



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS

ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

**ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO MAYOR EN EL CLUB DE LOS
HIPERTENSOS DEL HOSPITAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN
ABRIL - JULIO, CALLAO, LIMA, 2013**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

AUTORA:

JESICA LINDAURA GARCIA CORONADO

ASESOR:

LIC. ERNESTO HUAPAYA ESPEJO

LINEA DE INVESTIGACION:

**CUIDADOS QUE PROMUEVEN O FORTALEZCAN EL MANEJO
ADECUADO PARA PREVENIR O AFRONTAR DOLENCIAS O
ENFERMEDADES EN ESPECIAL AGENTES DE LARGA DURACIÓN,
A NIVEL FAMILIA Y COMUNITARIO**

LIMA – PERÚ

2013

DEDICATORIA

A los seres más importantes en mi vida a mi familia, con amor y admiración por la confianza apoyo incondicional porque me inyectan motivación, energía positiva y cariño infinito.

AGRADECIMIENTOS

A Dios, por su sublime e inmenso amor que ilumina y guía nuestras vidas, conocimientos, y desarrollo.

Mis más sincero agradecimiento al Lic. Ernesto Huapaya por sus valiosos aportes como asesor de la presente.

A las autoridades y al personal del hospital nacional Daniel Alcides Carrión por su colaboración, comprensión y facilidades otorgadas para el desarrollo del presente estudio.

PRESENTACIÓN

La incidencia de hipertensión arterial en el adulto mayor es muy elevada. La elevación de las cifras tensionales, es probablemente el problema de Salud Pública. Su aterrador impacto sobre la cantidad y estilo de vida de aquellos que la padecen radica, en parte al hecho de ser una enfermedad que como pocas, carece de manifestaciones clínicas evidentes para el paciente. Por este motivo, ha sido dominada, el enemigo silencioso, ya que cuando por fin aparece alguna manifestación de ella, el daño producido es prácticamente irreparable pero si tratable.

El estilo de vida tiene un impacto directo en la calidad total de nuestras vidas por ello el modo de vida influye mucho en los adultos maduros pues resultan responsables de diferentes enfermedades como las cardiovasculares, siendo un importante problema en los adultos mayores porque afecta a la salud y bienestar.

En nuestro país se ha creado estrategias y programas para controlar la hipertensión arterial, lo cual tiene el propósito de mejorar los estilos de vida, y mantener los hábitos saludables a fin de disminuir su incidencia a sufrir complicaciones.

ÍNDICE

Carátula	i
Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
Presentación.....	iv
Índice.....	v
RESUMEN	vii
ABSTRACT	viii
1. INTRODUCCIÓN	ix
1.1. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	
1.1.1. Realidad problemática.....	11
1.1.2. Formulación del problema.....	13
1.1.3. Justificación.....	13
1.1.4. Antecedentes.....	14
1.1.5. Objetivos.....	17
1.1.5.1. General.....	17
1.1.5.2. Específico.....	17
1.2. MARCO REFERENCIAL	
1.2.1. Marco teórico.....	18
1.2.2. Marco Conceptual.....	22

2. MARCO METODOLÓGICO

2.1	Variables	
2.1.1	Definición conceptual.....	25
2.1.2	Definición operacional.....	25
2.2	Metodología	
2.2.1	Tipo de estudio.....	25
2.2.2	Diseño.....	25
2.3	Población y muestra.....	26
2.4	Método de investigación.....	26
2.5	Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	26
2.6	Métodos de análisis de datos.....	28

3.	RESULTADOS.....	29
----	------------------------	----

4.	DISCUSIÓN.....	33
----	-----------------------	----

5.	CONCLUSIONES.....	37
----	--------------------------	----

6.	SUGERENCIAS.....	38
----	-------------------------	----

7.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	39
----	--	----

8. ANEXOS

ANEXO 1: Matriz de consistencia variable Estilos de vida.

ANEXO 2: Instrumento escala de estilos de vida.

ANEXO 3: Validación Del Instrumento.

ANEXO 4: Confiabilidad del Instrumento.

ANEXO 5: Consentimiento Informado.

RESUMEN

ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO MAYOR EN EL CLUB DE LOS HIPERTENSOS DEL HOSPITAL DANIEL ALCIDES CARRION ABRIL- JULIO, CALLAO, LIMA, 2013

JESICA LINDAURA GARCIA CORONADO

Objetivo: Determinar los estilos de vida del Adulto Mayor en el Club de Hipertensos del Hospital Daniel Alcides Carrión de abril- julio, callao, lima, 2013 **Material y método:** Según el enfoque es un estudio de tipo cuantitativo, descriptivo no experimental de tipo transversal, en la medida que el estudio se realizara en un momento dado en el tiempo. La muestra está constituida por 60 adultos mayores que pertenecen al club de hipertensos del Hospital Daniel Alcides Carrión. La técnica que se utilizo fue la encuesta y el instrumento de recolección de datos un formulario tipo cuestionario. **Resultado:** Los estilos de vida de adultos mayores corresponde a un 53.3% saludable y un 46.7% no saludable. **Conclusiones:** Los estilos de vida del paciente hipertenso de manera general son parcialmente saludables. En la alimentación no son saludables ya que su consumo de alimentos no son los adecuados, en la actividad física y ejercicio no son saludables ya que no realizan los ejercicios diariamente, en el manejo del estrés no son saludables ya que existen situaciones que causan tensión preocupación en su vida, en autorrealización son saludables ya que los adultos mayores del club se encuentran satisfechos con lo que han realizado en su vida, en responsabilidad en salud son saludables ya que todos toman diariamente sus medicamentos, en la dimensión apoyo interpersonal son saludables ya que todos los integrantes del club se relacionan con los demás, mantienen buenas relaciones interpersonales.

Palabras claves: Estilo de vida.

ABSTRACT

Objective: To determine the lifestyles of the Elderly in Hypertensive Club of Daniel Alcides Carrion Hospital from April to July, Callao, Lima, 2013 **Materials and Methods:** According to the study approach is a quantitative, non-experimental descriptive cross, to the extent that the study is conducted in a given moment in time. The sample consisted of 60 older adults who belong to the club of hypertensive Daniel Alcides Carrion Hospital. The technique used was the survey and data collection instrument using a standard form questionnaire. **Result:** The lifestyles of older adults correspond to a 53.3% 46.7% healthy and unhealthy. **Conclusions:** The lifestyles of hypertensive patients are partially generally healthy. In unhealthy food because their food intake are inadequate, physical activity and exercise are not healthy and not performing daily exercises in stress management are not healthy because there are stressful situations that concern in your life, in self are healthy as club seniors are satisfied with what they have done in his life, health responsibility are healthy as all medications taken daily in the dimension are healthy interpersonal support as all club members relate with others, maintain good relationships.

Keywords: Lifestyle.