



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

“PASIÓN POR EDUCAR”.

“PROYECTO TESIS DE HIPERTENSIÓN ARTERIAL”

PARA OBTENER EL GRADO DE:
LICENCIATURA EN ENFERMERÍA GENERAL

Asignatura:

SEMINARIO DE TESIS

PRESENTA

SITANIA SOFÍA HERNÁNDEZ MORENO

BAJO LA DIRECCIÓN DE:
Mtro. Iván Alberto Morales Ocaña

VILLAHERMOSA, TABASCO, JUNIO DE 2021.

CONCLUSIONES

La calidad de vida es un concepto multidimensional que se ve afectado por variables de distinta naturaleza como lo son ambientales, sociales y psicológicas. Las sociales como son edad, género, estado civil, ocupación, escolaridad son variables que modifican principalmente el funcionamiento físico del paciente por lo que repercuten directamente en el desempeño y realización de actividades diarias. Las variables ambientales, tiempo de evolución y tratamiento influyen psicológicamente sobre el paciente. La calidad de vida de los pacientes del centro de salud de la colonia pakal-na se encuentra entre muy buena y buena calidad de vida, constituyendo entre ambas categorías un total de 92% del 100% de la población. El porcentaje de pacientes masculino es menor que el de femenino, sin embargo, son los hombres quienes presentan puntuaciones más altas en la aplicación del cuestionario CHAL, lo que corresponde a un grado más bajo de calidad de vida. De las variables estudiadas se observó peores grados de calidad de vida en pacientes que presentaron mayor número de comorbilidades y edades mayores. Para la categoría escolaridad, se obtuvieron menores puntuaciones, es decir, mejor calidad de vida en aquellos pacientes con escolaridad de primaria, secundaria y preparatoria a diferencia de aquellos sin ninguna preparación académica. Cabe mencionar que no se obtuvo ningún paciente con licenciatura o grados de estudios superiores. Los pacientes casados y en unión libre presentan mejor calidad de vida que los pacientes viudos o divorciados. Dentro de la categoría ocupación todas obtuvieron similar grado de satisfacción personal, es decir, calidad de vida. El tiempo de evolución no ejerce un papel importante en el paciente hipertenso para modificar su percepción del bienestar personal. Los pacientes con fármacos en combinación y en monoterapia obtuvieron grados de calidad de vida similares

entre unos y otros. Se reportaron efectos secundarios de algunos de ellos, sin embargo, no ejercen un papel importante en la percepción de la calidad de vida. Desafortunadamente en nuestra sociedad es difícil este tipo de modificaciones sin una educación adecuada al paciente. La funcionalidad familiar resultó ser un factor de suma importancia en el control de los pacientes dentro del estudio, ya que entre mejor funcionalidad familiar se encontró mejor fue la respuesta al tratamiento no farmacológico. La dieta, la actividad física y la suspensión de adicciones demostró ser eficaz en el control de la presión arterial, sin embargo los resultados no fueron tan alentadores como se hubiera esperado ya sea porque el tiempo de seguimiento fue corto o bien porque no se siguieron las indicaciones tal cual para lograr de esta forma el máximo beneficio para el paciente y para las instituciones de salud ya que el costo en medicamentos de cada paciente hipertenso es elevado y por tiempo prolongado, si mejoramos en educar a nuestros pacientes podremos de algún modo contribuir a su bienestar bio-psico-social que debe ser la finalidad a perseguir como personal de salud y familiares.

RECOMENDACIONES

- Es importante definir a la población mexicana con antecedentes y factores de riesgo específicos para hipertensión arterial con la finalidad de realizar las modificaciones pertinentes en el estilo de vida y la dieta de nuestros pacientes.
- Fomentar una adecuada funcionalidad familiar para así reforzar los lazos de apoyo en pacientes crónico-degenerativos.
- Incrementar y favorecer la educación médica acerca del tratamiento no farmacológico para controlar adecuadamente esta patología así como prevenir o por lo menos retardar en lo posible las complicaciones de la enfermedad.
- Es necesario fomentar los grupos de autoayuda así como la realización de material didáctico de fácil comprensión para toda la población en riesgo.
- Difundir las bases del conocimiento no sólo al personal médico sino a todos aquellos que se encuentren en el entorno del paciente, médico, enfermeras, nutriólogos y por supuesto la familia.
- Fortalecer la participación activa del médico familiar siempre que el paciente acude a consulta insistiendo en una dieta adecuada y un estilo de vida saludable.
- Individualizar tipo de actividad física y dieta específica para cada paciente de acuerdo a sus características individuales.

La edad como tal no es una variable modificable, sin embargo sí lo son las condiciones físicas que generan el paso de los años en el organismo humano. Es por ello que un cambio de hábitos saludables desde el inicio del proceso puede ayudar a mejorar la condición física de los pacientes, tales como son el realizar actividad física aeróbica durante al menos 30 minutos por día, disminuir la ingesta de grasas saturadas y alimentos poco saludables, y mantener un peso adecuado para la talla, de tal manera que no sea la condición física la que impida a los pacientes desenvolverse en su ambiente y actividades cotidianas, permitiéndoles además la satisfacción de poder aportar a su familia y ser autosuficientes, independientemente de su edad y su padecimiento.

Las comorbilidades en cambio, son variables que pueden ser modificables desde el punto de vista de la prevención, es bien sabido que la mejor manera de prevenir ha sido siempre el educar, de tal manera que la impartición de talleres en los centros de salud a la población en general y más específicamente a aquellos con factores de riesgo como obesidad y antecedentes familiares es de suma importancia y de prioridad en el manejo del paciente hipertenso y también de sus familias. La instrucción a cada uno de los integrantes de nuestra población sobre los síntomas sugestivos de daño endotelial no permitirán a nosotros, el personal de salud, realizar diagnósticos y tratamientos oportunos, y por ende mejorar la calidad de vida de nuestros pacientes.