



Mi Universidad

ANTECEDENTES HISTORICOS Y

ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACION

NOMBRE DEL ALUMNO: Omar Emanuel López Reyes

TEMA: ANTECEDENTES HISTORICOS Y ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACION

PARCIAL: II

MATERIA: SEMINARIO DE TESIS

NOMBRE DEL PROFESOR: ERVIN SILVESTRE CASTILLO

LICENCIATURA: ENFERMERIA

CUATRIMESTRE: 8°

CAPITULO II

2. MARCO DE REFERENCIA

2.1 MARCO HISTÓRICO

Los seres humanos tienen un cierto impulso biológico para sobrevivir y para reproducirse, además algo importante es el cómo y por qué los seres humanos han evolucionado durante millones de años para ser lo que hoy en día son y está fuertemente relacionado con algunos rasgos de la biología y de los comportamientos alimenticios que los seres humanos poseen. Muchos antropólogos, arqueólogos, nutricionistas, anatomistas, fisiólogos y un sin fin de especialistas, se han afanado por descubrir algunos de los logros evolutivos y los costes biológicos que acarrearón. En esencia, la alimentación es una de las claves para entender el pasado, presente y futuro como especie humana. Muchos de los éxitos adaptativos pueden atribuirse a las habilidades de aprovisionamiento, preparación y consumo de alimento a través de un amplio abanico de recursos. La alimentación de los seres humanos ha ido cambiando a lo largo del tiempo, y ha sido una importante fuerza selectiva en la evolución humana, en la historia del hombre, la dieta ha sido el factor evolutivo más fuerte, su evolución se remonta a unos siete millones de años, lapso en el cual la alimentación experimentó varias transformaciones.

(Cachorro, 2007) Afirma:

Los seres humanos somos primates que fuimos cambiando nuestros hábitos alimenticios durante millones de años. Nuestros orígenes se remontan hasta unos 4 millones de años en el continente africano. Los homínidos fueron originariamente vegetarianos y posteriormente omnívoros, asimétricos y oportunistas. Hoy día nuestra especie, *Homo sapiens*, ha logrado tener una dieta

tan variada como la diversidad cultural que puebla el planeta Tierra y que no es sino la herencia de las adquisiciones biológicas y comportamentales de nuestros ancestros más lejanos.

(Gil, 2009) Define:

La alimentación saludable desempeña un papel fundamental en la dieta; donde las frutas y verduras, así como los cereales completos o enteros desempeñan un papel fundamental en la prevención de enfermedades, la carne y los productos derivados, especialmente la carne roja y la carne procesada, la carne de ave, la leche y los productos lácteos se incluyen en muchos índices. La inclusión de la carne en cantidades moderadas se considera saludable para satisfacer la demanda de aminoácidos y nitrógeno.

(Fernández, 2008) Define:

A la alimentación como “conjunto de acciones que permiten introducir en el organismo humano los alimentos, o fuentes de las materias primas que precisa obtener, para llevar a cabo sus funciones vitales”.

(G, 2011) Dice:

Que “los principales problemas alimentarios se vinculan con bajos consumo de frutas, verduras, leguminosas, pescados y lácteos y un elevado consumo de alimentos industrializados, que aportan un exceso de grasas, azúcar y sal”.

(FAO, 2010) Argumenta:

Una alimentación saludable significa “elegir una alimentación que aporte todos los nutrientes esenciales y la energía que cada persona necesita para mantenerse sana”. El valor nutritivo de la dieta que habitualmente cada persona consume o de la dieta que se está programando depende de la mezcla total de los alimentos incluidos y también de las necesidades nutricionales de cada persona.

(Arsuaga, 2013) Menciona:

“La historia del hombre, la dieta ha sido el factor evolutivo más fuerte. Su evolución se remonta a unos siete millones de años, lapso en el cual la alimentación experimentó varias transformaciones. En la vida arbórea, la base de alimentación fue de frutas. La transición a la vida en planicies, obligada por los cambios climáticos que redujeron la densidad de las selvas, obligó a los primeros homínidos a cubrir extensiones grandes de terreno mediante la locomoción bípeda. Su alimentación se hizo más diversa y además de frutas y otros vegetales, incluyó raíces y nueces. Los cambios de la dentición y de la mecánica de la masticación fueron adaptaciones ventajosas para esta etapa. A este proceso se agregaron estrategias culturales como la utilización de piedras para romper las nueces y para producir lascas con filo que les sirvieran para cortar alimentos”.

(Arroyo, 2008) Afirma:

La alimentación ha sido una importante fuerza selectiva en la evolución humana. Los primeros homínidos obtenían energía y proteínas de frutas, verduras, raíces y nueces. La transición de la vida arbórea a las llanuras fue posible gracias a la

emergencia de la postura erecta, la piel lampiña con numerosas glándulas sudoríparas y el color oscuro. Este cambio amplió el radio de acción de los humanos primitivos y favoreció la adopción de prácticas de alimentación más eficientes como la carrocería, la cacería y la antropofagia.

Una de las actividades en la medicina moderna que a diario se practica miles de veces en todo el mundo es la toma de la presión arterial, ya sea para determinar el estado de riesgo cardiovascular de un sujeto, o para diagnosticar a los pacientes en estado de choque. Esta sencilla actividad se ha convertido en uno de los pilares de la práctica médica. La presente revisión tiene como objeto hacer un pequeño recordatorio de un año axial en la historia de la medicina moderna, se trata del año de 1896. A pesar de ser un valor instantáneo, no se puede afirmar que alguien es hipertenso a raíz de una toma de tensión arterial aislada, siendo necesario derivar al paciente a su centro de salud para un estudio más minucioso del caso.

(Brito, 2018) Dice:

“La hipertensión arterial constituye un reconocido problema de salud, tanto por su elevada frecuencia, por las consecuencias y discapacidades que provoca, así como por su repercusión en la mortalidad”.

(Ocharan, 2016) Argumenta:

“La hipertensión arterial (HTA) es una elevación continua de la presión arterial (PA) por encima de unos límites establecidos. Se han identificado desde un punto de vista epidemiológico como un importante factor de riesgo cardiovascular para la población general. Se ha demostrado que la morbilidad y mortalidad cardiovascular tiene una relación continua con las cifras de PA sistólica y diastólica, por ello debe hacerse una correcta cuantificación del riesgo

cardiovascular. Se cuestionan las diferentes medidas de la presión arterial en situación y con instrumentos de medida. Valoramos la clínica de la hipertensión arterial, su seguimiento en atención primaria y su derivación hospitalaria”

(M, 2016) Define:

“La hipertensión arterial es un problema sanitario frecuente y con repercusiones sanitarias graves, infradiagnosticado y modulado por los hábitos alimentarios, estilo de vida e ingesta de diversos nutrientes, por lo que analizar los datos más recientes sobre la implicación de la nutrición en la prevención y control de la hipertensión es el objeto de la presente revisión”.

(Bescós, La hipertensión arterial, 2010) Argumenta:

“La hipertensión arterial (HTA) es un síndrome caracterizado por elevación de la presión arterial (PA) y sus consecuencias. Sólo en un 5% de casos se encuentra una causa (HTA secundaria); en el resto, no se puede demostrar una etiología (HTA primaria); pero se cree, cada día más, que son varios procesos aún no identificados, y con base genética, los que dan lugar a elevación de la PA. La HTA es un factor de riesgo muy importante para el desarrollo futuro de enfermedad vascular (enfermedad cerebrovascular, cardiopatía coronaria, insuficiencia cardíaca ó renal)”.

2.2 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

La alimentación es un tema muy importante, ya que está ligado juntamente con la hipertensión arterial y esta a su vez con la salud de la población, por ello el presente trabajo se enfoca principalmente en las medidas preventivas e informativas sobre la hipertensión y su relación con la alimentación para así poder evitar las complicaciones que estas presentan, este tema de investigación está relacionada a otras investigaciones previas, como son:

TESIS: “HIPERTENSIÓN ARTERIAL Y HÁBITOS ALIMENTARIOS EN ADULTOS MAYORES”

AUTOR: VANESA RODRÍGUEZ

AÑO: 2009

OBJETIVO: Evaluar hábitos alimentarios de los pacientes adultos mayores (entre 65 y 80 años) diagnosticados con HTA de ambos sexos que están internados en el policlínico PAMI II.

HIPOTESIS: Los pacientes con hipertensión arterial consumen alimentos con alto contenido en sodio y en el día superan las RDA (recomendaciones diarias aconsejadas) = 2.4 g/día, ya que descansen el contenido de sodio de los alimentos y al estar medicados no les dan importancia a la cantidad de sodio que aportan con la alimentación.

MATERIAL Y MÉTODO: Trabajo de campo realizado durante los meses de junio a septiembre del corriente en la ciudad del Rosario, en el policlínico PAMI II en el

área internación de todos los pisos y del sector guardia de la institución. Dicho trabajo se llevo acabo con una concurrencia de tres veces por semana, aproximadamente, donde fueron encuestados 50 pacientes adultos mayores de ambos sexos, entre 65 a 80 años con hipertensión arterial que toman antihipertensivos. Dicha tarea se realizó mediante una encuesta estructurada y frecuencia de consumo de alimentos.

RESULTADOS: De la muestra (50 pacientes), cabe destacar que el 52% (26 personas) del total de población es de sexo femenino y un 48% (24 personas) del sexo masculino, internados con diagnóstico de hipertensión arterial. El promedio de las edades fue de 74.8. En cuanto a los cuidados para el tratamiento de hipertensión arterial solo un 36% (18 pacientes) estaban bajo régimen hiposódico y el 64% (32 pacientes) no realizaba ninguna dieta para la hipertensión arterial. Se indago sobre las costumbres culinarias, formas de preparación de las comidas, la mayoría utilizaba varias formas de preparación, se encontró un 20% (10 personas) cocinaban frito; el 100% (50 personas) utilizaban horno/ plancha; el 80% (40 personas) asado; 56% (28 personas) al vapor; 96% (48 personas) hervido. Se investigo que su agregaban sal a las comidas, los resultados obtenidos fueron que el 70% (35 personas) le agregaban sal y 30% (15 personas) no les agregaban sal a las comidas. De un total de 35 personas que les agrega sal a las comidas 19 (52%) usaban sal común y 16 personas (46%), utilizaban sal light dietética (reducida en sodio) o sal modificada. Menos de la mitad de la población (20 personas) tiene la costumbre de llevar el salero a la mesa y el 60% (30 personas) no lo llevan.

CONCLUSIONES: A través de los resultados obtenidos en el presente trabajo, se puede concluir que los pacientes con hipertensión arterial, en su mayoría manifiestan hábitos alimentarios inadecuados para su patología debido a su alta ingesta de sodio, ya sea por consumir sal propiamente dicha o alimentos que contiene adictivos alimentarios utilizados como conservantes, desconociendo las consecuencias que trae aparejado. Muchos de estos pacientes no consideran a la hipertensión como una enfermedad y a la vez como un factor de riesgo

cardiovascular que predispone de forma directa a una cardiopatía isquémica, accidente cerebro vascular, insuficiencia cardíaca, enfermedades arterial periférica y renal. Este grupo etario y por lo general el paciente hipertenso cree que al estar medicado la enfermedad esta controlada y le resta importancia a la alimentación, desconociendo los beneficios que tiene una alimentación reducida en sodio (plan de alimentación hiposódico) para esta patología. Es por ello que es de suma importancia llevar una correcta alimentación durante toda la vida, a fin de prevenir las complicaciones que puede acarrear la hipertensión arterial si no es bien tratada.

TESIS: “PERFIL CLÍNICO Y NUTRICIONAL DE PACIENTES HIPERTENSOS Y SU ADHERENCIA AL PATRÓN ALIMENTARIO DASH”

AUTOR: Bahamondes Rodríguez, Carlos Federico

AÑO: 2020

OBJETIVO: Caracterizar clínica y alimentariamente a las personas con HTA que asisten al Servicio de Cardiología no Invasiva del Hospital Nacional de Clínicas de la ciudad de Córdoba en relación a la adherencia al patrón alimentario DASH (Enfoques Alimentarios para Detener la Hipertensión (Dietary Approaches to Stop Hypertension), durante el período 2014-2020.

HIPOTESIS: Las personas hipertensas con mayores valores de presión arterial presentan baja adherencia al patrón alimentario DASH (Enfoques Alimentarios para Detener la Hipertensión (Dietary Approaches to Stop Hypertension).

MATERIAL Y METODO: El universo estuvo conformado por personas entre 40 y 70 años, de ambos sexos, que cumplieron con los criterios de inclusión y concurren al Servicio no invasivo de Cardiología del HNC de la ciudad de Córdoba, Argentina, durante el periodo 2014-2020. El muestreo fue no probabilístico por conveniencia, los participantes cumplieron con los criterios de

inclusión y exclusión participando del proyecto que forma parte del proyecto marco. Criterios de inclusión: Adultos de ambos sexos, sin distinción de etnias, entre 40 y 70 años (con diagnóstico de hipertensión arterial o factores de riesgo cardiovasculares) voluntarios con consentimiento informado firmado que concurren al Servicio no invasivo de Cardiología del Hospital Nacional de Clínicas.

RESULTADOS: La población total participante del estudio marco fue de 342 individuos, de los cuales 198 fueron diagnosticados con HTA, lo que representa una prevalencia 57.89%. De ese total, 107 fueron mujeres y 91 varones. Partiendo de la información recolectada se llevó a cabo el análisis descriptivo de las principales características de la población con HTA a través de las variables sociodemográficas y clínicas. En cuanto al estado nutricional según IMC, la población presentó una media de $31.96 \text{ kg/m}^2 \pm 6.79 \text{ kg/m}^2$, encontrándose dentro de la categoría de obesidad grado 1, siendo superior en mujeres que en varones ($p=0.02$). Al analizar el IMC según el diagnóstico nutricional, se encontró una distribución porcentual del 32.32% con obesidad grado 1, seguido del 30.30% de participantes con sobrepeso, mientras que el 11.62% se ubicó dentro de los parámetros normales.

CONCLUSIONES: El presente trabajo de investigación buscó caracterizar clínica y alimentariamente a las personas con HTA que asisten al Servicio de Cardiología no Invasiva del Hospital Nacional de Clínicas de la ciudad de Córdoba en relación a la adherencia al patrón alimentario DASH. Retomando la hipótesis planteada se concluye que, las personas hipertensas con mayores valores de PA no presentaron baja adherencia al patrón alimentario DASH (Enfoques Alimentarios para Detener la Hipertensión (Dietary Approaches to Stop Hypertension), por lo que la hipótesis es rechazada. Cabe destacar que la alimentación es uno de los tantos factores de riesgo modificables que influyen en la HTA, por lo que los mayores niveles de PA no sólo dependen del grado de adherencia a un patrón alimentario como lo es el DASH (Enfoques Alimentarios para Detener la Hipertensión (Dietary Approaches to Stop

Hypertension), sino también del estado nutricional, adherencia al tratamiento farmacológico, aspectos relacionados al estilo de vida como la actividad física, consumo de alcohol, hábito tabáquico, entre otros, por lo que éstos también pueden influir sobre los niveles de PA. Si bien este estudio no demostró diferencias entre los grupos de acuerdo a su nivel de adherencia al patrón DASH y los valores de PA, la alimentación representa uno de los principales pilares del tratamiento de la HTA, ya que como se mencionó anteriormente está comprobado que este patrón alimentario influye en la disminución de la PA.

TESIS: “SOBREPESO, OBESIDAD Y CONSUMO DE ALIMENTOS RICOS EN SODIO COMO FACTORES PREDISPONENTES DE HIPERTENSIÓN ARTERIAL EN ADOLESCENTES DE 15 A 18 AÑOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA ALFONSO QUIÑÓNEZ GEORGE DE LA CIUDAD ESMERALDAS. 2015”.

AUTOR: Cristopher Yordan Quiñonez Vilela

AÑO: 2015

OBJETIVO: Identificar al sobrepeso, obesidad y consumo de alimentos ricos en sodio como factores predisponentes de hipertensión arterial en adolescentes de 15 a 18 años de la unidad educativa Alfonso Quiñonez George de la ciudad de Esmeraldas 2015

HIPÓTESIS: Los adolescentes con sobrepeso u obesidad presentan alteración de la presión arterial

MATERIAL Y MÉTODO: La presente investigación se llevó a cabo en la Unidad Educativa Alfonso Quiñónez George, Parroquia Simón Plata Torres de la ciudad de Esmeraldas, con una duración de 5 meses, la Población corresponde a los 355 estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Alfonso Quiñónez George, de la Parroquia Simón Plata Torres de la Ciudad de Esmeraldas. La muestra de estudio se obtuvo a partir de la fórmula de muestreo aleatorio simple para el universo. Los Adolescentes que participaron en la investigación fueron 164.

RESULTADOS: En la población de estudio se encontró un peso máximo de 110kg y un peso mínimo de 35kg; con un promedio de 61.13kg, una mediana de 59.50kg y un desvío estándar de 12.73. La distribución de la población según peso fue asimétrica positiva con una desviación hacia la derecha, puesto que el promedio es mayor que la mediana.

Del total de adolescentes evaluados tienen un estado nutricional adecuado 65.9%, mientras que el 15.9% presentan sobrepeso, el 9.8% presentan obesidad siendo estos datos bastantes altos. Pero a la vez un mínimo porcentaje 8.5% se los encontró con desnutrición leve o delgadez.

En los adolescentes estudiados se encontró un máximo en la presión sistólica de 172 mmHg y una presión mínima de 113 mmHg; con un promedio de presión de 133.6 mmHg y una mediana de 129 mmHg y un desvío estándar de 13.4. La distribución de la población según presión arterial sistólica fue asimétrica positiva con una desviación hacia la derecha, puesto que el promedio es mayor que la mediana. En la población de estudio se encontró que existen valores de presión sistólica alta y muy alta (23.7%) y normal alta (11%), es decir que hay un grupo considerable de adolescentes con alteración en la presión sistólica.

Al analizar el número de comidas que tenían los adolescentes diariamente, se encontró que éstos tenían 5 comidas al día como máximo, 2 comidas como mínimo y un promedio de 3.5 comidas al día.

Los adolescentes tienen un consumo frecuente de alimentos con alto contenido en sodio como embutidos, snacks, curtidos, así como también tienen un consumo muy frecuente cuando añaden sal a frutas ácidas. Este comportamiento de consumo de sal se ha asociado a una alteración de la presión arterial en adultos y puede predisponer a los adolescentes a una elevación de sus valores de presión arterial.

CONCLUSIONES: De acuerdo al estado nutricional, se encontró que el 15.9% presentaron sobrepeso, 9.8% presentaron obesidad, pero a la vez un mínimo porcentaje 8.5% se los encontró con desnutrición leve o delgadez. Se observó un

14.3% de probabilidad de encontrar sobrepeso y obesidad en adolescentes de género femenino que en adolescentes de género masculino (10.98%), sin embargo, estas diferencias no fueron estadísticamente significativas.

El 66.5% de adolescentes tuvieron valores adecuados de presión arterial, sin embargo, el porcentaje encontrado de adolescentes catalogados como hipertensos es relativamente alto (33.5%). Se observó alteraciones tanto de la presión sistólica como diastólica con un predominio de valores altos en ésta última que pueda estar asociado a la presencia de los 2 factores de riesgo: el sobrepeso/obesidad y la frecuencia de consumo de alimentos ricos en sodio.

Se observó que el sobrepeso y obesidad y el consumo de alimentos ricos en sodio son dos factores predisponentes a la hipertensión que se encuentran presentes en gran parte de la población estudio, principalmente en los adolescentes de género femenino, por lo tanto, se debe intervenir oportunamente para que esta población en la edad adulta no desarrolle esta enfermedad.