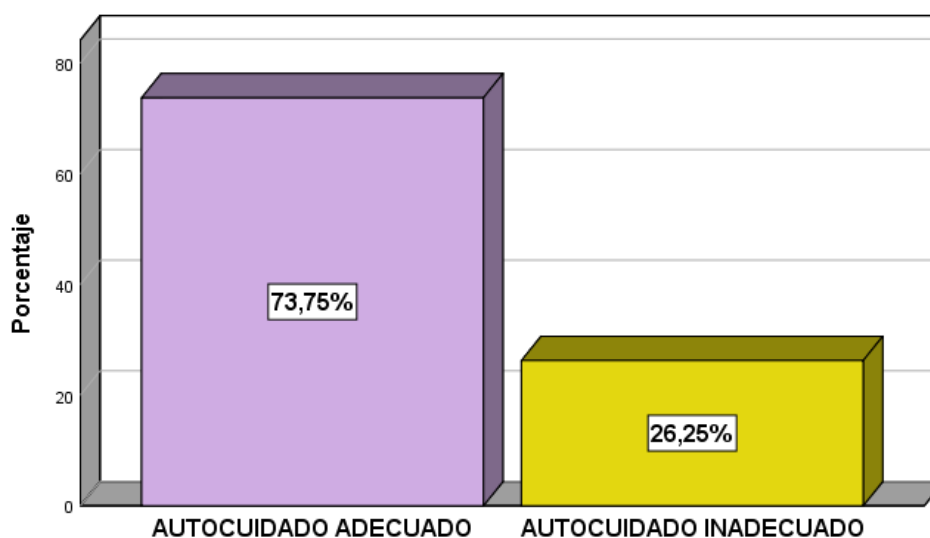
La tabla 3 demuestra que, en la dimensión alimentaria (peso, dieta y consumo de alimentos), 75,00% de los pacientes diabéticos del establecimiento de salud Villa Mara del Perpetuo Socorro tienen medidas de autocuidado adecuadas, mientras que 25,00% de los pacientes tienen medidas de autocuidado insuficientes.

Tabla 4. *Medidas de autocuidado en la dimensión cuidado de pies de pacientes con diabetes, centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
AUTOCUIDADO ADECUADO	59	73,8	73,8	73,8
AUTOCUIDADO INADECUADO	21	26,3	26,3	100,0
Total	80	100,0	100,0	

Fuente: Instrumento aplicado en pacientes del centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022

Grafica 3. *Diagrama de frecuencias de autocuidado en la dimensión cuidado de pies de pacientes con diabetes, centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022.*



La tabla 4 demuestra que el 73,75% de los pacientes diabéticos del centro de salud Villa Mara del Perpetuo Socorro tienen prácticas de autocuidado adecuadas en el área del cuidado de los pies (calzado e higiene de los pies), mientras que el 26,25% de los pacientes tienen prácticas de autocuidado insuficientes.

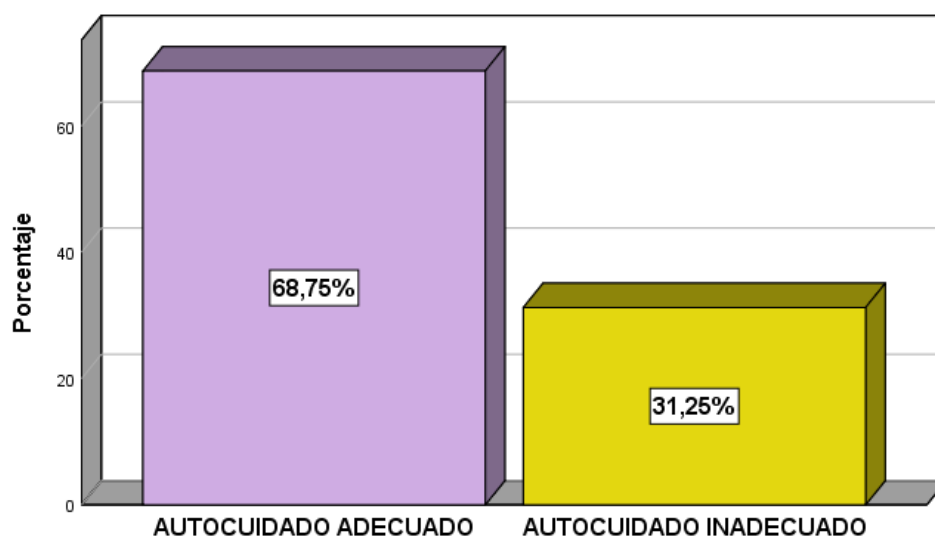


Tabla 5. *Medidas de autocuidado en la dimensión control médico de pacientes con diabetes, centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022.*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
AUTOCUIDADO ADECUADO	55	68,8	68,8	68,8
AUTOCUIDADO INADECUADO	25	31,3	31,3	100,0
Total	80	100,0	100,0	

Fuente: Instrumento aplicado en pacientes del centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022

Grafica 4. *Diagrama de frecuencias de autocuidado en la dimensión control médico de pacientes con diabetes, centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022.*



En la dimensión de control médico (control de la glucosa y terapia recomendada), el 68,75% de los pacientes diabéticos del centro de salud Villa Mara del Perpetuo Socorro tenían medidas de autocuidado adecuadas, mientras que el 31,25% de los pacientes tienen medidas de autocuidado insuficientes.

## V.DISCUSION

En la presente investigación, se demostró que el 53,75% de los pacientes con diabetes tenían más de 60 años. Con un 63,75%, el sexo masculino era más prevalente. Sólo el 47,5% había terminado la enseñanza secundaria. Los comerciantes representan el 32,5%. El 43,75% padece la enfermedad desde hace más de 10 años y el 36,25% está casado. Esto es similar a lo que descubrió Veloz, que concluyó que existe una conexión entre el control médico y la terapia tras comprobar que el 83% de los participantes lleva un control de la glucosa y el 87% acude a sus revisiones médicas.

Sin embargo, se descubrió que el 66,25% de los pacientes con diabetes del centro de salud de Villa María del Perpetuo Socorro tienen suficientes prácticas de autocuidado en el área de la actividad física en términos de frecuencia y duración del ejercicio, mientras que el 33,75% de los pacientes tienen prácticas insuficientes. Esto se relaciona con la investigación de Pinzón, quien sostiene que el 96,3% de las personas tienen un mayor grado de autocuidado cuando no fuman, y que el autocontrol recibió la puntuación más baja (11%), siendo el 11% de las personas las que recibieron la puntuación más baja. Así las cosas, se puede afirmar que los pacientes que siguen su terapia de manera suficiente desarrollan el hábito de abstenerse del alcohol y del tabaco y de cuidar sus pies, pero su dieta y su control de la glucosa son deficientes.

En cuanto a la dimensión alimentaria (peso, dieta y consumo de alimentos), también sabemos que el 75,00% de los pacientes diabéticos del establecimiento de salud Villa María del Perpetuo Socorro tienen prácticas de autocuidado adecuadas, mientras que el 25,00% de los pacientes tienen prácticas insuficientes. Ecuador realizó un estudio denominado "Autocuidado en personas con Diabetes Mellitus en la parroquia Bolívar del cantón Muisne" durante Nazareno en 2019. El objetivo del estudio fue examinar qué tan bien se cuidaban los pacientes con Diabetes Mellitus 2. Los hallazgos revelaron que el 68% de los participantes en el estudio hacía ejercicio, el 47% incluía en su dieta fibra y el 48% alimentos ricos en proteínas, el 74% se lavaba y secaba los pies adecuadamente, el 69,2% revisaba si tenía lesiones en los pies, el 78% tomaba sus medicamentos diariamente, el 70% los

tomaba según el esquema recomendado, el 27% de los pacientes estudiados tenía hipertensión arterial, entre otros. En la dimensión del cuidado de los pies (higiene de los pies y calzado), se descubrió que 73,75% de los pacientes diabéticos del establecimiento de salud Villa Mara del Perpetuo Socorro tienen prácticas de autocuidado adecuadas; por otra parte, 26,25% de los pacientes tienen prácticas insuficientes. Esto parece coincidir con la investigación realizada por Yana en 2017 en Perú, "Autocuidado en adultos mayores con diabetes mellitus 2", cuyo objetivo fue identificar el autocuidado en adultos mayores con diabetes mellitus 2. El estudio de Yana empleó metodologías de investigación cuantitativas, descriptivas y transversales. El 37% de los encuestados practicaba un buen autocuidado, mientras que el 63% practicaba un autocuidado moderado.

Así mismo, en la dimensión dieta un 73% de mal autocuidado, 86% de cuidado intermedio en la dimensión ejercicio y un 56% de autocuidado bueno en cuidado de los pies. Concluyó que las personas con Diabetes Mellitus 2 en mayor proporción tenían un autocuidado regular en las dimensiones estudiadas, esto da un indicio que el autocuidado en las presentes investigaciones si fue relevante ya que esto se ve reflejado en el cuidado de los pies.

Tenemos también que el 68.75% de los pacientes con diabetes, centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro presentan adecuadas medidas de autocuidado en la dimensión control médico (control de la glucosa y tratamiento indicado); además, el 31.25% de pacientes presentan inadecuadas medidas de autocuidado. Esto se ve semejante a lo encontrado por Mora, 2021 en Ecuador. Investigación titulada "Autocuidado en personas diabéticas en el Hospital Público de Pasaje". Siendo el objetivo analizar prácticas de autocuidado que emplean las personas con Diabetes Mellitus 2. Los resultados obtenidos mostraron que el 50% no incluye ninguna práctica de autocuidado en su día a día, el 80% asisten a consulta en un período de 6 meses, el 70% evidenciaron un bajo conocimiento sobre las consecuencias de dicha patología, el 70% manifestó que se realizaban control de glicemia a los que van a consulta externa. La conclusión a la que llegaron fue que se deben promover estrategias educativas para mejorar el autocuidado a través de la autoeducación, promoviendo modificaciones en los hábitos y estilo de vida saludable.

## **VI.CONCLUSIONES**

1. Se determinó que el 53,75% de los individuos con diabetes tenían más de 60 años. Con un 63,75%, el sexo masculino es más prevalente. El 47,5% posee un diploma de enseñanza secundaria. Los propietarios de comercios representan el 32,5%. El 43,75% padece la enfermedad desde hace más de 10 años y el 36,25% está casado.
2. En cuanto a la actividad física (frecuencia y duración del ejercicio), se constata que el 66,25% de los pacientes diabéticos del Centro de Salud Villa Mara del Perpetuo Socorro presentan conductas de autocuidado adecuadas, mientras que el 33,75% de los pacientes no lo hacen.
3. En la dimensión alimentaria (peso, dieta y consumo de alimentos), 75,00% de los pacientes con diabetes del establecimiento de salud Villa Mara del Perpetuo Socorro demuestran autocuidado suficiente; sin embargo, 25,00% de los pacientes demuestran autocuidado inadecuado.
4. Se concluye que el 26.25 por ciento de los pacientes del establecimiento de salud Villa Mara del Perpetuo Socorro que padecen diabetes presentan medidas de autocuidado insuficientes para la dimensión de cuidado de los pies (higiene de los pies y calzado).

## VI.RECOMENDACIONES

1. Para llevar a cabo iniciativas con un enfoque holístico y concienciar a los pacientes con diabetes mellitus, todo el personal sanitario del hospital debe fomentar el trabajo en equipo.
2. Animar a los pacientes con diabetes mellitus a que practiquen el autocuidado proporcionándoles información sobre la prevención de enfermedades y la promoción de la salud, así como celebrando programas educativos continuos para los pacientes y sus familias.
3. Para el profesional de enfermería, que a pesar que existe un porcentaje aceptable del 75% de los pacientes que saben agenciarse su autocuidado, pero aun existe un pequeño porcentaje del 25% que no lo sabe y es donde el profesional de enfermeria debe trabajar para lograr la excelencia y llegar a la meta propuesta del 100% del autocuidado de los pacientes diabéticos.
4. Para los institutos de formación sanitaria, la presente investigación permitirá proponer opciones que apoyen las prácticas de autocuidado de la diabetes mellitus.

## REFERENCIAS

- (1) Labrado R. La OMS difunde intervenciones de autocuidado para la salud. Organización Médica Colegial de España. 2019 Junio; 51(1). Disponible en: <http://www.medicosypacientes.com/articulo/la-oms-difunde-nuevas-directrices-sobre-autocuidados-como-complemento-de-la-atencion-de>
- (2) OMS. Diabetes. Overview [Online].; 2022 [cited 2022 May 22]. Available from: [https://www.who.int/health-topics/diabetes#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/diabetes#tab=tab_1)
3. OPS. Diabetes. Key facts [Online].; 2022 [cited 2022 May 22]. Available from: <https://www.paho.org/en/topics/diabetes>
4. Internacional Diabetes Federation. Atlas de la Diabetes de la FID. [Internet]. Novena edición 2019. Available at: [https://diabetesatlas.org/upload/resources/material/20200302\\_133352\\_2406-IDF-ATLAS-SPAN-BOOK.pdf](https://diabetesatlas.org/upload/resources/material/20200302_133352_2406-IDF-ATLAS-SPAN-BOOK.pdf).
5. Ministerio de Salud. Cuatro de cada cien peruanos mayores de 15 años padecen de Diabetes en el Perú. Nota de prensa. Revisado el 23 de mayo del 2022. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/314367-minsa-cuatro-de-cada-cien-peruanos-mayores-de-15-anos-padecen-diabetes-en-el-peru>
6. Ministerio de Salud. Un paciente con Diabetes presenta 3 veces mayor riesgo de fallecer por COVID-19. Nota de prensa. Revisado el 23 de mayo del 2022. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/553742-minsa-un-paciente-con-diabetes-presenta-3-veces-mayor-riesgo-de-fallecer-por-covid-19>.
7. Osnayo M., Poma K. Medidas de Autocuidado para pacientes con Diabetes Mellitus Tipo II en el Hospital Regional de Huancavelica. Perú 2020. [Internet]. Tesis para optar el grado de licenciada en Enfermería [revisado el 23 mayo del 2022]. Disponible en: <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/4012>

8. Trujillo Y., Autocuidado del paciente con Diabetes que asiste al consultorio de endocrinología del Hospital Sergio Bernales, Comas 202. [Internet]. Tesis para optar el título de licenciada en Enfermería [revisado el 23 mayo del 2022]. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/58293/Trujill%20o\\_PYN-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/58293/Trujill%20o_PYN-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
9. Siguenza J., Nivel de Conocimiento sobre el Autocuidado en el paciente con Diabetes Mellitus, Trujillo 2029. Tesis para optar el título profesional de Médico Cirujano [revisado el 24 mayo del 2022]. Disponible en: [https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/15394/SiguenzaAsma\\_d\\_J.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/15394/SiguenzaAsma_d_J.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- 10 Yana L. Autocuidado en adultos mayores con Diabetes Mellitus tipo 2, Servicio de Medicina E-1. Hospital Nacional Hipólito Unane- 2017. Lima 2018. Tesis para optar el título profesional de licenciada en Enfermería [revisado el 24 mayo del 2022]. Disponible en: <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/1813>.
- 11 Vélez J., Mora R., Autocuidado en el paciente diabético tipo 2 en un Hospital Público de Pasaje, Ecuador. Polo del Conocimiento. 2021 [internet]. [revisado el 24 mayo del 2022]. Disponible en: <https://www.polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/2914>
- 12 Nazareno M. Self-care in people with type II diabetes mellitus in the Bolívar parish of Muisne Canton. Ecuador, 2019. Tesis para optar el título de Licenciada en Enfermería. [cited 2022 May 24. Available from: <https://repositorio.pucese.edu.ec/bitstream/123456789/1822/1/NAZARENO%20MERA%20%20MAR%C3%8DA%20CELESTE.pdf>
- 13 Pinzón G. Autocuidado del Paciente Diabético Tipo 2 en el Club Amigos Dulces de la Ciudad de Loja. Ecuador 2019. Tesis para optar el título de Médico General. [revisado el 24 mayo del 2022]. Disponible en:

<https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/22063/1/Gabriela%20Pinzon%20tesis%20pdf.pdf>.

- 14 Saltos G. Self - care in patients with diabetes at Guasmo Sur Hospital in Guayaquil. Rev. Masvita. 2019. Vol. 1 Nª 2 (2019); Abril-Junio. <https://acvenisproh.com/revistas/index.php/masvita/article/view/11>
- 15 Rivera K, Veloz M. 2018. Self-care of type 2 diabetes mellitus in adults aged 40-60 years treated in the outpatient clinic of the IEES Ceibos General Hospital. Ecuador 2018. Tesis doctoral. [revisado el 24 mayo del 2022]. Disponible en: <http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/11181/1/TUCSG-PRE-MED-ENF-473.pdf>
- 16 Mateus V. et al. Capacidad funcional e autocuidado em idosos com diabetes mellitus. 2020. Aquichan - ISSN 1657- 5997 eISSN 2027 - 5374. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7564944>
- 17 Sotelo SCJ. Conocimiento del paciente de hemodiálisis sobre prevención de complicaciones de la fístula arteriovenosa en un centro de diálisis enero 2017 Lima- Perú; 2017.
- 18 Navarro M., Jáuregui I., Herrero M., Transtornos de la Conducta Alimentaria y Diabetes Mellitus: Tratamiento nutricional. Rev Journal of Negative & no positive results. 2020. Volumen 5 Número 9 pp. 1040 - 1058. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/jonnpr/v5n9/2529-850X-jonnpr-5-09-1040.pdf> .
19. Carrión Y. Capacidad de Agencia de autocuidado en pacientes diabéticos de las parroquias rurales de Quito, Ecuador. 2020. Revista Cuatrimestral "Conecta Libertad". Vol. 4, Núm. 2 pp 15 - 24. Disponible en: <http://revistaitsl.itslibertad.edu.ec/index.php/ITSL/article/view/142/334>.
- 20 Arnold Y., et al. Nivel de actividad física y complicaciones crónicas en personas con diabetes mellitus. revista Cubana de Endocrinología, 2020. Sep



- Dic.; 31 (3): e 253. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/end/v31n3/1561-2953-end-31-03-e253.pdf>
- 21 Moreno A., Hinojosa K., Valoración del patrón sueño, descanso en pacientes con obesidad tipo I, II y III, que acuden al Hospital Teodoro Maldonado Carbo de la ciudad de Guayaquil, período: Noviembre 2019 a Marzo 2020. Ecuador 2020. Tesis para optar el grado de Licenciado en Enfermería. [revisado el 26 mayo del 2022]. Disponible en: <http://201.159.223.180/bitstream/3317/14911/1/T-UCSG-PRE-MED-ENF-584.pdf>
- 22 Bocanegra C., Quispe A., Estilo de vida en pacientes con Diabetes Mellitus hospitalizados en el Hospital Arzobispo Loayza; 2020. Perú 2020. Tesis para optar el Título de Licenciada en Enfermería. [revisado el 26 mayo del 2022]. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/78654/Bocanegra\\_GCM\\_Quispe\\_FAK-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/78654/Bocanegra_GCM_Quispe_FAK-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- 23 Goyzueta A. Nivel de autocuidado de los pies en pacientes diabéticos de un Hospital de Lima Norte.2020. Revista Health Care & Global Health. Disponible en: <http://52.37.22.248/index.php/hgh/article/view/71/81>
- 24 Tantaleán C., Akintui L., Vallejos T., 2017. Efecto de un programa Educativo en el Paciente diabético. Hospital General Jaén-Perú. 2017. Rev. Ser, Saber y Hacer de Enfermería. rujillo Y., Atilio Pezo AN. Capacidad de autocuidado de los pacientes con insuficiencia renal crónica soFacultad de Enfermería-UNPRG. Disponible en: <http://revistas2.unprg.edu.pe/ojs/index.php/RFE/article/view/380/>
- 25 Naranjo Y. Modelos metaparadigmaticos de Dorothea Elizabeth Orem. Revista Archivo Médico de Camaragúey. Vol 23 (6) 2019. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/amc/v23n6/1025-0255-amc-23-06-814.pdf>

- 26 Ortiz K., Capacidad de Autocuidado en pacientes con Diabetes Mellitus tipo II según la Teoría de Dorothea Orem en el Club de Diabéticos del Centro de Salud N 1. Ibarra-2021. Ecuador. Tesis para optar el título de Licenciada de enfermería. Revisado el 26 de Mayo del 2020. Disponible en: <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/11766/2/06%20ENF%201241%20TRABAJO%20GRADO.pdf>
- 27 Veiga J. De la Fuente E., Zimmermann M. Modelos de estudios en investigación aplicada: conceptos y criterios para el diseño. Medicina y Seguridad del trabajo. 2008 Vol LIV N 210: 81-88. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/mesetra/v54n210/aula.pdf>
- 28 Hernandez R., Coello S. El Proceso de la Investigación Científica. Editorial Universitaria, 2011.
- 29 Carrillo A., Autocuidado: Un reto para Enfermería en Salud Comunitaria. 2020. Rev. Internacional de Cuidados de Salud familiar y Comunitaria. Vol.16 e20161. Disponible en: <https://ciberindex.com/index.php/ec/article/view/e20161/e20161>
- 30 Rocha MTFB, Oliveira CM. El papel de la enfermería en la sesión de hemodialisis. Revista Indexada Alto Impacto. 2017 Noviembre; 4(30).
- 31 Naciones Unidas. Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos. 5 de Junio del 2020. Disponible en: <https://news.un.org/es/story/2020/06/1475502>
- 32 Observatori de Bioètica i Dret. Informe Belmont. Principios y Guías Éticas para la protección de los sujetos humanos de investigación. Comisión Nacional para la protección de los sujetos humanos de investigación biomédica y del comportamiento. Disponible en: <http://www.bioeticayderecho.ub.edu/archivos/norm/InformeBelmont.pdf>

- 33 Cosac D. autonomy, consent and vulnerability of clinical research participants. *Revista Bioética*. 2017 Jan-Apr;25(1):19–29 [Internet].. Available from: <https://www.scielo.br/j/bioet/a/NLVytLDgkv8z6x8tSRH4YBP/?lang=en>
- 34 Chavez Kurtz RGES. Interest and perceived capability of self-care in haemodialysis units. *Mational Library of Medicine*. 2020 Marzo ; 20 (34).
- 35 Peace Bagasha ENMRyEMR. Comparison of the heath-related quality of life of end stage kidney disease patients on hemodialysis and npn-hemodialysis management in Uganda. *BMC Palliative Care*. 2021 Noviembre; 661(35).
- 36 Dimitra Rafaila Bakaloudi CL. Agreeing on nutritional management of patients with ckd-a quality appraisal of the available quidelines. *Free PMC*. 2021 Febrero ; 10 (36).
- 37 Bascan SA. Evaluation of Self-care Agency and Perceived Social Support in Patients Undering Hemodialysis. *International Journal of Caring Sciences*. 2020 Abril ; 13(37).
- 38 Vera MR. Calidad de vida en pacientes renales Hemodializadas. *CIENCIA Y ENFERMERÍA*. 2005 Junio ; 10(38).
- 39 Carrollo A. Analisis de la capacidad de autocuidados en pacientes en diálisis peritoneal. *Revista Enfermería Nefrológica*. 2015 Enero ; 18(39).
- 40 Natalia CP. Self-careactios for tha maintenance of the arteriovenous fistula. *International Journal of norsing Sciences*. 2020 Julio ; 7(41).
- 41 Gomez Hernandez D. AUTOCUIDADO Y CALIDAD DE VIDA EN PERSONAS CON HEMODIALISIS. *Thumbnail*. 2014 Mayo; 4678(41).
- 42 Jorje Veiga de Cabo EdlFDyMZV. Modelos de estudios en inverstigación aplicada: conceptos y criterios para el diseño. *Medicina y Seguridad del trabajo*. 2008 Marzo; 54(43).

- 43 Andrei ZSK. Capacidad de autocuidado en pacientes del programa de diálisis peritoneal de un hospital EsSalud- Callao. In Trabajo académico para optar el título de especialista en Enfermería en cuidados Nefrológicos. Lima; 2019. p. 22.
- 44 García Araque JL. Valoración de autocuidado en el acceso vascular para hemodiálisis. Enfermería Nefrológica. 2015 setiembre ; 3(44).
- 45 Carrillo Algarra AJ. Analisis de la capacidad de autocuidado en pacientes en diálisis peritoneal. Sociedad Española de Enfermería Nefrología. 2015 Enero; 18(45).
- 46 Peña Lurita JC. Autocuidado de los pacientes con insuficiencia renal crónica sometidos a hemodiálisis en el centro de diálisis Nuestra Señora de Carmen, Cañete -2015. Repositorio Latinoamericanos. 2016 Enero; 6(46).
- 47 Meza Huaynates IMQCFL. Autoestima y su relacion con la capacidad de autocuidadon en pacientes que reciben tratamiento de hemodiálisis en el centro Médico Santa Patricia. In Tesis para optar el título de licenciada en Enfermería. Lima-Peru; 2017.
- 48 Mayor F. Guia de cuidado para el enfermo renal. nefrocruces. 2017 Abril; IV(6).
- 49 Kalantar-Zadeh K KJDSBDBG. Características de la ingesta de alimentos de los pacientes en hemodiálisis según lo obtenido por el cuestionario de frecuencia de alimentos. Pub Med.gov. 2014 Junio;(31).

### Anexo N°1: MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLE

VARIABLE DE ESTUDIO	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA DE DIMENSIÓN
Autocuidado del paciente Diabético	Se define como habilidades especializadas que realizamos en nuestra vida cotidiana, que es muy importante para aplicar cualquier acción de autocuidado que nos permita cambiar el estilo de vida para mantener en buenas condiciones la salud. <sup>(29)</sup>	Son habilidades especializadas que realizan en su vida cotidiana los pacientes diabéticos, las mismas que se medirán a través del cuestionario Autocuidado en Adultos mayores con Diabetes Tipo 2, que incluye las siguientes dimensiones; alimentación, actividad física, control médico y cuidados de los pies. <sup>(30)</sup>	Alimentación  Actividad Física.  Control médico  Cuidado de los pies	Índice de Masa corporal  Tipo de alimentos  Consumo de alimentos  Frecuencia de la actividad  Tipos de Ejercicios  Importancia  Control de Glucosa  Dosis indicada  Horario indicado  Higiene de los pies.  Corte de uñas  Horario indicado	Escala ordinal  Autocuidado Adecuado (14-20)  Autocuidado Inadecuado (0-13)

## Anexo N°2: MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título	Preguntas	Objetivos	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Metodología
	<p><b>General</b></p> <p>¿Cómo es el autocuidado de los pacientes diabéticos del Centro de Salud Villa María del perpetuo Socorro, Cercado de Lima 2022?</p> <p><b>Específicos</b></p> <p>¿Cómo es el autocuidado en la dimensión alimentación de los pacientes diabéticos del</p>	<p><b>General</b></p> <p>Determinar el autocuidado de los pacientes diabéticos en el Centro de Salud Villa María del perpetuo Socorro, Cercado de Lima. 2022</p> <p><b>Específicos</b></p> <p>Identificar la capacidad de autocuidado en la dimensión alimentación de los pacientes diabéticos del</p>	<p>Son habilidades especializadas que realizan en su vida cotidiana los pacientes diabéticos, las mismas que se medirán a través del cuestionario Autocuidado en Adultos mayores con Diabetes Tipo 2, que incluye las siguientes</p>	<p>Alimentación</p> <p>Actividad Física</p>	<p>Índice de Masa Corporal. Tipo de alimentos. Consumo de alimentos.</p> <p>Frecuencia de la actividad. Tipo de Ejercicios. Importancia</p>	<p>El estudio es de enfoque cuantitativo.</p> <p><b>tipo:</b></p> <p>Básico</p> <p><b>Diseño:</b></p> <p>No experimental de corte Transversal</p> <p><b>Población:</b></p> <p>La población de estudio estuvo conformada por 80 pacientes diabéticos</p>

<p>Autocuidado en adultos mayores con Diabetes Mellitus. Centro de Salud villa María del Perpetuo Socorro. Cercado de Lima -2022</p>	<p>Centro de Salud Villa María del perpetuo Socorro, Cercado de Lima 2022?</p> <p>¿Cómo es el autocuidado en la dimensión actividad física de los pacientes diabéticos del Centro de Salud Villa María del perpetuo Socorro, Cercado de Lima 2022?</p> <p>¿Cómo es el autocuidado en la dimensión control</p>	<p>Centro de Salud Villa María del perpetuo Socorro, Cercado de Lima. 2022.</p> <p>Identificar la capacidad de autocuidado en la dimensión actividad física de los pacientes diabéticos del Centro de Salud Villa María del perpetuo Socorro, Cercado de Lima. 2022</p> <p>Identificar la capacidad de autocuidado en la</p>	<p>dimensiones; dieta, actividad física, control médico y cuidados de los pies</p>	<p>Control Médico</p> <p>Cuidado de los pies</p>	<p>Control de glucosa. Dosis indicada. Horario indicado</p> <p>Higiene de los pies Corte de uñas Horario indicado</p>	<p>que se atienden en el Centro de Salud villa María del Perpetuo Socorro, en el cercado de Lima. 2022.</p> <p><b>Muestra:</b></p> <p>El tamaño de la muestra calculada fue de 80 pacientes con diabetes mellitus que se atienden en dicho establecimiento.</p> <p><b>Muestreo</b></p> <p>muestreo no probabilístico por conveniencia.</p>
--	---	--	--	--	---	--

	<p>médico de los pacientes diabéticos del Centro de Salud Villa María del perpetuo Socorro, Cercado de Lima? 2022?.</p> <p>¿Cómo es el autocuidado en la dimensión cuidado de los pies de los pacientes diabéticos del Centro de Salud Villa María del perpetuo Socorro, Cercado de Lima 2022?</p>	<p>dimensión control médico de los pacientes diabéticos del Centro de Salud Villa María del perpetuo Socorro, Cercado de Lima. 2022.</p> <p>Identificar el autocuidado en la dimensión cuidado de los pies de los pacientes diabéticos del Centro de Salud Villa María del perpetuo Socorro, cercado de Lima. 2022.</p>		<p>Tratamiento farmacológico</p>		<p><b>Técnica</b></p> <p>Encuesta</p> <p><b>Instrumento</b></p> <p>Cuestionario</p> <p><b>Análisis</b></p> <p>Estadística Descriptiva</p> <p><b>Aspecto Éticos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Autonomía</li> <li>● Beneficencia</li> <li>● Justicia</li> </ul>
--	--	---	--	----------------------------------	--	--



## Anexo N° 3: Carta de Presentación y Carta de Aceptación



Universidad  
César Vallejo

"AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL"

Los Olivos, 08 de agosto de 2022

Señor(a)

**DR. WALTER HINOJOSA CHAMORRO**  
**MEDICO JEFE**  
**CENTRO DE SALUD VILLA MARIA DEL PERPETUO SOCORRO**  
**VILLA MARIA 745 CERCADO DE LIMA**

Asunto: Autorizar para la ejecución del Proyecto de Investigación de Enfermería

De mi mayor consideración:

Es muy grato dirigirme a usted, para saludarlo muy cordialmente en nombre de la Universidad Cesar Vallejo Filial Los Olivos y en el mio propio, desearle la continuidad y éxitos en la gestión que viene desempeñando.

A su vez, la presente tiene como objetivo solicitar su autorización, a fin de que el(la) Bach. Alcarazo Guevara Yuliana Denisse / Jaqueline Milagros Carrasco Rumiche, con DNI 42970986 / 41171316, del Programa de Titulación para universidades no licenciadas, Taller de Elaboración de Tesis de la Escuela Académica Profesional de Enfermería, pueda ejecutar su investigación titulada: "**Autocuidado del paciente del paciente con diabetes. Centro de salud Villa María del Perpetuo Socorro Cercado de Lima 2022**", en la institución que pertenece a su digna Dirección; agradeceré se le brinden las facilidades correspondientes.

Sin otro particular, me despido de Usted, no sin antes expresar los sentimientos de mi especial consideración personal.

Atentamente,



M<sup>c</sup>. Leydi S. Fajardo Vizquerra  
Coord. Nacional de Tesis  
Escuela de Enfermería

cc: Archivo PTUN.

www.ucv.edu.pe

CENTRO DE SALUD "VILLA MARIA PERPETUO SOCORRO"

CARGO

"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

Lima, 05 de setiembre del 2022

**OFICIO N° 379 -2022-MJ-CSVMPS-DIRIS-LC**

Señores:

**UNIVERSIDAD CESAR VALLEJO**Presente. -**ASUNTO : ACEPTACION PARA LA EJECUCION DEL PROYECTO DE INVESTIGACION DE ENFERMERIA**

De mi mayor consideración:

Tengo el agrado de dirigirme a usted para saludarle cordialmente y asimismo hacer de su conocimiento que las Srtas. **Yuliana Denisse Alcarazo Guevara con DNI N° 42970986** y **Jacqueline Milagros Carrasco Rumiche con DNI N° 41171316**, alumnas del Programa de Titulación para universidades no licenciadas, del Taller de elaboración de tesis de la Escuela Académica Profesional de Enfermería Filial Lima Norte, han sido admitidas para realizar su trabajo de investigación "**Autocuidado del paciente con diabetes en el Centro de Salud Villa María del Perpetuo Socorro Cercado de Lima 2022**", teniendo como fecha inicial el **10 de agosto del 2022** y como fecha de culminación el **03 de setiembre del 2022**, en el área de triaje.

Agradeciendo la atención al presente, aprovecho la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi especial consideración

Atentamente,

**Ministerio de Salud**  
DIRECCIÓN DE REDES INTEGRADAS DE SALUD - LIMA CENTRO  
C.I. VILLA MARIA DEL PERPETUO SOCORRO

.....  
DR. WALTER WACHOSA CHAMORRO  
MÉDICO JEFE  
C.A.P. 21107

WHCH/mmmap  
C.C.  
Archivo

svillamariaps@dirislimacentro.gob.pe

Jr. Villa María N° 745  
Cercado de Lima, Perú  
Telf. 433-7218

**Anexo N° 4:**

**DOCUMENTOS PARA VALIDAR LOS INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN  
A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTOS**

## CARTA DE PRESENTACIÓN

Señora: Mg. Arroyo Zorrilla Tania Kelin.

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Nos es muy grato comunicarnos con usted para expresarle nuestros saludos y así mismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiantes del programa de curso de titulación con mención de la facultad de Ciencias de la salud de la Universidad Cesar Vallejo, en la sede lima norte, promoción 2022, aula 234T requerimos validar los instrumentos con los cuales recogeremos la información necesaria para poder desarrollar nuestra investigación.

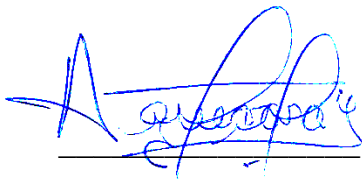
El título de investigación es: **Autocuidado del Paciente con Diabetes. Centro de Salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022** y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para poder aplicar los instrumentos en mención, hemos considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas educativos y/o investigación educativa.

El expediente de validación, que le hacemos llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de operacionalización de las variables.
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos.

Expresándole nuestros sentimientos de respeto y consideración nos despedimos de usted, no sin antes agradecerle por la atención que dispense a la presente.

Atentamente.



Alcarazo Guevara Yuliana Denisse

D.N.I: 42970986



Carrasco Rumiche Jacqueline Milagros

D.N.I: 41171316

## **DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LAS VARIABLES Y DIMENSIONES**

**Variable (1):** Autocuidado del paciente Diabético

### **DEFINICION CONCEPTUAL**

Se define como habilidades especializadas que realizamos en nuestra vida cotidiana, que es muy importante para aplicar cualquier acción de autocuidado que nos permita cambiar el estilo de vida para mantener en buenas condiciones la salud.

### **DEFINICION OPERACIONAL**

Son habilidades especializadas que realizan en su vida cotidiana los pacientes diabéticos, las mismas que se medirán a través del cuestionario Autocuidado en Adultos mayores con Diabetes Tipo 2, que incluye las siguientes dimensiones; alimentación, actividad física, control médico y cuidados de los pies.

#### **Dimensión 1**

(1) Alimentación: La alimentación es la actividad mediante la que tomamos del mundo exterior una serie de sustancias necesarias para poder nutrirnos. Estas sustancias están contenidas en los alimentos que componen nuestra dieta.

#### **Dimensión 2**

(2) Actividad Física.: La actividad física hace referencia a todo movimiento, incluso durante el tiempo de ocio, para desplazarse a determinados lugares y desde ellos, o como parte del trabajo de una persona. La actividad física, tanto moderada como intensa, mejora la salud.

#### **Dimensión 3**

(3) Control médico: es un reconocimiento médico, efectuado por un médico especialista en medicina interna que consiste en la realización de una historia clínica detallada.

#### **Dimensión 4**

(4) Cuidado de los pies: El cuidado de los pies y la salud. Lo primero y más importante, es la necesidad de cuidar los pies con el fin de detectar y tratar a tiempo pequeñas molestias que pueden dar lugar a problemas mayores que pueden llegar a afectar no solo a los pies, sino a otras partes del cuerpo y a la salud en general

## MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

**Variable:** Autocuidado del paciente Diabético

Dimensiones	indicadores	ítems	Niveles o rangos
Alimentación	Índice de Masa corporal Tipo de alimentos Consumo de alimentos	Ítems (6,7,8,9,10)	Escala ordinal Autocuidado Adecuado (14-20) Autocuidado Inadecuado (0-13)

Actividad Física.	Frecuencia de la actividad Tipos de Ejercicios	Ítems (1,2,3,4,5)	
Control médico	Importancia Control de Glucosa Dosis indicada Horario indicado	Ítems (16,17,18,19,20)	
Cuidado de los pies	Higiene de los pies. Corte de uñas Horario indicado	Ítems (11,12,13,14,15)	

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE AUTOCUIDADO DEL PACIENTE DIABETICO**

N°	DIMENSIONES / Items	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	<b>Actividad Física.</b>							
1	Realiza ejercicios durante 30 minutos al día, con qué frecuencia:	✓		✓		✓		
2	El ejercicio que realiza es:							
3	El beneficio que le proporciona el ejercicio físico es:							
4	Para realizar un adecuado ejercicio físico se debe utilizar:							
5	Considera importante mantenerse en su peso ideal (no tener kilos de más), porque:							
	<b>Alimentación</b>	SI	No	SI	No	SI	No	
6	Cuántas veces al día debe consumir alimentos:	✓		✓		✓		
7	Los alimentos que debe consumir con más frecuencia son:							
8	Los vasos de agua que toma al día son:							
9	Los alimentos que debe consumir en cantidades muy limitadas son:							
10	Las frutas que no debe comer en exceso es:							
	<b>Cuidado de los pies</b>	SI	No	SI	No	SI	No	
11	La frecuencia con que se lava los pies es:	✓		✓		✓		
12	La forma más adecuada del secado de los pies es:							
13	La forma correcta del corte de uñas de sus pies es:							
14	Los zapatos que debe utilizar deben ser:							
15	La frecuencia con que revisa sus pies en busca de callos, uñeros, hongos, heridas es:							
	<b>Control médico</b>	SI	No	SI	No	SI	No	
16	El control de glucosa debe ser:	✓		✓		✓		
17	El valor de la glucosa en sangre es:							
18	Antes de tomar el medicamento indicado por el médico, lo que Ud. debe realizar es:							
19	Toma los medicamentos según horario y dosis indicada por el médico							



20	En caso de que no cumpla con el tratamiento indicado por el médico, que le puede producir u ocasionar:						
----	--	--	--	--	--	--	--

Observaciones (precisar si hay suficiencia): \_\_\_\_\_ Hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad:    **Aplicable**         **Aplicable después de corregir**         **No aplicable**

Apellidos y nombres del juez validador: Arroyo Zorrilla Tania Kelin    DNI: 25556771

Especialidad del validador: Mg. En Administración y Servicios de Salud con mención en Gestión de la Calidad

<sup>1</sup>**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

<sup>3</sup>**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

Lunes 01 de agosto del 2022



TANIA KELIN ARROYO ZORRILLA  
Responsable Servicio Estomatología  
CEP 20178

Firma del Experto Informante.

## CARTA DE PRESENTACIÓN

Señora: Mg. Velásquez Rosas, Julia Gladys.

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Nos es muy grato comunicarnos con usted para expresarle nuestros saludos y así mismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiantes del programa de curso de titulación con mención de la facultad de Ciencias de la salud de la Universidad Cesar Vallejo, en la sede lima norte, promoción 2022, aula 234T requerimos validar los instrumentos con los cuales recogeremos la información necesaria para poder desarrollar nuestra investigación.

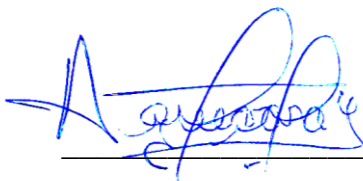
El título de investigación es: **Autocuidado del Paciente con Diabetes. Centro de Salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022** y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para poder aplicar los instrumentos en mención, hemos considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas educativos y/o investigación educativa.

El expediente de validación, que le hacemos llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de operacionalización de las variables.
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos.

Expresándole nuestros sentimientos de respeto y consideración nos despedimos de usted, no sin antes agradecerle por la atención que dispense a la presente.

Atentamente.



Alcarazo Guevara Yuliana Denisse

D.N.I: 42970986



Carrasco Rumiche Jacqueline Milagros

D.N.I: 41171316

## **DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LAS VARIABLES Y DIMENSIONES**

**Variable (1):** Autocuidado del paciente Diabético

### **DEFINICION CONCEPTUAL**

Se define como habilidades especializadas que realizamos en nuestra vida cotidiana, que es muy importante para aplicar cualquier acción de autocuidado que nos permita cambiar el estilo de vida para mantener en buenas condiciones la salud.

### **DEFINICION OPERACIONAL**

Son habilidades especializadas que realizan en su vida cotidiana los pacientes diabéticos, las mismas que se medirán a través del cuestionario Autocuidado en Adultos mayores con Diabetes Tipo 2, que incluye las siguientes dimensiones; alimentación, actividad física, control médico y cuidados de los pies.

#### **Dimensión 1**

(1) Alimentación: La alimentación es la actividad mediante la que tomamos del mundo exterior una serie de sustancias necesarias para poder nutrirnos. Estas sustancias están contenidas en los alimentos que componen nuestra dieta.

#### **Dimensión 2**

(2) Actividad Física.: La actividad física hace referencia a todo movimiento, incluso durante el tiempo de ocio, para desplazarse a determinados lugares y desde ellos, o como parte del trabajo de una persona. La actividad física, tanto moderada como intensa, mejora la salud.

#### **Dimensión 3**

(3) Control médico: es un reconocimiento médico, efectuado por un médico especialista en medicina interna que consiste en la realización de una historia clínica detallada.

#### **Dimensión 4**

(4) Cuidado de los pies: El cuidado de los pies y la salud. Lo primero y más importante, es la necesidad de cuidar los pies con el fin de detectar y tratar a tiempo pequeñas molestias que pueden dar lugar a problemas mayores que pueden llegar a afectar no solo a los pies, sino a otras partes del cuerpo y a la salud en general

## MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

**Variable:** Autocuidado del paciente Diabético

Dimensiones	indicadores	ítems	Niveles o rangos
Alimentación	Índice de Masa corporal Tipo de alimentos Consumo de alimentos	Ítems (6,7,8,9,10)	Escala ordinal Autocuidado Adecuado (14-20) Autocuidado Inadecuado (0-13)

Actividad Física.	Frecuencia de la actividad Tipos de Ejercicios	Ítems (1,2,3,4,5)	
Control médico	Importancia Control de Glucosa Dosis indicada Horario indicado	Ítems (16,17,18,19,20)	
Cuidado de los pies	Higiene de los pies. Corte de uñas Horario indicado	Ítems (11,12,13,14,15)	



CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE AUTOCUIDADO DEL PACIENTE DIABETICO

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	<b>Actividad Física.</b>							
1	Realiza ejercicios durante 30 minutos al día, con qué frecuencia:	✓		✓		✓		
2	El ejercicio que realiza es:							
3	El beneficio que le proporciona el ejercicio físico es:							
4	Para realizar un adecuado ejercicio físico se debe utilizar:							
5	Considera importante mantenerse en su peso ideal (no tener kilos de más), porque:							
	<b>Alimentación</b>	Si	No	Si	No	Si	No	
6	Cuántas veces al día debe consumir alimentos:	✓		✓		✓		
7	Los alimentos que debe consumir con más frecuencia son:							
8	Los vasos de agua que toma al día son:							
9	Los alimentos que debe consumir en cantidades muy limitadas son:							
10	Las frutas que no debe comer en exceso es:							
	<b>Cuidado de los pies</b>	Si	No	Si	No	Si	No	
11	La frecuencia con que se lava los pies es:	✓		✓		✓		
12	La forma más adecuada del secado de los pies es:							
13	La forma correcta del corte de uñas de sus pies es:							
14	Los zapatos que debe utilizar deben ser:							
15	La frecuencia con que revisa sus pies en busca de callos, uñeros, hongos, heridas es:							
	<b>Control médico</b>	Si	No	Si	No	Si	No	
16	El control de glucosa debe ser:	✓		✓		✓		
17	El valor de la glucosa en sangre es:							
18	Antes de tomar el medicamento indicado por el médico, lo que Ud. debe realizar es:							
19	Toma los medicamentos según horario y dosis indicada por el médico							

20	En caso de que no cumpla con el tratamiento indicado por el médico, que le puede producir u ocasionar:							
----	--	--	--	--	--	--	--	--

Observaciones (precisar si hay suficiencia): \_\_\_\_\_ Hay suficiencia

Opinión de aplicabilidad:    Aplicable         Aplicable después de corregir         No aplicable

Apellidos y nombres del juez validador: Julia Gladys, Velásquez Rosas    DNI: 10400322

Especialidad del validador: Mg. En Educación con Mención en Docencia y Gestión Educativa

<sup>1</sup>**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

<sup>3</sup>**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

Lunes 01 de agosto del 2022

**MINISTERIO DE SALUD**  
HOSPITAL "SERGIO BERNALES"

  
-----  
**JULIA VELÁSQUEZ ROSAS**  
Supervisora de Enfermería  
C.E.P. 9206

Firma del Experto Informante.



## CARTA DE PRESENTACIÓN

Señora: Mg. Karla Vicky Galarza Soto.

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO.

Nos es muy grato comunicarnos con usted para expresarle nuestros saludos y así mismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiantes del programa de curso de titulación con mención de la facultad de Ciencias de la salud de la Universidad Cesar Vallejo, en la sede lima norte, promoción 2022, aula 234T requerimos validar los instrumentos con los cuales recogeremos la información necesaria para poder desarrollar nuestra investigación.

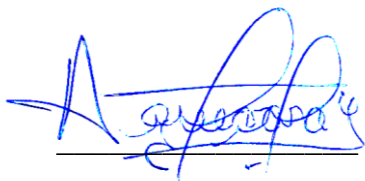
El título de investigación es: **Autocuidado del Paciente con Diabetes. Centro de Salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima, 2022** y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para poder aplicar los instrumentos en mención, hemos considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en temas educativos y/o investigación educativa.

El expediente de validación, que le hacemos llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de operacionalización de las variables.
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos.

Expresándole nuestros sentimientos de respeto y consideración nos despedimos de usted, no sin antes agradecerle por la atención que dispense a la presente.

Atentamente.



Alcarazo Guevara Yuliana Denisse

D.N.I: 42970986



Carrasco Rumiche Jacqueline Milagros

D.N.I: 41171316

## **DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LAS VARIABLES Y DIMENSIONES**

**Variable (1):** Autocuidado del paciente Diabético

### **DEFINICION CONCEPTUAL**

Se define como habilidades especializadas que realizamos en nuestra vida cotidiana, que es muy importante para aplicar cualquier acción de autocuidado que nos permita cambiar el estilo de vida para mantener en buenas condiciones la salud.

### **DEFINICION OPERACIONAL**

Son habilidades especializadas que realizan en su vida cotidiana los pacientes diabéticos, las mismas que se medirán a través del cuestionario Autocuidado en Adultos mayores con Diabetes Tipo 2, que incluye las siguientes dimensiones; alimentación, actividad física, control médico y cuidados de los pies.

#### **Dimensión 1**

(1) Alimentación: La alimentación es la actividad mediante la que tomamos del mundo exterior una serie de sustancias necesarias para poder nutrirnos. Estas sustancias están contenidas en los alimentos que componen nuestra dieta.

#### **Dimensión 2**

(2) Actividad Física.: La actividad física hace referencia a todo movimiento, incluso durante el tiempo de ocio, para desplazarse a determinados lugares y desde ellos, o como parte del trabajo de una persona. La actividad física, tanto moderada como intensa, mejora la salud.

#### **Dimensión 3**

(3) Control médico: es un reconocimiento médico, efectuado por un médico especialista en medicina interna que consiste en la realización de una historia clínica detallada.

#### **Dimensión 4**

(4) Cuidado de los pies: El cuidado de los pies y la salud. Lo primero y más importante, es la necesidad de cuidar los pies con el fin de detectar y tratar a tiempo pequeñas molestias que pueden

dar lugar a problemas mayores que pueden llegar a afectar no solo a los pies, sino a otras partes del cuerpo y a la salud en general

## MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

**Variable:** Autocuidado del paciente Diabético

Dimensiones	indicadores	ítems	Niveles o rangos
Alimentación	Índice de Masa corporal Tipo de alimentos Consumo de alimentos	Ítems (6,7,8,9,10)	Escala ordinal Autocuidado Adecuado (14-20) Autocuidado Inadecuado (0-13)

Actividad Física.	Frecuencia de la actividad Tipos de Ejercicios	Ítems (1,2,3,4,5)	
Control médico	Importancia Control de Glucosa Dosis indicada Horario indicado	Ítems (16,17,18,19,20)	
Cuidado de los pies	Higiene de los pies. Corte de uñas Horario indicado	Ítems (11,12,13,14,15)	

**CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DEL INSTRUMENTO QUE MIDE AUTOCUIDADO DEL PACIENTE DIABETICO**

Nº	DIMENSIONES / ítems	Pertinencia <sup>1</sup>		Relevancia <sup>2</sup>		Claridad <sup>3</sup>		Sugerencias
		Si	No	Si	No	Si	No	
	<b>Actividad Física.</b>							
1	Realiza ejercicios durante 30 minutos al día, con qué frecuencia:	↙		↙		↙		
2	El ejercicio que realiza es:							
3	El beneficio que le proporciona el ejercicio físico es:							
4	Para realizar un adecuado ejercicio físico se debe utilizar:							
5	Considera importante mantenerse en su peso ideal (no tener kilos de más), porque:	↙		↙		↙		
	<b>Alimentación</b>	Si	No	Si	No	Si	No	
6	Cuántas veces al día debe consumir alimentos:							
7	Los alimentos que debe consumir con más frecuencia son:							
8	Los vasos de agua que toma al día son:							
9	Los alimentos que debe consumir en cantidades muy limitadas son:							
10	Las frutas que no debe comer en exceso es:							
	<b>Cuidado de los pies</b>	Si	No	Si	No	Si	No	
11	La frecuencia con que se lava los pies es:	↙		↙		↙		
12	La forma más adecuada del secado de los pies es:							
13	La forma correcta del corte de uñas de sus pies es:							
14	Los zapatos que debe utilizar deben ser:							
15	La frecuencia con que revisa sus pies en busca de callos, uñeros, hongos, heridas es:							
	<b>Control médico</b>	Si	No	Si	No	Si	No	
16	El control de glucosa debe ser:	↙		↙		↙		
17	El valor de la glucosa en sangre es:							
18	Antes de tomar el medicamento indicado por el médico, lo que Ud. debe realizar es:							
19	Toma los medicamentos según horario y dosis indicada por el médico							

20	En caso de que no cumpla con el tratamiento indicado por el médico, que le puede producir u ocasionar:						
----	--	--	--	--	--	--	--

Observaciones (precisar si hay suficiencia): \_\_\_\_\_ Hay suficiencia

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

Apellidos y nombres del juez validador: Karla Vicky Galarza Soto    DNI: 08647839

Especialidad del validador: Mg. En Educación con Mención en Docencia y Gestión Educativa

<sup>1</sup>**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

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

<sup>3</sup>**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

Lunes 01 de agosto del 2022

MINISTERIO DE SALUD  
 Dirección de Promoción y Gestión de Salud Lima-Centro  
 C. SALUD Y UNIDAD DE LA VEGA BAJA

  
 LIC. KARLA GALARZA SOTO  
 CEP 12032

Firma del Experto Informante.

## **Anexo N° 5: Instrumento**

### **Cuestionario de Autocuidado del Paciente con Diabetes**

Buenos días somos las estudiantes Yuliana Denisse, Alcarazo Guevara y Jacqueline Milagros, Carrasco Rumiche, estudiantes de la Universidad Cesar Vallejo, en esta oportunidad nos encontramos desarrollando un trabajo de investigación que tiene como objetivo determinar el autocuidado del paciente con Diabetes. En el Centro de Salud Villa María del Perpetuo Socorro, en el Cercado de Lima, por lo cual solicitamos su colaboración contestando con la mayor sinceridad posible cada una de las preguntas, su respuesta es muy valiosa para el estudio, será anónimo y se mantendrá la confidencialidad.

#### **INSTRUCCIONES:**

Lee con atención las preguntas y marque con un aspa (x) la respuesta que usted considere correcta. Si no puede contestar alguna pregunta, por favor consulte.

**1. DATOS GENERALES: ¿Cuál es su edad?**

- a) 20 a 39 años
- b) 40 a 49 años
- c) 50 a 59 años
- d) mayor de 60 años

**2. Sexo: M ( ) F ( )**

**3. Grado de instrucción:**

- a) sin educación
- b) primaria
- c) secundaria
- d) superior



#### **4. Ocupación:**

- a) empleado
- b) comerciante
- c) obrero
- d) ama de casa
- e) desempleado

#### **5. Estado civil:**

- a. soltero
- b. conviviente
- c. casado
- d. viudo
- e. divorciado

#### **6. ¿Cuánto tiempo tiene desde que le diagnosticaron diabetes?**

- a) menos de 5 años
- b) de 5 a 10 años
- c) más de 10 años

## **II. DATOS ESPECÍFICOS:**

### **1. Realiza ejercicios durante 30 minutos al día, con qué frecuencia:**

- a) 1 vez a la semana
- b) 2 veces a la semana
- c) 3 veces a la semana
- d) me da flojera

### **2. El ejercicio que realiza es:**

- a) Deporte
- b) Caminatas
- c) Baile

- d) Tai chi

**3. El beneficio que le proporciona el ejercicio físico es:**

- a) Aumenta la ansiedad
- b) Baja los niveles de azúcar
- c) Aumenta el peso
- d) Baja los niveles de azúcar en la sangre

**4. Para realizar un adecuado ejercicio físico se debe utilizar:**

- a) Ropa y zapatos incómodos
- b) Ropa holgada
- c) Ropa holgada y zapatos cómodos
- d) Zapatos cómodos

**5. Considera importante mantenerse en su peso ideal (no tener kilos de más), porque:**

- a) Un peso inadecuado favorece la buena figura
- b) Un peso adecuado facilita el control de la diabetes
- c) Un peso inadecuado mejora las actividades diarias
- d) Un peso inadecuado facilita el control de la diabetes

**6. Cuántas veces al día debe consumir alimentos:**

- a) Tres: desayuno, comida y cena
- b) Cinco: desayuno, media mañana, almuerzo, media tarde y cena
- c) Cuatro: desayuno, comida, almuerzo y cena
- d) Comer siempre que tenga hambre

**7. Los alimentos que debe consumir con más frecuencia son:**

- a) Harinas, embutidos
- b) Verduras, harinas
- c) Verduras, frutas
- d) Embutidos, legumbres

- 8. Los vasos de agua que toma al día son:**
- a) 2 vasos de agua diariamente
  - b) 4 vasos de agua diariamente
  - c) 6 vasos de agua diariamente
  - d) 8 vasos de agua diariamente
- 9. Los alimentos que debe consumir en cantidades muy limitadas son:**
- a) Pan, postres, harinas
  - b) Verduras, frutas, galleta integral
  - c) Frutas, postres, pan
  - d) Galleta integral, harinas, Verduras
- 10. Las frutas que no debe comer en exceso es:**
- a) Mango, uva, plátano, higo
  - b) Pera, naranja, manzana, durazno
  - c) Durazno, manzana, granadilla, naranja
  - d) Sandia, durazno, naranja, pera
- 11. La frecuencia con que se lava los pies es:**
- a) Diario
  - b) Una vez a la semana
  - c) Interdiario
  - d) Dos veces a la semana
- 12. La forma más adecuada del secado de los pies es:**
- a) Forma suave, secando los espacios interdigitales
  - b) Forma brusca, secando los espacios interdigitales
  - c) Friccionando la piel, secando los espacios interdigitales
  - d) Forma rápida, secando los espacios interdigitales
- 13. La forma correcta del corte de uñas de sus pies es:**
- a) Forma circular

- b) Forma de punta
- c) Forma cuadrada
- d) Forma que siga la curva natural del dedo

**14. Los zapatos que debe utilizar deben ser:**

- a) Cómodos
- b) Inconfortables
- c) Estrechos
- d) Abiertos

**15. La frecuencia con que revisa sus pies en busca de callos, uñeros, hongos, heridas es:**

- a) Diario
- b) Una vez a la semana
- c) Interdiario
- d) Dos veces a la semana

**16. El control de glucosa debe ser:**

- a) Una vez al año
- b) Una vez al mes
- c) Una vez a la semana
- d) Cuando estoy mal

**17. El valor de la glucosa en sangre es:**

- a) 60-80 mg/dl
- b) 70-110 mg/dl
- c) 80-150 mg/dl
- d) 100-250 mg/dl

**18. Antes de tomar el medicamento indicado por el médico, lo que Ud. debe realizar es:**

- a) Lavarse la cara
- b) Bañarse
- c) Lavarse las manos

d) Cepillarse los dientes

**19. Toma los medicamentos según horario y dosis indicada por el médico**

a) Si porque no quiero complicarme

b) Cada vez que me acuerdo

c) A veces

d) Me olvido

**20. En caso de que no cumpla con el tratamiento indicado por el médico, que le puede producir u ocasionar:**

a) Desaparecen las complicaciones

b) Se alteran los niveles de azúcar

c) Se cura la diabetes mellitus

d) Mejoran los niveles de azúcar

GRACIAS POR SU PARTICIPACIÓN

## **Anexo N°6: Hoja de Consentimiento Informado**

### **Título del trabajo:**

Autocuidado del Paciente con Diabetes. Centro de Salud Villa María del Perpetuo Socorro, Cercado de Lima. 2022

---

Nombre: Cuestionario sobre el Autocuidado del  
Paciente con Diabetes

---

**Responsables: Alcarazo Guevara, Yuliana Denisse  
Carrasco Rumiche, Jacqueline Milagros**

### **Propósito:**

El presente cuestionario es para invitarle a participar del estudio, el cual tiene como objetivo; Determinar el autocuidado del paciente diabético en el Centro de Salud Villa María del perpetuo Socorro, Cercado de Lima. 2022.

### **Procedimientos:**

Para poder participar en el estudio de investigación se le entregara un cuestionario con 20 preguntas relacionadas al autocuidado del paciente con diabetes, el cual usted llenara con un tiempo de duración de 15 minutos. Su participación es voluntaria y puede decidir retirarse del estudio en cualquier etapa del mismo, sin que esto afecte de alguna manera la calidad de atención tenga alguna repercusión en la evaluación que recibe dentro de esta institución. Por participar en este estudio usted, no recibirá ningún beneficio salvo la satisfacción de contribuir con esta importante investigación. La información que usted brinde al estudio será de uso exclusivo de las investigadoras y se mantendrá la debida confidencialidad.

---

Firma del encuestado  
DNI

## Anexo N° 7: Base de datos

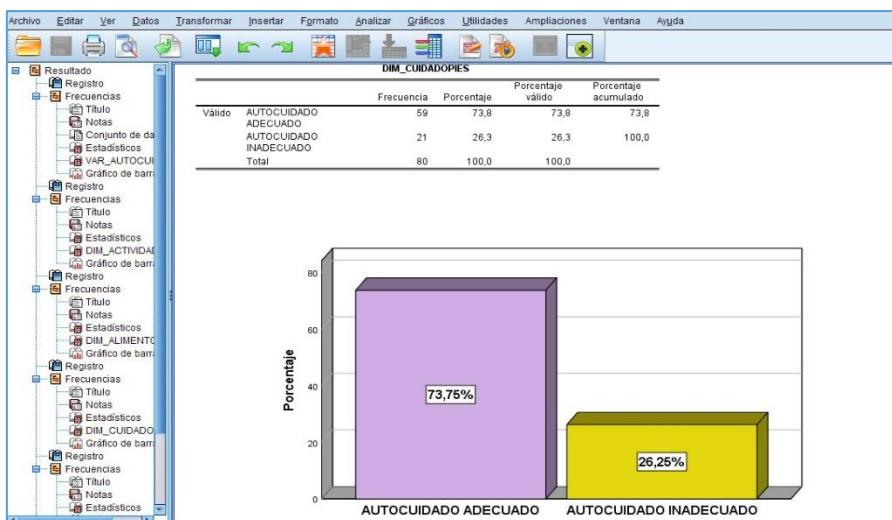
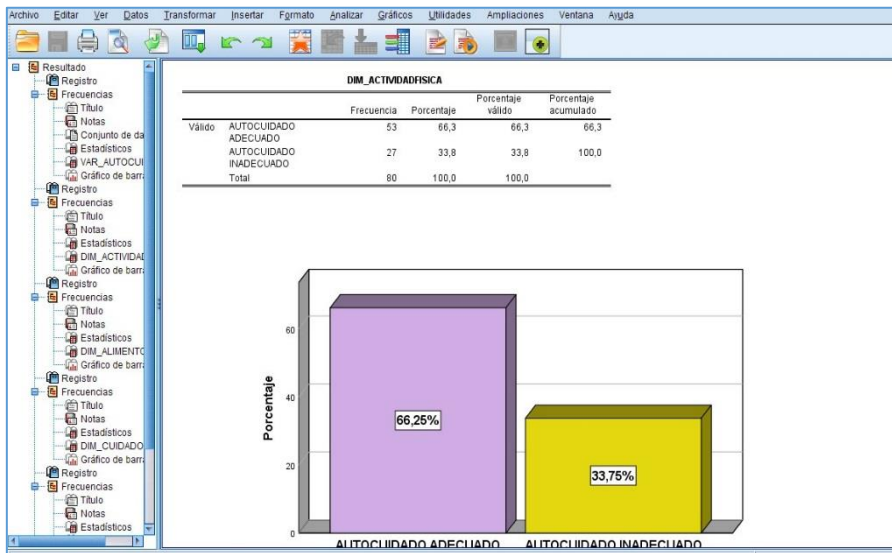
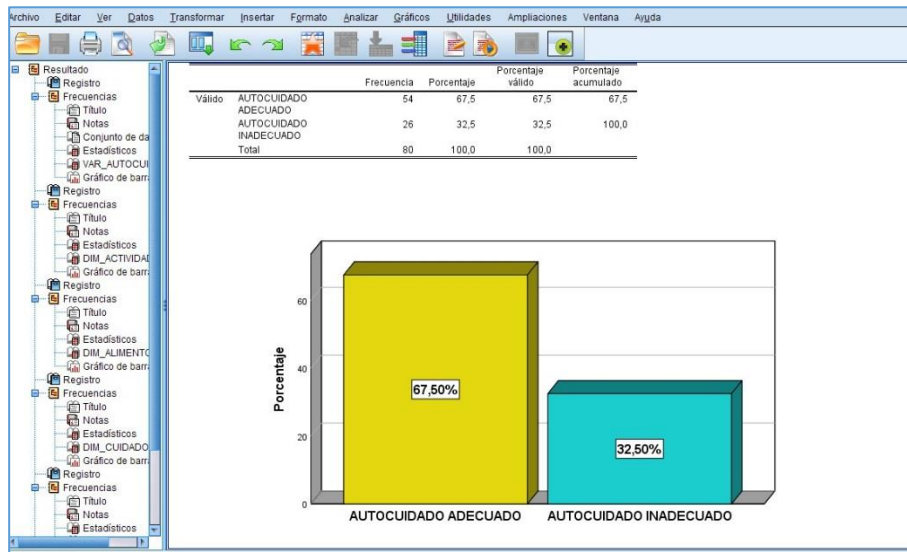
ID	1. Edad	2. Sexo	3. Grado de instrucción	4. Ocupación	5. Estado civil	6. Desde que le diagnosticaron la enfermedad	7. Frecuencia de ejercicio	8. Tipo de ejercicio	9. Beneficio que le proporciona el ejercicio	10. Tipo de ejercicio físico que realiza	11. Frecuencia de ejercicio
1	40 a 49 años	Masculino	superior	empleado	casado	de 5 a 10 años	3 veces a la semana	Deporte	Baja los niveles de azúcar en la sangre	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
2	mayor de 60 años	Masculino	secundaria	desempleado	conviviente	más de 10 años	me da flojera	Baile	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada	peso adecuado
3	mayor de 60 años	Femenino	primaria	comerciante	casado	más de 10 años	2 veces a la semana	Baile	Baja los niveles de azúcar	Zapatos cómodos	peso adecuado
4	mayor de 60 años	Femenino	secundaria	ama de casa	casado	más de 10 años	3 veces a la semana	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
5	20 a 39 años	Femenino	superior	ama de casa	soltero	menos de 5 años	3 veces a la semana	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada	peso adecuado
6	mayor de 60 años	Masculino	secundaria	comerciante	casado	menos de 5 años	me da flojera	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
7	50 a 59 años	Femenino	secundaria	comerciante	soltero	menos de 5 años	3 veces a la semana	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
8	mayor de 60 años	Masculino	primaria	desempleado	casado	de 5 a 10 años	1 vez a la semana	Baile	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
9	mayor de 60 años	Femenino	secundaria	comerciante	viudo	más de 10 años	me da flojera	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
10	20 a 39 años	Femenino	secundaria	comerciante	conviviente	más de 10 años	3 veces a la semana	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
11	mayor de 60 años	Femenino	sin educación	ama de casa	viudo	más de 10 años	2 veces a la semana	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
12	50 a 59 años	Femenino	secundaria	ama de casa	soltero	menos de 5 años	1 vez a la semana	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
13	50 a 59 años	Femenino	secundaria	ama de casa	divorciado	de 5 a 10 años	3 veces a la semana	Deporte	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
14	mayor de 60 años	Femenino	superior	ama de casa	casado	menos de 5 años	1 vez a la semana	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada	peso adecuado
15	50 a 59 años	Masculino	superior	empleado	divorciado	menos de 5 años	2 veces a la semana	Deporte	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
16	50 a 59 años	Masculino	superior	empleado	divorciado	menos de 5 años	2 veces a la semana	Deporte	Baja los niveles de azúcar en la sangre	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
17	50 a 59 años	Femenino	superior	comerciante	casado	de 5 a 10 años	me da flojera	Caminatas	Baja los niveles de azúcar en la sangre	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
18	40 a 49 años	Femenino	secundaria	empleado	soltero	menos de 5 años	1 vez a la semana	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
19	40 a 49 años	Masculino	superior	comerciante	casado	menos de 5 años	me da flojera	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
20	mayor de 60 años	Masculino	secundaria	desempleado	soltero	más de 10 años	me da flojera	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
21	40 a 49 años	Femenino	secundaria	ama de casa	soltero	menos de 5 años	1 vez a la semana	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
22	mayor de 60 años	Femenino	primaria	ama de casa	viudo	más de 10 años	3 veces a la semana	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
23	mayor de 60 años	Masculino	secundaria	desempleado	soltero	menos de 5 años	me da flojera	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
24	mayor de 60 años	Femenino	secundaria	ama de casa	casado	de 5 a 10 años	3 veces a la semana	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
25	mayor de 60 años	Masculino	secundaria	desempleado	conviviente	menos de 5 años	3 veces a la semana	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
26	50 a 59 años	Femenino	secundaria	ama de casa	casado	menos de 5 años	3 veces a la semana	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
27	mayor de 60 años	Femenino	sin educación	ama de casa	viudo	más de 10 años	me da flojera	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada	peso adecuado
28	mayor de 60 años	Femenino	sin educación	comerciante	conviviente	menos de 5 años	3 veces a la semana	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
29	50 a 59 años	Femenino	secundaria	ama de casa	soltero	más de 10 años	me da flojera	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
30	mayor de 60 años	Femenino	sin educación	ama de casa	viudo	más de 10 años	3 veces a la semana	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
31	mayor de 60 años	Femenino	sin educación	comerciante	casado	menos de 5 años	3 veces a la semana	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
32	mayor de 60 años	Femenino	primaria	ama de casa	conviviente	más de 10 años	me da flojera	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada	peso adecuado
33	50 a 59 años	Femenino	secundaria	ama de casa	conviviente	más de 10 años	3 veces a la semana	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado
34	mayor de 60 años	Femenino	primaria	desempleado	soltero	más de 10 años	me da flojera	Tai chi	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada	peso adecuado
35	mayor de 60 años	Femenino	secundaria	ama de casa	casado	más de 10 años	1 vez a la semana	Caminatas	Baja los niveles de azúcar	Ropa holgada y zapatos cómodos	peso adecuado

## Anexo N° 8: Fotos





## Anexo N° 9: Procesamiento de datos





**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

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

### **Declaratoria de Autenticidad del Asesor**

Yo, FAJARDO VIZQUERRA LEYDI SUSAN, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "AUTOCUIDADO DEL PACIENTE CON DIABETES. CENTRO DE SALUD VILLA MARÍA DEL PERPETUO SOCORRO, CERCADO DE LIMA, 2022", cuyos autores son ALCARAZO GUEVARA YULIANA DENISSE, CARRASCO RUMICHE JACQUELINE MILAGROS, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 27.00%, 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, 05 de Abril del 2023

<b>Apellidos y Nombres del Asesor:</b>	<b>Firma</b>
FAJARDO VIZQUERRA LEYDI SUSAN <b>DNI:</b> 71977614 <b>ORCID:</b> 0000-0003-4692-0518	Firmado electrónicamente por: LFAJARDOV el 25- 04-2023 12:14:29

Código documento Trilce: TRI - 0540559