



**Nombre de alumno:**

**Espinosa Mauricio Ana Patricia**

**Nombre del profesor:**

**Maria del Carmen cordero gordillo**

**Nombre del trabajo:**

**Trabajo Documental (puntos de protocolo de investigación)**

**Lic. En Enfermería**

**Materia:**

**PASIÓN POR EDUCAR**

**Taller de Elaboracion de Tesis**

**Grado: 9°**

**Grupo: “D”**

Comitán de Domínguez Chiapas a 15 de mayo de 2020

## Tabla de contenido

Pacientes y método.....	6
Resultados.....	6
Conclusiones.....	7
Fundamento y objetivo.....	7
Resultados.....	7
Conclusiones.....	7
<b>BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>11</b>

## **INTRODUCCION:**

Es necesario conocer las demandas necesidades y tener un buen uso de información ya que hay variedad de información con los medios distintos de donde cada persona obtiene la información. Y la investigación que se hace en este proyecto construye la herramienta idónea para conseguir a fin informarle a la comunidad del barrio de san Fermín en la independencia Chiapas sobre la patología que hoy en día muchos padecen pero como es una enfermedad silenciosa, no se sabe en sí de cada síntoma que puede presentar en la hipertensión arterial ya que se puede confundir con muchas patologías más.

La investigación también le ayudara a la comunidad a cómo lleva un mejor estilo de vida para poder un mejor control de la patología.

## **HIPERTENSIÓN ARTERIAL**

Se sabe que la hipertensión arterial es la fuerza que ejerce la sangre .resultado de la función de bombeo que tiene el corazón. Se dice que una persona tiene hipertensión arterial, cuando la presión sistólica es igual o mayor a 140 mm Hg y la presión diastólica es igual o mayor de 90 mm Hg.

La hipertensión arterial suele ser una enfermedad muy común entre los adultos, tal es el caso del barrio San Fermín, La Independencia Chiapas donde generalmente muchas personas presentan dicha patología y no saben.

Esta puede ir evolucionando sin poder manifestar ningún tipo de síntoma, lo cual si llegara a presentarlo, los más comunes son: vértigo, dolor de cabeza y diaforesis, por lo que si este se llegara a agravar, puede ocasionar hasta la muerte; esta enfermedad es conocida también como “el asesino silencioso”, esto indica que se puede tener hipertensión y no sentir ninguna de sus manifestaciones y que además son inespecíficas.

La hipertensión aun sin síntomas, el daño aún se sigue produciendo, desarrollando complicaciones, aumentando aún más el riesgo de problemas de salud, entre ellas:

- El ataque cardiaco.
- Accidente cerebrovascular.

La presión arterial alta, por lo general se desarrolla en el transcurso de los años y afecta a la población adulta.

Si la hipertensión se detecta a tiempo, puede ser controlada, entre ellas llevar una alimentación correcta es fundamental pero la mayoría de las personas no lo saben.

¿Porque pueden padecerla y no saberlo?

\_porque presenta síntomas inespecíficos que pueda confundirse con alguna otra patología.

### **OBJETIVOS GENERALES:**

\_Promover los cuidados generales e indispensables a los habitantes del barrio San Fermín para llevar un control adecuado de la hipertensión arterial.

### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

\_Identificar personas que viven en el barrio San Fermín, de la Independencia Chiapas que padezcan la patología.

\_Concientizar a los habitantes del barrio San Fermín, de la independencia Chiapas de la importancia de llevar a cabo una dieta saludable, así como fomentar la activación física.

\_ Proponer hábitos saludables para el control adecuado de la patología.

### **PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN**

1. ¿Cuántas personas del barrio de San Fermín, de la independencia Chiapas padecen de hipertensión arterial?

2. ¿Cuáles son los hábitos alimenticios que tiene los habitantes del barrio de San Fermín, de la independencia Chiapas de riesgo para presentarla?
3. ¿Cuáles serían las estrategias de comunicación más efectivas, para concientizar a los pobladores del barrio de "" sobre cómo llevar un control adecuado de hipertensión arterial.

## **JUSTIFICACIÓN**

Es necesario saber cómo la hipertensión va afectando a través del tiempo la vida de las personas y generando otras complicaciones (patologías) sin que vaya reflejando algún síntoma específico. Hay que valorar los riesgos que presenta tener este tipo de enfermedad, que la causa y como la podemos controlar, llevando una vida saludable y corrigiendo algunos hábitos alimenticios, promover el ejercicio y poder ser constantes en revisiones médicas.

Hay que prevenir a las personas sobre esta enfermedad silenciosa y que si la presentan hay que tratar de controlarla a tiempo.

## **HIPÓTESIS**

No existe una causa específica para que se produzca la hipertensión. Sin embargo, hay determinados factores que incrementan el riesgo de sufrirla como los antecedentes familiares, la obesidad, el consumo elevado de sal, el alcohol, el tabaco, el estrés o la falta de ejercicio

---

## **FUNDAMENTO Y OBJETIVO**

Es necesario tener mayor información sobre el grado de control de la hipertensión arterial en condiciones reales de la práctica clínica, lo que incluye realizar al menos 2 lecturas de la presión arterial, así como considerar el horario de la consulta y la toma previa de la medicación antihipertensiva. Los objetivos de este estudio fueron conocer el grado de control óptimo de la presión arterial en una amplia muestra de pacientes hipertensos españoles atendidos en atención primaria y determinar los factores asociados al mal control.

## **PACIENTES Y MÉTODO**

Estudio transversal y multicéntrico que incluyó a pacientes hipertensos mayores de 18 años que seguían tratamiento farmacológico antihipertensivo desde al menos 3 meses antes; fueron seleccionados mediante muestreo consecutivo durante 3 días por médicos de familia en las consultas de atención primaria del conjunto de España. La medida de presión arterial se realizó siguiendo normas estandarizadas según el horario de consulta (matutina o vespertina) y se calculó la media aritmética de 2 tomas sucesivas. Se consideró control óptimo de la hipertensión al promedio de la presión arterial inferior a 140/90 mmHg (en diabéticos, inferior a 130/85 mmHg).

## **RESULTADOS**

Se incluyó a 12.754 pacientes (57,2% mujeres), con edad media (desviación estándar) de 63,3 (10,8) años. El 36,1% (intervalo de confianza [IC] del 95%, 35,2–36,9) presentó buen control de la presión arterial sistólica y diastólica, el 39,1% (IC del 95%, 38,3–40,0) sólo de la sistólica, y el 73,1% (IC del 95%, 72,3–73,9) únicamente de la diastólica. El porcentaje de pacientes controlados fue

significativamente mayor ( $\chi^2$ ,  $p < 0,001$ ) por las tardes (43,6%) que por las mañanas (37,1%), así como de los pacientes que habían tomado el tratamiento antihipertensivo el día de la visita (37,2%) frente a los que no lo habían tomado (21,0%). El consumo elevado de alcohol, el sedentarismo, la obesidad y la edad fueron los factores que más se asociaron al mal control de la hipertensión arterial ( $\chi^2$  de Wald,  $p < 0,001$ ).

## CONCLUSIONES

Los resultados del estudio PRESCAP 2002 indican que aproximadamente 4 de cada 10 hipertensos tratados farmacológicamente y atendidos en el ámbito de la atención primaria de España tienen un control óptimo de la hipertensión arterial. Existen diferencias apreciables en el grado de control según el horario de consulta y la toma previa de antihipertensivos

### ALCANCE DE LA INVESTIGACION (EXPLORATORIO, DESCRIPTIVO, EXPLICATIVO O CORRELACIONAL.)

#### EXPLORATORIO:

Se define a la presión arterial como la fuerza ejercida por la sangre contra cualquier unidad de área de la pared del vaso. La presión arterial, refleja la eyección rítmica de la sangre desde el ventrículo izquierdo hacia la aorta. La hipertensión arterial es una enfermedad cardiaca que se produce por varios factores uno de ellos es la mala alimentación, por ello cada día hay más personas con esta patología que es muy peligrosa ya que en casos provoca la muerte si no se la trata a tiempo, Es por esta

razón que la presente investigación revela la problemática existente en las personas del Barrio San Fermin La Independencia Chiapas donde se puede determinar la problemática.

Por medio de esta investigación, se pretende conocer la incidencia de la hipertensión arterial en estas personas.

### **EXPLICATIVO:**

La hipertensión es un problema de salud pública, posiblemente el de mayor importancia en el mundo entero, que requiere la atención de todo aquel que se preocupe por la salud. Acerca del tratamiento, éste deberá ser profiláctico y de vigilancia en el sujeto en riesgo, y muy activo y perseverante en el hipertenso conocido.

De la misma manera se promoverán los siguientes cuidados para todas aquellas personas que padezcan dicha patología presentada.

La dieta mediterránea se considera la opción más saludable para este fin. En todos los hipertensos se recomienda una restricción moderada de sal, especialmente en individuos ancianos.

El ejercicio moderado y ajustado a cada individuo debe ser la herramienta para combatir el sedentarismo y la obesidad, con una media

de 30 minutos de actividad aeróbica diaria (andar a paso ligero, nadar, correr, montar en bicicleta)

Finalmente, el tabaquismo debe abandonarse con firmeza si se quiere prevenir la enfermedad cardiovascular en general, y la hipertensión arterial.

## **TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN**

Un aspecto muy importante en el proceso de una investigación es el que tiene relación con la obtención de la información, pues de ello dependen la confiabilidad y valides de estudio. Obtener información confiable y valida requiere cuidado y dedicación.

Esta etapa de recolección de información e investigación se conoce también como trabajo de campo.

Estos datos o información que va a recolectarse son el medio a través del cual se prueban las hipótesis, se responden las preguntas de investigación y se logran los objetivos delo estudio originado del problema de investigación.

Los datos, entonces, deben ser confiable, es decir, deben ser pertinentes y suficiente, paro lo cual es necesario definir las fuentes y técnicas adecuadas para su recolección.

Fuentes de recolección de información

De acuerdo, usualmente se habla de dos tipos de fuentes de recolección de información: las primarias y las secundarias.

**Fuentes primarias** son todas aquellas de las cuales se obtiene información directa, es decir, de donde se origina la información. Es también conocida como información de primera mano o desde el lugar de los hechos. Estas fuentes son las personas, las organizaciones, los acontecimientos, el ambiente natural, etcétera.

**Fuentes secundarias** son todas aquellas que ofrecen información sobre el tema por investigar, pero que no son las fuentes original de los hechos o las situaciones, sino que solo los referente.

Técnica de recolección de información.

De acuerdo a la investigación cuantitativa utilizaremos los siguientes instrumentos y técnicas para recolección de información.

- Encuestas
- Observación

**Encuesta:** es una de las técnicas de recolección de información más usadas, a pesar de que cada vez pierde mayor credibilidad por el sesgo de las personas encuestadas.

La encuesta se fundamenta en un cuestionario o conjunto de pregunta que se preparan con el propósito de obtener información de las personas

## **OBSERVACIÓN SISTEMÁTICA, REGULADA O CONTROLADA**

Se aplica con dos propósitos: manipular variables a observar estableciendo controles y observar fenómenos sobre los cuales se ejerce control. Como se trata de una observación generalmente no participante, el investigador debe lograr la aceptación del director o algún miembro del grupo, quien lo presentará como un visitante con un propósito diferente al real de la investigación, facilitándole ser aceptado por el grupo, sin afectar los comportamientos de los participantes acerca de los cuales tomará datos.

Pasos para realizar la observación

- Planteamiento del problema, esto es, definir qué, quién, cuándo y dónde se llevará a cabo.
- Definir universo y muestra. Desde el punto de vista cronológico, la frecuencia y los periodos de observación; también los acontecimientos, conductas o acaecimientos a observar.
- Diseñar el formato que se utilizará.
- Entrenamiento de los observadores, especialmente cuando intervienen varios.
- Especificar los miembros a observar.
- Probar el formato
- Escribir instructivos y códigos.
- Orientar observadores

## **BIBLIOGRAFIAS Y CITAS**

(Hipertensión Arterial Marco Teorico, pág. 3)

(José L. Llisterri Caro, 2002, págs. 6,7)

(Tartabull)

## BIBLIOGRAFÍA

Hipertensión Arterial Marco Teorico. (s.f.). <https://es.scribd.com/document/319069681/Hipertension-Arterial-Marco-Teorico>. Recuperado el 18 de MARZO de 2020, de SCRIBD:  
<https://es.scribd.com/document/319069681/Hipertension-Arterial-Marco-Teorico>

José L. Llisterri Caro, G. C. (2002).  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0025775304741834>. Recuperado el 18 de MARZO de 2020, de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0025775304741834>:  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0025775304741834>

Tartabull, D. (s.f.). <https://es.scribd.com/presentation/326254982/Hipertension-arterial>. Recuperado el 25 de MARZO de 2020, de <https://es.scribd.com/presentation/326254982/Hipertension-arterial>: <https://es.scribd.com/presentation/326254982/Hipertension-arterial>