

UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE ENFERMERÍA



Estrategias educativas en el autocuidado del adulto mayor con hipertensión arterial

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE BACHILLER EN ENFERMERÍA

AUTOR

ASHLY RASHIRA CASTRO GIL

ASESOR

AURORA VIOLETA ZAPATA RUEDA

<https://orcid.org/0000-0003-0642-3277>

Chiclayo, 2022

Índice

Resumen	3
Abstract	4
Introducción	5
Metodología	7
Resultados	20
Discusión.....	20
Conclusiones	23
Referencias	24
Anexos.....	28

Resumen

Objetivo: Analizar las estrategias educativas en el autocuidado de los adultos mayores con hipertensión arterial. **Método:** Revisión bibliográfica, es de tipo descriptiva. Se consultaron bases de datos como Scielo, Redalyc, PubMed y Proquest; cuyos descriptores fueron: estrategias de salud, educación, autocuidado, anciano, hipertensión; los cuales se encontraron en el título de la búsqueda en el periodo de setiembre-octubre del 2020. La estrategia empleada fue búsqueda básica introduciendo el nombre de la revisión bibliográfica y avanzada empleando los operadores lógicos boléanos: AND y ORD, realizando la siguiente conjugación de palabras: Estrategias Educativas AND Adulto Mayor AND Hipertensión, Autocuidado ORD Adulto Mayor ORD Hipertensión, utilizando filtros: idioma (español e inglés), año (2010-2020), disponibilidad del texto completo y de acceso gratuito. **Resultados:** Después de la evaluación de validez mediante la aplicación de guías metodológicas, 15 artículos cumplieron con criterios de calidad; identificándose 3 categorías: Intervenciones Educativas sobre hipertensión arterial en adultos mayores, Técnicas participativas en el autocuidado del adulto mayor y Material didáctico e informativo. **Conclusión:** Las estrategias educativas brindadas por profesionales en enfermería, en los últimos 10 años, han tenido un impacto positivo en el autocuidado de los adultos mayores con hipertensión arterial. Las estrategias educativas más empleadas son: las charlas educativas y la consejería personalizada y las menos empleadas fueron: las técnicas participativas y el uso del material didáctico.

Palabras clave: Estrategias de salud (DDCS057936), Educación (D006293), Autocuidado (D012648), Anciano (D000368), Hipertensión (D006973)

Abstract

Objective: To analyze the educational strategies in the self-care of older adults with arterial hypertension. **Method:** Bibliographic review, it is descriptive. Databases such as Scielo, Redalyc, PubMed and Proquest were consulted; whose descriptors were: health strategies, education, self-care, elderly, hypertension; which were found in the title of the search in the period of September-October 2020. The strategy used was basic search introducing the name of the bibliographic review and advanced using the Boléan logical operators: AND and ORD, performing the following conjugation of words: Educational Strategies AND Older Adults AND Hypertension, Self-care ORD Older Adult ORD Hypertension, using filters: language (Spanish and English), year (2010-2020), availability of the full text and free access. **Results:** After the validity evaluation through the application of methodological guidelines, 15 articles met the quality criteria; Identifying 3 categories: Educational Interventions on arterial hypertension in the elderly, Participatory techniques in the self-care of the elderly, and Didactic and informative material. **Conclusion:** The educational strategies provided by nursing professionals, in the last 10 years, have had a positive impact on the self-care of older adults with arterial hypertension. The educational strategies most used are: educational talks and personalized counseling and the least used were: participatory techniques and the use of teaching materials.

Keywords: Health strategies (DDCS057936), Education (D006293), Self-care (D012648), Elderly (D000368), Hypertension (D006973)

Introducción

La Organización mundial de la Salud (OMS), señala que las enfermedades no transmisibles (ENT) causan 41 millones de muertes cada año, lo que equivale al 71 % de muertes en el mundo, encontrándose como principales las enfermedades cardiovasculares¹.

El aumento de la Presión Arterial representa la presión arterial sistólica (PAS) de 140 mmHg o una presión arterial diastólica (PAD) de 90 mmHg o más, o ambas cifras inclusive². Para la organización mundial de la salud (OMS) la hipertensión arterial se ha convertido en un grave problema de salud a nivel mundial, afectando a países de ingresos bajos y medianos, la población entre 20 y 69 años tiene una incidencia del 26 % y aumenta en un 50% después de los 50 años. La prevalencia se relaciona con factores sociales, económicos y ambientales.

La ENDES reporta para el año 2018, la prevalencia de tensión arterial en Lima Metropolitana fue la más alta con un (17,1%), el resto de la Costa con (15,1%) y la menor prevalencia se registró en la Sierra y en la Selva con (12,3% y 12,4%), respectivamente³. Según la prevalencia de HTA, en el Perú (2018) los más afectados son los hombres con el (18,5 %) que las mujeres con (11,4%).

En este caso el paciente no necesariamente tiene que recibir medicación, sino que debe tomar medidas preventivas con buenas habilidades de autocuidado; por lo tanto, aquí cobra mayor relevancia brindar medidas de autocuidado precisas y efectivas que puedan determinar el buen manejo de la presión arterial, evitando así las complicaciones de la enfermedad o muertes causadas por esta⁴.

Los adultos mayores que forman parte de un grupo menor, pero va en ascenso, no se encuentran entre las prioridades de salud de este tipo de atención. Actualmente, en comparación con los ancianos que viven en extrema pobreza, los ancianos con un nivel económico alto o medio tienen más oportunidades de salud o bienestar, donde la diferencia es obvia⁵.

Según la Organización Panamericana de la salud, en el Perú uno de 4 personas adultos mayores es hipertenso, y un número considerable de jóvenes y adultos desconocen su diagnóstico y, por tanto, no pueden prevenir las complicaciones graves que ocasionan esta

enfermedad. También recomendó la importancia de realizar la difusión a los peruanos en riesgo, así como los que no han tomado medidas preventivas para la hipertensión arterial (en cuanto a dieta saludable, ejercicio físico y conductas de riesgo, etc.)⁶.

De esta manera, podemos entender que las estrategias educativas en el autocuidado del adulto mayor son un recurso importante de apoyo para la promoción de la salud con un adecuado plan de autocuidado para los ancianos, por ello, se debe proporcionar conocimientos prácticos en el proceso de educación de las personas, familia y se debe gestionar adecuadamente mediante charlas educativas, folletos, trípticos, llamadas telefónicas, en otras palabras, se trata de organizar diversas actividades para incrementar conocimientos y desarrollar habilidades suficientes para una intervención oportuna⁷.

Estas actividades de enseñanza involucran la comprensión de las personas sobre las condiciones de su salud y la conciencia de los comportamientos que afectan la salud; programas de educación; capacitación en intervención oportuna conducirán a los siguientes resultados: seguimiento, control y observación de signos y síntomas relacionados con el tratamiento e interpretación de algunas manifestaciones. Y que tengan varias opciones para ejecutar por sí mismos y mejorar de manera efectiva las intervenciones adecuadas para la mejora⁸.

La finalidad de este trabajo es conocer que las estrategias educativas del autocuidado a los adultos mayores con hipertensión arterial son eficaces y que infinidad de estrategias se pueden utilizar para desarrollar sus habilidades y obtener su independencia de los adultos más aun con patología agregada (hipertensión arterial). De igual forma, comprender la importancia de las intervenciones de enfermería y tomar las medidas oportunas y de esta manera empoderarnos de enfermería, persona, familias y comunidades en el primer nivel de atención porque este tiene como objetivo promover la salud y prevenir las enfermedades a nivel nacional.

El objetivo de esta revisión bibliográfica es analizar las estrategias educativas en el autocuidado de los adultos mayores con hipertensión arterial; en fuentes primarias referentes al tema, en diferentes publicaciones de revistas científicas.

Metodología

Tipo de estudio:

Se realizó una revisión bibliográfica de tipo descriptiva⁹, con el fin de identificar y resumir lo que se ha publicado anteriormente, y así mismo evitar duplicaciones y buscar nuevos estudios, para presentar una perspectiva amplia sobre el tema.

Método de búsqueda:

El proceso de búsqueda bibliográfica se realizó a través de bases de datos como Scielo, Redalyc, PubMed, Proquest y latín index; cuyos descriptores fueron: estrategias de salud (DDCS057936), educación (D006293), autocuidado (D012648), anciano (D000368), hipertensión (D006973); los cuales se encontraron en el título de la búsqueda en el periodo de setiembre-octubre del 2020. La estrategia empleada fue búsqueda básica introduciendo el nombre de la revisión bibliográfica (estrategias educativas en el autocuidado del adulto mayor con hipertensión) y avanzada empleando los operadores lógicos booleanos: AND y ORD. Realizando la siguiente conjugación de palabras; Estrategias Educativas AND Adulto Mayor AND Hipertensión, Autocuidado ORD Adulto Mayor ORD Hipertensión.

Así mismo, para el método de búsqueda se tuvo en cuenta el aplicar filtros de idioma en español e inglés, año de publicación considerando a partir del 2010, disponibilidad del texto completo y de acceso gratuito,

Criterios de Selección de los estudios:

Se incluyeron investigaciones que contengan el objeto y sujeto de estudio, a texto completo, de acceso gratuito, de idioma español e inglés, tomando el periodo de tiempo 2010-2020. Y se excluyeron documentos científicos de cualquier otro idioma y que se hayan pasado del intervalo de años establecidos

Selección de artículos

La búsqueda inicial arrojó un total de 140 documentos relacionados con el objeto de estudio, de los que solo se obtuvieron 73 artículos a través de la selección inicial, teniendo en cuenta el título y el resumen de estos. Luego de aplicar los filtros anteriormente mencionados, se seleccionaron 67 artículos, y de verificar que cumplan con los criterios de selección, se eligieron 20, a todos ellos se realizó una lectura crítica utilizando guía de validez y utilidad de Gálvez Toro¹⁰ y la guía práctica de artículos científicos originales en ciencias de la

salud¹¹, llegando finalmente a seleccionar sólo 15 artículos, siendo esta la muestra, de los cuales, la mayor fuente de datos, fue Scielo con 4, Índex con 3, Pubmed con 2, Redalyc con 2, Science Direct con 1, ProQuest con 1.

Cuadro N° 01: Registro de búsqueda bibliográfica Puede ser reemplazado por el flujograma de búsqueda

Fuente de Información	Estrategia para la búsqueda [palabra clave, descriptor, tesaurus y términos boléanos]	(a)Número de artículos encontrados	b) Selección inicial (*) (título y resumen) Número de artículos eliminados	(c) Número de artículos seleccionados utilizando la técnica de bola de nieve	d) Después de leer el título y resumen (artículos por bola de nieve) ¿cuántos artículos seleccionaste?	e) Número de artículos seleccionados $X=(a-b) + (c-d)$	f) Selección según criterios de inclusión** y exclusión $Y=X-f$	g) Artículos seleccionados con lectura crítica
Pubmed	Estrategias Educativas AND Adulto Mayor AND Hipertensión	6	2	0	0	$X=4+0= 4$	$Y=4-1= 3$	2
Scielo	Estrategias Educativas AND Adulto Mayor AND Hipertensión	5	2	0	0	$X=3+0 =3$	$Y=3-1= 2$	4
Redalyc	Autocuidado ORD Adulto Mayor ORD Hipertensión	100	60	0	0	$X=40+0=40$	$Y=40-34= 6$	2
Índex	Autocuidado ORD Adulto Mayor ORD Hipertensión	10	5	0	0	$X=5+0= 5$	$Y=5-2= 3$	3
Pro Quest	Estrategias Educativas AND Adulto Mayor AND Hipertensión,	12	2	0	0	$X=10+0= 10$	$Y=10-5= 5$	1
Science Direct	Estrategias Educativas AND Adulto Mayor AND Hipertensión	7	2	0	0	$X=5+0 =5$	$Y=5-4= 1$	1
TOTAL		140	73	0	0	67	20	15

Fuente: Elaborado por docentes de la asignatura de Seminario de Enfoques Emergentes de la Investigación Cualitativa en Salud de la USAT.

Cuadro N°2: Título, autores, revista y año de publicación de artículos analizados

Título del artículo	Autor y año	Revista	Tipo de estudio	Objetivo	Principales resultados de interés	Categorías identificadas
Acciones educativas sobre hipertensión arterial en adultos mayores	Favier L, Lescaille E, Fernández M, Montiel E, Blanco L. 2015	Revista científica de enfermería	Cuantitativa	Determinar el nivel de conocimientos que ellos poseían en cuanto a hipertensión arterial (enfermedad que padecen), de manera tal que se modifique el estilo y modo de vida de los mismos y, a la vez, revierta este sentido problema que afecta el 100 % de los consultorios del área de salud.	Antes de la intervención el 63.63% de adultos mayores no conocían los riesgos de la HTA. El 72.72 % desconocía los síntomas principales de la HTA y el 68.18% no conocía las diversas complicaciones de HTA. Posterior a la intervención, se determinó que el 90.9% conocían cuáles eran los factores de riesgo principales que pueden descompensar la presión arterial, y podían identificar los síntomas fundamentales de la enfermedad. Además, el 95.45% lograron conocer las complicaciones de la HTA.	Material didáctico e informativo
Intervención educativa para elevar el nivel de conocimientos en ancianos diagnosticados de hipertensión arterial en el consultorio médico popular "las flores",	Reyes P, Valentín R, García D, Pacheco E. 2016	Revista Mediciego	Cuantitativa	Evaluar en ancianos diagnosticados de hipertensión arterial su nivel de conocimientos para lograr una longevidad satisfactoria	El nivel de conocimiento del adulto mayor antes de la intervención era bajo (82%), relacionado al consumo de alimentos". Posterior a la intervención educativa, el 91% de los adultos mayores presentó un nivel	Intervención educativa sobre hipertensión arterial en adultos mayores hipertensos

república boliviana de Venezuela					conocimiento alto respecto a la nutrición, lo cual se traduce a la adopción de estilos saludables. El nivel de conocimiento básico, antes de la intervención, sobre la importancia de la actividad física era bajo en la mayor parte de adultos mayores (70%); posterior a la intervención educativa el 89 % valoró la posibilidad de llevar una adultez mayor satisfactoria a pesar de su condición de cronicidad.	
Efecto de la intervención Educativa en la Agencia de Autocuidado del adulto mayor hipertenso de Boyacá, Colombia, Suramérica	Fernández R., Manrique-Abril F. 2010	Revista Ciencia y Enfermería	Cuantitativa	Evaluar el efecto de una intervención educativa de enfermería en el fortalecimiento de la agencia de autocuidado de adultos mayores hipertensos	Después de la intervención educativa, al mes aumentó la agencia de autocuidado en 26,4 puntos y 1,9 puntos en el grupo experimental y control respectivamente, cuando se usó medición basal; 20,5 y 1,2 cuando se controló el efecto basal. La ganancia en ASA fue significativa entre 20,9 y 31,8 puntos (p=0,00) usando basal en grupos dependientes; y 16,9 a 24 puntos sin medida basal en grupos independientes experimentales.	Intervención educativa sobre hipertensión arterial en adultos mayores Material didáctico e informativo
Effectiveness of a self-care education program on	Fatemeh F (1), Parvaneh K (2), Mohsen S (3),	Revista Arya Artheroscler	Cuantitativa	El objetivo del presente estudio fue determinar la	Las pruebas estadísticas no mostraron diferencias significativas en ninguna de	Material didáctico e informativo

hypertension management in older adults discharged from cardiac-internal wards	2019			efectividad de un autocuidado programa de alta de educación (SCE) con seguimiento telefónico en el manejo de la hipertensión (HTA) en pacientes mayores	las variables demográficas y de confusión, así como en la presión arterial basal ($P > 0.050$), pero en los seguimientos posteriores a la intervención, después de la prueba de esfericidad de Mauchly, las mediciones repetidas de ANOVA mostraron que el efecto del tiempo ($P < 0,001$) y el grupo ($P = 0.043$) en presión sanguínea sistólica fue significativo. El efecto del tiempo ($P = 0.036$) y el grupo ($P = 0.047$) sobre la presión arterial diastólica también fue significativo. La prueba de McNemar mostró que la frecuencia de hipertensión controlada (PA normal), 3 meses después del alta, fue significativamente mayor en el grupo de intervención comparado al grupo control [87.5% ($n = 21$) vs. 23.1% ($n = 6$), respectivamente] ($P < 0,001$).	
Estrategia educativa sobre hipertensión arterial para adultos mayores de un consultorio del policlínico previsor	Álvarez M, Morales I, Morales E, Colina B. 2011	Revista humanidades medicas	Cuantitativa	la modificación del estilo de vida de los pacientes, y entre los aspectos que propone considerar en la historia clínica aparecen los factores psicosociales y ambientales	Se empleó un programa instructivo a partir de técnicas participativas. Transcurridos 90 días se aplicó una segunda encuesta para verificar la eficacia de	Intervención educativa sobre hipertensión arterial en adultos mayores

				que influyen sobre el individuo.	la intervención y se constató un aumento de las respuestas correctas en los factores de riesgos y tratamiento. Al final del estudio la mayor parte de los participantes fueron evaluados de bien, lo que ratifica la utilidad y eficacia de la intervención	Técnicas participativas en el autocuidado del adulto mayor
Consejería personalizada de enfermería para la mejora del cumplimiento terapéutico, calidad de vida y cifras tensionales en el paciente hipertenso	Castro E. 2016	Revista de Enfermería del Instituto Mexicano del Seguro Social	Cuantitativa	Evaluar los efectos de la consejería de enfermería personalizada en la disminución de cifras de presión arterial sistólica y diastólica, con el propósito de mejorar el cumplimiento terapéutico y la percepción de calidad de vida en los pacientes hipertensos.	De los 196 pacientes el 56.2% renunció al estudio y el 43.8 % permanecieron y 46 continuaron con intervención y 40 sin intervención. El grupo se caracterizó por mujeres; el grupo con consejería presenta en el estudio tendencia a disminución de tensión arterial mejorando su calidad de vida y los pacientes sin consejería incurrieron en la omisión de cumplir el tratamiento indicado para hipertensión. Dentro de las estrategias se realizó diferentes intervenciones como llamadas telefónicas con consejerías continuas	Técnicas participativas en el autocuidado del adulto mayor

Intervención de enfermería en la conducta terapéutica y el conocimiento en pacientes con hipertensión arterial	Ordoñez-Criollo C, Aguiar-Chávez J, Ortiz-Montalvo Y. 2018	Revista casus	Cuantitativa	Determinar la eficacia de la enseñanza del proceso de enfermedad en la conducta terapéutica y el nivel de conocimiento en pacientes hipertensos de pabellones de hospitalización de un hospital público de Lima	La media de edad del grupo control fue de 69.9 años mientras que la media del grupo experimental fue de 68.2 años. La media de la conducta terapéutica del grupo control mejoró de 3.54 hasta 3.72. Mientras que en el grupo de intervención mejoró desde los 2.98 hasta los 4.06 (frecuentemente demostrado). Por consiguiente, la conducta terapéutica aumentó en 1.08 debido a la intervención ($p<0.05$). la media del nivel de conocimiento en el grupo control mejoró de 3.0 hasta 3.2. Mientras que en el grupo intervención mejoró desde los 2.56 hasta los 3.56 (entre el conocimiento moderado y el sustancial). El nivel de conocimiento aumentó en un punto debido a la intervención ($p<0.05$). respecto a los indicadores más resaltantes del grupo intervención: las precauciones recomendadas de la conducta terapéutica se verificó un incremento de 2.7 a 4.1. En consecuencia, el aumento fue de 1.4. Del	Material didáctico informativo e
--	--	---------------	--------------	---	--	---

					mismo modo, en este grupo los indicadores que tuvieron un aumento en el nivel de conocimiento fueron relativos al rango normal de la presión arterial sistólica (1.4) y diastólica (1.4).	
Intervención educativa en adultos mayores sobre la hipertensión arterial y sus factores de riesgo	Sierra M, Martínez O, Carmenate R. 2018	Revista electrónica Opuntia Brava	Cuantitativa	Evaluar la eficacia de un programa educativo sobre el nivel de conocimientos de la Hipertensión Arterial y sus factores de riesgo, en pacientes del Consultorio Médico Arroyo Muerto, municipio Majibacoa, durante el período enero-diciembre 2017.	Hubo un predominio de pacientes hipertensos del sexo femenino. Antes de la intervención educativa, la mayoría de los pacientes tenían como factores de riesgos el no control del peso, la poca actividad física y consumo excesivo de sal, lográndose disminuir el número de pacientes con estos riesgos, posterior a la intervención educativa. Antes de la intervención educativa existían un 32.4% de pacientes con nivel adecuado de conocimientos acerca de la Hipertensión Arterial y un 35.2% sobre los factores de riesgo, después de la intervención el número de pacientes con nivel adecuado de conocimientos fue de 92.4% y 100% respectivamente.	Intervención educativa sobre hipertensión arterial en adultos mayores Técnicas participativas en el autocuidado del adulto mayor

Effect of an Educational Program based on Health Belief Model on Medication Adherence in Elderly Patients with Hypertension	Yazdanpanah Y, Ali R, Saleh A, Mohajer S, Reza S. 2019	Journal of Evidence-Based Care	Cuantitativa	El presente estudio tuvo como objetivo determinar el efecto de un programa educativo basado en la Salud Modelo de Creencias (HBM) sobre la adherencia a la medicación en adultos mayores con hipertensión	Las edades medias de los participantes en los grupos de intervención y control fueron $69,1 \pm 8,3$ y $63,9 \pm 6,7$ años, respectivamente. La puntuación media posterior a la prueba de adherencia a la medicación obtenida por el grupo de intervención fue de $6,7 \pm 0,5$, que fue significativamente mayor que la del grupo de control ($3,7 \pm 1,0$) ($P < 0,001$). Además, la puntuación media de adherencia a la medicación en el grupo de intervención había aumentado significativamente en la fase posterior a la prueba ($P < 0.001$) según los resultados dentro del grupo de la prueba t pareada.	<p>Intervención educativa sobre hipertensión arterial en adultos mayores</p> <p>Técnicas participativas en el autocuidado del adulto mayor</p> <p>Material didáctico e informativo</p>
---	--	--------------------------------	--------------	---	---	---

Investigation of the effect of education based on the health belief model on the adoption of hypertension-controlling behaviors in the elderly	Khorsandi M, Fekrizadeh Z, Roozbahani N. 2017	Revista clinical Interventions in Aging	Cuantitativa	El objetivo de este estudio fue investigar el efecto de la educación basada en el modelo de creencias de salud (HBM) sobre la adopción de métodos de control de la hipertensión comportamientos en los ancianos	Los resultados del análisis de varianza de medidas repetidas mostraron una diferencia significativa en las puntuaciones de los constructos en los grupos de intervención y no intervención antes, inmediatamente después y 3 meses posterior de la intervención (P<0,001)	Intervención educativa sobre hipertensión arterial en adultos mayores hipertensos Técnicas participativas en el autocuidado del adulto mayor
Efectos de una intervención multidisciplinaria en pacientes con hipertensión arterial primaria	García R, Acosta C, León Y., Vega B, Hernández C, Quiñonez T. 2018	Revista psicología y salud	Cuantitativa	Efectos de una intervención multidisciplinaria en pacientes con hipertensión arterial primaria	Las diferencias pretest-seguimiento en relación a la ansiedad dio como resultado p= .008. Además, el nivel de ansiedad disminuyó. En el postest fueron 6 solamente y en el seguimiento únicamente 4, lo que demuestra que la frecuencia de adultos mayores con sintomatología ansiosa moderada y severa descendió 50%. Para las medidas de la presión arterial diastólica y sistólica se obtuvieron resultados significativos en la presión diastólica (F= 3.35; p= .016). No se hallaron cambios significativos entre una sesión y otra, sino todas las sesiones en conjunto	Intervención educativa sobre hipertensión arterial en adultos mayores

Efectividad de una intervención educativa sobre hipertensión arterial dirigida a pacientes hipertensos de edad avanzada	Estrada D, Pujol E, Jiménez L, Salamero M, Sierra A. 2011	Revista española de geriatría y gerontología	Cuantitativa	El objetivo del presente estudio es valorar la eficacia de una intervención educativa y la fiabilidad del instrumento utilizado	Al culminar la intervención educativa se pudo observar un incremento en el porcentaje de respuestas correctas, con una desigualdad estadísticamente reveladora en cuanto al grupo control, respecto a los conocimientos acerca de la hipertensión, factores de riesgo asociado a ellos, riesgo de tener la presión arterial aumentada y el control del tratamiento.	Material didáctico e informativo
Intervención educativa sobre hipertensión arterial en pacientes geriátricos	García Y, Diaz J, Hernández A, Riera R. 2010	Revista archivo medico de Camagüey	Cuantitativa	Elevar el nivel de conocimientos sobre hipertensión arterial en un grupo de pacientes geriátricos.	Al analizar los resultados se observó que antes de la intervención las mayores dificultades fueron con relación a la disminución del peso, el incremento de la actividad física y las situaciones de gran tensión (6.6), los cuales eran conocidos solamente por 35 adultos mayores que representan 63,6 % del total. Después de aplicado el programa educativo, se logró un aumento significativo del nivel de conocimientos y se alcanzó un 96,3 %, 92,7 % y un 96,3 % de respuestas correctas en	Intervención educativa sobre hipertensión arterial en adultos mayores hipertensos

					los incisos 6.3, 6.4 y 6.6 respectivamente.	
Intervención cognitivo-conductual en ancianos hipertensos	García R, Rodríguez A, Díaz A, Balcindes S, Londoño E, Van P. 2016	Revista Finlay	Cuantitativa	Evaluar la efectividad de una intervención cognitivo-conductual aplicada a los ancianos hipertensos en el nivel primario de atención de los municipios de Cárdenas y Santiago de Cuba, durante 2011-2013.	Después de una intervención educativa cognitiva conductual dirigida a los pacientes adultos mayores, comunidad abierta y personal de salud referente a la modificación de estilos de vida, el grupo de intervención logró mantener una presión arterial dentro de los valores normales, diferente al GC que mantuvo cifras elevadas. El GI alcanzó el mayor número de adultos mayores con conocimientos ideales respecto a su enfermedad (OR: 1,82), mejor control de la tensión arterial elevada (OR: 1,51) y mejor adherencia al tratamiento (OR: 1,70). Resultaron factores protectores: tener adherencia al tratamiento (OR: 0,543) y pertenecer al GI (OR: 0,695)	Intervención educativa sobre hipertensión arterial en adultos mayores Técnicas participativas en el autocuidado del adulto mayor

Fuente: Elaborado por docentes de la asignatura de Seminario de Enfoques Emergentes de la Investigación Cualitativa en Salud

Resultados

Después de la selección y la lectura minuciosa de los 15 artículos que cumplieron con criterios de calidad y validez, se obtuvieron como producto de este análisis, tres categorías, destacando los hallazgos más importantes relacionados con las estrategias educativas en el autocuidado del adulto mayor con hipertensión, procurando responder al objetivo planteado por el siguiente investigador, las cuales se visualizan en los siguientes párrafos:

La primera categoría se denomina, **“intervenciones educativas sobre hipertensión arterial en el adulto mayor”**, las cuales hacen alusión a la charla educativa y consejería personalizada, donde se identificaron once artículos similares, siendo este el de mayor prevalencia con un 52%.

La segunda categoría denominada, **“técnicas participativas en el autocuidado del adulto mayor”**, esta categoría agrupa a cuatro artículos, siendo igual al 19% dentro de todas las técnicas que utilizan la más resaltante es la lluvia de ideas ya que, buscan elevar el nivel de conocimientos en el grupo poblacional.

Por último, la tercera categoría se denomina **“material didáctico e informativo”**, donde se identifican 6 artículos por similitud, representado el 29%, hacen mención al uso de folletos y trípticos ya que la difusión de este ayuda a una mejor comprensión del tema.

Discusión

Al analizar las distintas estrategias educativas y resultados evaluados, se puede observar que los resultados logrados en los estudios revisados permitieron mejorar de manera directa e indirectamente la presión arterial en la población adulta mayor intervenida, lo cual significa que las estrategias educativas que ha realizado el profesional de enfermería en los últimos 10 años, han tenido un impacto positivo en el autocuidado de los adultos mayores con hipertensión arterial

En cuanto a las estrategias evaluadas, los estudios seleccionados mostraron los mejores resultados en los grupos intervenidos. Por lo tanto, se observan diferentes intervenciones educativas en relación a la aplicación de programas educativos^{12,13,14,16,17,19,20,21,22,25}, y las que estuvieron basadas en el marco de la aplicación de modelos teóricos, las cuales incluyeron técnicas participativas^{16,19,22,24} y material didáctico^{15,18,21,23,26}.

Según Favier L, et al.,¹², menciona que las intervenciones educativas sobre hipertensión arterial en los ancianos, permite a los pacientes tener conocimiento sobre su enfermedad y sus posibles complicaciones, fortaleciendo de esta manera habilidades positivas que contribuyan en su autocuidado, y logren cambios significativos¹³⁻¹⁴. Dicho resultado coincide con lo encontrado por Farahmand, Khorasani y Shahriari¹⁵, donde muestran que los adultos mayores evaluados consideran el enfoque holístico ya que para ellos las necesidades educativas y las conductas de autocuidado, orientados a brindar una formación continua son el foco de las intervenciones para esta población.

Por ende, se utilizaron intervenciones educativas para promocionar la salud en el autocuidado del adulto mayor; como la charla educativa y la consejería que en conjunto vendrían a conformar las estrategias educativas. Puesto que, la charla educativa es útil dado que es un método fundamental para dirigirse a los grupos y ofrece participación e interactividad entre el grupo poblacional¹⁶. Por otro lado, la consejería es una técnica personalizada ya que se establece una relación de confianza con el adulto mayor por parte del personal de enfermería, con la finalidad de apoyar en la toma de decisiones y basada en la convicción personal¹⁷.

Ante lo expuesto, desde el punto de vista de la investigadora se recalca la importancia de las intervenciones educativas ya que la charla educativa y la consejería personalizada permiten cambiar el autocuidado al contribuir en la toma de decisiones, cambios de conducta y concientización. Por tanto, la participación de enfermería en la promoción de la salud es fundamental porque busca la salud integral del adulto mayor.

De la misma manera, Ordoñez-Criollo, Aguilar y Ortiz¹⁸, muestran que la intervención educativa influye en el nivel de conocimientos y la conducta terapéutica en los ancianos con hipertensión, por ende, tuvo un efecto positivo sobre las precauciones sugeridas en cuanto a la conducta terapéutica y el nivel de conocimientos de la presión sistólica y diastólica. Resultados que coinciden con lo señalado por Sierra, Martínez y Carmenate¹⁹ quienes en su estudio demuestran que la aplicación de la intervención educativa, elevó el nivel de conocimientos en todos los aspectos y probablemente la mayoría de los pacientes mejoren sus estilos de vida y que la misma persona use sus habilidades para cuidarse.

Yazdanpanah Y, et al.,²⁰ resaltan la efectividad de un programa educativo en pacientes adultos mayores con hipertensión basado en el modelo de creencias de salud sobre la

adherencia al tratamiento, para lo cual resaltan el utilizar este modelo para enseñar autocuidado a adultos mayores que padecen enfermedades crónicas. Otro estudio, con similar resultado encontrado por Khorsandi M, et al.,²¹ señalan que la educación basada en el modelo de creencias de salud aumenta el rendimiento. Por tanto, recomiendan considerar el “Modelo de creencias de salud” para mejorar el comportamiento de autocuidado en los adultos mayores.

Entonces podemos entender que desde los resultados logrados se percibe que existen evidencias importantes sobre las virtudes de las intervenciones educativas ya que se consideran fundamental para la atención de la salud, con el propósito de motivar e informar a la población para mantener prácticas saludables y de esta manera potencializar las capacidades logrando su autonomía de los adultos mayores.

Simultáneamente, las técnicas participativas tienen buenas estrategias y buen impacto por lo que estos resultados son aceptables si los participantes se involucran en la actividad, lo cual refuerza su cambio de conducta saludable. Por lo que resulta de gran utilidad que los especialistas se relacionen con los pacientes en virtud de poder resolver sus dudas²².

Según Estrada D, et al.,²³ y García Y²⁴, menciona que estas técnicas participativas van dirigidas a mejorar la calidad de vida de los pacientes a través de técnicas como: “lluvias de ideas”, “cinta de colores”, “grupitos”, “el abanico”, por tanto, se busca elevar el nivel de conocimiento sobre la hipertensión arterial lográndose disminuir el número de pacientes con complicaciones.

Con todo esto, para la investigadora es de suma importancia ya que, el objetivo general de las técnicas participativas es la reflexión, el análisis, participación y un cambio de actitud consciente y duradero en el adulto mayor, que conduzca a una planificación de acciones para la solución del problema.

Seguidamente emplearon trípticos, folletos ya que es el resultado de un proceso de elaboración, supervisión y coordinación que transmite un mensaje claro y comprensible para elevar el nivel de régimen terapéutico y demostrar que su uso también amplía el conocimiento e impulsa a los pacientes a mejorar sus estilos de vida²⁵⁻²⁶.

Frente a esta situación la investigadora asume que las intervenciones educativas con diversas estrategias como los trípticos y folletos aportan elevar y garantizar diferentes conocimientos

referidos a los cuidados de adultos mayores hipertensos, por consiguiente; van a contribuir en el manejo, prevención y estilos de vida del adulto mayor.

Es por eso que una buena intervención educativa depende en gran medida de la participación voluntaria del paciente. Estas estrategias se pueden utilizar en diferentes entornos y en distintos problemas de salud para desarrollar de manera más efectiva una de sus funciones, que es promover comportamientos saludables, prevención y el tratamiento o reducción de los efectos de las enfermedades.

Conclusiones

Las estrategias educativas brindadas por profesionales en enfermería, en los últimos 10 años, han tenido un impacto positivo en el autocuidado de los adultos mayores con hipertensión arterial ya que, incrementan el grado de conocimientos de los adultos mayores hipertensos, así como de su entorno familiar, consiguiendo un gran cambio significativo en el seguimiento de la presión arterial alta. Las estrategias educativas más empleadas son: las charlas educativas y la consejería personalizada y las menos empleadas fueron: las técnicas participativas y el uso del material didáctico. Estas estrategias se pueden utilizar en diferentes entornos para desarrollar de manera más efectiva una de sus funciones, que es promover comportamientos saludables en el campo de la promoción de la salud, prevención y el tratamiento o reducción de los efectos de la hipertensión arterial. Por consiguiente, el profesional de enfermería va a desarrollar un rol importante en una intervención preventiva y promocional en un primer nivel de atención, y pueda usar diversas estrategias educativas todo con el fin de empoderar a las personas mayores hipertensas en conocimientos sobre Hipertensión arterial teniendo como objetivo principal que las personas utilicen sus propias habilidades para entender y emplear un hábito de vida saludable y tengan una vida óptima.

Referencias

1. Organización Mundial de la Salud. Enfermedades no transmisibles [Internet]. Ginebra: OMS; 2018 [Consultada 25 Oct 2020]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
2. Organización Mundial de la Salud. Hipertensión Arterial [Internet]. Ginebra: OMS; 2019 [Consultada 25 Oct 2020]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
3. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Programa de enfermedades no transmisibles. Capítulo 1. [internet]. 2018 [acceso el 14 de set del 2020]. Disponible en: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1526/cap01.pdf
4. Balaguer I, Llagostera I, Sanchis P, et. al. Autocuidados y educación terapéutica en hipertensión. Una revisión integradora. Revista científica de Enfermería Recién. [online]. 2015, N° 10, pp. 1-23 (acceso 14 de set del 2020). Disponible en: <https://recien.ua.es/article/view/2013-n7-autocuidados-y-educacion-terapeutica-en-hipertension-una-revision-integradora>
5. Idehpucp. La situación de la población adulta mayor en el Perú, hallazgos de una investigación del Idehpucp para mejorar las políticas públicas. [Internet] Idehpucp; 2018 (acceso 3 de octubre de 2020). Disponible en: <https://idehpucp.pucp.edu.pe/notas-informativas/la-situacion-de-la-poblacion-adulta-mayor-en-el-peru-hallazgos-de-una-investigacion-del-idehpucp-para-mejorar-las-politicas-publicas/>
6. Organización Panamericana de la Salud. Uno de cada cuatro peruanos mayores de 40 años padece de hipertensión arterial. [sede Web]. Washington D. C., Estados Unidos: Organización Panamericana de la Salud; 2013 [acceso 3 de octubre de 2020]. [Internet]. Disponible en: https://www.paho.org/per/index.php?option=com_content&view=article&id=2065:uno-cada-cuatro-peruanos-mayores-40-anos-padece-hipertension-arterial&Itemid=900
7. Puello E, Amador C, Ortega J. Impacto de las acciones de un programa de enfermería con enfoque promocional y de autocuidado en la capacidad funcional de adultos mayores. Universidad y Salud [revista en Internet] 2017 [acceso 17 de octubre de 2020]; 19(2): 152-162. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/reus/v19n2/0124-7107-reus-19-02-00152.pdf>

8. García G, Ortega E, Armendáriz A. Educación y promoción para la salud de los adultos mayores: para una vida en movimiento. Revista Iberoamericana de Educación e Investigación en Enfermería [Internet] 2016 [acceso 3 de octubre de 2020]; 6(1): 63-68. Disponible: <https://www.enfermeria21.com/revistas/aladefe/articulo/193/educacion-y-promocion-para-la-salud-de-los-adultos-mayores-para-una-vida-en-movimiento/>
9. Berenguera A, De Sanmamed J, Pons M, Pujol E, Rodríguez D, Saura S. Escuchar, observar y comprender: Recuperando la narrativa en las Ciencias de la Salud. Aportaciones de la investigación cualitativa. Barcelona: Institut Universitari d'Investigació en Atenció Primària Jordi Gol (IDIAP J. Gol); 2014. 224p
10. Gálvez Toro A. Enfermería Basada en la Evidencia. Cómo incorporar la Investigación a la Práctica de los Cuidados [Internet]. Granada: Fundación Index; 2001 [consultado 20 oct 2020]. Disponible en: <http://ciberindex.com/index.php/proT/article/view/pt20011>
11. Díaz J. Guía práctica de lectura crítica de artículos científicos originales en Ciencias de la Salud [Internet]. Madrid: Instituto Nacional de gestión Sanitaria; 2015 [Consultado 17 Oct 2020]. Disponible en: https://www.sepeap.org/wp-content/uploads/2015/06/Guia_practica_de_lectura.pdf
12. Favier L, Lescaille E, Fernández M, Brooks E, Caras L. Acciones educativas sobre hipertensión arterial en adultos mayores. Rev Inf Cie [internet]. 2015 [consultado 25 de noviembre 2020]; 89(1): 1-11. Disponible en: <http://www.revinfcientifica.sld.cu/index.php/ric/article/view/259/1066>
13. Reyes P, Valentín R, García D, Pacheco E. Intervención educativa para elevar el nivel de conocimientos en ancianos diagnosticados de hipertensión arterial en el Consultorio Médico Popular “Las Flores”, República Bolivariana de Venezuela. Rev Med [internet]. 2016 [consultado 25 de noviembre 2020]; 22(1):23-30. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=65664>
14. Fernández R, Manrique-Abril F. Efecto de la intervención educativa en la agencia de autocuidado del adulto mayor hipertenso de Boyacá, Colombia, Suramérica. Cienc. Enferm [internet]. 2010 Ago. [consultado 25 de noviembre 2020]; vol. 16(2) 83-97 Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532010000200009
15. Farahmand F, Khorasani P, Shahriari M. Effectiveness of a self-care education program on hypertension management in older adults discharged from cardiac-internal wards.

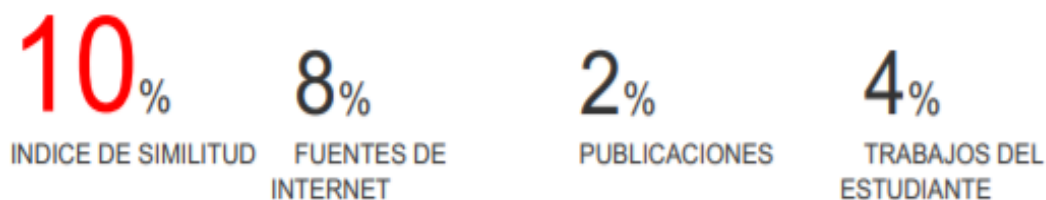
- ARYA Atheroscler 2019; 15(2): 44-52. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31440285/>
16. Álvarez M, Morales I, Morales E, et al. Estrategia educativa sobre hipertensión arterial para adultos mayores de un consulto del policlínico previsor. Rev Hum Med [internet]. 2011 [consultado 25 de noviembre 2020]; Vol. 11(3):433-452. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202011000300003
 17. Castro E. Consejería personalizada de enfermería para la mejora del cumplimiento terapéutico, calidad de vida y cifras tensionales en el paciente hipertenso. Rev Enferm Inst Mex Seguro Soc [internet].2018; [consultado 25 de noviembre 2020]; 26 (1): 4-15. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=78904>
 18. Ordoñez-Criollo C, Aguilar-Chávez J, Ortiz-Montalvo Y. Intervención de enfermería en la conducta terapéutica y el conocimiento en pacientes con hipertensión arterial. CASUS. Revista De Investigación Y Casos En Salud [internet]. 2018[consultado 25 de noviembre 2020]; 3(1): 19-25. Disponible en: <https://doi.org/10.35626/casus.1.2018.68>
 19. Sierra M, Martínez O, Carmenate R. Intervención educativa en adultos mayores sobre la hipertensión arterial y sus factores de riesgo. Opuntia Brava [internet]. 2018 [consultado 25 de noviembre 2020]; 10(4): 291-301. Disponible en: <http://opuntiabrava.ult.edu.cu/index.php/opuntiabrava/article/view/638>
 20. Yazdanpanah Y, Saleh A, Reza S, et.al. Effect of an Educational Program based on Health Belief Model on Medication Adherence in Elderly Patients with Hypertension. Journal of Evidence-Based Care. 2019;9(1):52-62. doi: [10.22038 / ebcj.2019.35215.1895](https://doi.org/10.22038/ebcj.2019.35215.1895)
 21. Khorsandi M, Fekrizadeh Z, Roozbahani N. Investigation of the effect of education based on the health belief model on the adoption of hypertensioncontrolling behaviors in the elderly. Clin Interv Aging. 2017 Jan 27; 12:233-240. doi: [10.2147/CIA.S117142](https://doi.org/10.2147/CIA.S117142)
 22. García R, Acosta C, León Y, et al. Efectos de una intervención multidisciplinaria en pacientes con hipertensión arterial primaria. Revista Psicología y Salud [internet]. 2018 [consultado 25 de noviembre 2020]; 28(1): 95-105. Disponible en:[https://www.researchgate.net/publication/323817013 Efectos de una intervencion multidisciplinaria en pacientes con hipertension arterial primaria](https://www.researchgate.net/publication/323817013_Efectos_de_una_intervencion_multidisciplinaria_en_pacientes_con_hipertension_arterial_primaria)
 23. Estrada D, Pujol E, De la Sierra A, et al. Efectividad de una intervención educativa sobre hipertensión arterial dirigida a pacientes hipertensos de edad avanzada. Revista Española de Geriatria y Gerontología [internet]. 2012. [consultado 25 de noviembre

- 2020]; Vol. 47(2): 62-6. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-espanola-geriatria-gerontologia-124-pdf-S0211139X1100357X>
24. García Y, et al. Intervención educativa sobre hipertensión arterial en pacientes geriátricos. Rev AMC [Internet]. 2008 Ago [consultado 25 de noviembre 2020]; 12(4): 1-12. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/amc/v12n4/amc09408.pdf>
25. García R, Rodríguez A, Díaz A, et al. Intervención cognitivo-conductual en ancianos hipertensos. Rev Fin [internet]. 2016 [consultado 25 de noviembre 2020]; Vol. 6 (1):41-8. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2221-24342016000100006
26. Arellano A, Contreras F, Patiño P. Intervención educativa en relación a la presión arterial elevada y los factores de riesgo modificables. Municipio Carrizal, estado Bolivariano de Miranda.2011 Rev. Latinoamericana [internet]. 2012 [consultado 25 de noviembre 2020]; Vol. 7(3):58-64. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/1702/170225590005.pdf>

Anexos

Estrategias educativas en el autocuidado del adulto mayor

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo Trabajo del estudiante	2%
2	repositorio.unc.edu.pe Fuente de Internet	1%
3	pesquisa.bvsalud.org Fuente de Internet	1%
4	Submitted to UNIV DE LAS AMERICAS Trabajo del estudiante	1%
5	peru21.pe Fuente de Internet	1%
6	www.envigado.gov.co Fuente de Internet	1%
7	es.scribd.com Fuente de Internet	1%
8	www.icopreencio.cat Fuente de Internet	<1%

9	worldwidescience.org Fuente de Internet	<1%
10	www.cedal.org.pe Fuente de Internet	<1%
11	pacificcapitals.com Fuente de Internet	<1%
12	www.ecosur.net Fuente de Internet	<1%
13	www.researchgate.net Fuente de Internet	<1%

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias

Apagado

Excluir bibliografía

Apagado



Recibo digital

Este recibo confirma que su trabajo ha sido recibido por **Turnitin**. A continuación, podrá ver la información del recibo con respecto a su entrega.

La primera página de tus entregas se muestra abajo.

Autor de la entrega: ASHLY RASHIRA CASTRO GIL
 Título del ejercicio: ejercicio 2
 Título de la entrega: Estrategias educativas en el autocu...
 Nombre del archivo: RB_ASHLY.docx
 Tamaño del archivo: 2.06M
 Total páginas: 20
 Total de palabras: 2,454
 Total de caracteres: 13,746
 Fecha de entrega: 18-dic.-2020 05:20p. m. (UTC-0500)
 Identificador de la entrega: 1478923190

ESTRATEGIAS EDUCATIVAS EN EL AUTOCUIDADO DEL ADULTO MAYOR CON HIPERTENSION ARTERIAL.

I. Introducción

La Organización mundial de la Salud (OMS), señala que las enfermedades no transmisibles (ENT) causan 41 millones de muertes cada año, lo que equivale al 71 % de muertes en el mundo, encontrándose como principales las enfermedades cardiovasculares¹.

El aumento de la Presión Arterial representa la presión arterial sistólica (PAS) de 140 mmHg o una presión arterial diastólica (PAD) de 90 mmHg o más, o ambas cifras inclusive². Para la organización mundial de la salud (OMS) la hipertensión arterial se ha convertido en un grave problema de salud a nivel mundial, afectando a países de ingresos bajos y medianos, la población entre 20 y 69 años tiene una incidencia del 25 % y aumenta en un 50% después de los 50 años. La prevalencia se relaciona con factores sociales, económicos y ambientales.

La ENDES reporta para el año 2018, la prevalencia de tensión arterial en Lima Metropolitana fue la más alta con un (17,1%), el resto de la Costa con (15,1%) y la menor prevalencia se registró en la Sierra y en la Selva con (12,2% y 12,4%), respectivamente³. Según la prevalencia de HTA, en el Perú (2018) los más afectados son los hombres con el (18,5 %) que las mujeres con (11,4%).

En este caso el paciente no necesariamente tiene que recibir medicación, sino que debe tomar medidas preventivas con buenas habilidades de autocuidado; por lo tanto, aquí cobra mayor relevancia brindar medidas de autocuidado precisas y efectivas que puedan determinar el buen manejo de la presión arterial, evitando así las complicaciones de la enfermedad o muertes causadas por esta⁴.

Los adultos mayores que forman parte de un grupo menor, pero va en ascenso, no se encuentran entre las prioridades de salud de este tipo de atención. Actualmente, en comparación con los ancianos que viven en extrema pobreza, los ancianos con un nivel económico alto o medio tienen más oportunidades de salud o bienestar, donde la diferencia es obvia⁵.