

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



**Experiencias de autocuidado en el adulto mayor con hipertensión del centro
de salud Cerropón, 2024**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN ENFERMERÍA**

AUTOR

Maria Fernanda Bances Chero

ASESOR

Socorro Martina Guzman Tello

<https://orcid.org/0000-0001-7981-6018>

Chiclayo, 2025

**Experiencias de autocuidado en el adulto mayor con hipertensión
del centro de salud Cerropón, 2024**

PRESENTADA POR
Maria Fernanda Bances Chero

A la Facultad de Medicina de la
Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo
para optar el título de

LICENCIADO EN ENFERMERÍA

APROBADA POR

Mary Judith Heredia Mondragón
PRESIDENTE

Margot Olivos Perez
SECRETARIO

Socorro Martina Guzman Tello
VOCAL

Dedicatoria

Quiero dedicar la presente investigación a mi padre, Manuel Bances, quien ha sido guía y apoyo incondicional en cada paso de mi vida. Sus palabras de aliento y dedicación han sido la fuente de inspiración en el logro de mis metas.

A mi madre, Ana Isabel Chero, quien ha sido mi motivación para alcanzar mis sueños. Estoy eternamente agradecida por su amor incondicional y su inquebrantable apoyo incluso en la distancia.

A mis hermanos: Melyssa, Grecia, Paula y Edward, por ser mis compañeros de sueños y por enseñarme el valor del esfuerzo y determinación.

Agradecimientos

Agradezco a Dios por brindarme la fortaleza y guía necesaria para alcanzar esta meta.

A mi asesora, Socorro Guzman Tello, por su apoyo cauteloso y su invaluable orientación en el desarrollo de este trabajo.

A las docentes de tesis, cuyos conocimientos y alcances compartidos en el aula fueron fundamentales para mi crecimiento y mejora continua.

Finalmente, quiero agradecer a todas aquellas personas que, de alguna u otra forma, contribuyeron a la culminación de esta investigación. Sus aportes fueron indispensables y estoy segura de que este trabajo será de utilidad no solo en el presente, sino también en el futuro.

EXPERIENCIAS DE AUTOCUIDADO DEL ADULTO MAYOR CON HIPERTENSIÓN DEL CENTRO DE SALUD CERROPÓN, 2024

INFORME DE ORIGINALIDAD

6%	5%	1%	1%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	tesis.usat.edu.pe Fuente de Internet	1%
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	1%
3	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	<1%
4	Submitted to Universidad Catolica Los Angeles de Chimbote Trabajo del estudiante	<1%
5	issuu.com Fuente de Internet	<1%
6	www.colombiaespasion.com Fuente de Internet	<1%
7	Submitted to Universidad TecMilenio Trabajo del estudiante	<1%
8	Carlos Rosa-Jimenez, Maria-José Marquez-Ballesteros, Nuria Nebot. " The use of hypermedia in collaborative learning. An	<1%

Índice

Resumen.....	6
Abstract.....	7
Introducción	8
Revisión de literatura	10
Materiales y métodos	12
Resultados y discusión.....	15
Conclusiones	27
Recomendaciones	28
Referencias.....	29
Anexos	35

Resumen

El envejecimiento de la población en Perú ha llevado a un aumento en las enfermedades crónicas, las cuales representan un problema importante. Entre ellas, la hipertensión, una de las principales razones de atención médica en los adultos mayores. Se trata de una investigación cualitativa con enfoque exploratorio descriptivo cuyo objetivo fue describir las experiencias de autocuidado en el adulto mayor con hipertensión del centro de salud Cerropón, 2024. La determinación del tamaño de la muestra se llevó a cabo utilizando la técnica de saturación y redundancia, llegando a un total de 12 adultos mayores. El muestreo fue no probabilístico, por conveniencia. Para la recolección de información se utilizó la técnica de entrevista semiestructurada, validada por juicio de expertos y prueba piloto, cada una de las entrevistas se desarrolló de forma individual en el centro de salud, tuvieron una duración entre 10 a 15 minutos y se grabaron para su posterior transcripción y análisis. El estudio siguió principios éticos, como el respeto a la vida, la libertad y responsabilidad, y la sociabilidad y subsidiaridad, garantizando la privacidad y el consentimiento informado de los participantes. Los datos se procesaron utilizando el análisis de contenido temático en tres fases: preparación, codificación y categorización. Las categorías resultantes fueron: a) Percibiendo el apoyo durante el autocuidado, b) Implementando estrategias para el autocuidado y c) Enfrentando desafíos en el autocuidado.

Palabras claves: Adulto mayor (D000368), Autocuidado (D012648), Hipertensión (D006973)

Abstract

The aging population in Peru has led to an increase in chronic diseases, which represent a major problem. Among these, hypertension, is one of the main reasons for medical attention in older adults. It is a qualitative research with an exploratory descriptive approach whose objective was to describe self-care experiences in older adults with hypertension in the health center Cerropón, 2024. The determination of the sample size was carried out using the saturation and redundancy technique, reaching a total of 12 older adults. The sampling was not probabilistic, for convenience. To collect information, the semi-structured interview technique was used, validated by expert judgment and testing. Each of the interviews was carried out individually at the center of health, lasted between 10 to 15 minutes and were recorded for later transcription and analysis. The study followed ethical principles, such as respect for life, freedom and responsibility, and sociability and subsidiarity, guaranteeing privacy and the informed consent of the participants. The data was processed using thematic content analysis in three phases: preparation, coding and categorization. The resulting categories were: a) Perceiving support during self-care, b) Implementing strategies for self-care and c) Facing challenges in the self care.

Keywords: Older adult (D000368), Self-care (D012648), Hypertension (D006973)