



**UNIVERSIDAD ESTATAL DE MILAGRO
FACULTAD DE SALUD Y SERVICIOS SOCIALES**

**TRABAJO DE TITULACIÓN DE GRADO PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA
PROPUESTA PRÁCTICA DEL EXAMEN DE GRADO O DE FIN DE CARRERA
(DE CARÁCTER COMPLEXIVO)
INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL**

**TEMA: PREVALENCIA DE HIPERTENSIÓN ARTERIAL Y CUIDADOS DE
ENFERMERÍA EN ADULTOS MAYORES.**

Autores:

Sra. Burgos Vera Crisstabelg Arihanna

Sra. Álvarez Villamar Rosa Iliana

Acompañante:

Dr. León Samaniego Guillermo Fernando, PhD

**Milagro, Junio 2021
ECUADOR**

DERECHOS DE AUTOR

Ingeniero.

Fabrizio Guevara Viejó, PhD.

RECTOR

Universidad Estatal de Milagro

Presente.

Yo, Álvarez Villamar Rosa Iliana en calidad de autor y titular de los derechos morales y patrimoniales de la propuesta práctica de la alternativa de Titulación – Examen Complejivo: Investigación Documental, modalidad presencial, mediante el presente documento, libre y voluntariamente procedo a hacer entrega de la Cesión de Derecho del Autor de la propuesta práctica realizado como requisito previo para la obtención de mi Título de Grado, como aporte a la Línea de Investigación seguridad y calidad en el cuidado de la enfermedad , de conformidad con el Art. 114 del Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, concedo a favor de la Universidad Estatal de Milagro una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos. Conservo a mi favor todos los derechos de autor sobre la obra, establecidos en la normativa citada.

Así mismo, autorizo a la Universidad Estatal de Milagro para que realice la digitalización y publicación de esta propuesta práctica en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

El autor declara que la obra objeto de la presente autorización es original en su forma de expresión y no infringe el derecho de autor de terceros, asumiendo la responsabilidad por cualquier reclamación que pudiera presentarse por esta causa y liberando a la Universidad de toda responsabilidad.

Milagro, 16 de junio de 2021



Álvarez Villamar Rosa Iliana
C.I: 0925584252

DERECHOS DE AUTOR

Ingeniero.

Fabrizio Guevara Viejó, PhD.

Rector Universidad Estatal de Milagro

Presente.

Yo, Burgos Vera Crisstabelg Arihanna en calidad de autor y titular de los derechos morales y patrimoniales de la propuesta práctica de la alternativa de Titulación – Exámen Complexivo: Investigación Documental, modalidad presencial, mediante el presente documento, libre y voluntariamente procedo a hacer entrega de la Cesión de Derecho del Autor de la propuesta práctica realizado como requisito previo para la obtención de mi Título de Grado, como aporte a la Línea de Investigación seguridad y calidad en el cuidado de la enfermedad , de conformidad con el Art. 114 del Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, concedo a favor de la Universidad Estatal de Milagro una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos. Conservo a mi favor todos los derechos de autor sobre la obra, establecidos en la normativa citada.

Así mismo, autorizo a la Universidad Estatal de Milagro para que realice la digitalización y publicación de esta propuesta práctica en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

El autor declara que la obra objeto de la presente autorización es original en su forma de expresión y no infringe el derecho de autor de terceros, asumiendo la responsabilidad por cualquier reclamación que pudiera presentarse por esta causa y liberando a la Universidad de toda responsabilidad.

Milagro, 16 de junio de 2021



Burgos Vera Crisstabelg Arihanna

C.I: 0928058940

APROBACIÓN DEL TUTOR DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL

Yo, León Samaniego Guillermo Fernando en mi calidad de tutor de la Investigación Documental como Propuesta práctica del Examen de grado o de fin de carrera (de carácter Complexivo), elaborado por las estudiantes Burgos Vera Crisstabelg Arihanna y Álvarez Villamar Rosa Iliana , cuyo tema de trabajo de Titulación es **Prevalencia de Hipertensión arterial y cuidados de enfermería en adultos mayores.** , que aporta a la Línea de Investigación seguridad y calidad en el cuidado de la enfermedad, previo a la obtención del Grado LICENCIADA EN ENFERMERÍA; trabajo de titulación que consiste en una propuesta innovadora que contiene, como mínimo, una investigación exploratoria y diagnóstica, base conceptual, conclusiones y fuentes de consulta, considero que el mismo reúne los requisitos y méritos necesarios para ser sometido a la evaluación por parte del tribunal calificador que se designe, por lo que lo APRUEBO, a fin de que el trabajo sea habilitado para continuar con el proceso de titulación de la alternativa de del Examen de grado o de fin de carrera (de carácter Complexivo) de la Universidad Estatal de Milagro.

Milagro, 16 de junio de 2021

A handwritten signature in blue ink, written over a horizontal line. The signature is cursive and appears to read 'León Samaniego'.

Dr. León Samaniego Guillermo Fernando, PhD
C.I: 0101471530

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL CALIFICADOR

El tribunal calificador constituido por:

Phd. LEON SAMANIEGO GUILLERMO FERNANDO

MAE. ECHEVERRIA CAICEDO KATHIUSCA PAOLA

MAE. ARIAS MONTERO IMELDA GUMERCINDA

Luego de realizar la revisión de la Investigación Documental como propuesta práctica, previo a la obtención del título (o grado académico) de LICENCIADA EN ENFERMERIA presentado por la estudiante BURGOS VERA CRISSTABELG ARIHANNA

Con el tema de trabajo de Titulación: **Prevalencia de Hipertensión arterial y cuidados de enfermería en adultos mayores.**

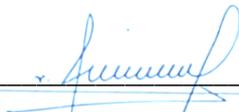
Otorga a la presente Investigación Documental como propuesta práctica, las siguientes calificaciones:

Investigación documental	[]
Defensa oral	[]
Total	[]

Emite el siguiente veredicto: (aprobado/reprobado) _____

Fecha: 16 de junio de 2021

Para constancia de lo actuado firman:

	Apellidos y Nombres	Firma
Presidente	LEON SAMANIEGO GUILLERMO FERNANDO	
Secretario (a)	ECHEVERRIA KATHIUSCA PAOLA CAICEDO	
Integrante	ARIAS MONTERO IMELDA GUMERCINDA	

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL CALIFICADOR

El tribunal calificador constituido por:

Phd. LEON SAMANIEGO GUILLERMO FERNANDO

MAE. ECHEVERRIA CAICEDO KATHIUSCA PAOLA

MAE. ARIAS MONTERO IMELDA GUMERCINDA

Luego de realizar la revisión de la Investigación Documental como propuesta práctica, previo a la obtención del título (o grado académico) de LICENCIADA EN ENFERMERIA presentado por la estudiante ALVAREZ VILLAMAR ROSA ILIANA

Con el tema de trabajo de Titulación: **Prevalencia de Hipertensión arterial y cuidados de enfermería en adultos mayores.**

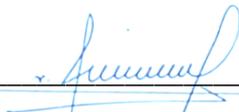
Otorga a la presente Investigación Documental como propuesta práctica, las siguientes calificaciones:

Investigación documental	[]
Defensa oral	[]
Total	[]

Emite el siguiente veredicto: (aprobado/reprobado) _____

Fecha: 16 de junio de 2021

Para constancia de lo actuado firman:

	Apellidos y Nombres	Firma
Presidente	LEON SAMANIEGO GUILLERMO FERNANDO	
Secretario (a)	ECHEVERRIA KATHIUSCA PAOLA CAICEDO	
Integrante	ARIAS MONTERO IMELDA GUMERCINDA	

DEDICATORIA

El presente trabajo lo dedicamos principalmente a Dios y la Virgen Santísima, por ser nuestros inspiradores y guías en todo momento, por darnos la sabiduría necesaria para alcanzar este nivel de estudio.

Lo dedicamos también a nuestros, padres, abuelos, hermanos, esposos, hijos y todas aquellas personas que son nuestro apoyo incondicional a lo largo de nuestro camino, un agradecimiento infinito.

A la memoria de mi abuela, Betty, por haber sido siempre mi guía, consuelo y apoyo en todo momento, por confiar siempre en mi e impulsarme a salir adelante, a ella dedico todos mis éxitos.

Alvarez Rosa & Burgos Crisstabelg

AGRADECIMIENTO

Nuestro agradecimiento infinito a Dios, por la bendición de culminar este trabajo, a nuestros familiares que han sabido apoyarnos para poder alcanzar nuestra meta.

Un agradecimiento a nuestra querida institución, la Universidad Estatal de Milagro que nos abrió sus puertas para poder cumplir nuestros sueños, a los docentes de dicha institución, quienes compartieron su conocimiento con nosotras, nos ayudaron a crecer como persona y como profesional.

A nuestro Tutor de Tesis, el Doctor Guillermo Fernando León Samaniego, quien con su paciencia y apoyo constante guio la investigación para que nuestro trabajo culminara de manera exitosa.

Alvarez Rosa & Burgos Crisstabelg

ÍNDICE GENERAL

DERECHOS DE AUTOR	II
DERECHOS DE AUTOR	III
APROBACIÓN DEL TUTOR DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL	IV
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL CALIFICADOR	V
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL CALIFICADOR	¡Error! Marcador no definido.
DEDICATORIA.....	VII
AGRADECIMIENTO	VIII
ÍNDICE GENERAL	IX
RESUMEN	1
ABSTRACT	2
INTRODUCCIÓN.....	3
PROBLEMA DE INVESTIGACION	5
MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL.....	8
METODOLOGÍA.....	17
DESARROLLO DEL TEMA.....	18
CONCLUSIONES	21
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	22

Prevalencia de hipertensión arterial y cuidados de enfermería en adultos mayores.

RESUMEN

En el presente trabajo se analiza mediante investigación bibliográfica científica la prevalencia de la hipertensión arterial en los adultos mayores y los cuidados de enfermería p ejecutar en dichos pacientes con el fin de disminuir los riesgos y complicaciones que puede producir esta patología, disminuyendo la morbi-mortalidad de este grupo etario y mejorando así su calidad de vida. Mediante un análisis bibliográfico científica exponemos información extraída de documentos científicos y estudios realizados tanto a nivel mundial como nacional.

Según la Organización Mundial de Salud a nivel mundial existen aproximadamente 1.130 millones de personas que padecen de hipertensión arterial la mayoría de casos se presenta en países de economía baja y media, por esto se considera a la hipertensión como una de las principales causas de muerte prematura a nivel mundial. La OMS tiene como meta reducir la incidencia de hipertensión arterial en un 25% para el año 2025 (Organización Mundial de la Salud, 2019)

PALABRAS CLAVE: Prevalencia de hipertensión, morbi-mortalidad, Cuidados de Enfermería

Prevalence of high blood pressure and nursing care in older adults.

ABSTRACT

In this paper, the prevalence of hypertension in older adults and nursing care to be performed in these patients is analyzed in order to reduce the risks and complications that this pathology can cause, reducing morbidity and mortality in this age group and improving their quality of life. Through bibliographic research, we present information extracted from scientific documents and studies carried out both at the global and national levels

According to the World Health Organization worldwide there are approximately 1.13 billion people suffering from high blood pressure, the majority of cases occur in countries with low and medium economies, this is why hypertension is considered one of the leading causes of premature death worldwide. WHO aims to reduce the incidence of hypertension by 25% by 2025 (World Health Organization, 2019)

KEY WORDS: Prevalence of hypertension, morbi-mortality, Nursing care

INTRODUCCIÓN

La hipertensión arterial es una patología crónica asintomática que se identifica por la subida de la presión arterial por encima de los 120/80mmHg, dicho trastorno presenta un elevado índice de morbi-mortalidad especialmente en adultos mayores de 65 años, a medida que avanza su edad, el riesgo se intensifica.

En el adulto mayor la hipertensión es una condición clínica altamente prevalente, que impone grandes riesgos para las enfermedades cardiovasculares y pérdida de la calidad de vida, por eso es recomendable que el adulto mayor tenga una buena alimentación y un estilo de vida saludable que ayudara a prevenir enfermedades cardiovasculares incluyendo la hipertensión arterial (Peñaherrera López, 2020).

En USA, el 69% de pacientes que han sufrido de infarto agudo al miocardio, el 77% de pacientes con Accidentes Cerebrovasculares y el 74% de pacientes que han desarrollado insuficiencia cardíaca presentaron hipertensión arterial como patología de base. Se considera además, que la hipertensión arterial es el principal factor de riesgo para que se desarrolle insuficiencia renal, fibrilación auricular y diabetes mellitus (Salazar Cáceres et al., 2016b).

La elevada prevalencia y escaso control de la hipertensión arterial, se establecen como un problema en el área de salud pública que en el Ecuador y a nivel mundial va aumentando cada día, siendo la causante de que se desarrollen otros tipos de patología más complejas que afectan en gran medida a los adultos mayores.

El personal de salud tiene como meta preservar la calidad de vida del paciente principalmente a través de la promoción de salud y el proceso de atención de enfermería que es un enfoque sistémico de resolución de problemas, permitiendo planear y organizar la asistencia centrada en el paciente adulto mayor mejorando así su estilo de vida y estado nutricional, lo que nos ayuda a prevenir las consecuencias y complicaciones de la hipertensión arterial.

Mediante la recopilación de datos a través de artículos científicos e investigaciones realizadas a nivel mundial se ha identificado que existe una prevalencia de hipertensión

arterial en adultos mayores misma que aumenta proporcionalmente con la edad del individuo, además que existe un rango mayor de prevalencia en hombres que en mujeres.

Los cuidados de enfermería son beneficioso para el tratamiento de esta enfermedad ya que ayudan al paciente hipertenso a disminuir los riesgos y complicaciones que se presenta en esta patología mejorando así la calidad de vida del adulto mayor.

CAPITULO 1

PROBLEMA DE INVESTIGACION

Se define como presión arterial a la fuerza que se ejerce en los vasos sanguíneos durante el paso de la sangre impulsada por los movimientos cardiacos, esta presión ejercida tiene un valor estandarizado como normal de 120/80 mmHg, mismo que se producen durante la contracción y relajación del corazón. El número más alto (120), se denomina presión sistólica, marcada cuando el corazón late, el número más bajo (80), se denomina presión diastólica, marcada cuando el corazón reposa entre latido y latido.

La variación de la presión arterial, se considera una patología. En el caso de una presión superior a 120/80 mmHg esta toma el nombre de Hipertensión o Presión Arterial Alta, si el número es inferior se denomina, Hipotensión o Presión Arterial Baja.

La hipertensión arterial se conoce como una enfermedad crónica, no trasmisible que está afectando en gran medida a la población mundial, especialmente a la población adulta mayor, este grupo etario se ve altamente afectado debido a los malos hábitos de salud que han practicado durante su vida.

La prevalencia de la hipertensión arterial en los adultos mayores se ha vuelto uno de los principales problemas en el área de salud pública, tanto a nivel mundial como en el Ecuador. La hipertensión arterial es una de las principales causas de que el adulto mayor padezca de enfermedades coronarias, infartos de miocardio, accidentes cerebrovasculares, insuficiencia renal crónica, entre otras.

“Se estima que en el mundo hay 1.130 millones de personas con hipertensión, y la mayoría de ellas (cerca de dos tercios) vive en países de ingresos bajos y medianos. En 2015, 1 de cada 4 hombres y 1 de cada 5 mujeres tenían hipertensión y apenas 1 de cada 5 personas hipertensas tiene controlado el problema. La hipertensión es una de las causas principales de muerte prematura en el mundo” (Organización Mundial de la Salud, 2019).

Debido a que los adultos mayores se enmarcan en el grupo de riesgo más vulnerable de nuestra sociedad, es importante mantener una adecuada atención sanitaria con ellos, disminuir al máximo los riesgos que los predisponen a mantener una calidad de vida de bajo nivel y aumentar su esperanza de vida al nacer.

Como profesionales de salud para reducir la prevalencia de hipertensión arterial, se debe orientar y educar a los adultos mayores, a través de conversatorios o charlas explicándoles los riesgos que presenta la hipertensión arterial en su salud y que pueden poner en peligro la vida de ellos así como las complicaciones que se pueden producir y los cuidados que deben tener para mejorar su calidad de vida y estado nutricional, evitando además el desarrollo de otras patologías.

En el Ecuador, son muchos los programas que se han impulsado con el fin de disminuir tanto las complicaciones como la prevalencia de la hipertensión arterial, como ejemplo tenemos el programa del Buen Vivir, mismo que promueve y rescata las prácticas tradicionales desde el punto de vista natural; es decir, pretende que a través de la cultura se identifiquen las formas adecuadas de llevar una vida saludable consiguiendo así el bienestar tanto individual como colectivo de la comunidad, sin ningún tipo de exclusión.

El problema que se plantea en este proyecto, se enfoca en ofrecer información a la comunidad sobre la prevalencia de hipertensión arterial en el adulto mayor y los cuidados de enfermería que les permitan a los adultos mayores hipertensos y no hipertensos llevar un control adecuado de su salud, cambiando sus hábitos de vida, mediante una alimentación adecuada y ejercicios pertinentes para su edad.

La presente investigación tiene como objetivo, conocer la prevalencia de hipertensión arterial en adultos mayores y los cuidados de enfermería que deben tener dichos pacientes con el fin de disminuir los índices de morbi-mortalidad y los riesgos cardiovasculares que esta patología conlleva

Según la evidencia estadística sobre la prevalencia de hipertensión arterial en adultos mayores y los múltiples riesgos que esta patología conlleva para este grupo etario, justificamos nuestro trabajo con el fin de brindar información científica favorable para la comunidad, misma que servirá para concientizar a la población sobre el manejo de esta enfermedad, la prevención de complicaciones y la disminución del índice de morbi-mortalidad, mejorando así, la calidad de vida de dichos pacientes.

El estudio realizado en esta investigación nos indica que la hipertensión arterial es una de las principales enfermedades causante de morbi-mortalidad a nivel mundial, debido a que las complicaciones que se producen afectan a órganos vitales.

La teoría de Dorotea E Orem se relaciona en este trabajo investigativo, ya que hace énfasis en la calidad y el autocuidado de atención al adulto mayor, conservando la salud y la vida de los pacientes, tomando decisiones para mejorar la salud, satisfaciendo sus necesidades evitando futuras complicaciones.

CAPITULO 2

MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

Antecedentes Referenciales:

En el año 2017 Giro y colaboradores realizaron un estudio sobre la prevalencia de la Hipertensión Arterial en trabajadores de una institución de salud en Cuba, donde se utilizó una muestra de 716 personas evidenciando una prevalencia del 31.73% de hipertensos siendo el sexo femenino el que predominó en este grupo, el sexo masculino predominó en la prevalencia de prehipertensos con el 26.33% , se demostró además que los individuos de 60 años presentaron una prevalencia más elevada del 64.71% (Giró et al., 2017).

En el año 2019 Campos-Nonato y colaboradores realizaron un estudio sobre la prevalencia, diagnóstico y control de hipertensión arterial en adultos mexicanos en condición vulnerable donde se analizó una muestra de 7.838 individuos, demostrando una prevalencia del 49.2% de hipertensos en condición de vulnerabilidad, el 54.7% no sabía que padecía de esta enfermedad el 66.8% de pacientes con tratamiento farmacológico mantenía una presión arterial controlada (Campos-Nonato et al., 2021).

En el año 2019 Sánchez y colaboradores, realizaron un estudio sobre la prevalencia de la hipertensión arterial en Colombia, donde se evaluó una muestra de 52.570 individuos y se evidenció una prevalencia de hipertensión del 24% la cual fue un poco mayor en hombres aumentando de manera proporcional con la edad, también se demostró que esta prevalencia era menor en la zona urbana con un 21% (Sánchez et al., 2019).

En el año 2018 Torres y colaboradores, realizaron un estudio sobre la Prevalencia de Hipertensión Arterial en adultos mayores de la zona urbana de la ciudad de Cuenca donde se evaluó una muestra de 378 individuos y se evidenció una prevalencia del 52.5% de hipertensión, la cual fue un poco mayor en mujeres y aumento de manera proporcional con la edad, además también se pudo establecer que el 51.2% de estos individuos no tuvieron antecedentes familiares de Hipertensión Arterial, así mismo se evidenció que el 40% realizó actividad física moderada (Torres et al., 2018).

Peñaherrera y Zavala, en el año 2020, mediante un estudio realizado sobre la Prevalencia y Factores de Riesgo para Hipertensión Arterial en adultos mayores en áreas

urbanas y rurales del cantón Ambato, evaluaron una muestra de 173 adultos mayores demostrando una prevalencia del 14.45% de pacientes hipertensos siendo más frecuente en los mayores de 80 años, se demostró además, que el 40% de la población presenta Hipertensión no controlada (Peñaherrera López, 2020)

En el año 2019, Martínez y Trejo realizan un estudio sobre los cuidados de enfermería en el tratamiento de pacientes con hipertensión grado I y II que asisten regularmente al centro de salud Playas usando una muestra de 126 individuos, se demostró que los cuidados de enfermería aplicados a estos pacientes no era el adecuado y no existía mejoría en dichos pacientes (Martínez Arcos & Trejo Meléndez, 2020).

En el año 2019, Aguilar y Vega realizan un estudio sobre cuidados de enfermería y su relación con la calidad de vida en adultos mayores de un centro gerontológico en la ciudad de Montalvo, usaron una muestra de 40 adultos mayores, se demostró que los cuidados de enfermería empleados beneficiaban a los pacientes y mejoraban su calidad de vida (Aguilar Gaibor & Vega Chinchay, 2020).

Debido a la escasez de artículos realizados en los últimos 5 años nos hemos visto en la necesidad de utilizar estudios de más o menos 10 años de antigüedad, mismos que presentaremos a continuación.

En el año 2016, Menéndez realizó un estudio sobre la Prevalencia, diagnóstico, tratamiento y control de la hipertensión arterial en España, evaluando una muestra de 5.048 adultos mayores de 18 años, a través de un interrogatorio y exploración clínicos se demostró que la prevalencia de hipertensión en la población española es del 42.6%, misma que es un poco mayor en varones, se demostró además que en pacientes diabéticos la prevalencia de hipertensión es del 79.4%. Se evidencia también que el 37.4% de la población hipertensa no tiene un diagnóstico médico (Menéndez et al., 2016).

En el año 2014, Revilla y colaboradores realizaron un estudio sobre prevalencia de hipertensión arterial y diabetes mellitus en las ciudades de Lima y Callao, Perú, evaluando una muestra de 1.771 individuos con un promedio de edad de 16.5 a 39.5 años de los que se demostró una prevalencia de hipertensión del 15.81%, mientras que la diabetes se presenta en el 3.9% la población (Revilla et al., 2014).

En el año 2016, Valle y Alcocer realizan un estudio sobre prevalencia de hipertensión arterial en las personas mayores de la ciudad San Francisco de Campeche en México, evaluando una muestra de 219 adultos mayores de 60 años hipertensos demostrando que el 56% de la población hipertensa eran mujeres así mismo, el 35% padece de alguna enfermedad crónica degenerativa como la diabetes mellitus, el 30% sufre o ha sufrido dislipidemias, el 19% mantiene malos hábitos alimenticios y el 7% tiene una ingesta de sustancias nocivas (Valle & Alcocer, 2016).

Marco conceptual

Hipertensión Arterial:

“La tensión arterial es la fuerza que ejerce la sangre circulante contra las paredes de las arterias, que son grandes vasos por los que circula la sangre en el organismo. Cuando esta es demasiado elevada, se considera hipertensión.”

Se consideran dos tipos de presiones, la sistólica que se produce cuando el corazón se contrae y la diastólica que se produce cuando el corazón entra en relajación entre latido y latido. Para diagnosticar un problema de hipertensión se debe controlar mediante dos tomas con un esfigmomanómetro en días distintos, en estas dos tomas la presión sistólica debe ser mayor o igual a 140mmHg., de igual manera, la presión diastólica debe ser mayor o igual a 90mmHg.(Organización Mundial de la Salud, 2019)

Se considera que la hipertensión arterial es el principal factor de riesgo que predispone al organismo a sufrir de enfermedades cardiovasculares. Según la OPS, en la Región de las Américas, cada año ocurren alrededor de 1.6 millones de muertes a causa de las enfermedades cardiovasculares, la mitad de estas muertes se da en menores de 70 años, lo que se considera una muerte prematura que se puede evitar. (Organización Panamericana de la Salud, s. f.)

Para el uso clínico, la hipertensión arterial tiene diferentes definiciones, tales como:

- ***Hipertensión Arterial Sistólica Aislada:*** Se define hipertensión de este tipo cuando la PAS se encuentra con un valor igual o mayor a 140mmHg y la PAD tiene un valor menor a 90mmHg. Este tipo de presión la suelen padecer pacientes mayores de 65 años.

- ***Hipertensión Arterial de Bata Blanca:*** Se ubican en este marco a las personas que sufren subidas de presión arterial cuando su toma de presión es presenciada por un médico, mientras que su presión se estabiliza cuando el procedimiento de la toma de presión lo realiza cualquier persona que no sea parte del personal de salud.
- ***Hipertensión Arterial Maligna:*** Se define como la forma más grave de hipertensión arterial ya que se relaciona con la necrosis arteriolar del riñón produciendo insuficiencia renal y retinopatía hipertensiva significativa.
- ***Hipertensión Arterial Enmascarada:*** Se establece cuando la presión arterial esta entre los valores normales al momento de la consulta, pero sus niveles suben cuando el paciente se encuentra en un ambiente normal. (Pérez Caballero et al., 2017)

Clasificación:

Según la guía europea sobre Hipertensión Arterial, esta se debe clasificar como:

- Hipertensión arterial de grado I
- Hipertensión arterial de grado II
- Hipertensión arterial de grado III (Williams et al., 2019)

Fisiopatología:

La hipertensión se produce por una combinación de factores ambientales que actúan sobre el organismo y acoplan a una predisposición genética del individuo. La razón por la que estos factores se relacionen alterando la homeostasis es desconocida en la mayoría de los casos, concibiendo así la que se conoce como Hipertensión Primaria o esencial. De este modo se evidencia que la predisposición genética del organismo para padecer Hipertensión Arterial existe, pero para que esta patología se haga presente se necesita de la influencia de algún factor ambiental como estímulo.

En la actualidad, se conocen algunos factores genéticos no modificables que llevan al desarrollo de Hipertensión Arterial, tales como:

- Sistema Renina Angiotensina Aldosterona
- Hiperactividad adrenérgica

- Manejo renal de sal
- Transporte electrolítico a través de la membrana celular
- Factores de crecimiento de la pared arterial (Vargas et al., s. f.)
- La edad
- El sexo
- Etnia

Los factores de riesgo ambientales de la hipertensión son modificables, entre estos tenemos:

- Malos hábitos alimenticios, (consumo excesivo de sal, grasas no saludables),
- Falta de ejercicios
- Alcoholismo
- Drogadicción
- Sobrepeso
- Obesidad
- Estrés (Flores Rengifo, 2018)

Signos y síntomas:

La hipertensión es una patología que se caracteriza por ser asintomática, cuando se suelen presentar síntomas estos corresponden a:

- Cefalea.
- Zumbido en los oídos
- Hormigueo o adormecimiento en manos o pies
- Visión borrosa
- Vértigos, mareos o náuseas
- Fatiga (Flores Rengifo, 2018)

Hipertensión Arterial en el adulto mayor y su riesgo cardiovascular:

En el adulto mayor los vasos sanguíneos pierden elastina, presentan rigidez en las paredes, aumentan las fibras de colágeno rígidas, este deterioro trae como resultado el

aumento de velocidad del pulso, produciendo un desbalance en las tensiones sistólica y diastólica, aumentando y disminuyendo respectivamente, es por esto que el tipo de hipertensión que más se diagnostica en los adultos mayores es la hipertensión sistólica aislada (Salazar Cáceres et al., 2016a).

La hipertensión arterial es un problema de salud pública que va en aumento cada día, y con ella el riesgo cardiovascular en estos pacientes supone un peligro aun mayor, mientras más elevada es la presión arterial la probabilidad de sufrir un infarto agudo de miocardio, o una enfermedad renal aumenta considerablemente. De esta manera, el control de la presión arterial debe enfocarse en una perspectiva más integral, disminuyendo el índice de morbi-mortalidad causado por enfermedades coronarias y renales (Pérez Caballero et al., 2017)

Tratamiento:

El tratamiento de la hipertensión arterial se basa en la farmacología y la disminución de los factores medioambientales que desarrollan la hipertensión. Se ha evidenciado que disminuir el consumo de alcohol, mantener un peso adecuado, evitar el sedentarismo, dejar de fumar, disminuye considerablemente los valores de la presión arterial

La Sociedad Británica de Hipertensión ha recomendado:

1. Mantener un peso adecuado
2. Reducir la ingesta de sal
3. Limitar el consumo de alcohol
4. Realizar actividad física aeróbica
5. Consuma 5 porciones diarias de frutas y vegetales
6. Reducir la ingesta de grasas no saludables (Iza Stoll, 2006).

Cuidados de enfermería:

“La American Nurses Association (ANA) define la enfermería como la protección, el fomento y la optimización del estado de salud y las capacidades del individuo, la prevención de la enfermedad y las lesiones, el alivio del sufrimiento a través del diagnóstico y el tratamiento de las respuestas humanas, y la defensa de la asistencia a los

individuos, las familias, las comunidades y las poblaciones.” (Mena Tudela, Gonzalez Chorda, Cervera Gasch, Salas Medina, & Orts Cortes, 2016)

Bajo este concepto, podemos definir a los cuidados de enfermería como una forma de optimizar la calidad de vida del paciente, el personal de enfermería se convierte en un ente de protección y apoyo que vela tanto por los familiares como por el cliente, tiene como objetivo, además, ser un ferviente educador que mantenga informado a los pacientes sobre las patologías que presentan los tratamientos que se les aplicara a fin de mejorar su salud.

En la ANA se establecen seis características esenciales de la enfermería:

1. Una correlación humana que ayuda a mejorar la salud.
2. Un conjunto de experiencias que ayudan a brindar respuestas humanitarias al tratamiento de la enfermedad en un entorno físico-social.
3. El uso de información objetiva obtenida a través de la práctica subjetiva.
4. Aplicación de metodología científica basada en un juicio crítico a los procesos de atención que se realizan.
5. Mantener una educación constante con el fin de afianzar los conocimientos enfermeros
6. Vigilar el cumplimiento de la justicia social en el paciente y la comunidad (Mena Tudela et al., 2016)

Teorías de enfermería:

Dentro de las teorías de enfermería existentes, las teorías de Callista Roy y Dorothea Orem son las que se relacionan con nuestro tema de investigación, por lo tanto, los describiremos a continuación.

Teoría de Callista Roy:

Esta teoría se base en la adaptación, que presenta el individuo para enfrentarse naturalmente a una situación que lo confronta, dentro de esta, el papel de la enfermera es fundamental puesto que guía al sujeto de manera disciplinada a la práctica y formación de hábitos de salud en el entorno del individuo familia y comunidad.

Esta teoría establece cuatro modos de adaptación:

- ***Modo fisiológico y físico de adaptación:*** Este modo de adaptación se relaciona con los eventos físicos y químicos que forman parte de la función y actividades de un organismo vivo como la oxigenación, nutrición, eliminación, etc.
- ***Modo de adaptación del autoconcepto de grupo:*** Se basa en la psicología y espiritualidad del individuo ubicando como una necesidad básica el sentido de identificarse uno mismo y vivir bajo un concepto de unidad en el universo.
- ***Modo de adaptación de función del rol:*** Se enfoca en el papel que cumple el individuo en la sociedad y los identifica como la base de la sociedad proyectando una integridad social, actuando en base al conocimiento de nuestro ser con respecto a los demás.
- ***Modo de adaptación de la interdependencia:*** este modo de adaptación se basa en la relación íntima de las personas y el desarrollo que tengan, las relaciones dependientes que se produzcan entre ellos y la capacidad de compartir amor, respeto, educación, responsabilidades, etc.

Teoría de Dorothea E. Orem:

Esta teoría se basa en el déficit del autocuidado proponiendo tres elementos que se relacionan entre sí:

1. Teoría de autocuidado: Se refiere a las acciones que deben realizar las personas con el fin de regular sus funciones mediante actividades que deben realizar o haber realizado.
2. Teoría de la pérdida del autocuidado: Establece una orientación para el diagnóstico, mediante esta teoría se puede analizar los cuidados de enfermería que requiere el paciente basándose en la relación de la demanda y la capacidad del individuo.
3. Teoría de los sistemas de Enfermería: Esta teoría permite la enfermería mantener una relación con el paciente basándose en el diagnóstico de las pérdidas de autocuidado.(Flores Rengifo, 2018)

Prevalencia: En epidemiología, se denomina prevalencia a la proporción de individuos o un grupo de población, que presentan una características o evento determinado de una enfermedad.

Enfermedades crónicas: Las personas con enfermedades crónicas tienen lidiar de forma permanente con ellas en las áreas físicas, psíquicas y simbólica de la individualidad, pero el ser humano es un ser social que se expresa y proyecta en diferentes espacios de la vida cotidiana.

Incidencia: Es el número de casos nuevos de una enfermedad en una población determinado.

Enfermedades no transmisibles: Se refiere a un grupo de enfermedades que no son causadas principalmente por la infección aguda, dan como resultado consecuencias para la salud a largo plazo y con frecuencia crean una necesidad de tratamiento y cuidados a largo plazo.

CAPÍTULO 3

METODOLOGÍA

El presente trabajo sobre la prevalencia de la hipertensión arterial y cuidados de enfermería en adultos mayores es de tipo bibliográfico documental ya que hemos recolectado información científica a través de fuentes bibliográficas como libros, revistas científicas, artículos científicos, entre otros., misma que nos respalda para validar nuestro tema de investigación y la importancia que este representa para la población.

Hemos usado el método analítico porque a lo largo del trabajo se han analizado todos los documentos recolectados para el desarrollo del mismo, haciendo comparación con otras investigaciones similares realizadas en diferentes zonas, ya sea del país o a nivel mundial.

Toda la información obtenida para el desarrollo de nuestro trabajo ha sido recolectada a través de motores de búsqueda como Google Académico, Scopus, Redalyc, Pubmed.

Para la elaboración del marco teórico de nuestro trabajo hemos analizado estudios de campo que a través de herramientas de investigación sintetizan datos obtenidos en la comunidad, permitiéndonos así tener una perspectiva más clara sobre el impacto de la hipertensión a nivel mundial. Para validar nuestra bibliografía hemos utilizado el gestor bibliográfico Zotero, que nos permite hacer un uso adecuado de las normas APA en el área de las referencias bibliográficas.

CAPITULO 4

DESARROLLO DEL TEMA

La prevalencia de la hipertensión arterial en adultos mayores se estima como uno de los principales factores de riesgo de las enfermedades cerebrovasculares y coronarias, mismas que generan un índice elevado de morbi-mortalidad en este grupo etario, esto supone un problema de salud pública creciente tanto para el mundo como para el país. Mediante el presente trabajo, hemos recopilado información a nivel mundial sobre la prevalencia que existe de hipertensión arterial.

La OMS manifiesta que en el mundo alrededor de 1.130 personas presentan un diagnóstico de hipertensión arterial teniendo una mayor prevalencia en hombres, además se establece que más de un tercio de la población afectada radica en países de ingresos bajos y medianos.

Sin embargo, mediante un estudio realizado en Cuba en el año 2021 a trabajadores de una institución de salud podemos constatar que la prevalencia de hipertensión fue el 31.73%, en este caso el grupo predominante fue el del sexo femenino.

De igual manera en el año 2018 en un estudio realizado en cuenca adultos mayores de la zona urbana se ratificó la prevalencia de hipertensión arterial presentando esta un porcentaje del 52.5% de hipertensos, mostrando además una mayor prevalencia de hipertensión en mujeres, esta prevalencia aumenta de manera considerable en un rango proporcional a su edad.

A diferencias de estos casos en el estudio que realizo Sánchez y colaboradores en el 2019 en Colombia evidencio una prevalencia de hipertensión del 24% misma que fue mayor en hombres y esta aumenta de manera proporcional a la edad. De igual manera en el año 2016 Menéndez evalúa la población española demostrando una prevalencia de hipertensión de 42.6% siendo mayor en varones.

Entre los factores de riesgo de la hipertensión arterial destacan los antecedentes familiares y el sedentarismo, sin embargo, mediante un estudio realizado en la ciudad de Cuenca en el año 2018 se demostró que del total de pacientes hipertensos en dicho estudio el 51.2% no tuvieron antecedentes familiares de hipertensión arterial, además el 40% de estos pacientes realizaba actividad física de manera moderada.

Se establece que el riesgo de padecer hipertensión arterial aumenta con la edad, para evidenciar esto Peñaherrera y Zavala en su estudio realizado en el año 2020 en la ciudad de Ambato demuestran que la prevalencia de adultos mayores de 80 años es del 14.45%. De igual manera Giro y colaboradores evidencia la prevalencia de hipertensión arterial en adultos mayores de 60 años a través de su estudio realizado en Cuba en el año 2017, dicha prevalencia es del 64.71%.

Teniendo en cuenta que la hipertensión arterial presenta factores de riesgos modificables y basándonos en la teoría de Dorotea Oren sobre el autocuidado, el estudio realizado por Valle y Alcocer en el año 2016 ciudad San Francisco (México) pone en manifiesto el porcentaje de pacientes hipertensos que mantienen malos hábitos alimenticios (19%) y pacientes que tienen ingesta de sustancias nocivas para su salud (7%).

Los cuidados de enfermería son de vital importancia para el manejo de enfermedades crónicas degenerativas, el trabajo realizado por Martínez y Trejo en el año 2019 en el Centro de Salud Playas mismo que demuestra que dichos cuidados no se aplican adecuadamente en los pacientes hipertensos de este Centro de Salud, evitando así que exista mejoría en estos casos.

De manera contraria el estudio realizado por Aguilar y Vega en el año 2019 en un centro Gerontológico de la ciudad de Montalvo, este estudio demostró que el personal de enfermería hace uso adecuado del cuidado de enfermería en estos pacientes crónicos mejorando así su calidad de vida.

A lo largo de este estudio realizado podemos inferir que la hipertensión arterial es una patología de alto riesgo de morbi-mortalidad en los adultos mayores ya que un mal manejo de esta enfermedad puede producir consecuencias peores como son los accidentes cerebro vasculares o el deterioro renal. Es posible que el escaso conocimiento sea la razón por la que la población no lleva un control adecuado de la hipertensión arterial.

Los cuidados de enfermería juegan un papel importante en el manejo de los pacientes hipertensos, con el fin de mejorar su calidad de vida la enfermera o enfermero puede hacer uso de su rol como educadora e instruir a la comunidad sobre la importancia de llevar un control adecuado de la presión arterial con el fin de evitar los riesgos y complicaciones de la misma.

CAPÍTULO 5

CONCLUSIONES

Al terminar este estudio investigativo se ha identificado la prevalencia de la hipertensión arterial en el adulto mayor a nivel mundial y nacional, se ha establecido la importancia de los cuidados de enfermería en esta patología para así evitar la incidencia y complicaciones de esta enfermedad, por medio del cual hemos establecidos las siguientes conclusiones:

- Se determinó que la prevalencia de hipertensión arterial en los adultos mayores esta en aumento y sugiere un problema creciente para el área de Salud Pública de nuestro país. Se evidencio además que el sexo masculino tiene mayor riesgo de padecer hipertensión arterial debido a los factores genéticos que predisponen a su organismo.
- Existen factores de riesgo que se pueden modificar mejorando los hábitos de salud que presenta cada persona tales como: hábitos alimenticios, ejercicio diario, consumo de sustancias nocivas, el estrés.
- Los cuidados de enfermería pueden disminuir el riesgo de sufrir complicaciones en esta enfermedad articulando acciones educativas en el rol de enfermería – paciente, alcanzando un buen estado de salud.
- La hipertensión arterial es una de las principales causas de morbi-mortalidad a nivel mundial, por falta de conocimiento de los factores de riesgos que ocasionan esta enfermedad, por eso es necesario que el adulto mayor sea valorado por un médico al momento que presente algún tipo de síntoma y que tenga un buen estilo de vida con una alimentación balanceada.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguiar Gaibor, J. L., & Vega Chinchay, S. M. (2020). *Cuidados de enfermería y su relación con la calidad de vida en adultos mayores con hipertensión arterial del centro gerontológico" adultos mayores en actividad" octubre 2019-marzo 2020 Montalvo, Los Ríos* [B.S. thesis]. Babahoyo: UTB-FCS, 2020.
- Campos-Nonato, I., Hernández-Barrera, L., Flores-Coria, A., Gómez-Álvarez, E., & Barquera, S. (2021). Prevalencia, diagnóstico y control de hipertensión arterial en adultos mexicanos en condición de vulnerabilidad. Resultados de la Ensanut 100k. *salud pública de méxico*, 61, 888-897.
- Flores Rengifo, L. (2018). *Cuidado de enfermería a paciente adulto con hipertensión arterial*.
- Giró, M. L. H., González, M. A., Herrera, A. D., Rojas, N. B. A., García, R. D. L. N., & Almeida, J. C. (2017). Prevalencia de la Hipertensión Arterial en trabajadores de una institución de salud. *Revista Cubana de Cardiología y Cirugía Cardiovascular*, 23(2), 322-327.
- Iza Stoll, A. (2006). Tratamiento de la hipertensión arterial primaria. *Acta Médica Peruana*, 23(2), 93-99.
- Martínez Arcos, D. G., & Trejo Meléndez, R. L. (2020). *Cuidados de enfermería en el tratamiento de pacientes adultos con hipertensión grado 1 y 2 que asisten regularmente al Centro de Salud Playas, Cantón Playas periodo octubre 2019-marzo 2020*. [B.S. thesis]. Babahoyo: UTB-FCS, 2020.
- Mena Tudela, D., González-Chordá, V. M., Cervera-Gasch, A., Salas-Medina, P., & Orts-Cortés, M. I. (2016). *Cuidados básicos de enfermería*. Universitat Jaume I.

- Menéndez, E., Delgado, E., Fernández-Vega, F., Prieto, M. A., Bordiú, E., Calle, A., Carmena, R., Castaño, L., Catalá, M., & Franch, J. (2016). Prevalencia, diagnóstico, tratamiento y control de la hipertensión arterial en España. Resultados del estudio Di@ bet. Es. *Revista española de cardiología*, 69(6), 572-578.
- Organizacion Mundial de la Salud. (2019, septiembre 13). *Hipertensión*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Organizacion Panamericana de la Salud. (s. f.). *Hipertensión—OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud*. Recuperado 21 de mayo de 2021, de <https://www.paho.org/es/temas/hipertension>
- Peñaherrera López, L. A. (2020). *Prevalencia y factores de riesgo para hipertensión arterial en adultos mayores en áreas urbanas y rurales del cantón Ambato* [B.S. thesis]. Universidad Técnica de Ambato/Facultad de Ciencias de la Salud/Carrera de
- Pérez Caballero, M. D., León Álvarez, J. L., Dueñas Herrera, A., Alfonzo Guerra, J. P., Navarro Despaigne, D. A., de la Noval García, R., del Pozo Jerez, H. A., Pérez Moreno, R. R., Llapur Milián, J. R., & González Sánchez, R. (2017). Guía cubana de diagnóstico, evaluación y tratamiento de la hipertensión arterial. *Revista cubana de medicina*, 56(4), 242-321.
- Revilla, L., López, T., Sánchez, S., Yasuda, M., & Sanjinés, G. (2014). Prevalencia de hipertensión arterial y diabetes en habitantes de Lima y Callao, Perú. *Revista peruana de medicina experimental y salud publica*, 31, 437-444.
- Salazar Cáceres, P. M., Rotta Rotta, A., & Otiniano Costa, F. (2016a). Hipertensión en el adulto mayor. *Revista Médica Herediana*, 27(1), 60-66.

- Salazar Cáceres, P. M., Rotta Rotta, A., & Otiniano Costa, F. (2016b). Hipertensión en el adulto mayor. *Revista Medica Herediana*, 27(1), 50. <https://doi.org/10.20453/rmh.v27i1.2787>
- Sánchez, M. S. Z., Sánchez, C. P. Z., López, P. A. C., Sanabria, M. S., & Hernández, S. C. H. (2019). Prevalencia de hipertensión arterial en Colombia: *Acta Médica Colombiana*, 44(4), Article 4. <https://doi.org/10.36104/amc.2019.1293>
- Torres, L. E. E., Tapia, K. A. Á., Barbecho, P. A. B., & Wong, S. (2018). Hipertensión arterial en adultos mayores de la zona urbana de Cuenca. *Revista Latinoamericana de Hipertensión*, 13(3), 183.
- Valle, A. R. C., & Alcocer, B. S. (2016). Prevalencia de hipertensión arterial en las personas mayores de la Ciudad de San Francisco de Campeche/Prevalence of hypertension in the elderly of the city of San Francisco de Campeche. *RICS Revista Iberoamericana de las Ciencias de la Salud*, 5(10), 224-233.
- Vargas, A. G., Diaz, Y. G., Valdes, M. L., Salgado, I. P., Rodríguez, J. A. T., & Manuel, F. de C. M. (s. f.). *FISIOPATOLOGÍA DE LA HIPERTENSION ARTERIAL ESENCIAL*.
- Williams, B., Mancia, G., Spiering, W., Agabiti Rosei, E., Azizi, M., & Burnier, M. (2019). Guía ESC/ESH 2018 sobre el diagnóstico y tratamiento de la hipertensión arterial. *Rev Esp Cardiol*, 72(2), 160.