



UNIVERSIDAD DEL SURESTE
CAMPUS SAN CRISTÓBAL

LICENCIATURA EN ENFERMERÍA

TALLER DE ELABORACIÓN DE TESIS

PROTOCOLO DE INVESTIGACIÓN

**“ENFERMEDADES CRÓNICAS Y DEGENERATIVAS EN
ADULTOS MAYORES DE 55 A 65 AÑOS, COLONIA EL
PARAISO DEL GRIJALVA. MUNICIPIO DE VENUSTIANO
CARRANZA”.**

ALUMNA:

**KARLA ROCIO DE LOS ANGELES GARCÍA
HERNÁNDEZ**

San Cristóbal de Las Casas, a 27 de mayo de 2021.

1. **TEMA:** Enfermedades crónicas y degenerativas en el adulto mayor, en la Colonia el Paraíso del Grijalva, de Venustiano Carranza.
2. **TITULO:** Enfermedades crónicas y degenerativas, un acercamiento a sus cuidados básicos en adultos mayores de 55 a 65 años, Colonia Paraíso del Grijalva municipio de Venustiano Carranza, Chiapas.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA:

Las enfermedades crónicas degenerativas, son de larga duración y por lo general de progresión lenta, provocan un desequilibrio y afectan a los órganos y tejidos. Las enfermedades degenerativas pueden ser congénitas o hereditarias, suelen manifestarse en edades avanzadas, aunque también pueden afectar a personas jóvenes de entre 20 y 40 años dependiendo de la enfermedad.

Las enfermedades cardiacas, los infartos, el cáncer, las enfermedades respiratorias y la diabetes, son las principales enfermedades crónicas degenerativas que causan con mayor relevancia mortalidad en el Mundo, siendo responsable del 63% de las muertes (OMS organización mundial de la salud) ya que estas enfermedades causan fallas cardiacas y descompensación a nivel general del cuerpo, de los sistemas y órganos de la persona adulta.

La presencia de las enfermedades crónicas degenerativas (diabetes, infartos, cáncer, enfermedades respiratorias) está relacionada con el estilo de vida y con el envejecimiento de la población ya que hoy en día la población mantiene una alimentación inadecuada (alimentos procesados, empaquetados con ciertas cantidades de grasa, calorías) y más aún la alimentación es inadecuada y las personas se mantienen en sedentarismo.

Son diversas las enfermedades crónicas degenerativas que se presentan en el adulto mayor, pero sin embargo una de las principales que se presentan con mayor frecuencia en la población adulta es: La hipertensión arterial: es una enfermedad común que afecta principalmente a los adultos de 55 a 65 años, usted puede tener la tensión arterial elevada y no mostrar síntomas. Y si esta no se controla puede afectar al funcionamiento de su corazón, cerebro, riñones y sistema circulatorio.

Sin embargo, se puede evitar la aparición de esta enfermedad mediante el control de peso, actividad física práctica, reducción del consumo de alcohol y bebidas azucaradas, reducción de consumo de sal, ingestión adecuada de potasio, evitar el tabaquismo, evitar el sedentarismo, aumentar el consumo de agua pura. Al igual que la Diabetes mellitus, es una alteración metabólica, que afecta a diferentes órganos y tejidos, dura toda la vida y se caracteriza por un aumento de los niveles de glucosa en la sangre: hiperglucemia. La organización mundial de la salud (OMS) reconoce tres tipos de diabetes mellitus:

Tipo 1 Diabetes juvenil insulina dependiente; Tipo 2 diabetes del adulto o diabetes relacionado con la obesidad y; Diabetes gestacional (ocurre durante el embarazo). La diabetes mellitus se puede prevenir acudiendo a la unidad de salud a realizar chequeos de salud, chequeo de la presión arterial, la glucosa, promover la práctica de la actividad física en forma regular, ingesta de agua natural de 5 a 8 vasos de agua simple al día. Al igual que el Cáncer son los más frecuentes y letales las de pulmón, colon o intestino grueso; están relacionados al consumo de tabaco, a una alimentación no saludable y a la sobre exposición a la luz solar.

La gran mayoría de estas enfermedades crónicas degenerativas afectan a hombres y mujeres por igual, su distribución de sexo no es pareja. Por ejemplo, la osteoporosis es mucho más frecuente en la mujer que en el hombre; mientras que las enfermedades del corazón (sobre todo alrededor de los 50 años) son más frecuentes en los hombres. Estas enfermedades son

la principal razón de la pérdida de años de vida saludable por lo cual es importante tomar acciones para que la población pueda tener un envejecimiento saludable.

Ante esta situación en la población adulta propongo que las principales acciones necesarias son: capacitar e informar a la comunidad sobre las enfermedades crónicas degenerativas que existen, sus principales causas y la manera de prevenirlas. La prevención de la salud y la capacitación tanto del personal de salud y a la comunidad son componentes básicos para mejorar nuestros sistemas de salud y con esto se podría lograr una comunidad informada y capaz de tomar mejores decisiones incluso sobre su propia salud.

Hoy en día la población adulta de 55 a 65 años presenta enfermedades cardíacas, hipertensión, diabetes; provocando en los adultos la reducción de los años de vida y aumente cada vez más la sintomatología y en su etapa adulta se le sea una complicación y problema para llevar o continuar con una salud diferente aún más con la enfermedad que padecen. La mayoría de la población adulta desconoce los cuidados alimenticios que deben de llevar, pero sobre todo la población adulta carece de condiciones económicas, lo cual hace que lleven condiciones de vida inadecuada.

Venustiano carranza es un municipio que costa con una extensa población aproximadamente 61, 341 habitantes (según INEGI censo 2010) en el cual dicho municipio se integra de una población en condiciones económicas medias ya que cada familia cuenta medios para sustentarse económicamente y en lo que corresponde políticamente la población se establece un gran rango político ya que las personas que habitan en Venustiano Carranza optan por diversos partidos políticos.

Cabe mencionar Venustiano carranza es un municipio por lo cual en materia educativa cuenta con las instituciones educativas de media superior adecuadas y necesarias para que tanto niños como jóvenes puedan llevar sus estudios. En lo que corresponde a salud cuenta con una clínica de campo IMSS la cual no cuenta con materia y equipos necesarios en caso de

emergencias graves, cuenta con el personal capacitado para atención a la población, esta clínica cuenta con servicios de urgencias, hospitalización, pediatría, estudios clínicos y radiológicos, consulta externa, espacio para aislamiento.

En el municipio de Venustiano Carranza la población adulta de 55 a 65 años padece enfermedades crónicas degenerativas (hipertensión, diabetes, enfermedades cardiacas) ocupando el primer lugar en dichas enfermedades de esta manera la población adulta vive y sobre lleva su enfermedad sin tomar las medidas alimenticias adecuadas por razones de desinformación e ignorancia con el lema de que la vida no es igual si ya no se tiene una vida normal y sana.

En la colonia del paraíso del Grijalva cuenta con un centro de salud rural en la cual se brinda atención de salud en general de primer nivel desde control prenatal, control de nutrición, control de planificación familiar, vacunación, control, de enfermedades degenerativas y atención de consultas generales. Cuando esta institución no cuenta con el equipo y material necesario para la tensión de la persona sana o enferma es referida a un centro de segundo nivel de atención de salud lo cual se encuentra ubicada en la ciudad de Venustiano Carranza Chiapas, esta institución de salud es más conocida como la clínica de campo del municipio.

La clínica y campo del municipio fue fundado con el objetivo de ofrecer atención de salud de segundo nivel a las personas de sus alrededores. La atención en el centro de salud de paraíso del Grijalva se centra en cuidados en el paciente enfermo o sano que requiere de una consulta o atención, pero sobre todo en el área de consultas externas se basa en la atención del niño, adulto y mujer embarazada brindado cuidados de enfermería en el paciente con enfermedades crónica degenerativas desde el cuidado de la alimentación, estilo de vida diaria, higiene personal y diversas recomendaciones para llevar un buen control de la enfermedad.

El centro de salud de paraíso del Grijalva se centra en la toma de presión arterial, toma de glucemia capilar al paciente diabético o hipertenso y de acuerdo con esto se basa en el tipo de tratamiento y cuidados en cada paciente, es decir el tratamiento y cuidados se basa en el estado de salud del paciente o usuario enfermo de una enfermedad crónica degenerativa. toda esta atención es de primer nivel o de primer contacto.

PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

De las enfermedades crónicas degenerativas (hipertensión, diabetes, enfermedades cardiacas) ¿Cuáles son las que se presentan con mayores frecuencias en la población adulta de 55 a 65 años?

PREGUNTAS DE INVESTIGACION

1. ¿Cuál es la causa más frecuente de las enfermedades crónicas degenerativas (diabetes, hipertensión)?
2. ¿Qué cuidados se debe emplear en el adulto mayor con enfermedades de diabetes, hipertensión, cáncer, dislipidemia?

OBJETIVO GENERAL

Analizar las causas que generan la presencia de la diabetes, hipertensión arterial en los adultos de 55 a 65 años a través de la desinformación basada en la falta de interés o mediante la mala alimentación, hábito de vida diaria.

OBJETIVO ESPECIFICO

- Identificar los factores que generan los problemas de salud o enfermedades crónicas degenerativas en el adulto mayor mediante la investigación y entrevista a la población para trabajar con los problemas detectados.

- Elaborar una propuesta de salud e informativa para la población adulta a través de talleres para q los adultos mayores puedan saber mas acerca del problema de salud que llevan y pongan en práctica un ámbito de vida saludable.

JUSTIFICACION

La investigación beneficia a la ciencia disciplinar para descubrir nuevos conocimientos, orienta al investigador en su razonamiento y aproximación a la realidad. La investigación es un arma para llegar abordar más el tema o la problemática y sobre todo a tener información veraz, concreta, oportuna de la realidad, además de organizar los tiempos de proyecto o planteamiento de problema.

Dicho problema planteado propongo solucionar mediante la aplicación platicas y talleres acerca del tema de enfermedades crónicas degenerativas, en que consiste cada enfermedad y las causas de estas y como afecta la salud del adulto mayor. Esto haciendo invitaciones al público población adulta de 55 a 65 años y aplicando platicas en el parque central de la colonia paraíso del Grijalva con duración de 30 minutos a una hora cada tercer día con el objetivo de dar a conocer a la población la enfermedad que hoy en día se presenta y tomen nuevos ámbitos de vida diaria (alimenticia, de salud).

Para lograr una solución al problema se necesita plantear a la población la realidad en la que se encuentra hoy en día ante la presencia de estas enfermedades y motivarlos a una razón de mantener un buen estilo de vida en la cual el envejecimiento no sea la causa del problema sino más bien un motivo para cuidarse e implementar nuevas rutinas de vida saludable y gozar del envejecimiento con salud saludable.

A corto plazo influye de manera general a la población ya que se puede lograr que la comunidad tome conciencia de la realidad en la que hoy en día se encuentran y cada día traten de poner en cuenta cada una de las recomendaciones para un buen estilo de vida saludable y se reduzca la probabilidad de padecer una enfermedad de diabetes o hipertensión mediante el paso del tiempo.

A mediano y corto plazo influye a que la comunidad tome medidas preventivas, implementare medidas preventivas, lleven un buen estilo de vida saludable y de esta manera se reduzca los casos nuevos de enfermedades crónicas degenerativas la población lo tome como una rutina de vida mantenerse saludable y sobre todo la comunidad adulta que padece ya una enfermedad crónica degenerativa lleve un mejor estilo de vida saludable para tener un control de su enfermedad.

La investigación beneficia a la ciencia disciplinar para descubrir nuevos conocimientos, orienta al investigador en su razonamiento y aproximación a la realidad. La investigación es un arma para llegar abordar más el tema o la problemática y sobre todo a tener información veraz, concreta, oportuna de la realidad, además de organizar los tiempos de proyecto o planteamiento de problema.

La investigación se caracteriza y beneficia por atributos como son el basarse en un plan general cubriendo tapas de investigación; este con un conjunto de reglas y procedimientos que orientan el proceso para llevar acabo y representar una adecuada, fiable, veraz y objetiva e la realidad para obtener un conocimiento verdadero, de esta manera la investigación suele ser una herramienta indispensable para la ciencia disciplinar para llegar a un conocimiento científico y luego de esta verificarlas y ofrecer información verdadera.

Dicha investigación beneficia a la universidad de manera que la comunidad estudiantil tenga conocimientos acerca del tema y que ponga en práctica todo esto en su vida diaria dentro y fuera de la comunidad estudiantil, pero sobre todo esto beneficia a que se implemente nuevas

medidas de vida saludable dentro de la institución y que esta no se ofrezca una educación escolar sino también una educación saludable a sus propios alumnos.

Así también esta investigación ayuda que los propios estudiantes o alumnos de dicha universidad compartan esta investigación a la comunidad de sus alrededores y ayude a mantener y poner en práctica nuevas medidas de salud saludable para lograr reducir la población de enfermedades crónicas degenerativas o mantener un buen estilo de vida saludable aun teniendo la enfermedad.