



FACULTAD DE MEDICINA “HIPÓLITO UNANUE”

NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE PREVENCIÓN DE LA HIPERTENSIÓN
ARTERIAL EN USUARIOS DEL CENTRO MATERNO INFANTIL LAURA
RODRIGUEZ DULANTO DUKSIL - 2024

Línea de investigación:

Salud Pública

Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Enfermería

Autora

Cervantes Tito, Jamir Martin

Asesor

Calle Guailupo, Ana Luisa

ORCID: 0000-0003-0227-6492

Jurado

Caffo Marruffo, Marlene Esperanza

Galarza Soto, Karla Vicky

Astocondor Fuentes, Ana María

Lima - Perú

2024



NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE PREVENCIÓN DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL EN USUARIOS DEL CENTRO MATERNO INFANTIL LAURA RODRIGUEZ DULANTO DUKSIL - 2024

INFORME DE ORIGINALIDAD

25%

INDICE DE SIMILITUD

24%

FUENTES DE INTERNET

4%

PUBLICACIONES

13%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

Submitted to Universidad Nacional Federico Villarreal

Trabajo del estudiante

4%

2

hdl.handle.net

Fuente de Internet

3%

3

repositorio.unfv.edu.pe

Fuente de Internet

3%

4

repositorio.unac.edu.pe

Fuente de Internet

2%

5

repositorio.ucv.edu.pe

Fuente de Internet

1%

6

repositorio.untumbes.edu.pe

Fuente de Internet

1%

7

Submitted to Universidad Cesar Vallejo

Trabajo del estudiante

1%



FACULTAD DE MEDICINA HUMANA “HIPÓLITO UNANUE”
NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE PREVENCIÓN DE LA HIPERTENSIÓN
ARTERIAL EN USUARIOS DEL CENTRO MATERNO INFANTIL LAURA
RODRIGUEZ DULANTO DUKSIL - 2024

Línea de investigación

Salud pública

Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Enfermería

Autor:

Cervantes Tito, Jamir Martin

Asesora:

Calle Guailupo, Ana Luisa

ORCID: 0000-0003-0227-6492

Jurado:

Caffo Marruffo, Marlene Esperanza

Galarza Soto, Karla Vicky

Astocondor Fuertes, Ana Maria

Lima – Perú

2024

DEDICATORIA

A mi madre que siempre confío en mí desde el principio, aconsejándome y brindándome su apoyo incomparable, sin ella no hubiera llegado hasta donde estoy ahora.

A mis tías y mi abuela, que siempre estuvieron orgullosas de mí y me apoyaron en cada paso que daba; también un beso al cielo a mi tía y mi abuela que este logro es dedicado para ellas con mucho amor.

AGRADECIMIENTO

Ante todo, agradezco a Dios por guiarme en mi camino profesional todos estos años.

A mi madre, mi abuela y mis tías que gracias a ellas pude seguir de pie, cumpliendo todas mis metas siendo ellas mi motivación a seguir.

Gracias a cada docente por sus enseñanzas que fueron primordiales para poder llegar a esta recta, sobre todo a mi asesora que gracias a su apoyo constante pude terminar mi investigación.

ÍNDICE

RESUMEN	7
ABSTRACT.....	8
I. INTRODUCCIÓN.....	9
1.1 Descripción y formulación del problema.....	9
1.2 Antecedentes.....	13
1.3 Objetivos.....	18
1.3.1 <i>Objetivo general</i>	18
1.3.2 <i>Objetivos específicos</i>	19
1.4 Justificación	19
II. MARCO TEÓRICO	21
2.1 Bases teóricas sobre el tema de investigación	21
2.2 Medidas Preventivas	22
2.3 Hipertensión Arterial (HTA)	23
III. MÉTODO	30
3.1 Tipo de investigación.....	30
3.2 Ámbito temporal y espacial	30
3.3 Variables	30
3.4 Población y muestra.....	31
3.5 Instrumento	32
3.6 Procedimientos.....	34
3.7 Plan de análisis de datos	34

3.8 Consideraciones éticas.....	34
IV. RESULTADOS	36
V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS	43
VI. CONCLUSIONES.....	48
VII. RECOMENDACIONES	49
VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	50
IX. ANEXOS	59

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Características sociodemográficas de la población de estudio del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024.....	36
Tabla 2. Nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial en usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024.....	37
Tabla 3. Nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial según la dimensión generalidades en los usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024.....	38
Tabla 4. Nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial según la dimensión alimentación en los usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024.....	39
Tabla 5. Nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial según la dimensión actividad física en los usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024.....	40
Tabla 6. Conocimientos correctos e incorrectos sobre la prevención de la hipertensión arterial, según las dimensiones en la población de estudio del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024.....	41

RESUMEN

Objetivo: Determinar el nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial en usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024. **Método:** De enfoque cuantitativo, tipo básica, nivel descriptivo y de diseño no experimental de corte transversal. El instrumento que se utilizó para la recolección de datos fue elaborado por el investigador, denominando al cuestionario: “conocimientos sobre la prevención de la hipertensión arterial”, el cual se aplicó a una muestra de 249 usuarios del área de consulta externa de medicina. **Resultados:** Se obtuvo que el nivel de conocimiento que presentan los usuarios es de nivel medio con un 56.6%, mientras que un 24.9% presenta nivel alto y un 18.5% bajo. Respecto a la dimensión generalidades se encontró que el 63.1% tiene conocimiento medio, un 31.7% alto y el 5.2% bajo. En cuanto a la dimensión alimentación un 49.8% tienen nivel medio, un 32.1% alto y el 18.1% bajo. Por último, en la dimensión actividad física un 54.2% tienen nivel medio, un 38.2% alto y el 7.6% bajo. **Conclusiones:** Los usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil, presentaron un nivel medio de conocimiento sobre la prevención de la hipertensión arterial, de igual manera en sus dimensiones es por eso que se debe reforzar con las intervenciones correctas para así aumentar esos conocimientos de prevención.

Palabras claves: usuarios, conocimiento, prevención, hipertensión arterial

ABSTRACT

Objective: Determine the level of knowledge about prevention of high blood pressure in users of the Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024 maternal and child center. **Method:** Quantitative approach, basic type, descriptive level and non-experimental cross-sectional design. The instrument used for data collection was developed by the researcher, calling the questionnaire: “knowledge about the prevention of high blood pressure”, which was applied to a sample of 249 users of the medical outpatient consultation area. **Results:** It was obtained that the level of knowledge presented by the users is of a medium level with 56.6%, while 24.9% have a high level and 18.5% have a low level. Regarding the generalities dimension, it was found that 63.1% have medium knowledge, 31.7% have high knowledge, and 5.2% have low knowledge. Regarding the food dimension, 49.8% have a medium level, 32.1% have a high level and 18.1% have a low level. Finally, in the physical activity dimension, 54.2% have a medium level, 38.2% have a high level, and 7.6% have a low level. **Conclusions:** The users of the Laura Rodríguez Dulanto Duksil maternal and child center presented a medium level of knowledge about the prevention of high blood pressure, in the same way in its dimensions, which is why it must be reinforced with the correct interventions in order to increase this knowledge of prevention.

Keywords: users, knowledge, prevention, arterial hypertension

I. INTRODUCCIÓN

La hipertensión arterial es una condición crónica de alta incidencia a nivel global, que está estrechamente relacionada con problemas graves de salud, como enfermedades cardiovasculares, accidentes cerebrovasculares e insuficiencia renal. Aunque esta enfermedad a menudo no presenta síntomas evidentes, su impacto en la población es significativo porque afecta la calidad de vida de las personas.

En la actualidad la prevalencia de la hipertensión está en aumento, puesto que esta exacerbada por factores como la dieta rica en sodio, el sedentarismo y el consumo de alcohol o tabaco. A pesar de la disponibilidad de estrategias preventivas efectivas, como cambios en el estilo de vida y la promoción de hábitos saludables, la falta de información y la limitada educación en salud pública contribuyen a una baja implementación de estas medidas.

Es por ello que el presente estudio tuvo como objetivo determinar el nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial en usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024.

Para alcanzar esto, el trabajo es segmentado en nueve capítulos, siendo así el primer capítulo la introducción que contiene la descripción del problema, formulación del problema, antecedentes, los objetivos y la justificación; en el segundo capítulo se tocará las bases teóricas. A su vez en el tercer capítulo visualizaremos el método, donde presenta el tipo de investigación, el ámbito temporal y espacial, las variables, población y muestra, el instrumento, procedimiento, el plan de análisis y las consideraciones éticas; en el cuarto capítulo se percibirá los resultados; en el quinto capítulo la discusión de los resultados; en el sexto capítulo las conclusiones; en el séptimo capítulo las recomendaciones; en el octavo capítulo se verán las referencias y por último en el capítulo noveno los anexos respectivos.

1.1 Descripción y formulación del problema

1.1.1 Descripción del problema

La hipertensión arterial (HTA) es un trastorno en la que la presión de la sangre en las arterias se mantiene por encima de los niveles normales, donde aumenta el riesgo de adquirir problemas cardiovasculares, accidentes cerebrovasculares y daño en los órganos vitales. Siendo así una causa de fallecimiento prematuro en el ser humano ya que cada 5 varones y cada 5 mujeres a nivel mundial llegan a tener una considerable carga de morbilidad. (Organización Panamericana de Salud [OPS], 2022)

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023), nos brinda una cifra de 1280 millones de adultos entre las edades de 30 y 79 años que sufren de hipertensión en todo el mundo, y la mayoría de ellos reside en países con ingresos bajos y medianos. Además, se calcula que el 46% de los adultos que sufren de hipertensión no están conscientes de su enfermedad siendo algo crítico en la salud del ser humano.

En España la HTA es sindicado como el factor de riesgo más relevante para el desarrollo de enfermedades cardiovasculares representado en un 29.2% de la mortalidad total siendo la más crónica y reconocida. Según los datos estadísticos del departamento de nutrición y riesgo cardiovascular esta enfermedad es crónica afectando al 33.3% de la población española, y a su vez solo un 59.4% de la población conocen sobre la HTA, además de evidenciar que los rangos de edades oscilan para las personas mayores de 18 años, tomando en cuenta que acorta edad ya padecen de esta enfermedad y llevan un tratamiento siendo algo crucial. Se evidencia que dentro del monitoreo clínico de la presión arterial existen pocas investigaciones por lo cual sería un punto de partida para su indagación de cómo es su conocimiento ante dicha problemática y como prevenirlo para que no sea diagnosticado o padezca este problema. (Gijón et al., 2021)

En Latinoamérica, la República Dominicana ha formado ser parte del interés de la Organización mundial de la Salud debido a que un 31% de su población padece de HTA y de este solo un 36% se controla; dado que la frecuencia de los malos hábitos son abundantes en

dicho país puesto que un 60% tienen sobrepeso por una mala alimentación y en el caso de la actividad física un 60% no realizan ninguna teniendo así una vida sedentaria, es por eso que las medidas preventivas en este caso no las realizan o no las ponen en práctica evidenciando así la falta de sensibilización en el conocimiento preventivo de la sociedad ante dicho problema. (Seguro Nacional de Salud [SENASA], 2020)

Al estimar la HTA como una de las causas más importantes que darían cabida a una enfermedad crónica renal o a las diferentes afectaciones en la salud del ser humano, es de vital importancia considerar que un 40% de la población de 25 años hacia adelante es hipertensa y que solo un 50% es tratado. La difusión de los diferentes problemas que la presión arterial puede causar es que nos aumente el riesgo de obtener enfermedades cardíacas y a largo plazo convertirse en problemas cardiovasculares, es por eso que desde que un paciente tiene indicios de tener presión arterial es importante adquirir conocimientos previos para poder contrarrestar esta enfermedad con hábitos sanos y una vida alimentaria buena. (Haad et al., 2023)

Según el Instituto nacional de estadística e informática (INEI, 2024), en el Perú el 10.8% de personas a nivel nacional con la edad de 15 años a más fueron diagnosticadas con hipertensión arterial por un médico, de misma forma las mujeres son las que tienen mayor promedio de diagnósticos con un 12.6%, mientras que en los varones solo el 8.8% padecen de esta enfermedad; optando así que los malos hábitos como el desconocimiento de esta enfermedad influyen desde muy corta edad a padecer de este problema, necesitando reforzar a la población de cuáles son las medidas de prevención que deben de saber para poder reducir el índice de casos.

En Lima, específicamente en el distrito de San Juan de Lurigancho una comunidad es altamente vulnerable a la HTA, ya que desconocen si esta se puede prevenir mediante los ejercicios físicos y una buena alimentación, puesto que el 60% desconoce totalmente qué alimentos son buenos para prevenir esta enfermedad y de igual manera el 47% tienen un nivel

bajo referenciado a la actividad física siendo el que más prevalece, estos dos factores son muy influyentes ya que son pilares que ayudan a prevenir la hipertensión arterial; después de lo encontrado en los resultados de la población se realizó una intervención con sesiones educativas donde se pudo elevar esos conocimientos, pero esto no es suficiente ya que pueden volver a recaer con bajos conocimientos, es por eso que si se continúa con esta desproporcionada falta de conocimiento sobre medidas a tomar para disminuir estos casos, generará que la tasa de enfermos aumente a gran escala, además de que se estaría dejando de lado a las futuras generaciones quienes dentro del aspecto cultural desconocen totalmente las medidas preventivas y el conocimiento de que la HTA es una enfermedad incurable. (Nina, 2020)

La Hipertensión arterial es considerado como uno de los antecedentes más frecuentes que las personas adultas padecen. Si bien la HTA está ligada a una serie de factores de riesgo, el conocer sobre cómo prevenirla y cuál es el procedimiento médico será determinante para optimizar la calidad de vida de los pacientes puesto que muchos de ellos son diagnosticados mediante una consulta médica de forma particular o en un establecimiento estatal sin previo conocimiento y en muchas ocasiones con poca predisposición de hacerlo. (Ordóñez y Sinisterra, 2020)

De igual forma la hipertensión arterial es mortal afectando a gran parte de la población sin tener muy en claro porque padecen de esta enfermedad, pero existen ciertos factores que los relacionan como el grupo familiar, los estilos de vida y la ingesta excesiva de sal; ya que todas estas fomentan la modificación del gasto cardiaco, así como la resistencia vascular dando como origen a la HTA. (Ministerio de Salud del Perú [MINSA], 2023)

Por lo tanto, en el centro materno infantil “Laura Rodríguez Dulanto Duksil”, la realidad no es tan distinta, porque lo que se pudo observar es que los usuarios frecuentemente tienen dificultades para acceder a servicios preventivos y comprender las recomendaciones brindadas por el personal de salud, puesto que manifestaban que carecían de una información

satisfactoria, manifestando así un poco de confusión cuando les preguntaban acerca de si conoce o sabe cómo prevenir la hipertensión arterial siendo un factor negativo en su salud.

Por lo ya expuesto, se fórmula la siguiente pregunta de investigación

1.1.2 Formulación del problema

Problema general

¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial en usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024?

Problemas específicos

- ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial según la dimensión generalidades en los usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024?

- ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial según la dimensión alimentación en los usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024?

- ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial según la dimensión actividad física en los usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024?

1.2 Antecedentes

1.2.1 Antecedentes Internacionales

Gavilánez y Guallichico (2023), realizaron un estudio en Paraguay con el objetivo de evidenciar el nivel de conocimiento de los adultos mayores en la prevención de la hipertensión arterial. Es un estudio cuantitativo de nivel descriptivo con corte transversal, usando un instrumento creado por los mismos investigadores formulada por 13 preguntas las cuales fueron planteadas para dicha población. Dando como resultado que el 75% de los encuestados conocen sobre la hipertensión arterial, por otro lado, el 80% conocen y aplican una dieta

balanceada con un consumo bajo de sal; de mismo modo el 40% realiza actividad física de dos a tres días por semana optando así que desconocen los beneficios que brinda. Finalmente se evidencia que presentan un buen reconocimiento sobre el tema y como prevenirlo basándose en un estilo de vida que va más allá de una dieta para así prevenir esta enfermedad silenciosa.

Montes et al. (2022), realizaron un estudio en México con el objetivo de identificar el nivel de conocimiento que poseen los adultos de una comunidad rural de Nayarit sobre hipertensión arterial y la prevención de sus complicaciones. Realizaron un estudio descriptivo, transversal y prospectivo; donde se encuestaron a 64 pacientes adultos del centro de salud rural de Nayarit. Obteniendo como resultado que el 50% poseen un buen nivel de conocimiento, mientras que el 29.68% presentan un nivel regular y los que obtuvieron un nivel malo fue de un promedio de 20.31%. Por otro lado, el 81.25% recomienda disminuir la cantidad de sal para controlar la presión arterial, así como reducir el consumo de grasas y aumentar la ingesta de frutas y verduras. Además, el 76.56% de los pacientes cree que la presión arterial elevada puede causar daño al corazón. Finalmente se evidencia una falta de comprensión respecto a los factores de riesgo asociados con la hipertensión arterial y los tratamientos farmacológicos disponibles.

García y Chátara (2019), realizaron un estudio en el Salvador con el objetivo de determinar cuál es el conocimiento, actitudes y prácticas sobre hipertensión arterial en usuarios que asisten a una unidad comunitaria llamada Salud Familiar Milagro de la Paz, San Miguel. Con una muestra conformada de 210 usuarios, siendo así un estudio descriptivo de corte transversal usando un instrumento creado por los mismos autores en base a un cuestionario. Dando como resultado que el 71% de los encuestados demuestran una comprensión parcial sobre los valores clínicos utilizados para diagnosticar la hipertensión arterial. No obstante, un 48% no considera crucial el control del consumo de sal, lo que lleva a la omisión de medidas preventivas que podrían mitigar el riesgo alto de complicaciones relacionadas con la

hipertensión. En conclusión, aunque los usuarios entrevistados demostraron relativamente niveles altos, sigue siendo crucial implementar intervenciones educativas en salud preventiva para mejorar el autocuidado de la población.

Mejía et al. (2019), realizaron un estudio en Argentina con el objetivo de describir los conocimientos, actitudes y prácticas de pacientes hipertensos de la comunidad de San José de Boquerón. Es un estudio de enfoque cuantitativo, de alcance descriptivo, de diseño no experimental de corte transversal, con una muestra conformada por 30 pacientes, el instrumento utilizado se basa en una encuesta constituida por 36 ítems adaptada para la población. Los resultados encontrados por la investigación fueron que, el 50% conocían sobre la hipertensión arterial, consecuentemente el 56.7% señalan que los tratamientos caseros superan a los medicamentos. Finalmente, se evidencia que el conocimiento sobre la hipertensión arterial y los parámetros normales de presión arterial sigue siendo inadecuado optando como tema primordial en la investigación.

De igual manera Barbecho y Calle (2023), realizaron un estudio en Ecuador con el fin de evaluar los conocimientos y prácticas sobre la prevención de la hipertensión arterial en adultos. La investigación fue de alcance correlacional y de diseño no experimental de corte transversal, empleó como instrumento de recolección un cuestionario que consta de 45 ítems, el cual fue aplicado a una muestra de 690 participantes. Obteniendo como resultado que el 88% presentan un nivel de conocimiento alto, mientras que sus prácticas son inadecuadas con un promedio de 58%; por otro lado en la dimensión generales sobre la hipertensión arterial el 76% de los encuestados saben que es la hipertensión, de misma forma en cuanto a la alimentación saludable el 84% de las personas está consciente de que reducir el consumo de sal contribuye al control de la presión arterial; en cuanto a los hábitos, el 88% de las personas afirma que caminar y practicar ejercicio reduce la presión arterial. Finalmente, la investigación concluye que la mayoría de las personas evaluadas posee un alto nivel de conocimientos sobre la

prevención de la hipertensión arterial, sin embargo, aún existe una considerable cantidad de participantes que no poseen buenas prácticas.

1.2.2. Antecedentes Nacionales

Huamán (2021), realizó un estudio en Amazonas con el objetivo de determinar el nivel de conocimiento sobre prevención de HTA en adultos atendidos en el servicio de medicina general del centro de salud de Utcubamba-Amazonas. La investigación realizada se enmarcó en un enfoque cuantitativo, de diseño descriptivo, no experimental, donde se encuestaron a una muestra compuesta por 39 adultos, usando como instrumento un cuestionario de recolección de datos compuesto por 15 ítems, el instrumento empleado en la elaboración de la tesis fue constituido por el autor. Los resultados obtenidos de la investigación fueron que el 89.7% de los encuestados poseen un conocimiento bajo, mientras que el 10.3% un conocimiento regular. Finalmente, el estudio concluye que el conocimiento que poseen los adultos atendidos en el centro de salud de Utcubamba es bajo, de misma forma desconocen totalmente los síntomas de la hipertensión arterial y de misma manera no saben que al realizar ejercicios físicos previenen riesgos para su salud.

Martínez (2024), realizó un estudio en Lima con el objetivo de determinar el nivel de conocimiento sobre prevención de hipertensión arterial en usuarios adultos de un centro de salud nivel I-3, el estudio fue de método descriptivo y de diseño transversal de enfoque cuantitativo, con una muestra conformada por 174 usuarios que fueron atenderse al centro de salud, usando un instrumento de 20 ítems compuesta por 5 dimensiones. Entre los resultados se obtiene que 53.4% de los encuestados presentaron un nivel de conocimiento alto sobre la prevención de la hipertensión arterial, mientras que el 38.5% presentan un nivel medio, de tal forma que el 8% presentan un nivel bajo. De igual modo los resultados por dimensiones fueron que en la actividad física el que predominó fue el nivel medio con un 60.3%, mientras que en la dimensión alimentación el 55.2% destacó como nivel alto. Por otro lado, en la dimensión

hábitos nocivos resalto el nivel medio con un 53.4%, mientras que la dimensión control de presión arterial el 48.3% obtuvo un nivel bajo, y por último la dimensión gestión emocional se obtuvo que el 64.4% presento nivel medio. Finalmente se evidencia que el estudio, de los pacientes del centro de salud de nivel I-3 muestran un alto grado de conocimiento sobre cómo prevenir la hipertensión arterial. Sin embargo, el área con los resultados más deficientes fue el control de la presión arterial.

Así mismo Orihuela y Orihuela (2021), realizaron un estudio en Huancayo con el objetivo de determinar el nivel de conocimiento sobre hipertensión arterial en adultos mayores que acuden al centro de salud de Chupaca, fue un estudio de investigación de alcance descriptivo, de diseño no experimental de corte transversal. La investigación contó con una muestra de 30 adultos, el instrumento empleado en la recolección de información fue el cuestionario y constaba con un total de 15 ítems, la confiabilidad se calculó mediante la prueba de Alfa de Cronbach donde se obtuvo un valor de 0.68, lo que hace que el instrumento sea confiable. Los resultados obtenidos fueron que, el 56.7% de los encuestados poseen un nivel bajo de conocimientos sobre la hipertensión arterial, el 36.7% un nivel medio y solo el 6.7% un nivel alto. Finalmente, la investigación concluye que el nivel conocimiento que poseen los adultos sobre la hipertensión arterial es medio requiriendo así aumentar el conocimiento para prevenir esta enfermedad.

Rondan (2022), realizó un estudio en Huaral con el objetivo de determinar el nivel de conocimiento de prevención de hipertensión arterial en pacientes atendidos en consulta externa del hospital San Juan Bautista. Con una muestra conformada por 50 pacientes, el estudio fue de tipo básica, enfoque cuantitativo, descriptivo y de diseño no experimental, y el instrumento que utilizó fue el cuestionario creado por Nina N. en el año 2020, pero el autor lo validó de nuevo por cinco jueces expertos optando que es confiable para su población de estudio. Entre los resultados se obtuvo que el nivel de conocimiento de los encuestados fue medio con un

50%; respecto a las dimensiones evaluadas, la dimensión actividad física presenta un nivel medio predominado por un 48%, mientras que el de alimentación prevalece de igual manera el nivel medio conformado por un 70%, por otro lado, en los hábitos nocivos un 44% presenta nivel medio, simultáneamente a esto las siguientes dimensiones como el control de la presión arterial y el manejo de las emociones ambos obtuvieron un 56% revelando así un nivel medio. Finalmente se evidencia que los pacientes tienen un nivel medio de conocimiento sobre la prevención de la hipertensión arterial. Esto sugiere que, aunque hayan adquirido información a lo largo de su vida, se requiere una intervención educativa o programas para mejorar estos niveles de conocimiento.

En esa misma línea Burgos (2023), realizó un estudio en Lima con el objetivo de determinar el nivel de conocimiento sobre prevención de hipertensión arterial en pacientes que asisten al servicio de medicina general en el hospital Gustavo Lanatta Lujan-Bagua. El estudio fue de enfoque cuantitativo de alcance descriptivo y de diseño observacional de corte transversal, la investigación contó con una muestra conformada por 152 pacientes y su instrumento empleado fue un cuestionario preelaborado, constituido por 20 preguntas. Los resultados obtenidos fueron que el 50.7% de los encuestados poseen un nivel medio de conocimiento, mientras que el 46.1% un nivel alto y solo el 3.3% un nivel bajo. Finalmente, la investigación concluye que el conocimiento sobre la hipertensión arterial en los pacientes del servicio de medicina general del hospital Gustavo Lanatta Luja-Bagua, es de nivel medio siendo así un punto por mejorar con las intervenciones propuestas por el personal de salud.

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo general

Determinar el nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial en usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024.

1.3.2 Objetivos específicos

- Identificar el nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial según la dimensión generalidades en los usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024.

- Identificar el nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial según la dimensión alimentación en los usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024.

- Identificar el nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial según la dimensión actividad física en los usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024.

1.4 Justificación

1.4.1 Justificación teórica

En este estudio se contribuyó con importantes aportes para la investigación científica identificando el nivel de conocimiento sobre la prevención de la hipertensión arterial, brindando así datos que potencian el conocimiento en este ámbito. Asimismo, esta investigación ofrece un refuerzo a los diferentes tipos de usuarios ayudando a reconocer y captar en que área es donde están presentando desconocimiento para que ellos mismos puedan mejorar, con el propósito de prevenir la hipertensión arterial en un futuro.

1.4.2 Justificación metodológica

La presente investigación tuvo resultados óptimos en los objetivos propuestos puesto que se utilizó un instrumento elaborado por el presente autor basado en la actualidad, habilitando así el entendimiento sobre sus conocimientos ante la prevención de la hipertensión arterial. Es relevante resaltar que los hallazgos evidenciados están integrados con la realidad actual de dicho problema, siendo altamente beneficioso para estudios futuros centrados en este ámbito.

1.4.3 Justificación práctica

Este estudio brindó sus resultados al centro materno infantil “Laura Rodríguez Dulanto Duksil”, para que de esta manera integren planes estratégicos de promoción y prevención ante la hipertensión arterial, reduciendo los casos y mejorando los conocimientos de su población, haciendo que sepan las medidas de prevención que pueden realizar y así no padecer de esta enfermedad.

1.4.4 Justificación social

Esto es trascendental para la sociedad, puesto que ayuda a reconocer el problema preciso que es la falta de conocimiento ante dicha problemática, proporcionando soluciones aptas para prevenir esta enfermedad. Teniendo como único beneficiario a la población, ya que se le brindó un fortalecimiento rico en conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial mediante un tríptico informativo para así poder consolidar una mejor apreciación del tema y que no se les olvide. De igual manera se beneficia al centro materno infantil “Laura Rodríguez Dulanto Duksil” con la información proporcionada, y a su vez brindándole las soluciones propuestas por el presente estudio para así poder disminuir su índice de casos captados con hipertensión, estableciendo los foros de apoyo o programas preventivos, para que así su población sepa cómo prevenir con las medidas correctas usadas ahora por la actualidad.

II. MARCO TEÓRICO

2.1 Bases teóricas sobre el tema de investigación

2.1.1 *Conocimiento*

El conocimiento científico actúa de manera racional porque es analítico y sistemático, entonces podemos afirmar que el conocimiento es un conjunto de información almacenada mediante la experiencia o enseñanza, puesto que obtiene diferentes datos que son interrelacionados para después abordar al sentido cognitivo del individuo pensante. (Rojas, 2013)

2.1.2 *Teoría del conocimiento*

Según Bunge define el conocimiento como: “Conjunto de ideas, conceptos, enunciados comunicables que pueden ser claros, precisos, ordenados, vago e inexacto”; considera que: “el conocimiento vulgar es vago e inexacto limitado por la observación, y el conocimiento científico es racional, analítico, sistemático, verificable a través de la experiencia” (Llano, 2015, p. 14). Por otra parte, también es un proceso graduado que está evolucionando para el género humano, porque tiene como base y especie una interpretación científica más concreta, demostrando que el estudio es muy contribuidor en estos casos. (Ramírez, 2009)

2.1.3 *Tipos de conocimiento*

Los tipos de conocimiento es un proceso progresivo de forma graduada desarrollada por el individuo pensante, relacionado con el fin de obtener un grato resultado válido, dividiendo así los tipos en diferentes aspectos como el conocimiento intuitivo donde se experimenta los estímulos evidenciados tal cual se logra demostrar, el empírico se basa en la vivencia usando la observación de todo lo que le rodea, el filosófico tiene una metodología formada por un cimiento donde la curiosidad del saber es su pilar y el más novedoso que es el científico donde se maneja la observación acompañando por la experimentación caracterizando de manera franca las causas. (Martínez, 2021)

2.1.4 Nivel de conocimiento

Los niveles de conocimiento tienen como función ayudar en la búsqueda de alguna existencia de un fenómeno que evidenciaremos indagando, usando los cuatro niveles que sirven como soporte para la recaudación de datos; el nivel uno comprueba la existencia del fenómeno buscado, mientras que el nivel dos identifica las características, el nivel tres determina la conducta y el nivel cuatro demuestra las funciones en conjunto. (Rosado, 2017)

2.1.5 Clasificación del conocimiento

El conocimiento se encuentra englobado en dos clases, el conocimiento científico, el cual parte de una experiencia concreta que es sometida a una elaboración racional cuyas principales particularidades es la de ser veraz, racional y sistémica, por otro lado, el conocimiento ordinario se basa en la particularidad de ser subjetivo e inexacto. (Gutiérrez, 2020)

2.1.6 Fuentes del conocimiento

El proceso de comprensión e interiorización de las leyes y teorías que rigen dentro del ámbito de la sociedad y la vida se fundamenta en diversos principios conocidos como fuentes del conocimiento. Estas fuentes incluyen el entorno real o simulado, el instructor, las tecnologías digitales y el trabajo colaborativo. (Valderrama, 2005)

2.2 Medidas Preventivas

Las medidas preventivas se adaptan para el ser humano, ya que obtiene varios focos de información donde se le brindará un conocimiento claro, donde después lo razona para emplearlo y utilizarlo como teoría del autocuidado personal donde lo ejecuta en su vida cotidiana, ya sea en el hogar o en el lugar donde labora para prevenir ciertos accidentes identificando el peligro al su alrededor y así aminorar sus consecuencias una vez establecidas en el orden correcto. (Orozco et al., 2022)

La prevención de la hipertensión arterial permite el control de los factores de riesgo y el manejo oportuno de la enfermedad, lo cual permitirá obtener un mejor pronóstico y así ayudará a la reducción de la mortalidad asociada a los factores cardiovasculares. (Instituto de Evaluación en Tecnológicas de Salud e Investigación [IETSI], 2022)

Las medidas de prevención de seguimiento ayudará a los pacientes que posiblemente sean candidatos a poder desarrollar la hipertensión arterial, es por eso que se lleva un control del IMC y también del peso, dado que estos son factores generadores con gran carga potencial para dar origen a esta enfermedad, así como las diferentes situaciones como un mal estilo de vida o padecer esta enfermedad de manera hereditaria por algún familiar, es por eso que a escala nacional las medidas a tomar son preventivas promocionales, complementando esa idea en la persona que mientras más cuide su salud menor será el porcentaje de padecer dicha situación. En el aspecto social y demográfico ha logrado convertirse en un problema de salud a nivel mundial, es por eso que las únicas herramientas para combatir son las medidas preventivas necesarias con información verídica que nosotros como profesionales de salud debemos brindar para mejorar el conocimiento de dicho problema. (Orozco, 2023)

2.3 Hipertensión Arterial (HTA)

La hipertensión arterial está definida como una enfermedad silenciosa, causada por el aumento de la presión sanguínea en las arterias siendo algo crónico si no es controlada a su debido tiempo, la cantidad de personas que padecen de esta enfermedad no saben realmente cual es la causa siendo un problema de salud pública, es por eso que se debería tener en cuenta el descarte mediante la toma de lectura de presión, pero ante esto la persona debe saber en qué momento es el ideal donde se debe tomar realmente la presión, es por eso que la manera correcta es cuando la persona está en estado de reposo, es ahí donde la lectura saldrá más clara para así evidenciar si presenta estos tipos de alteraciones, para poder detectar a tiempo si padece de este tipo de enfermedad. (OMS, 2023)

La HTA es un indicador alarmante para iniciar cambios en la rutina de vida, ya sea en el aspecto alimenticio o físico puesto que esto ayudará a mejorar el estado cardiovascular, teniendo como importancia la continuidad de un buen estilo de vida y saber cuáles son las consecuencias que esta pueda causar, puesto que la HTA en muchas ocasiones puede afectar a los diferentes tipos de órganos vitales, siendo así de suma importancia que la persona incremente sus niveles de conocimiento sobre esta enfermedad tomando en cuenta las correctas medidas preventivas. (Vargas, 2020)

2.3.1 Valores normales y síntomas

Existen guías en las que si el paciente evidencia un aumento de consideración en su presión arterial, es porque está reflejado por su presión sistólica que está por encima de 140mm Hg y a su vez su presión diastólica se encuentra por encima de 90mm Hg, se podría estar haciendo referencia a una hipertensión arterial alta, actualmente se considera como un rango normal el valor de 120/80 mmHg, habitualmente los signos o síntomas no se sienten hasta que la persona llegue a una etapa grave o de gran magnitud en su salud, pero los más presentados son la cefalea, visión borrosa, mareos, dolor en el pecho y dificultad respiratoria, esta enfermedad sigue siendo un problema en la actualidad porque cada vez se expande con mayor rapidez en diferentes países donde los malos hábitos y una mala alimentación en su vida son muy influyentes en su salud siendo perjudicial, conllevando que esta enfermedad no transmisible mantenga su permanencia en la multitud. (Pincay, 2020)

2.3.2 Factores de riesgo y afectación

La Hipertensión arterial como toda enfermedad tiene su causa y sus factores de riesgos entre los más resaltantes se podría mencionar a la edad, sexo, la falta de actividad física y una mala alimentación, así como otros excesos como tener una afición continua por el tabaco y por último el alcohol que es una de las causas más conocidas que fomentan que la presión arterial se incremente. Es por eso que debemos evitar estos factores puesto que la población no sabe

que órganos pueden ser dañados si padecemos de hipertensión arterial siendo algo crucial en la salud de la persona afectando la calidad de vida; es por eso que se debe de tener conocimiento que los órganos más afectados son el corazón, riñones, cerebro y ojos, puesto que son pertenecientes a las enfermedades cardiovasculares, cerebrovasculares y renales siendo los más presentados en las personas que padecen una hipertensión arterial detectada, a su vez conlleva como consecuencia a tener patologías como hiperaldosteronismo primario y parenquimatosa renal, siendo las principales patologías presentadas si en caso no se lleva un buen manejo de la hipertensión con un control periódico y con las medidas preventivas que debe realizar en su vida. (Martínez et al., 2021)

2.3.3 Alimentación

Para la prevención de la hipertensión arterial se recomienda la adopción de un estilo de vida más saludable, donde la dieta se hace presente puesto que es un punto muy influyente para una buena alimentación incrementando el consumo de frutas y verduras, y a su vez evitando así a los alimentos con alto contenido de sal y alto en grasas saturadas, adicionalmente se recomienda que al consumir carbohidratos como arroz, pan, cereales, etc., sea en bajas cantidades para así aminorar la subida de peso y tener una alimentación balanceada lo cual es lo más aconsejable. (MINSAs, 2022)

Para tomar acciones preventivas la nutrición adecuada será la clave para combatir la hipertensión arterial en donde la reducción de la ingesta de alimentos altos en grasas saturadas y un aumento en el consumo de alimentos ricos en nutrientes, formaran parte de una alianza estratégica contra la lucha ante la presión arterial, para lograr el cambio de la conducta de los involucrados será necesario que se sumerjan en el conocimiento de los nutrientes de los alimentos así como detallar ciertos factores como talla, peso y el nivel de rutina de ejercicios físicos para evaluar un plan alimenticio que le pueda dar la seguridad y confianza de sentirse

bien de salud, comiendo en proporciones razonables y así previniendo futuras enfermedades. (Risco, 2020)

Una buena alimentación es un gran pilar para combatir esta situación que sigue aconteciendo que es la hipertensión arterial, es por eso por lo que se debe reconocer que alimentos pueden consumir normalmente en su día a día, en el caso de las verduras es recomendable el apio, tomate, brócoli, zanahoria, coliflor, habas, arveja, frejol verde y vainitas, estas verduras son las que más deben prevalecer en la alimentación porque el consumo es de manera normal sin ser dañino, mejorando así el estado alimenticio del individuo; por otra parte las frutas más recomendadas son la naranja, mandarina, lima, toronja, papaya, melón, piña, manzana, plátano, pera, chirimoya, uva, fresa, tuna, mango, durazno, palta y aceituna, puesto que fortalecen al sistema inmunológico manteniendo un equilibrio nutricional previniendo así las distintas enfermedades; de misma manera al reconocer que alimentos son los más saludables que deben optar por ingerir también hay alimentos que deben identificar que su consumo debe ser moderado o no tan apto en la alimentación diaria ya que son perjudiciales para la salud y en este grupo están los saborizantes, las frutas deshidratadas, las verduras o frutas en conservas y los enlatados, puesto que esto no es lo más requerido en su vida rutinaria de alimentación para la prevención de la presión arterial entre otras enfermedades. (Instituto Nacional de Salud [INS], 2023)

De igual forma hay que rescatar que los compuestos antioxidantes de la chicha morada, en particular las antocianinas, pueden tener un impacto positivo en la presión arterial. Estas sustancias podrían promover la relajación de los vasos sanguíneos y optimizar la función del revestimiento interno de los mismos, lo que a su vez podría ayudar a mantener la presión arterial en niveles saludables; también hay que tener en cuenta que es una bebida muy consumida a nivel nacional es por eso que deberían de conocer su valor nutricional que esto aporta en la salud de la persona. (Seguro social de Salud [ESSALUD], 2016)

Otro punto a considerar como parte de medidas preventivas en la alimentación sería la reducción del consumo de la sal, el cual no debe excederse de 5gr/día que equivale a una cucharadita, si bien se tiene previsto que en el aspecto culinario peruano las diferentes preparaciones exceden el límite permitido del consumo de sodio dado que la cantidad que usan es de 2300gr/día que se representa en una cucharada de sal completa, el consumo de sal es la causante del estrechamiento y endurecimiento de los vasos sanguíneos, así como la excreción de albumina en la orina. (Chumo, 2018)

El consumo de sustancias nocivas también es un aspecto desfavorable debido a que trae consecuencias negativas en la salud del ser humano; teniendo como principal al consumo de alcohol ya que a nivel mundial es lo que más radica en la gente, pero lo que no saben es que esto afecta a sus vasos sanguíneos y el equilibrio de líquidos en el cuerpo ocasionando así una hipertensión, así como el consumo de tabaco que también es perjudicial puesto que contiene nicotina la causante de la constricción de los vasos sanguíneos y el aumento de la frecuencia cardíaca, de igual forma el cannabis, las drogas, las bebidas energéticas o la cafeína de por sí son muy influyentes en este grupo de sustancias altamente dañinas para la salud dado que causan un aumento temporal de la presión arterial de igual manera en la frecuencia cardíaca después de su consumo, es por eso que si estas sustancias se ingieren de manera seguida influirán como un factor negativo en la salud cardiovascular. (Pereira, 2020)

2.3.4 Actividad física

La actividad física se define como cualquier movimiento corporal generado por los músculos esqueléticos que resulta en un gasto energético significativo. Este concepto abarca una variedad de actividades, desde ejercicios estructurados hasta movimientos cotidianos, como caminar o realizar tareas domésticas. (OMS, 2024)

Se tiene como concepto que la actividad física es uno de los pilares que actúan de forma inmediata, puesto que fortalece el ritmo cardíaco y a su vez mejora la resistencia respiratoria,

de igual manera hace que los músculos dejen el lado rutinario evitando así el sedentarismo; por otro lado la actividad física es un desarrollo que también favorece en la prevención de distintas enfermedades como la obesidad, enfermedades coronarias, entre otras, pero en este caso lo más resaltante es que ayuda a prevenir la aparición de la hipertensión arterial por el movimiento que genera dando una estabilidad a la irrigación sanguínea haciendo que el corazón este saludable, mejorando su calidad de vida y previniendo esta enfermedad silenciosa. (Gomez, 2020)

El promover buenas costumbres y un buen estilo de vida continua siendo un reto conductual ya que la mayoría de las personas no lo practican, teniendo un bajo rendimiento físico y creando así una puerta para padecer enfermedades, es por eso que se fomenta que los niños desde corta edad ya realicen actividad física durante 60 minutos y los adultos durante 30 minutos, si bien tenemos en cuenta que la realidad en ciertas situaciones no se llegan a dar debido a las costumbres ya impregnadas por el mismo individuo o por la falta de información acerca de la importancia que puede generar hacer alguna actividad creando así un mal hábito, es por eso que es esencial seguir orientando hacia un estilo de vida saludable donde la responsabilidad y proactividad pueden ser puntos clave que ayudarán afrontar los diferentes problemas de salud. (Castillo, 2018)

Se recomienda realizar ejercicios aeróbicos a una intensidad moderada como trotar, montar bicicleta, caminar o nadar por un lapso de 30 minutos al día siendo el tiempo más optimo que una persona debería realizar alguna actividad física, para que de esta forma se prevenga la aparición de la hipertensión arterial. (MINSA, 2023)

La actividad física en ciertas realidades es considerada como un conjunto de actividades radicales que facilitan la liberación del estrés post rutina y aunque existe evidencia de que las actividades sociales tienen relación con este grupo puesto que al estar acompañado de personas sea amigos o familiares en constante interacción hace que el cuerpo humano este en

movimiento igual que nuestros pensamientos reduciendo así el estrés que puede ser un factor influyente en la aparición de distintas enfermedades, de misma manera al asistir a reuniones sanas o campañas sociales de diferentes tipos hace que el individuo este en estado de calma mejorando así su sistema circulatorio ya que está dentro de un entorno donde se siente cómodo pudiendo así tener libre expresión, es por eso que estos aspectos sociales también contribuyen en la prevención de la hipertensión arterial dado que las emociones también forman parte de este círculo preventivo ante dicha enfermedad. (Encalada et al., 2024)

III. MÉTODO

3.1 Tipo de investigación

Esta investigación es de método cuantitativo puesto que se emplea la recolección de información y a su vez se analiza los datos obtenidos, en base a la numeración de todas las respuestas obtenidas por la encuesta, con la finalidad de probar la hipótesis. (Hernández et al., 2014)

La investigación es de tipo básica debido a que servirá como teoría para otras investigaciones, además de aumentar los conocimientos científicos de las variables estudiadas. (Nieto, 2018)

El estudio es de nivel descriptivo dado que se busca describir las características de la población estudiada, así como su naturaleza sin enfocarse en las razones por las que se llega a producir un determinado fenómeno, la investigación es de diseño no experimental debido a que no se alteró las variables y es de corte transversal porque la recolección de datos se ejecutó en un solo momento único. (Hernández et al., 2014)

3.2 Ámbito temporal y espacial

La investigación se realizó en el centro materno infantil “Laura Rodríguez Dulanto Duksil”, ubicado en el distrito de Comas, en la región de Lima-Perú en el año 2024. Donde se incluyó al área de medicina externa, y se llevó a cabo la recolección de datos en el mes de junio y julio del 2024

3.3 Variables

Variable de estudio: Conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial

Dimensiones de la variable:

- Generalidades
- Alimentación
- Actividad física

3.4 Población y muestra

3.4.1 Población

La población investigada estuvo constituida por usuarios que acudieron al área de consulta externa de medicina y contaron con los requisitos referente a los criterios de inclusión. Alrededor de un mes en el centro materno infantil “Laura Rodríguez Dulanto Duksil”, se atienden 700 usuarios siendo la población estimada.

Los criterios de inclusión fueron:

- Usuarios externos que acuden al área de consultorio externo de medicina del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil.
- Usuarios mayores de 18 años y menores de 65 años.
- Usuarios externos de ambos sexos.

Los criterios de exclusión fueron:

- Usuarios que no firmen el consentimiento informado.
- Usuarios con enfermedades psiquiátricas.
- Usuarios que estén en estado etílico o estén bajo efectos de alguna sustancia.
- Usuarios que tengan alguna discapacidad y tenga problemas para realizar la encuesta.
- Usuarios que padezcan de hipertensión arterial.

3.4.2 Muestra

Se realizó un muestreo probabilístico aleatorio simple en donde los sujetos que forman parte de la población tienen las mismas posibilidades de ser elegidos o no para formar parte de la investigación.

Se utilizará la fórmula para poblaciones finitas:

$$n = \frac{Z^2 p q N}{[E^2 (N-1)] + [Z^2 p q]}$$

Para determinar el tamaño de muestra se reemplazará los valores

n = tamaño de muestra (lo que se desea encontrar)

N = tamaño de la población => 700

Z² = intervalo de confianza = 1.96

p = probabilidad a favor = 0,5

q = probabilidad en contra = 0,5

e = error de estimación = 0,05

Después de realizar los cálculos en Excel

$$n = \frac{(1,96)^2 * 0,5 * 0,5 * 700}{[(0,05)^2 * (700-1)] + [(1,96)^2 * 0,5 * 0,5]}$$

La muestra de la presente investigación estará compuesta por 249 usuarios externos que acuden al área de consulta externa de medicina del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024

3.5 Instrumento

La técnica de recolección de datos que se utilizó fue la encuesta. El instrumento empleado fue un cuestionario de opción múltiple donde solo había una respuesta correcta y fue elaborado por el investigador con el asesoramiento de un experto en prevención de la hipertensión arterial.

3.5.1 Cuestionario: “Conocimientos sobre la prevención de la hipertensión arterial”

Compuesto por 15 ítems, dividido en 3 dimensiones: Generalidades, alimentación y actividad física. Se calificó con 0 puntos a cada respuesta incorrecta y con 1 punto a las respuestas correctas. Conformado por un total de 15 puntos; la calificación del cuestionario se realizó mediante la Escala de Stanones, esta escala trabaja con los valores mínimos y máximos para establecer los límites de los intervalos de puntuación que son referenciados en tres categorías: alto, medio y bajo.

Según la escala de Stanones nos brinda como resultado que menos de 9 puntos obtienen un nivel bajo, de 9 a 13 puntos un nivel medio y más de 13 puntos un nivel alto.

De igual forma se utilizó la escala de Stanones para las dimensiones teniendo, así como resultado que menos 3 puntos obtienen un nivel bajo, de 3 a 4 puntos un nivel medio y más de 4 puntos un nivel alto.

3.5.2 Tiempo de aplicación de los instrumentos

El tiempo que duró la aplicación del cuestionario fue de 10 a 15 minutos. Al momento que finalizaban sus encuestas se le brindaba orientación a los usuarios que tenían alguna duda acerca del tema en base a las medidas preventivas usadas ahora en la actualidad.

3.5.3 Validación del instrumento

La validación acerca sobre el contenido del instrumento estuvo conformada por la participación de 8 jueces expertos. Donde se utilizó el coeficiente V de Aiken, logrando un porcentaje total de 93.05% siendo altamente aceptable la validez. (Ver Anexo D).

3.5.4 Confiabilidad del instrumento

La valoración de la confiabilidad del instrumento de recolección de datos pasó por una prueba piloto, el cual fue conformado por 20 usuarios que asistieron al centro materno infantil “Laura Rodríguez Dulanto Duksil”, en el mes de mayo del 2024. Luego se usó la prueba de estadística de fiabilidad para saber cuánto era la confiabilidad, dando como resultado un Alfa

de Cronbach de 0.801, evidenciando así que dicha variable presenta una confiabilidad muy buena.

3.6 Procedimientos

Se solicitó una carta de presentación a la Universidad Nacional Federico Villarreal, con el fin de tener un permiso consolidado y poder hacer la presentación del proyecto. Luego empezó la ejecución del estudio mandado la documentación de autorización al médico jefe del centro materno infantil “Laura Rodríguez Dulanto Duksil” y con una conversación previa en persona mediante una reunión explicando sobre la investigación que se iba a llevar a cabo. Al obtener el permiso se coordinó previamente los días que se iba a ir a realizar las encuestas. Después de eso se puso en marcha la validación del instrumento que fue conformada por 8 jueces expertos referentes en este ámbito, ante esto una vez completada la validación se hizo la evaluación de la confiabilidad del instrumento con una prueba piloto conformado por 20 usuarios del centro materno infantil “Laura Rodríguez Dulanto Duksil”, donde se pudo concluir que es altamente confiable. De tal manera que se cumplió con las fechas coordinadas y se pudo completar la cantidad de encuestas previstas de manera satisfactoria. Por ende, al terminar el proceso de recolección de datos, se presentó un informe de investigación donde se explicaba detalladamente los resultados encontrados y las conclusiones de la presente investigación.

3.7 Plan de análisis de datos

Los datos obtenidos mediante el cuestionario fueron vaciados al programa estadístico SPSS versión N°25 con el propósito de establecer una base de datos de la investigación, donde luego se obtuvo todas las tablas respectivas con una verificación limpia e íntegra de los datos.

3.8 Consideraciones éticas

Autonomía: Se respetó la libre decisión de los usuarios mediante el consentimiento informado y se respetaron las respuestas que colocó cada participante sin ninguna alteración de igual manera sin ninguna presión o influencia. Se le recalcó que tiene toda la libertad si

deseaban retirarse en cualquier momento o si en caso no deseaban participar en el trabajo de investigación.

Beneficencia: Se les informó a los participantes que este estudio no tiene ningún beneficio económico, también se les comunicó a los participantes voluntarios que recibirán mediante su correo electrónico un tríptico acerca sobre la hipertensión arterial con toda la información requerida del tema con el propósito de incrementar sus conocimientos acerca de esta enfermedad, para que así opten por buenas medidas preventivas y lo pongan en práctica en su vida diaria.

Maleficencia: Se les explicó a los usuarios voluntarios que su participación en el estudio no implicará ningún daño hacia su salud.

Justicia: No hubo rechazo ni discriminación y se les trato con respeto. A todos los participantes seleccionados con los criterios de inclusión se les trato de forma justa sin distinción de raza, costumbre, etc.

IV. RESULTADOS

Tabla 1

Características sociodemográficas de la población de estudio del centro materno infantil

Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024

Edad	Frecuencia	Porcentaje
18 a 26 años	60	24,1%
27 a 59 años	167	67,1%
60 a 65 años	22	8,8%
Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Masculino	89	35,7%
Femenino	160	64,3%
Grado de instrucción	Frecuencia	Porcentaje
Primarios	12	4,8%
Secundarios	138	55,4%
Superior técnico	44	17,7%
Superior Universitario	55	22,1%
Ocupación	Frecuencia	Porcentaje
Ama de casa	83	33,3%
Trabajador independiente	59	23,7%
Trabajador dependiente	41	16,5%
Otros	66	26,5%

Nota. En la Tabla 1 se presentan las características sociodemográficas de la población de estudio donde se observa que la edad con un total de 67,1% con el rango de 27 a 59 años fue el que más predominó. En cuanto al sexo el que más destacó fue el femenino con un 64,3%. En el grado de instrucción, el 55,4% de usuarios tienen el grado de secundaria culminada. Referente a la ocupación el 33,3% reportó que son ama de casa.

Tabla 2

Nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial en usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024

Conocimiento	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	46	18,5%
Medio	141	56,6%
Alto	62	24,9%
Total	249	100,0%

Nota. En la tabla 2 se muestra que el nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial, el nivel que más destacó fue el medio con un 56,6%.

Tabla 3

Nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial según la dimensión generalidades en los usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	13	5,2%
Medio	157	63,1%
Alto	79	31,7%
Total	249	100,0%

Nota. En la tabla 3 se presenta que el nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial según la dimensión generalidades, lo que más destacó es el nivel medio con un 63,1%

Tabla 4

Nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial según la dimensión alimentación en los usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	45	18,1%
Medio	124	49,8%
Alto	80	32,1%
Total	249	100,0%

Nota. En la tabla 4 se aprecia que el nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial según la dimensión alimentación, el que más predominó fue el nivel medio con un 49,8%

Tabla 5

Nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial según la dimensión actividad física en los usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	19	7,6%
Medio	135	54,2%
Alto	95	38,2%
Total	249	100,0%

Nota. En la tabla 5 se evidencia que el nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial según la dimensión actividad física, sobresale el nivel medio con 54,2%.

Tabla 6

Conocimientos correctos e incorrectos sobre la prevención de la hipertensión arterial, según las dimensiones en la población de estudio del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024

Dimensiones	Ítems	Correcto		Incorrecto	
		Nº	%	Nº	%
Generalidades	¿Qué es la hipertensión arterial?	185	74,3%	64	25,7%
	¿Cuáles son los síntomas de la hipertensión arterial?	142	57,0%	107	43,0%
	¿Cuál es el valor normal de la presión arterial?	212	85,1%	37	14,9%
	¿Cuál es el momento correcto que se puede tomar la presión arterial?	197	79,1%	52	20,9%
	¿Cuáles son los órganos más afectados en el ser humano por la enfermedad de la hipertensión arterial?	186	74,7%	63	25,3%
Alimentación	¿Cuánto es la cantidad de sal que una persona debe de consumir diariamente?	163	65,5%	86	34,5%
	Que verduras se recomiendan consumir para prevenir la hipertensión arterial:	172	69,1%	77	30,9%
	¿Qué frutas debemos limitar el consumo para prevenir la hipertensión arterial?	174	69,9%	75	30,1%
	¿Qué alimentos pueden aumentar la presión arterial por su alto contenido en grasas dañinas?	185	74,3%	64	25,7%
	¿Cuáles son las sustancias nocivas que no debemos consumir para prevenir la hipertensión arterial?	180	72,3%	69	27,7%
Actividad física	¿Con que frecuencia se debe realizar caminatas?	213	85,5%	36	14,5%
	¿Cuánto tiempo puede durar una actividad física para prevenir la hipertensión arterial?	207	83,1%	42	16,9%
	¿Cuándo realizamos ejercicios físicos evitamos el riesgo de enfermar de?	159	63,9%	90	36,1%
	Entre los beneficios de la actividad física para preservar la salud tenemos:	172	69,1%	77	30,9%
	¿Qué actividades sociales influyen en la prevención de la hipertensión arterial?	220	88,4%	29	11,6%

Nota. En la tabla 6 se presenta los resultados de los conocimientos correctos e incorrectos sobre la prevención de la hipertensión arterial, según dimensiones en la población estudio. Referente al cuadro de preguntas en la dimensión generalidades el 43% presentó conocimiento bajo

acerca de la pregunta cuales son los síntomas de la hipertensión arterial. De igual forma en la dimensión alimentación el 34,5% presentaron un conocimiento bajo en la pregunta cuanto es la cantidad de sal que una persona debe de consumir diariamente. Por otro lado, en la dimensión actividad física un 36,1% evidenció un conocimiento bajo referente a la pregunta de cuando realizamos ejercicios físicos evitamos el riesgo de enfermarse; siendo los porcentajes más predominantes de cada pregunta por dimensión donde marcan erróneamente.

V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

El presente estudio tuvo como principal objetivo determinar el nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial en usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024.

A modo general, se encontró que, en más de la mitad, representado por el 56,6% de usuarios encuestados, predomina el nivel de conocimiento medio sobre la prevención de la hipertensión arterial [HTA], seguido del conocimiento alto y en menor afluencia el nivel de conocimiento bajo. Estos resultados concuerdan con los de García y Chátara (2019), Rondan (2022) y Burgos (2023), cuyos estudios también obtuvieron como predominancia el nivel de conocimiento regular respecto a la prevención contra la HTA; sin embargo, difiere con Huamani (2021), Orihuela y Orihuela (2021), quienes encontraron predominante el conocimiento bajo, así como con los resultados de Montes et al. (2022) y Gavilánez y Guallichico (2023), quienes encontraron con mayor frecuencia un conocimiento excelente en su población. Ante ello, debe aclararse que un conocimiento regular no se considera en su totalidad un factor negativo; no obstante, es superficial y con posibilidad de sesgos que se traducen en mal información que puede afectar al paciente o usuario. Contrario a ello, un nivel de conocimiento alto sobre la prevención de la hipertensión arterial se considera incluso un factor protector para la persona, pues, le permitirá tomar decisiones conscientes respecto a los cuidados que deberá ejercer, así como a los agentes o acciones nocivas que deberá evitar, a fin de prevenir dicha enfermedad crónica. (Regino et al., 2021)

De modo específico, también se planteó determinar el conocimiento de la población respecto a la dimensión generalidades, la cual incluía dentro de sus ítems definición, síntomas, valores normales, medición y consecuencias de la hipertensión arterial. Los resultados obtenidos indicaron que la mayoría (63,1%) poseía un conocimiento medio respecto a las generalidades. Este resultado discrepa de lo encontrado por Barbecho y Calle (2023), quienes

encontraron un buen conocimiento en su población. Las generalidades sobre la hipertensión representan el peldaño más básico para construir esquemas mentales claros respecto a la enfermedad, y en consecuencia, sus formas de prevención, manejo, etc. Por ello, debe considerarse fomentar un conocimiento sobre las generalidades más completos, a fin de que el usuario tenga las nociones básicas de la enfermedad y no resulte un conflicto extraño dentro de sus pensamientos ante dicho tema. (Chumpen, 2017)

Respecto a la dimensión alimentación, se destacó el nivel de conocimiento medio con un 49,8%, seguido del alto y en último lugar, el bajo. Este resultado concuerda con Roldán (2022), quien también encontró un conocimiento moderado, pero discorda con Martínez (2024), quien obtuvo mayor afluencia de conocimiento alto. Bajo ambas perspectivas, debe tomarse en cuenta que la alimentación es uno de los principales factores modificables que puede condicionar o no la hipertensión arterial. Los malos hábitos nutricionales, basados en una alta ingesta de grasas saturadas y deficiente consumo de vegetales o proteína de alta calidad, condicionan directamente el aumento del riesgo cardiovascular, engrosan las paredes arteriales con proteína lipídica de alta densidad, causando oclusión de la luz arterial (Regino et al., 2021). La nutrición es un determinante del estado de salud principal, por tanto, el usuario que tenga un mejor conocimiento acerca de los hábitos alimenticios que predisponen a la hipertensión, así como aquel que conozca los alimentos que ayudan a disminuir los valores de la presión arterial, intentará consumir con mayor frecuencia alimentos sanos, motivándose por la idea de evitar la rápida aparición de una enfermedad crónica (Martínez, 2024). Ese es el motivo por el cual los agentes prestadores de salud deben enfocarse activamente en brindar charlas y educar a su población con respecto a este factor protector.

La última dimensión evaluada fue la de actividad física, en la cual el resultado fue similar que al de sus codimensiones de estudio. El hallazgo concuerda con Martínez (2024) y Roldán (2022), dado a que ambos encontraron en sus estudios que el conocimiento era medio.

Resulta beneficioso que los adultos tengan conocimientos sobre el efecto de la actividad constante, puesto que ayudará en su salud cardiovascular y de igual forma evitará el sedentarismo (Pereira, 2020). El ejercicio permite que el corazón sea más competente, y, por ende, la eyección sanguínea suceda con menor esfuerzo, disminuyendo la tensión contra la pared arterial, y a consecuencia de esto cause un descenso de la presión arterial. Aquel usuario que posea una mayor comprensión acerca de la efectividad y beneficio de la actividad física sobre su salud, considerará incluirla en su cotidianidad y en respuesta a esto mejorará su calidad de vida, considerando la actividad física como una medida apta para reducir la aparición de la hipertensión arterial. Por ello es necesario que se garantice la educación respecto al estilo de vida activo en los pacientes.

Por último, también se evaluaron los conocimientos por frecuencia de ítems correctos e incorrectos.

Se estima que en la dimensión generalidades, el ítem con una mayor frecuencia de aciertos fue el que cuestionaba sobre el valor de la presión arterial en condiciones normales. Esto concuerda con lo encontrado por García y Chátara (2019), quienes encontraron que el 71% de su población conocía sobre los valores clínicos de las cifras de presión arterial y cifras hipertensivas. Este es un indicador positivo, porque evidencia que la persona tiene una noción clara de cuándo la presión arterial puede ser alta, y en respuesta, podrá acudir a un médico para evaluarse y manifestar sus propios antecedentes, sabiendo que no es algo normal. Por otro lado, el ítem con mayor frecuencia de errores fue aquel que indagaba acerca de los síntomas producidos por la hipertensión, lo que evidencia una problemática, pues, aunque la hipertensión arterial es una enfermedad asintomática la mayor parte de tiempo, existen ciertos signos de alarma graves, como la cefalea, el zumbido de oído, los bochornos o vértigo, que el usuario podría padecer en algún momento, y por no tener el conocimiento adecuado, no sabrá si

acercarse a su establecimiento de salud, dejando que la enfermedad continúe atacando órganos diana. (IETSI, 2022)

En la dimensión alimentación, la pregunta que registró una mayor frecuencia de aciertos fue aquella que determinaba qué alimentos por su contenido en grasas saturadas se asociaba a la aparición de la hipertensión; mientras que, el ítem con una mayor frecuencia de errores fue aquel que indagaba cuál era el requerimiento de sal sustancial para el ser humano en un día. Si bien resulta favorecedor que nuestra población conozca aquellos alimentos que resultan dañinos en cuanto a su excesivo consumo, también debe llamarnos la atención el que no conozcan el límite de sal que deben ingerir por día, ya que, es más probable que el consumo excesivo de sal en un día común genere un episodio de crisis hipertensiva o favorezca el aumento discreto de la presión arterial antes que el consumo de un alimento con grasas saturadas, el cual es más probable que presente efectos adversos en un período de tiempo más largo (García y Chátara, 2019).

Finalmente, en la dimensión actividad física, se encontró que la mayor frecuencia de aciertos fue para la pregunta que cuestionaba la frecuencia de veces que se debe realizar una caminata; mientras que por otro lado en el ítem con mayor frecuencia de errores estuvo destinada a aquella que indagaba de qué enfermedad nos prevenía cuando realizamos actividad física. Ante esto, se infiere que las personas reconocen la actividad física como algo positivo, saben que caminar tiene un efecto positivo en la salud y es capaz de mejorar la calidad de vida; mas no conocen el verdadero impacto significativo que tiene la actividad física para prevenir la hipertensión arterial y otras enfermedades (Pereira, 2020). Un mejor conocimiento los estimularía a practicar actividad física con mayor frecuencia, lo que resulta positivo para los usuarios que asisten al centro de salud.

En base a los párrafos anteriores, se reconoce que los adultos que se atienden en el establecimiento de salud poseen en general un nivel de conocimiento medio, así como en sus

tres dimensiones. El conocimiento regular, aunque no es negativo, puede mejorarse en beneficio del paciente, por lo tanto, es labor de enfermería brindar la educación necesaria para lograr formar esquemas mentales en sus pacientes, y así, protegerlos de enfermedades silenciosas pero mortíferas como la hipertensión arterial.

VI. CONCLUSIONES

- Se da por concluido que los usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil presentan un nivel medio de conocimiento sobre la prevención de la hipertensión arterial con un 56,6%, el cual nos indica que es un factor crucial dentro de la sociedad por la falta de desinformación sobre dicho tema, teniendo en cuenta que es un tema ya muy presentado ahora en la actualidad.

- Consecuentemente el nivel de conocimiento según la dimensión generalidades, sobre la prevención de la hipertensión arterial da como resultado que los usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil, presentan un nivel medio de un 63,1%, siendo el que más predomina.

- Respectivamente el nivel de conocimiento según la dimensión alimentación, sobre la prevención de la hipertensión arterial da como resultado que los usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil, evidencian un nivel medio con un resultado de 49,8% siendo el porcentaje que mayor prevalece

- Correspondiente al nivel de conocimiento según la dimensión actividad física, sobre la prevención de la hipertensión arterial da como resultado que los usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil, obtuvieron un nivel medio de 54,2% siendo el más predominante.

VII. RECOMENDACIONES

- Al centro materno infantil “Laura Rodríguez Dulanto Duksil”, que implemente un espacio de foro informativo donde los usuarios puedan tener acceso libre a información de los diferentes temas de salud, pero en especial sobre el tema de la hipertensión arterial y como prevenirla, siendo así un sostén para elevar sus conocimientos de dicha problemática.
- A las autoridades de salud que desarrollen programas de actividad física y de interacción, en los diferentes centros de salud puesto que son los puntos más solicitados por los diferentes tipos de usuarios, a su vez que realicen campañas comunitarias para así incentivar más a la gente a que sepa más sobre el tema y así puedan acercarse a su establecimiento más cercano para que puedan participar en dichos programas de prevención.
- A las instituciones universitarias que asignen a sus estudiantes de enfermería a participar en programas de prevención de la hipertensión arterial en el ámbito comunitario, puesto que la participación de los estudiantes en estas iniciativas permitirá aplicar sus conocimientos en situaciones reales y así ellos fomentarán la adopción de hábitos saludables en la población mejorando sus conocimientos ante de dicho problema.
- Se recomienda llevar a cabo investigaciones adicionales enfocadas en evaluar el conocimiento sobre las posibles complicaciones causantes por la hipertensión arterial. Considerándose crucial ya que población debe estar informada acerca de los riesgos que enfrenta si no adopta las medidas preventivas adecuadas para evitar esta condición.

VIII. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Barbecho, E., y Calle, S. (2023). *Enfermedades no transmisibles: conocimientos y prácticas para la prevención de la hipertensión arterial en adultos*. Biblián y Déleg, 2023. [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica de Cuenca]. Repositorio Institucional de la UCACUE. <https://dspace.ucacue.edu.ec/bitstream/ucacue/15472/1/ERIKA%20ELIZABETH%20BARBECHO%20NARVAEZ%2c%20SANDRA%20MICHAELLA%20CALLE%20BER.pdf>
- Burgos, E. (2023). *Conocimientos sobre prevención de hipertensión arterial en pacientes que asisten al servicio de medicina general en el hospital Gustavo Lanatta Lujan-Bagua, 2022*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Politécnica Amazónica]. Repositorio Institucional de la UPA. https://repositorio.upa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12897/244/Tesis_Burgos_S%c3%a1nchez_Elena_Margarita.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Castillo, K. (2018). *Estilo De Vida Y Su Relación Con Los Niveles De Presión Arterial En Adultos Mayores Del Centro De Salud Víctor Larco -2018*. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional de la UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/25440>
- Chumo, G. (2018). *Nivel de conocimientos sobre Hipertensión Arterial en usuarios de 20-39 años que acuden a consulta externa del Hospital apoyo II Santa Rosa Setiembre-Diciembre 2018*. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional de la UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/25785>
- Chumpen, F. (2017). *Guía de Intervención de Enfermería en pacientes ambulatorios con diagnóstico de hipertensión arterial*.

<https://www.hospitalcayetano.gob.pe/PortalWeb/wpcontent/uploads/resoluciones/2017/RD/rd-550-2017.pdf>

- Encalada, S., Figueroa, S., Segovia, A., y Mejía, C. (2024). La Actividad Física como una Herramienta Didáctica para el Desarrollo de Habilidades Sociales en la Educación Básica Superior. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(6), 6424-6441. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i6.9176
- Gavilanez, P., y Guallichico, M. (2023). Conocimiento de los adultos mayores en la prevención de la hipertensión arterial. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 4(2), 2014–2023. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.733>
- García, J., y Chátara, A. (2019). *Conocimientos, actitudes y prácticas sobre la hipertensión arterial en personas que asisten a unidad comunitaria de salud familiar Milagro de la Paz, San Miguel, en periodo de febrero a setiembre del 2019*. [Tesis de Maestría, Universidad de el Salvador]. Repositorio Institucional de la UES. <https://repositorio.ues.edu.sv/server/api/core/bitstreams/52908bcf-382c-471c-b99f-166731ae8b68/content>
- Gijón, T., Rodilla, E., Molinero, A., Alvargonzález, M., y Ruilope, L. (2021). Conocimiento, tratamiento y control de la presión arterial según lugar de reclutamiento y sexo en la encuesta May Measure Month 2018 en España. *Hipertensión y Riesgo Vascular*, 38(1), 4–12. <https://doi.org/10.1016/J.HIPERT.2020.07.003>
- Gómez, G. (2020). *Efectividad de la estrategia educativa en el nivel de conocimientos sobre hipertensión arterial en adultos mayores de consultorios externos del Hospital Carlos Lanfranco La Hoz-Puente Piedra, 2020*. [Tesis de Licenciatura,

- Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional de la UCV.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/58145>
- Gutiérrez, R. (2020). Filosofía y Ciencia en la Educación Universitaria del Siglo. *Revista Educarnos*, 21(7), pp. 89-101. <https://revistaeducarnos.com/wp-content/uploads/2020/10/articulo-ricardo.pdf>
- Haad, C., Moyano, C., Robles, A. y Santamaría, R. (2023). Hipertensión arterial y riñón. *Medicine*, 13(83), pp. 4875-4882. <https://doi.org/10.1016/j.med.2023.06.017>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*. (Mc Graw Hill, Ed.; 6tha). <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Huamán, R. (2021). *Nivel de conocimiento sobre prevención de hipertensión arterial en adultos atendidos en el Centro de Salud Utcubamba, Amazonas-2021*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Politécnica Amazónica]. Repositorio Institucional de la UPA.
<https://repositorio.upa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12897/91/TESIS%20de%20Roxana%20Maribel%20Huam%C3%A1n%20Mart%C3%ADnez.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Instituto de Evaluación en Tecnologías de Salud e Investigación [IETSI]. (2022). *Guía de practica para el manejo de la hipertensión arterial*.
https://ietsi.essalud.gob.pe/wp-content/uploads/2022/12/GPC-HTA-esencial_Version-corta.pdf
- Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI]. (2024). *Enfermedades trasmisibles y no trasmisibles*.
https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1951/libro.pdf

- Instituto Nacional de Salud [INS]. (2023). *Consulta Nutricional para la prevención y control de la enfermedad hipertensiva de la persona joven adulta y adulta mayor*. <https://repositorio.ins.gob.pe/bitstream/handle/20.500.14196/1534/CONSULTA%20NUTRICIONAL-final.pdf?sequence=6&isAllowed=y>
- Llaro, G. (2015). *Efectividad de un programa educativo en el nivel de conocimiento y actitud sobre la prevención de ITS VIH/SIDA en varones que acuden al hospital distrital Jerusalén la esperanza-2013* [Tesis de Maestría, Universidad Católica Los Ángeles Chimbote]. Repositorio Institucional de la ULADECH. https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/378/PROGRAMA_EDUCATIVO%20LLARO%20SAONA_GIOVANNA_JUDITH.pdf?sequence=1
- Martínez, J. (2021). *Tipos de conocimiento*. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. [Diapositivas]. <https://repository.uaeh.edu.mx/bitstream/bitstream/handle/123456789/19961/tipos-conocimiento.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Martínez, C., Guillen, M., Quintana, D., Cajilema, B., Carche, L., y Inga, K. (2021). Prevalencia, factores de riesgo y clínica asociada a la hipertensión arterial en adultos mayores en América Latina. *Dominio de Las Ciencias*, 7(4), 2190–2216. <https://doi.org/10.23857/DC.V7I4.2230>
- Martínez, K. (2024). *Nivel de Conocimiento sobre Prevención de la Hipertensión Arterial en Adultos de un Centro de Salud Nivel I-3, Lima, Perú, 2024*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio Institucional de la UNFV. https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/8462/UNFV_FM

[HU Martinez Luyo Karina Lourdes Titulo profesional 2024.pdf?sequence=3
&isAllowed=y](https://www.bvs.hn/RCEUCS/pdf/RCEUCS6-1-2019-5.pdf?sequence=3&isAllowed=y)

Mejía, K., Mejía, D., Paredes, F., López, D., y Romero, J. (2019). Conocimientos, actitudes y prácticas de pacientes hipertensos en San José de Boquerón, julio 2018. *Revista Científica de la Escuela Universitaria de las Ciencias de la Salud*, 6(1), 21-28. <http://www.bvs.hn/RCEUCS/pdf/RCEUCS6-1-2019-5.pdf>

Ministerio de Salud del Perú [MINSa]. (2022). *Consulta nutricional para la prevención y control de la enfermedad hipertensiva de la persona joven, adulta y adulta mayor*.

<https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/3689828/Documento%20T%C3%A9cnico%3A%20Consulta%20Nutricional%20para%20la%20Prevenci%C3%B3n%20y%20Control%20de%20Enfermedades%20Hipertensiva%20de%20la%20Persona%20Joven%2C%20Adulta%20y%20Adulta%20Mayor.pdf?v=1664116940>

Ministerio de Salud del Perú [MINSa]. (2023). *Minsa insta a la población realizar actividades físicas para evitar el sedentarismo y la obesidad*.

<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/720499-minsa-insta-a-la-poblacion-realizar-actividades-fisicas-para-evitar-el-sedentarismo-y-la-obesidad>

Ministerio de Salud del Perú [MINSa]. (2023). *La hipertensión arterial es el principal factor de riesgo de las enfermedades cardiovasculares - Noticias - Ministerio de Salud - Plataforma del Estado Peruano*.

<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/759293-minsa-la-hipertension-arterial-es-el-principal-factor-de-riesgo-de-las-enfermedades-cardiovasculares>

Montes, A., Leal, E., Sillas, D., Benítez, V., Ruíz, M., Magaña, L., Vidalez, J. y Carvajal, K. (2022). Nivel de Conocimientos sobre Hipertensión Arterial en Adultos de una

comunidad rural de Nayarit. *South Florida Journal of development*, 3(2), pp. 2024-2035.

<https://ojs.southfloridapublishing.com/ojs/index.php/jdev/article/view/1278/1043>

Nieto, E. (2018). Tipos de Investigación. *CORE*.
https://core.ac.uk/display/250080756?utm_source=pdf&utm_medium=banner&utm_campaign=pdf-decoration-v1

Nina, N. (2020). *Efectividad de una intervención educativa sobre el conocimiento de prevención de hipertensión arterial en adultos, San Juan de Lurigancho – 2020*. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional de la UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/57268>

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2023). *Hipertensión*.
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2024). *Actividad Física*.
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

Organización Panamericana de la Salud [OPS]. (2022). Synthesis of evidence and recommendations: guidelines for the pharmacological treatment of arterial hypertension in adults. *Revista Panamericana de Salud Publica/Pan American Journal of Public Health*, 46. <https://doi.org/10.26633/RPSP.2022.172>

Ordóñez, D., y Sinisterra, G. (2020). Hipertensión arterial en pacientes de un servicio de atención prioritaria de odontología y su relación con características sociodemográficas. *Acta Odontológica Colombiana*, 10(2).
<https://revistas.unal.edu.co/index.php/actaodontocol/article/view/83721>

Orihuela, D., y Orihuela, Y. (2021). *Nivel de conocimiento sobre Hipertensión Arterial en adultos mayores que acuden al Centro de Salud de Chupaca 2021*. [Tesis de

- Licenciatura, Universidad Roosevelt]. Repositorio de la Universidad de Roosevelt. <https://repositorio.uroosevelt.edu.pe/handle/20.500.14140/701>
- Orozco, G. (2023). *Factores que influyen en la adherencia al tratamiento de hipertensión arterial en adultos de 40 a 60 años. Centro de salud tipo A. San José de Ancón. Santa Elena, 2022.* [Tesis de Licenciatura, Universidad Estatal Península de Santa Elena]. Repositorio de la UPSE. <https://repositorio.upse.edu.ec/handle/46000/9598>
- Orozco, D., Brotons, C., Banegas, J., Gil, V., Cebrián, A., Martín, E., Jordá, A., Vicuña, J., y Navarro, J. (2022). Recomendaciones preventivas cardiovasculares. Actualización PAPPS 2022. *Atención Primaria*, 54(S1), 102444. <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-pdf-S0212656722001640>
- Pereira, J. (2020). Efectos del ejercicio y otras intervenciones no farmacológicas en la hipertensión arterial. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación. *Revista Retos*, 38(1), pp. 1579-1726. https://www.researchgate.net/publication/339366997_Efectos_del_ejercicio_y_otras_intervenciones_no_farmacologicas_en_la_hipertension_arterial
- Pincay, M. (2020). Adherencia al tratamiento de la hipertensión arterial. *Revista Científica Biomédica Higía de La Salud.*, 2(1), 2020–2026. <https://doi.org/10.37117/HIGIA.V1I2.531>
- Ramírez, A. (2009). La teoría del conocimiento en investigación científica: una visión actual. *Anales de La Facultad de Medicina*, 70(3), pp. 217–224. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832009000300011

- Regino, Y., Quintero, M., y Saldarriaga, J. (2021). La hipertensión arterial no controlada y sus factores asociados en un programa de hipertensión. *Revista Colombiana de Cardiología*, 28(6), 648-655. <https://doi.org/10.24875/rccar.m21000108>
- Risco, E. (2020). *Prácticas preventivas de la hipertensión y presión arterial en los trabajadores de Cineplanet Brasil, Breña-2020*. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional de la UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/48985>
- Rojas, R. (2013). *Guía para realizar investigaciones sociales*. Plaza y Valdés, Ed.; 38th ed. <https://raulrojassoriano.com/guia-para-realizar-investigaciones-sociales/>
- Rosado, J. (10 de octubre de 2017). *El proceso de investigación y niveles de conocimiento*. Fundación Para La Investigación Social Avanzada. <https://isdfundacion.org/2017/10/04/el-proceso-de-investigacion-y-niveles-de-conocimiento/>
- Rondan, E. (2022) *Conocimiento de prevención de hipertensión arterial en pacientes atendidos en consulta externa del Hospital San Juan Bautista, Huaral, 2022*. [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional de la UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/108019/Rondan_R_SE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Seguro Social de Salud [ESSALUD]. (2016). *Chicha morada ayuda a proteger el corazón*. <https://www.essalud.gob.pe/essalud-chicha-morada-ayuda-a-proteger-el-corazon/>
- Seguro Nacional de Salud [SENASA]. (2020). *SeNaSa Garantiza cobertura a los Afiliados con Diagnóstico de Hipertensión Arterial*.

<https://www.arsenasa.gob.do/wp-content/uploads/2020/05/D%C3%ADa-Mundial-de-la-Hipertensi%C3%B3n-Arterial-min.pdf>

Valderrama, J. (2005). Principales Aspectos sobre la Preparación de un Artículo para ser Publicado en una Revista Internacional de Corriente Principal. *Información Tecnológica*, 16(2), 3–14. <https://doi.org/10.4067/S0718-07642005000200002>

Vargas, I. (2020). *Factores socioculturales asociados a la hipertensión arterial en el adulto mayor, Huaraz – 2020*. [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional de la UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/59937>

IX. ANEXOS

Anexo A: MATRIZ DE CONSISTENCIA

NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE PREVENCIÓN DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL EN USUARIOS DEL CENTRO

MATERNO INFANTIL LAURA RODRIGUEZ DULANTO DUKSIL - 2024

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	VARIABLES	DISEÑO METODOLÓGICO
<p>Problema General</p> <p>¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial en usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024?</p>	<p>Objetivo General</p> <p>Determinar el nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial en usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024</p>	<p>Variable</p> <p>Conocimiento sobre la prevención de la hipertensión arterial</p>	<p>Método: Cuantitativo Tipo de Investigación: Básica Nivel: Descriptiva Diseño: No experimental, transversal</p> <p>Población y Muestra La población de estudio es de 700 usuarios externos que acudieron en un mes al área de medicina externa del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024 en el distrito de comas, teniendo una muestra de 249 usuarios usando la fórmula para población finita.</p> <p>Instrumento: Para la variable de conocimiento se usó el instrumento creado por el mismo autor que consta de 15 ítems. Dichos instrumentos fueron sometidos a validez de ocho jueces expertos obteniendo una validez de 93.05% siendo altamente aplicable y de igual manera para la confiabilidad se realizó una prueba piloto con 20 usuarios, alcanzado un alfa de Cronbach de 0.801</p>
<p>Problemas Específicos</p> <p>¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial según la dimensión generalidades en los usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024?</p>	<p>Objetivos Específicos</p> <p>Identificar el nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial según la dimensión generalidades en los usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024</p>	<p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Generalidades - Alimentación - Actividad física 	
<p>¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial según la dimensión alimentación en los usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024?</p> <p>¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial según la dimensión actividad física en los usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024?</p>	<p>Identificar el nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial según la dimensión alimentación en los usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024</p> <p>Identificar el nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial según la dimensión actividad física en los usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil-2024</p>		

Anexo B:

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	ESCALA VALORATIVA (Nivel o Rango)
Nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial	El conocimiento es un conjunto de información almacenada mediante la experiencia o enseñanza, puesto que obtiene diferentes datos que son interrelacionados para después abordar al sentido cognitivo del individuo pensante. (Rojas, 2013)	La variable del conocimiento sobre la prevención de la hipertensión arterial está conformada por tres dimensiones, las cuales son generalidades, alimentación y actividad física, de igual forma cada una de ellas se subdivide en indicadores que permiten una mejor concepción de la variable, y son 15 ítems en total, con una escala de valoración de nivel de conocimiento alto, medio y bajo	Generalidades	-Definición -Síntomas -Valores normales -Toma de la presión arterial -Afectación	Ordinal	NIVEL ALTO (más de 13 puntos)
			Alimentación	-Ingesta de sodio -Consumo de verduras -Consumo de frutas -Consumo de grasas -Ingesta de sustancias nocivas		NIVEL MEDIO (9 a 13 puntos)
			Actividad física	-Frecuencia de una actividad -Tiempo de caminata -Prevención de riesgos -Beneficio -Interacción social		NIVEL BAJO (menos de 9 puntos)

Anexo C:**INSTRUMENTO****NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE PREVENCIÓN DE LA HIPERTENSIÓN****ARTERIAL EN USUARIOS DEL CENTRO MATERNO INFANTIL LAURA****RODRIGUEZ DULANTO DUKSIL - 2024****I. PRESENTACIÓN:**

Buen día, mi nombre es Jamir Martin Cervantes Tito, soy bachiller de enfermería de la Universidad Nacional Federico Villareal, estoy realizando un estudio de investigación, con el fin de obtener información sobre sus conocimientos en la prevención de la hipertensión arterial. Para la cual solicito su colaboración a través de sus respuestas sinceras y veraces, expresándole que es de manera anónima y confidencial. Agradezco anticipadamente su participación.

II. DATOS GENERALES:**Nombre y Apellido:****Edad:****Sexo:** Masculino () Femenino ()**Grado de instrucción:**

1.-Sin estudios () 2.-Primarios () 3.-Secundarios () 4.- Técnico ()

5.- Superior Univ. ()

Ocupación:

1.- Ama de casa () 2.- Trabajador independiente () 3.- Trabajador dependiente ()

4.- Otros ()

III. INSTRUCCIONES:

-Lea cuidadosamente cada pregunta y luego responda con un aspa (x), en la respuesta que usted crea correcta

IV. CONOCIMIENTOS SOBRE LA PREVENCIÓN DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL

DIMENSIÓN GENERALIDADES

1.- ¿Que es la hipertensión arterial?

- a) Enfermedad transmisible que se contagia mediante contacto directo con una persona diagnosticada con hipertensión arterial
- b) Enfermedad crónica que consiste en el aumento de la presión sanguínea en las arterias
- c) Enfermedad causada por un virus que consiste en disminuir el flujo sanguíneo de las arterias
- d) Enfermedad causada por bacterias que aumentan la presión sanguínea en el cuerpo humano

2.- ¿Cuáles son los síntomas de la hipertensión arterial?

- a) Habitualmente no se siente, pero los más presentados son: dolor de cabeza, visión borrosa, mareos, náuseas, dolor en el pecho y dificultad respiratoria
- b) Habitualmente se siente y los síntomas más frecuentes son: dolor de cabeza, eritema excesivo y congestión nasal
- c) Habitualmente se siente, y los síntomas más frecuentes: visión borrosa, dolor abdominal, fiebre, mareos y erupciones cutáneas
- d) Habitualmente se siente y los síntomas más frecuentes son: dolores de cabeza, estreñimiento, vómitos, dolor en el pecho y malestar general

3.- ¿Cuál es el valor normal de la presión arterial?

- a) 140/90 mmHg.
- b) 120/80 mmHg.
- c) 150/90 mmHg.
- d) 160/110 mmHg.

4.- ¿Cuál es el momento correcto que se puede tomar la presión arterial?

- a) Después de hacer actividad física
- b) Tomar la presión después de ingerir las comidas
- c) Tomar la presión antes de ir al baño
- d) Tomar la presión arterial cuando una persona este en reposo

5.- ¿Cuáles son los órganos más afectados en el ser humano por la enfermedad de la hipertensión arterial?

- a) Corazón, riñones, cerebro y ojos
- b) Corazón, hígado, ojos y piel
- c) Cerebro, estómago, piel y lengua
- d) Corazón, riñones, piel y pie

DIMENSIÓN ALIMENTACIÓN

6.- ¿Cuánto es la cantidad de sal que una persona debe de consumir diariamente?

- a) 1 cucharadita.
- b) 2 cucharadas.
- c) 1 Cucharada.
- d) Media cucharadita.

7.- Que verduras se recomiendan consumir para prevenir la hipertensión arterial:

- a) Apio, tomate, brócoli, zanahoria, coliflor
- b) Salsa de tomate, ketchup, sopas instantáneas
- c) Maíz morado, sazonadores instantáneos, apio
- d) Apio, espárragos enlatados, brócoli, frutas deshidratadas

8.- ¿Que frutas debemos limitar el consumo para prevenir la hipertensión arterial?

- a) Ciruela, plátano, pera, manzana
- b) Papaya, melocotón, pera, manzana, melón

c) Durazno enlatado, piña en conserva, frutas deshidratadas

d) Melón, toronja, lima, papaya

9.- ¿Qué alimentos pueden aumentar la presión arterial por su alto contenido en grasas dañinas?

a) Aceite de oliva, palta, hamburguesas.

b) Pescado, aceite de oliva, queso mantecoso.

c) Pescado, aceite de olvida, aceitunas.

d) Mantequilla, carnes grasas, embutidos, quesos grasos.

10.- ¿Cuáles son las sustancias nocivas que no debemos consumir para prevenir la hipertensión arterial?

a) Manzanilla, café, té, agua, tabaco, chica morada

b) Café, tabaco, alcohol, cannabis, drogas, bebidas energizantes

c) Café, tabaco, alcohol, cannabis, manzanilla, chicha morada

d) Café, alcohol, cannabis, té, chicha morada

DIMENSIÓN ACTIVIDAD FÍSICA

11.- ¿Con que frecuencia se debe realizar caminatas?

a) 1 vez a la semana.

b) Diario.

c) 1 vez al mes.

d) No es necesario.

12.- ¿Cuánto tiempo puede durar una actividad física para prevenir la hipertensión arterial?

a) 2 horas.

b) 30 minutos.

c) 5 minutos.

d) 1 hora.

13.- ¿Cuándo realizamos ejercicios físicos evitamos el riesgo de enfermar de?

a) Hipertensión arterial.

b) Enfermedades coronarias.

c) Obesidad.

d) Todos.

14.- Entre los beneficios de la actividad física para preservar la salud tenemos:

a) Reduce el riesgo de padecer depresión, ansiedad, estrés

b) Ayuda a controlar el peso para reducir enfermedades como hipertensión arterial, obesidad, diabetes

c) Mantiene fuerte tus habilidades para pensar

d) Todas las anteriores.

15.- ¿Qué actividades sociales influyen en la prevención de la hipertensión arterial?

a) Asistir a reuniones sociales sanamente, ir de paseo, asistir a campañas sociales de salud, interactuar activamente con la familia.

b) No salir de casa, no tener contacto con amigos o familiares, dormir todo el día, salir a tomar con amigos.

c) Asistir a reuniones sociales con hábitos nocivos, asistir a campañas sociales de salud, no interactuar activamente con la familia.

d) Asistir a reuniones, ser evasivo socialmente, dormir todo el día.

Anexo D:**VALIDEZ****EVALUACIÓN GLOBAL DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN POR JUEZ****EXPERTO**

Instrumento: “Conocimientos sobre prevención de la hipertensión arterial”

VALIDEZ DEL INSTRUMENTO

**RESULTADOS DE LOS PORCENTAJES DE VALORACION DE CADA JUEZ POR
CRITERIO**

Criterios	Juez	Promedio							
	1	2	3	4	5	6	7	8	
CLARIDAD	80	100	100	100	80	80	100	100	92.5
OBJETIVIDAD	80	100	100	100	80	80	100	100	92.5
ACTUALIDAD	80	100	100	100	80	80	100	100	92.5
ORGANIZACIÓN	100	100	100	100	80	80	100	100	95.0
SUFICIENCIA	80	100	100	100	80	80	100	100	92.5
INTENCIONALIDAD	80	100	100	100	80	80	80	100	90.0
CONSISTENCIA	80	100	100	100	80	80	100	100	92.5
COHERENCIA	100	100	100	100	80	80	100	100	95.0
METODOLOGIA	100	100	100	100	80	80	100	100	95.0
TOTAL									93.05%

Se tomaron en cuenta los resultados de los ocho jueces expertos, quienes proporcionaron los porcentajes de validez por cada uno de los indicadores evaluados. Se utilizó el coeficiente V de Aiken, logrando un porcentaje total de 93.05%, que supera el umbral del 70%. Esto indica que la aplicabilidad es altamente aceptable.

Anexo E:**CONFIABILIDAD**

Para los resultados de confiabilidad, se realizó una prueba piloto donde se encuestó a 20 personas, que presentaban las mismas características que nuestra población luego se vació las encuestas al programa SPSS versión N°25, donde por último se sacó la confiabilidad con el coeficiente de alfa de Cronbach teniendo como resultado un 0.801, evidenciando así que dicho instrumento presenta una confiabilidad muy buena.

Confiabilidad del instrumento “nivel de conocimiento sobre la prevención de la hipertensión arterial”:

Alfa de Cronbach	N° de elementos
.801	15

Anexo F:**ESCALA DE VALORACIÓN DEL INSTRUMENTO**

Para la escala de valoración del instrumento y sus dimensiones se usó la escala de Stanones

Variable Conocimiento

ALTO	Más de 13 puntos
MEDIO	De 9 a 13 puntos
BAJO	Menos de 9 puntos

Dimensión Generalidades

ALTO	Más de 4 puntos
MEDIO	De 3 a 4 puntos
BAJO	Menos de 3 puntos

Dimensión Alimentación

ALTO	Más de 4 puntos
MEDIO	De 3 a 4 puntos
BAJO	Menos de 3 puntos

Dimensión Actividad física

ALTO	Más de 4 puntos
MEDIO	De 3 a 4 puntos
BAJO	Menos de 3 puntos

Anexo G: MATRIZ DE DATOS

	Quev alah perte	Cu dite sso	Cu dite selv	Cu dite eset mam	Cu dite sso	Cu dite sso	Qu ver uras	Q u ef	Q u é	C dite	C dite	C dite	C dite	E n re	Q u é
1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1
2	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1
3	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1
4	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1
5	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0
6	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1
7	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1
9	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0
10	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1
11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1
12	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0
13	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0
14	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0
15	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0
16	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1
17	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1
18	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1
19	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0
20	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
21	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1
22	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0
23	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1
24	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1
25	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1
26	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
27	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1
28	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
29	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
30	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
31	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
32	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
33	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1
34	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
35	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1
36	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1
37	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1
38	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1
39	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
40	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
41	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1

42	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0
43	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1
44	1	0	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1
45	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1
46	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
47	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0
48	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1
49	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1
50	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0
51	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
52	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
53	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1
54	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0
55	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
56	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1
57	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
58	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
59	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0
60	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1
61	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
62	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1
63	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0
64	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
65	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1
66	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1
67	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1
68	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0
69	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
70	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
71	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
72	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
73	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	1
74	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0
75	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1
76	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1
77	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1
78	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
79	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1
80	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0
81	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0
82	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

83	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
84	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1
85	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1
86	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1
87	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1
88	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1
89	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1
90	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1
91	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1
92	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1
93	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1
94	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
95	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1
96	1	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1
97	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0
98	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1
99	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1
100	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0
101	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1
102	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1
103	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1
104	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1
105	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1
106	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1
107	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1
108	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1
109	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1
110	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0
111	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1
112	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
113	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
114	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1
115	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0
116	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1
117	1	0	0	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	

165	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
166	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1
167	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
168	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
169	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1
170	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1
171	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
172	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
173	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1
174	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1
175	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
176	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1
177	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1
178	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1
179	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
180	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1
181	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
182	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0
183	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1
184	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1
185	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1
186	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
187	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
188	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
189	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
190	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
191	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1
192	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
193	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1
194	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
195	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
196	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1
197	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1
198	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
199	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
200	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1
201	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
202	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1
203	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1
204	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1
205	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1

206	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1
207	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
208	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
209	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
210	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
211	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
212	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0
213	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1
214	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
215	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1
216	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1
217	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
218	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
219	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
220	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
221	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
222	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
223	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0
224	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1
225	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
226	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1
227	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1
228	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1
229	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1
230	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1
231	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	0
232	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1
233	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0
234	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1
235	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
236	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0
237	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
238	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1
239	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
240	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1
241	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1
242	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
243	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1
244	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0
245	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1
246	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1
247	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
248	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1
249	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1

Anexo H:

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Este documento de consentimiento informado tiene información que lo ayudará a decidir si desea participar en este estudio de investigación en salud. Lea con detenimiento la información proporcionada líneas abajo, de aceptar, el investigador se quedará con una copia firmada de este documento, mientras usted poseerá otra copia también firmada.

La presente investigación se titula “Nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial en usuarios del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil - 2024” y es elaborado por Cervantes Tito, Jamir Martin; alumno egresado de enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal. El objetivo de este estudio es determinar el nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial en usuarios que acuden al consultorio externo de medicina del centro materno infantil Laura Rodríguez Dulanto Duksil

Para ello, se le solicita participar en una encuesta que le tomará 10 minutos de su tiempo. Su participación en este estudio es completamente voluntaria y usted puede decidir retirarse en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio en su atención en este centro de salud.

Su participación no le generará ningún riesgo a su salud. Sus respuestas permitirán evidenciar dicha problemática, para que así el centro materno infantil elabore espacios informativos sobre la prevención de la hipertensión arterial donde usted pueda acceder libremente a esta información. Al concluir la investigación, si usted brinda su correo electrónico se le enviará un tríptico sobre la prevención de la hipertensión arterial con toda la información requerida del tema.

Su identidad será tratada de manera anónima, usted no requiere registrar su nombre en la encuesta y no podrá ser identificada en cualquier informe que se difunda sobre este estudio.

Si tuviera alguna consulta sobre la investigación, puede formularla cuando lo estime conveniente. Si desea, podrá escribir al correo 2019011994@unfv.edu.pe o llamar al celular 922833898. Si está de acuerdo con los puntos anteriores, acepte y complete sus datos a continuación:

(SI) (NO) ACEPTO PARTICIPAR EN ESTE ESTUDIO

Apellido y Nombre:

Fecha:

Correo electrónico:

Firma del participante

Firma del investigador

Anexo I:

DOCUMENTOS ADMINISTRATIVOS



Universidad Nacional
Federico Villarreal



FACULTAD MEDICINA "HIPÓLITO UNANUE"

OFICINA DE GRADOS Y GESTIÓN DEL EGRESADO
AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA, Y
DE LA CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNÍN Y AYACUCHO

El Agustino 08 de agosto 2024

DR.

JULIO CESAR MOGOLLÓN RODRÍGUEZ
JEFE DEL CENTRO MATERNO INFANTIL LAURA
RODRÍGUEZ DULANTO DUSKIL

Presente. -

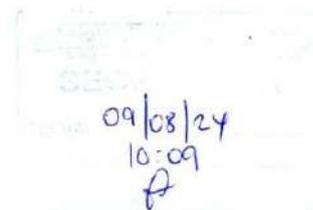
ASUNTO: AUTORIZACIÓN PARA REALIZAR
INVESTIGACIÓN DE TESIS

Es grato dirigirme a Ud. para saludarlo cordialmente, asimismo presentar al bachiller de la escuela profesional de enfermería de la Universidad Nacional Federico Villarreal: el alumno, **CERVANTES TITO JAMIR MARTIN**, quien desarrollará un trabajo de investigación en el "**CENTRO MATERNO INFANTIL LAURA RODRÍGUEZ DULANTO DUSKIL**" que pertenece a su jurisdicción. El Proyecto de Tesis para la obtención del título profesional de licenciado en enfermería; **Titulada: "NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE PREVENCIÓN DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL EN USUARIOS DEL CENTRO MATERNO INFANTIL LAURA RODRÍGUEZ DULANTO DUSKIL-2024 "** que será presentado a su despacho, física y virtualmente según los requisitos estipulados, así como el compromiso de entrega de los resultados finales del estudio.

Contando con su gentil apoyo para la autorización respectiva, reitero mi mayor consideración y alta estima personal.

Atentamente


Dr. DANTE OBISPO PANZERA GORDILLO
JEFE
GRADOS Y GESTIÓN DEL EGRESADO



C.c.
Archivo



"Año del Bicentenario, de la Consolidación de nuestra Independencia, y de la
Commemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

"CMI LAURA RODRÍGUEZ DULANTO DUKSIL"

Comas, 09 de agosto de 2024

CARTA N° 016-2024-MJ-CMILRDD-LN

Dr. Dante Carlos Panzera Gordillo
Jefe de Grados y gestión del Egresado
Universidad nacional Federico Villarreal

Presente.-

De mi mayor consideración

Tengo a bien dirigirme a usted para saludarlo cordialmente y a la vez en cuanto a la solicitud de realizar un trabajo de investigación de tesis, cuyo trabajo de campo tiene como título "nivel de conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial" del siguiente alumno:

- **CERVANTES TITO JAMIR MARTIN**

Esta institución no tiene impedimento en aceptar lo solicitado.

Sin otro particular, hago propicia la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi especial consideración y estima.

Atentamente,



MINISTERIO DE SALUD
DIRECCIÓN DE REDES INTEGRADAS DE SALUD LIMA NORTE
RED INTEGRADA DE SALUD COMAS
M.C. JULIO CESAR MOGOLLÓN RODRÍGUEZ
C.M.F. 44538
MÉDICO JEFE DE LA UNIDAD DE SALUD COMAS

Anexo J:

TRÍPTICO DE APOYO

RIESGOS ASOCIADOS:
Si en caso no se controló o no se detecta a tiempo estos son los posibles riesgos que puede presentar:
-Enfermedades cardiovasculares
-Accidente cerebrovascular
-Enfermedad renal

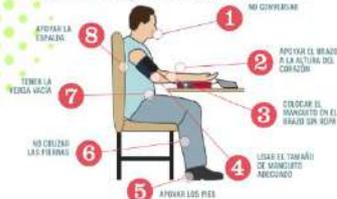


VALORES NORMALES

NORMAL	ELEVADA	Alta Nivel 1	Alta Nivel 2	CRISIS
SISTÓLICA	SISTÓLICA	SISTÓLICA	SISTÓLICA	SISTÓLICA
120-129	130-139	140-159	160-179	>180
DIASTÓLICA	DIASTÓLICA	DIASTÓLICA	DIASTÓLICA	DIASTÓLICA
80-84	85-89	90-99	100-109	>110

COMO SE TOMA LA PRESIÓN:

El momento correcto es cuando la persona está en reposo y debe seguir estos pasos:



¿QUE ES LA HIPERTENSION ARTERIAL?

La hipertensión arterial está definida como una enfermedad silenciosa, causada por el aumento de la presión sanguínea en las arterias, considerándose una enfermedad crónica si no es controlada a su debido tiempo.



SINTOMAS

Habitualmente no se siente, pero estos son los mas presentados:



HIPERTENSION ARTERIAL



“La hipertensión no avisa; actúa hoy para prevenirla y protege tu salud para siempre”



ACTIVIDAD FISICA

Se tiene como concepto que la actividad física es uno de los pilares que actúan de forma inmediata, puesto que fortalece el ritmo cardíaco y a su vez mejora la resistencia respiratoria, siendo una de las mejores medidas para afrontar esta enfermedad silenciosa.

ACTIVIDADES QUE DEBE REALIZAR



! Cabe resaltar que el estrés también es un factor influyente para causar hipertensión, es por eso que al realizar actividad física reducimos esa fuente estresora; de igual manera la actividad social, es muy importante tener un buen círculo social sano para así establecer buenos hábitos en nuestra vida.



INGESTA DE SAL

Como parte de una medida preventiva ante esta enfermedad silenciosa, sería la reducción del consumo de la sal, el cual no debe excederse de 5gr/día que equivale a una cucharadita



SUSTANCIAS NOCIVAS

Al reducir el consumo de sustancias con alto contenido de cafeína, disminuirá el riesgo de desarrollar esta enfermedad silenciosa



MEDIDAS PREVENTIVAS: ALIMENTACION

Para la prevención de la hipertensión arterial se recomienda la adopción de un estilo de vida más saludable, donde la dieta se hace presente puesto que es un punto muy influyente para una buena alimentación.



Anexo K:

FICHAS DE VALIDACIÓN

FICHA DE EVALUACIÓN GLOBAL DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN POR
JUEZ EXPERTO

DATOS GENERALES

Apellidos y Nombres del Informante	Cargo o Institución donde labora	Nombre del Instrumento de evaluación	Autor del Instrumento
Lic. MOSAYON RAMOS GLADYS	ENFERMERA ASISTENCIAL	"Conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial"	Cervantes Tito Jamir Martin

Título "NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE PREVENCIÓN DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL EN USUARIOS DEL CENTRO MATERNO INFANTIL LAURA RODRIGUEZ DULANTO DUSKIL - 2024."

I. ASPECTOS DE VALIDACIÓN.

CRITERIOS	INDICADORES	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
1. CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje apropiado.				✓	
2. OBJETIVIDAD	Esta expresado en capacidades observables.				✓	
3. ACTUALIDAD	Adecuado a la autoevaluación.				✓	
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica					✓
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.				✓	
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos de la gestión administrativa e institucional.				✓	
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos-científicos de la autoevaluación.				✓	
8. COHERENCIA	Existe coherencia entre los índices, indicadores y las dimensiones.					✓
9. METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito del diagnóstico.					✓

II. OPINION DE APLICABILIDAD

Es un estudio dirigido a los problemas de salud de la población que va en camino al cual debe seleccionarse por lo tanto es aplicable

III. PROMEDIO DE VALORACIÓN

90%

NOMBRE Y APELLIDO DEL JUEZ INFORMANTE: Lic. GLADYS MOSAYON RAMOS

CARGO E INSTITUCIÓN:

Enfermera asistencial
Hospital Nacional Capatzen Heredia

Fecha	Nº de DNI	Firma y Sello del Juez Experto	Nº de teléfono
3 de Junio 2024	09620504	Lic.  Lic. Gladys Mosayon Ramos CEP 9450 RCEP 4169	985640373

**FICHA DE EVALUACIÓN GLOBAL DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN
POR JUEZ EXPERTO**

DATOS GENERALES

Apellidos y Nombres del Informante	Cargo o Institución donde labora	Nombre del Instrumento de evaluación	Autor del Instrumento
Mg. Torre Saldaña Araceli	Enfermera responsable de ESI C.S. Año Nuevo	"Conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial"	Cervantes Tito Jamir Martin

Título "NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE PREVENCIÓN DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL EN USUARIOS DEL CENTRO MATERNO INFANTIL LAURA RODRIGUEZ DULANTO DUSKIL - 2024."

I. ASPECTOS DE VALIDACIÓN.

CRITERIOS	INDICADORES	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
1. CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje apropiado.					X
2. OBJETIVIDAD	Esta expresado en capacidades observables.					X
3. ACTUALIDAD	Adecuado a la autoevaluación.					X
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica					X
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.					X
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos de la gestión administrativa e institucional.					X
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos-científicos de la autoevaluación.					X
8. COHERENCIA	Existe coherencia entre los índices, indicadores y las dimensiones.					X
9. METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito del diagnóstico.					X

II. OPINION DE APLICABILIDAD

El cuestionario se encuentra aplicable

III. PROMEDIO DE VALORACIÓN

Estimada(o) Juez Experto, agradecemos su participación en la validación del presente instrumento.

NOMBRE Y APELLIDO DEL JUEZ INFORMANTE: Mg. Araceli Torre Saldaña

CARGO E INSTITUCIÓN: Enfermera responsable ESI C.S. Año Nuevo

Fecha	Nº de DNI	Firma y Sello del Juez Experto	Nº de teléfono
3 de Junio 2024	40694141	Mg.  Mg. Araceli Torre Saldaña Enfermera responsable y Comunitaria E.S.I. Año Nuevo C.E.P. 00137 - PUNO PERÚ	959171627

FICHA DE EVALUACIÓN GLOBAL DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN POR JUEZ EXPERTO

DATOS GENERALES

Apellidos y Nombres del Informante	Cargo o Institución donde labora	Nombre del Instrumento de evaluación	Autor del Instrumento
Pinedo Cordero Michel	Medico Cardiólogo MUNA (C.S.MI Sta Lucía II)	"Conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial"	Cervantes Tito Jamir Martin

Titulo "NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE PREVENCIÓN DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL EN USUARIOS DEL CENTRO MATERNO INFANTIL LAURA RODRIGUEZ DULANTO DUSKIL - 2024."

I. ASPECTOS DE VALIDACIÓN.

CRITERIOS	INDICADORES	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
1. CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje apropiado.					✓
2. OBJETIVIDAD	Esta expresado en capacidades observables.					✓
3. ACTUALIDAD	Adecuado a la autoevaluación.					✓
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica					✓
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.					✓
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos de la gestión administrativa e institucional.					✓
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos-científicos de la autoevaluación.					✓
8. COHERENCIA	Existe coherencia entre los índices, indicadores y las dimensiones.					✓
9. METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito del diagnóstico.					✓

II. OPINION DE APLICABILIDAD

Instrumento Aplicable

III. PROMEDIO DE VALORACIÓN

Estimada(o) Juez Experto, agradecemos su participación en la validación del presente instrumento.

NOMBRE Y APELLIDO DEL JUEZ INFORMANTE: Dr Michel Pinedo Cordero

CÁRGO E INSTITUCIÓN: Medico Cardiólogo
- Institución: MUNA (C.S.MI Sta Lucía II)

Fecha	Nº de DNI	Firma y Sello del Juez Experto	Nº de teléfono
24 Mayo 2024	43236730		954767427

DR. MICHEL PINEDO CORDERO
MEDICO CARDIOLOGO
CNP 44730 RNE 34637

FICHA DE EVALUACIÓN GLOBAL DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN POR JUEZ EXPERTO

DATOS GENERALES

Apellidos y Nombres del Informante	Cargo o Institución donde labora	Nombre del Instrumento de evaluación	Autor del Instrumento
Mg. Moriano Osorio Judy Sthefany	DIRIS Lima Norte	"Conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial"	Cervantes Tito Jamir Martin

Título "NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE PREVENCIÓN DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL EN USUARIOS DEL CENTRO MATERNO INFANTIL LAURA RODRIGUEZ DULANTO DUSKIL - 2024."

I. ASPECTOS DE VALIDACIÓN.

CRITERIOS	INDICADORES	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
1. CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje apropiado.				X	
2. OBJETIVIDAD	Esta expresado en capacidades observables.				X	
3. ACTUALIDAD	Adecuado a la autoevaluación.				X	
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica				X	
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.				X	
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos de la gestión administrativa e institucional.				X	
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos-científicos de la autoevaluación.				X	
8. COHERENCIA	Existe coherencia entre los índices, indicadores y las dimensiones.				X	
9. METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito del diagnóstico.				X	

II. OPINION DE APLICABILIDAD APLICABLE

Estimada(o) Juez Experto, agradecemos su participación en la validación del presente instrumento.

NOMBRE Y APELLIDO DEL JUEZ INFORMANTE: Mg. Moriano Osorio Judy Sthefany

CARGO E INSTITUCIÓN: Responsable de la Unidad Funcional de Epidemiología e Inteligencia Sanitaria de la Oficina de Epidemiología, Inteligencia Sanitaria y Docencia e Investigación de la DIRIS Lima Norte.

Fecha	N° de DNI	Firma y Sello del Juez Experto	N° de teléfono
03 de Junio de 2024	46719858	 LIC. JUDY STHEFANY MORIANO OSORIO Resp. de la Unidad Funcional de Epidemiología e Inteligencia Sanitaria	992 360707

FICHA DE EVALUACIÓN GLOBAL DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN POR JUEZ EXPERTO

DATOS GENERALES

Apellidos y Nombres del Informante	Cargo o Institución donde labora	Nombre del Instrumento de evaluación	Autor del Instrumento
Mg. <i>Sallo Acastya Victoria</i>	<i>Coordinadora EVN - RIS Independencia</i>	"Conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial"	Cervantes Tito Jamir Martin

Título "NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE PREVENCIÓN DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL EN USUARIOS DEL CENTRO MATERNO INFANTIL LAURA RODRIGUEZ DULANTO DUSKIL - 2024."

I. ASPECTOS DE VALIDACIÓN.

CRITERIOS	INDICADORES	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Buena 41-60%	Muy Buena 61-80%	Excelente 81-100%
1. CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje apropiado.					X
2. OBJETIVIDAD	Esta expresado en capacidades observables.					X
3. ACTUALIDAD	Adecuado a la autoevaluación.					X
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica					X
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.					X
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos de la gestión administrativa e institucional.					X
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos-científicos de la autoevaluación.					X
8. COHERENCIA	Existe coherencia entre los índices, indicadores y las dimensiones.					X
9. METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito del diagnóstico.					X

II. OPINION DE APLICABILIDAD

..... *Favorable*

III. PROMEDIO DE VALORACIÓN

Estimada(o) Juez Experto, agradecemos su participación en la validación del presente instrumento.

NOMBRE Y APELLIDO DEL JUEZ INFORMANTE: Mg. *Victoria Sallo Acastya*

CARGO E INSTITUCIÓN: *Coordinadora EVN - RIS Independencia.*

Fecha	Nº de DNI	Firma y Sello del Juez Experto	Nº de teléfono
3 de Junio 2024	<i>06769106</i>	Mg. 	<i>993264221</i>

FICHA DE EVALUACIÓN GLOBAL DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN POR JUEZ EXPERTO

DATOS GENERALES

Apellidos y Nombres del Informante	Cargo o Institución donde labora	Nombre del Instrumento de evaluación	Autor del Instrumento
Mg. Sandra Estela Velásquez Soto	Dirección de Redes Integradas de Salud Lima Norte	“Conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial”	Cervantes Tito Jamir Martin

Título “NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE PREVENCIÓN DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL EN USUARIOS DEL CENTRO MATERNO INFANTIL LAURA RODRIGUEZ DULANTO DUSKIL - 2024.”

I. ASPECTOS DE VALIDACIÓN.

CRITERIOS	INDICADORES	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
1. CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje apropiado.					X
2. OBJETIVIDAD	Esta expresado en capacidades observables.					X
3. ACTUALIDAD	Adecuado a la autoevaluación.					X
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica					X
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.					X
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos de la gestión administrativa e institucional.					X
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos-científicos de la autoevaluación.					X
8. COHERENCIA	Existe coherencia entre los índices, indicadores y las dimensiones.					X
9. METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito del diagnóstico.					X

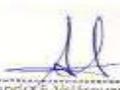
II. OPINION DE APLICABILIDAD

..... APLICABLE

Estimada(o) Juez Experto, agradecemos su participación en la validación del presente instrumento.

NOMBRE Y APELLIDO DEL JUEZ INFORMANTE: Mg. Sandra Estela Velasquez Soto

CARGO E INSTITUCIÓN: Enfermera / Dirección de Redes Integradas de Salud Lima Norte

Fecha	Nº de DNI	Firma y Sello del Juez Experto	Nº de teléfono
01 junio del 2024	45220336	 U.C. Sandra E. Velásquez Soto ENFERMERA CERN-000004 Mg. Sandra Estela Velasquez Soto	994864057

FICHA DE EVALUACIÓN GLOBAL DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN POR JUEZ EXPERTO

DATOS GENERALES

Apellidos y Nombres del Informante	Cargo o Institución donde labora	Nombre del Instrumento de evaluación	Autor del Instrumento
Mg. Sánchez Fernández Magdalena Gladys	CMI Santa Luzmila II	"Conocimiento sobre prevención de la hipertensión arterial"	Cervantes Tito Jamir Martín

Título "NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE PREVENCIÓN DE LA HIPERTENSIÓN ARTERIAL EN USUARIOS DEL CENTRO MATERNO INFANTIL LAURA RODRIGUEZ DULANTO DUSKIL - 2024."

I. ASPECTOS DE VALIDACIÓN.

CRITERIOS	INDICADORES	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
1. CLARIDAD	Esta formulado con lenguaje apropiado.					X
2. OBJETIVIDAD	Esta expresado en capacidades observables.					X
3. ACTUALIDAD	Adecuado a la autoevaluación.					X
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica					X
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad.					X
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos de la gestión administrativa e institucional.				X	
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos-científicos de la autoevaluación.					X
8. COHERENCIA	Existe coherencia entre los índices, indicadores y las dimensiones.					X
9. METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito del diagnóstico.					X

II. OPINION DE APLICABILIDAD

..... ES APLICABLE CONTIENE LOS ITEMS NECESARIOS Y CUMPLE CON LOS INDICADORES REQUERIDOS.....

III. PROMEDIO DE VALORACIÓN 89%

Estimada(o) Juez Experto, agradecemos su participación en la validación del presente instrumento.

NOMBRE Y APELLIDO DEL JUEZ INFORMANTE: Mg. Sánchez Fernández Magdalena Gladys

CARGO E INSTITUCIÓN: Enfermera asistencial – CMI Santa Luzmila II

Fecha	N° de DNI	Firma y Sello del Juez Experto	N° de teléfono
1 de junio 2024	09467144	Mg.  Lic. Magdalena Gladys Sánchez Fernández ENFERMERA C.E.R. 20109 REG. ESP. 3517	964966349

Anexo L:
EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS

