



Universidad  
Norbert Wiener

**Facultad de Ciencias de la Salud  
Escuela Académico Profesional de Enfermería**

Conocimiento y práctica del autocuidado en adultos  
hipertensos que se atienden en el Centro de Salud  
Materno Infantil Magdalena del distrito de Magdalena  
del Mar, Lima – 2022

**Tesis para optar el título profesional de Licenciada en  
Enfermería**

**Presentado por:**

**Autor:** Sirlopu Salazar, Ruth Esther

**Código ORCID:** 0000-0003-0571-1007

**Asesora:** Mg. Cabrera Espezua, Paola

**Código ORCID:** 0000-0001-8642-2797

Lima - Perú  
2022

Tesis:

“Conocimiento y práctica del autocuidado en adultos hipertensos que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del Distrito de Magdalena del Mar, Lima – 2022”

Línea de investigación:  
**Cuidados de Enfermería**

Asesora:

Mg. CABRERA ESPEZUA, PAOLA  
**CÓDIGO ORCID:** 0000-0001-8642-2797

## **DEDICATORIA**

Dedico este trabajo de investigación a DIOS, por guiarme y bendecirme grandemente, a mi padre CRUZ ALBERTO y mi madre LORENZA por ser mi inspiración y porque siempre confiaron y me apoyaron en mi carrera universitaria.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco mi trabajo de investigación a DIOS por ayudarme y darme siempre las fuerzas para seguir adelante, a mis padres, hermanos y sobrinos porque siempre recibí palabras de aliento y siempre me apoyaron en todo este camino, hasta llegar a cumplir mi meta.

## ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA .....	iii
AGRADECIMIENTO .....	iv
<b>ÍNDICE GENERAL .....</b>	<b>v</b>
RESUMEN .....	ix
ABSTRACT .....	xi
INTRODUCCIÓN .....	xii
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA .....	14
<b>1.1. Planteamiento del problema .....</b>	<b>14</b>
<b>1.2. Formulación del problema .....</b>	<b>18</b>
1.2.1. Problema general .....	18
1.2.2. Problemas específicos .....	18
<b>1.3. Objetivos de la investigación.....</b>	<b>19</b>
1.3.1. Objetivo general.....	19
1.3.2. Objetivos específicos .....	19
<b>1.4. Justificación de la investigación.....</b>	<b>20</b>
1.4.1. Teórica .....	20
1.4.2. Metodológica .....	20
1.4.3. Práctica .....	20
<b>1.5. Limitaciones de la investigación .....</b>	<b>21</b>
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....	22
<b>2.1. Antecedentes de la investigación .....</b>	<b>22</b>
<b>2.2. Bases teóricas.....</b>	<b>26</b>
<b>2.3. Definiciones.....</b>	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
<b>2.4. Formulación de hipótesis.....</b>	<b>34</b>
2.4.1. Hipótesis general.....	¡Error! Marcador no definido.
2.4.2. Hipótesis específicas.....	¡Error! Marcador no definido.
CAPÍTULO III: MATERIAL Y MÉTODOS .....	35
<b>3.1 Método de investigación .....</b>	<b>35</b>
<b>3.2 Enfoque investigación.....</b>	<b>35</b>
<b>3.3 Tipo de investigación .....</b>	<b>36</b>
<b>3.4 Diseño de la investigación.....</b>	<b>36</b>
<b>3.5 Población, muestra y muestreo.....</b>	<b>36</b>
<b>3.6 Variables y operacionalización .....</b>	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
<b>3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos .....</b>	<b>40</b>
3.7.1 Técnica .....	40

3.7.2 Descripción .....	40
3.7.3 Validación .....	41
3.7.4 Confiabilidad .....	41
3.8 Procesamiento y análisis de datos.....	42
3.9 Aspectos éticos.....	42
CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS .....	45
4.1. Resultados.....	45
4.1.1. Análisis descriptivo de resultados .....	45
4.1.2. Análisis bivariado .....	¡Error! Marcador no definido.
4.1.3. Discusión de resultados .....	¡Error! Marcador no definido.
CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RESOMENDACIONES .....	57
REFERENCIAS .....	59
ANEXOS .....	¡Error! Marcador no definido.
Anexo 1: Matriz de consistencia.....	67
Anexo 2: Instrumentos .....	¡Error! Marcador no definido.
Anexo 3: Validez del instrumento .....	70
Anexo 4: Confiabilidad del instrumento .....	72
Anexo 5: Aprobación del comité de Ética .....	79
Anexo 6: Formato de consentimiento informado .....	80
Anexo 8: Carta de aprobación de la institución para la recolección de datos .....	82
Anexo 9: Informe de asesor de Turnitin.....	83

## INDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> Ítems de las dimensiones del Conocimiento y Práctia del Autocuidado .....	39
<b>Tabla 2.</b> Categoría de las dimensiones: peso alimentación, hábitos y control tratamiento	40
<b>Tabla 3.</b> Variable1: “Conocimiento” .....	41
<b>Tabla 4.</b> Variable 2: “Práctica del Autocuidado” .....	45
<b>Tabla 5.</b> Tabla cruzada: “Conocimiento y Práctica del Autocuidado”;	<b>Error! Marcador no definido.</b>
<b>Tabla 6.</b> Tabla cruzada: “Conocimiento y Peso Alimentación”;	<b>Error! Marcador no definido.</b>
<b>Tabla 7.</b> Tabla cruzada: “Conocimiento y Hábitos” .....	<b>Error! Marcador no definido.</b>
<b>Tabla 8.</b> Tabla cruzada: “ Conocimiento y el Control Tratamiento”;	<b>Error! Marcador no definido.8</b>
<b>Tabla 9.</b> “Correlción del Conocimineto y Práctica del Autocuidado”;	<b>Error! Marcador no definido.9</b>
<b>Tabla 10.</b> “Correlación de la Dimensión Peso y Alimentación del Conocimineto con la Práctica del Autocuidado” .....	<b>Error! Marcador no definido.0</b>
<b>Tabla 11.</b> “Correlación de la Dimensión Hábitos del Conocimineto con la Práctica del Autocuidado” .....	<b>Error! Marcador no definido.</b>
<b>Tabla 12.</b> “Correlación de la Dimensión Control Tratamiento del Conocimiento con la Práctica del Autocuidado” .....	<b>Error! Marcador no definido.</b>

## INDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1.</b> Conocimiento .....	43
<b>Figura2.</b> Práctica del Autocuidado .....	44

## RESUMEN

El **objetivo** de este estudio fue Determinar la relación entre el Conocimiento y la Práctica del Autocuidado que realiza el adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar – 2022, para lo cual la **metodología** que se utilizó fue un estudio cuantitativo, básico, observacional, correlacional y transversal, cuya muestra estuvo conformada por 72 adultos hipertensos que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena. Se utilizó un instrumento: Nivel de Conocimiento y Práctica del Autocuidado. Los **resultados** evidenciaron un nivel bajo de Conocimiento (45.8%) y Práctica del Autocuidado del Adulto Hipertenso con Nivel medio (44.4%). En cuanto a la correlación de las variables Conocimiento y Práctica del Autocuidado el valor fue  $p=0.012<0.05$ . En cuanto a la variable Conocimiento en su Dimensión Peso y Alimentación se evidenció un Nivel bajo (98.6%),  $p=0,055>0.05$ . En cuanto a la variable Conocimiento en su Dimensión Hábitos se presentó un Nivel bajo (100%)  $p=0,054>0.05$ . En cuanto a la variable Conocimiento en su Dimensión Control y Tratamiento, Nivel bajo (100%)  $p=0,009<0.05$ . En **conclusión**, Existe relación estadísticamente significativa ( $r=0.95$ ;  $p=0.012<0.05$ ), entre el Conocimiento y la Práctica del Autocuidado del Adulto Hipertenso que se atiende en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena, Del Distrito de Magdalena Del Mar 2022.

**Palabras clave:** Enfermería, Presión Arterial, Conocimiento, Práctica y Autocuidado.

## ABSTRACT

The **objective** of this study was to determine the relationship between the Knowledge and the Practice of Self-care carried out by the hypertensive adult who is treated at the Maternal and Child Health Center of the District of Magdalena Del Mar - 2022, for which the **methodology** used was, observational, correlational and cross-sectional, whose sample consisted of 72 hypertensive adults who are treated at the Magdalena Maternal and Child Health Center. The Chi square test was used to respond to the proposed objectives. The results showed a low level of Knowledge and Practice of Self-care (41.7%), Medium level (44.4%) and High level (13.9%)  $p=0.012<0.05$ . Knowledge in its Weight and Food Dimension was evidenced Low Level (98.6%), High Level (1.4%)  $p=0.055<0.05$ . Knowledge in its Habits Dimension presented a low level (100%)  $p=0.054<0.05$ . Knowledge in its Control and Treatment Dimension, Low level (100%)  $p=0.009<0.05$ . In conclusion, there is a significant relationship ( $r=0.95$ ;  $p=0.012<0.05$ ), between the Knowledge and the Practice of Self-care of the Hypertensive Adult who is treated at the Magdalena Maternal and Child Health Center, in the District of Magdalena Del Mar 2022.

**Keywords:** Nursing, Blood Pressure, Knowledge and Practice of Self-care.

## INTRODUCCIÓN

Siendo necesario en los pacientes hipertensos fomentar el conocimiento de la enfermedad, definiendo el mismo como una fuente de información que el paciente va adquiriendo cotidianamente y sobre cuál es importante y necesario trabajar mediante un proceso de selección con el fin de brindar adaptación y supervivencia de la organización a los cambios que se dan en un entorno cambiante inestable y con altos niveles de incertidumbre. Al fomentar el conocimiento en los pacientes obtendrán, prácticas saludables y por ende se fomenta el autocuidado que es importante en los pacientes hipertensos, teniendo en cuenta que ellos tienen que tener educación sobre el manejo de su enfermedad deben saber sobre los factores de riesgos y estilos de vida saludable (1).

La práctica del autocuidado está liderada mente a la práctica de actividades que los pacientes hipertensos requieren, lo pueden realizar por situaciones temporales o por propia decisión, con el objetivo de vivir de manera sana en calidad manteniendo así la recuperación de la salud con el fin de prolongar su vida. Es así que la Teoría de Déficit de Autocuidado de la teórica Dorotea nos enseña lo importante en cuanto al desarrollo de los conocimientos de enfermería, además del beneficio para formar recursos humanos y la práctica de enfermería hacia los pacientes, brindándole educación de su propio autocuidado (2).

A partir de ello la falta de conocimiento y la inadecuada práctica del autocuidado se consideran como un factor que desequilibran el estado de salud de las personas hipertensas. Para esta premisa se planteó este estudio, para determinar la relación entre el conocimiento y la práctica del autocuidado del adulto que se atiende en el “Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del Distrito de Magdalena del Mar 2022”.

Por motivos de investigación y para un buen entendimiento hacia los lectores, el estudio se divide en: “El problema”, “Marco teórico”, “Material y métodos”, “Presentación y discusión de resultados”, “Conclusiones y recomendaciones”.

## **CAPÍTULO I: EL PROBLEMA**

### **1.1. Planteamiento del problema**

En la actualidad las enfermedades crónicas no transmisibles constituyen el mayor de los desafíos que día a día se enfrentan los programas de la salud a nivel nacional y mundial. Y esto a causa de múltiples razones: el numeroso número de casos afectados con sus habituales tasas de repercusión se elevan aún más, su creciente contribución a la mortalidad de los casos son mayores, es por ello que son la causa más frecuente de las discapacidades, por el precio de pago de la estadía hospitalaria, su medicación médica y el de su rehabilitación del paciente (1).

Dentro de las enfermedades crónicas la hipertensión arterial (HTA), contribuye hacer una problemática situación en cuanto al sector salud de la medicina desde el ciclo contemporáneo en países con alto porcentaje de desarrollo y que se le conoce como "la plaga silenciosa del siglo XXI". Con el paso de los años, se observa que la hipertensión arterial se ha ido afianzando hacer una de las enfermedades más persistentes en el campo de la salud (2). Considerado un problema de salud pública de primer orden en todo el mundo, ya que conforman un importante factor de riesgo cardiovascular y está asociada a una mayor probabilidad de complicaciones (3).

La organización Panamericana de Salud (OPS), en el año 2019 estimó que en los posteriores diez años sucederán 20,7 millones de defunciones a causa de las enfermedades cardiovasculares en América Latina, de los cuales 2,4 que serán una problemática de la

HTA, se estima que en el 2025 el porcentaje se elevará a un aproximado del 60% de lo que le corresponde a 1,56 billones de personas con esta enfermedad (4).

En América del Norte, la incidencia de casos de HTA se aproxima que para el 2025 descenderá a 42%. Los motivos causantes para la elevación de los casos de esta enfermedad, son los malos hábitos de costumbres urbanizadas, con la consecuencia de enfermedades como la obesidad, diabetes y la ausencia de actividad física, que ha constituido a descender así los casos de HTA, y a las enfermedades cardiovasculares de esta enfermedad silenciosa, derivadas en todas las edades (5).

En Perú Según el Instituto Nacional De Estadística (INEI) en el 2017; los habitantes con diagnóstico médico de HTA, cuyas edades fueron a partir de 15 años y que alcanzó 17.6%, el 48.6% de personas mayores de 60 años, con HTA. Evidenciándose el porcentaje mayor a 19% en Lima y Callao, como también en Piura, Tumbes, Ica, Pasco y Loreto. Las predisposiciones de prevalencias y los tratamientos de tensión arterial notificó que los casos de prevalencias estandarizadas de HTA por edad aumentó de 18,7% en 2015 a 20,6% en el 2018, por otro lado la incidencia de las prevalencias de diagnósticos, tratamiento y control de esta enfermedad, se observó una descendencia, ya que son muy pocos las personas que tienen conocimiento de su autocuidado (6).

Del mismo modo el MINSA en el 2021, estimó que 205 mil 711 personas padecen de esta enfermedad crónica; en Lima 67 mil 869 personas, Lambayeque se encuentra en el segundo lugar con 16 mil 853 casos (7).

Resaltando que la hipertensión arterial es un enfermedad silenciosa de gran riesgo, que al no ser tratada a tiempo causan enfermedades cardiovasculares, es la primera causa de muerte evitable en el mundo, que al ser mal controlada supone el factor de riesgo más relevante para el desarrollo de complicaciones como son las enfermedades cardiovasculares en los pacientes cardiacos, es por ello la importancia del conocimiento del autocuidado del paciente con HTA, ya que la adecuada práctica de un buen autocuidado ayudara a llevar un buen estilo de vida saludable (7).

Siendo así, la participación del personal de enfermería en el control y tratamiento de la hipertensión arterial, es determinante para así generar adecuados cambios de estilo de vida saludable en la persona que padece esta enfermedad, siempre de la mano con su familia ya que serán de gran apoyo para ayudar e incentivar al hipertenso a practicar nuevos hábitos saludables para mejorar la calidad de vida (8).

Por lo que es importante realizar y fomentar la práctica del autocuidado en los pacientes hipertensos, siendo unos de los deberes de la enfermera, brindar educación en el fomento de la práctica del autocuidado para conllevar una vida saludable (9).

La práctica del autocuidado está liderada mente a la práctica de actividades que los pacientes hipertensos requieren, lo pueden realizar por situaciones temporales o por propia decisión, con el objetivo de vivir de manera sana en calidad manteniendo así la recuperación de la salud con el fin de prolongar su vida (10) (11).

En una investigación realizada en Iquitos, por Tafur en el 2019 sobre el Conocimiento sobre hipertensión arterial y práctica de autocuidado de pacientes hipertensos – encontraron la existencia de relación significativa entre prácticas de autocuidado y el nivel de conocimiento, se evidencia que el 61,0 % tienen prácticas de autocuidado adecuados;, referido a la alimentación, actividad física, cumplimiento de tratamiento farmacológico, hábitos de vida diaria, conducta asumida ante el aumento de la presión arterial y su asistencia a la consulta de salud (12).

Así mismo en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena, la hipertensión arterial es un tema muy delicado y preocupante hacia el personal de la salud, ya que hasta el año 2021 tenía 75 pacientes hipertensos, pero en el último año se han incrementado el número de pacientes con HTA a 146, donde muchos de los pacientes diagnosticados desconocen sobre esta enfermedad; cuando ingresan para ser controlados por la enfermera ellos manifiestan consumir comida rápida en la calle por motivo de su trabajo, otros comen alimentos altos en sal y grasas. Ellos refieren “A veces no me controlo la presión arterial por falta de tiempo” “Como mucho en la calle” “No me gusta comer ensalada, casi siempre consumo grasas”. Si bien es cierto tratan de cuidarse, y cada vez que acuden al centro de salud, reciben consejería por parte de la enfermera, la cual les ayuda a su autocuidado en casa.”

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema general**

¿Cuál es la relación del conocimiento con la práctica del autocuidado en adultos hipertensos que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del Distrito de Magdalena Del Mar - Lima 2022?

### **1.2.2. Problemas específicos**

¿Cuál es la relación del conocimiento en su dimensión peso y alimentación con la práctica del autocuidado en adultos hipertensos que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del Distrito de Magdalena Del Mar - Lima 2022?

¿Cuál es la relación del conocimiento en su dimensión hábitos con la práctica del autocuidado en adultos hipertensos que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del Distrito de Magdalena Del Mar - Lima 2022?

¿Cuál es la relación del conocimiento en su dimensión control y tratamiento con la práctica del autocuidado que realiza el adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar – 2022?

### **1.3. Objetivos de la investigación**

#### **1.3.1. Objetivo general**

Determinar la relación entre el conocimiento y la práctica del autocuidado que realiza el adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del Distrito de Magdalena Del Mar – 2022.

#### **1.3.2. Objetivos específicos**

Identificar la relación de la dimensión del peso y alimentación del conocimiento con la práctica del autocuidado que realiza el adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del Distrito de Magdalena Del Mar – 2022.

Identificar la relación de la dimensión de los hábitos del conocimiento con la práctica del autocuidado que realiza el adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del Distrito de Magdalena Del Mar – 2022.

Identificar la relación de la dimensión del control y tratamiento del conocimiento con la práctica del autocuidado que realiza el adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del Distrito de Magdalena Del Mar – 2022.

## **1.4. Justificación de la investigación**

### **1.4.1. Teórica**

La HTA es un problema Nacional considerado una de las prioridades nacionales de investigación es salud prioritario Es por ello que este trabajo de investigación tiene valor teórico, porque contribuirá a conocer la información sobre la atención de enfermería y el autocuidado en el adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena por lo cual ayudará a mejorar los estilos de vida, desarrollar estrategias y mejorar el cumplimiento del tratamiento, aumentando el nivel de los conocimientos con el fin de continuar la investigación, sirviendo así como referencia para trabajos continuos..

### **1.4.2. Metodológica**

Este trabajo de investigación tiene importancia metodológica, basada en el método científico. El método de investigación a emplear es hipotético - deductivo, con un enfoque cuantitativo. Puesto que los resultados obtenidos podrían plantearse el hecho de mejorar el autocuidado en los pacientes con hipertensión arterial, como resultado de una buena atención de enfermería. Se realizara una revisión de bibliografía actualizada.

### **1.4.3. Práctica**

Los resultados de esta investigación beneficiaran a otras investigaciones futuras. A toda población que desee información sobre esta enfermedad silenciosa. Al personal de salud tales como las enfermeras así les beneficiara obteniendo información poniéndola en práctica en sus atenciones de enfermería con los pacientes hipertensos. Puesto que se basó en resultados que se obtuvo para mejorar el autocuidado en los pacientes con hipertensión

arterial, como resultado de una buena atención de enfermería. Desde el punto de vista este trabajo de investigación ayudará a las personas a tener mayor información sobre esta enfermedad, enfatizando así el aumento de los conocimientos y la práctica del autocuidado

### **1.5. Limitaciones de la investigación**

No se encontraron limitaciones que pongan en riesgo el desarrollo del presente.

## CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes de la investigación

#### Antecedentes Internacionales

Hernández y Bonilla (13). En el año 2019, en Nicaragua, en su investigación cuyo objetivo fue “analizar cuáles son los conocimientos, actitud y práctica de autocuidado que tienen los pacientes con hipertensión arterial y diabetes mellitus”. Investigación cuantitativa, descriptiva, analizaron 40 pacientes. Los resultados mostraron un nivel de significancia de 0,05 ( $p < 0,05$ ), entre el conocimiento, actitud y la práctica del autocuidado con un 47%, deficiente con un 38% y bueno con un 15%. Finalmente se concluyó que estos pacientes tienen poco conocimiento acerca de la patología que padecen tomando en cuenta que ellos conocen las medidas de autocuidado como es asistir a sus citas, tomar su medicamento, evitan consumir alimentos grasos en especial el cerdo, la mayoría de ellos realiza ejercicios físicos como caminar y hacer bicicleta.

Cruz y Martínez (14). En el año 2019, en Ecuador, en su investigación cuyo objetivo fue “determinar la relación entre el conocimiento y práctica en el autocuidado de pacientes hipertensos de la provincia de Manabí”, Investigación correlacional, la muestra estuvo formada por 138 pacientes hipertensos. Los resultados mostraron un nivel de significancia de  $p = 0,01$  entre el conocimiento y la práctica en el autocuidado, implica que existe relación entre ambas variables de forma proporcional. Finalmente, se concluyó que los pacientes se encuentran en un estado de conciencia que les permite asumir con responsabilidad su autocuidado en función de la hipertensión arterial.

Larki y Reisi (15). En el año 2021, en Irá, en su investigación cuyo objetivo fue “determinar los factores relacionados con las conductas de autocuidado como la forma más importante de controlar la presión arterial alta entre los pacientes hipertensos, basándose en el modelo de creencias de salud”, Investigación descriptivo-analítico, la muestra estuvo formada por 152 pacientes hipertensos. Los resultados mostraron un nivel de significancia de 0,01 implica que existe relación entre ambas variables de forma proporcional. Finalmente, se concluyó que hubo una menor adherencia a las conductas de autocuidado entre los pacientes con hipertensión arterial y bajos conocimientos de salud. Esto se debe al conocimiento valor a la eficacia auto-percibida.

### **Antecedentes Nacionales**

Carbajal y Sayas (16). En el año 2018, en Comas, en su investigación cuyo objetivo fue “determinar la relación que existe entre el nivel de conocimiento y la práctica de autocuidado del adulto mayor hipertenso del “Hospital Nacional Sergio E. Bernales de Collique Comas – Lima”. Investigación no experimental y de corte transversal, incluyó a 277 adultos mayores hipertensos. Los resultados mostraron un valor de  $p=0.883$  entre la relación del nivel de conocimiento y la práctica del autocuidado (el 92% no conoce del autocuidado que deben tener los pacientes hipertensos y el 80% no realizan adecuadas prácticas en su autocuidado ya que son pacientes hipertensos). Finalmente, se concluyó que. Se concluyó que si existe una relación significativa entre el nivel de conocimiento y la práctica de autocuidado del adulto mayor hipertenso.

Tafur y Vásquez (17). En el año 2017, en Iquitos, en su investigación cuyo objetivo fue “determinar la relación que existe entre el nivel de conocimiento y prácticas de autocuidado del adulto mayor hipertenso del Centro de Atención del Adulto Mayor del Hospital Regional de Loreto, Iquitos 2017” Investigación cuantitativo y el diseño no experimental de tipo correlacional, analizaron a 52 adultos mayores hipertensos. Encontraron un nivel de significancia de 0,05 ( $p < 0,05$ ), nivel de conocimiento inadecuado, en un 78.8% y nivel de conocimiento adecuado el 21.2%. Mientras que el 84.6% realizan prácticas de autocuidado inadecuado, mientras que sólo el 15.4%. Finalmente, se concluyó que el nivel de conocimiento del adulto mayor hipertenso del Centro de Atención del Adulto del Hospital Regional de Loreto sobre la hipertensión arterial, presentan un nivel de conocimiento inadecuado.

Palacios y Arce (18). En el año 2019, en Chiclayo en su investigación cuyo objetivo fue “determinar el nivel de Conocimiento y prácticas de autocuidado sobre hipertensión arterial en adultos mayores del Servicio de Medicina del Hospital Regional Docente Las Mercedes. Investigación descriptiva, no experimental, analizó a 52 adultos mayores hipertensos. Encontró un nivel de significancia con valor de ( $p < \alpha = 0.05$ ) El 69% de adultos mayores tienen un nivel de conocimiento bajo sobre la hipertensión, el 26% tienen un nivel de conocimiento medio y solo el 5% presentan un conocimiento alto. Finalmente, se concluyó que existe asociación estadísticamente significativa entre el nivel de conocimientos sobre hipertensión y el nivel de autocuidado.

Díaz e Infante (19). En el año 2019, en Trujillo, su investigación tuvo como objetivo “determinar la relación entre el nivel de conocimiento sobre hipertensión arterial y la práctica de autocuidado en adultos mayores del Programa Adulto Mayor, Centro de Salud Ciudad de Dios. Investigación cuantitativo, descriptivo-correlacional, analizaron a 91 personas hipertensas. Identificaron significancia de 0,001, el 61,0% autocuidado adecuados, el 39,0% conocimiento alto y el 22,0% conocimiento medio, así mismo el 39,0 tienen prácticas inadecuadas, el 9,8% tienen un nivel de conocimiento alto, el 19,4% nivel de conocimiento medio y el 9,8% nivel de conocimiento bajo, que demostró asociación entre las variables. Finalmente, se concluyó que existe relación significativa entre las prácticas de autocuidado y el nivel de conocimiento del adulto mayor hipertenso.

Huamani y Villanueva (20). En el año 2021, en Chacabuco su investigación tuvo como objetivo “determinar la relación entre el nivel de conocimientos y prácticas del autocuidado en adultos mayores con hipertensión arterial atendidos en el centro de salud Cesar López Silva”. Investigación descriptivo transversal, analizaron a 66 adultos mayores hipertensos. Los resultados mostraron una correlación de  $\alpha=0,83$ . (1.5% que tienen prácticas de tratamiento adecuada, 3.0% medianamente adecuada y 1.5% no adecuada. En el grupo con nivel de conocimiento medio el 1.5% tiene prácticas de tratamiento adecuada, 78.7% medianamente adecuada y 1.5% no adecuada. En el grupo con nivel de conocimiento bajo 0.0% tiene prácticas de tratamiento adecuada, 12.3% medianamente adecuada y 0.0% no adecuada. Finalmente se concluyó que se encontró que existe relación significativa entre el nivel de conocimientos y prácticas del autocuidado.  $p= 0,202$ .

## **2.2. Bases teóricas**

### **Hipertensión Arterial**

Según la OMS la hipertensión o tensión arterial es un trastorno en donde los vasos sanguíneos presentan una elevada tensión. Donde la sangre de todo el cuerpo se va distribuyendo a partir del corazón hacia el resto del cuerpo a través de los vasos sanguíneos. La HTA es originada por la fuerza que ejerce las paredes de los vasos sanguíneos, cuando el corazón bombea. Cuánto más alta es la tensión, más dificultad tiene el corazón para bombear (21).

Por otro lado la OPS (Organización Panamericana de la Salud) manifiesta que esta enfermedad se puede prevenir o tardía a través de buenas intervenciones preventivas, entre ellas son las comidas bajos en sal, dietas ricas en verduras de diferentes colores, frutas, ejercicio físicos y el adecuado peso, teniendo en cuenta un buen índice de masa corporal. La OPS impulsa políticas y proyectos desde el punto de vista de la salud pública, la prevención de la HTA a través de políticas para evitar el consumo excesivo de comidas altas en sal, promoviendo una alimentación saludable, el deporte y así prevenir la obesidad y las complicaciones cardiovasculares (22).

La presión arterial es la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes de las arterias, los cuales son grandes vasos por los que circula la sangre en el organismo. Se diagnostica a una persona con HTA si sus valores de tensión es elevada. La tensión arterial tiene dos valores: siendo el primero la tensión sistólica que corresponde desde el momento de la contracción del corazón, mientras que el segundo se considera como

la tensión diastólica, que representa cuando el corazón se relaja entre un latido tras otro. Para que se establezca a un paciente como hipertenso se deberá realizar un seguimiento diario disciplinado, midiéndole la tensión arterial, si la tensión sistólica es mayor o igual a 140 mmHg y la diastólica superior o igual a 90 mmHg se diagnosticara al paciente como hipertenso (23).

### **Señales y síntomas de la hipertensión arterial**

La mayoría de los pacientes que padecen de hipertensión arterial no pueden presentar signos ni síntomas, e incluso si los valores son elevados. Algunos pacientes con hipertensión arterial pueden presentar cefalea, zumbido de oídos, mareos, dificultad para respirar o sangrado nasal, pero estos signos y síntomas no son específicos y, por lo general, no se presentan hasta que dicho trastorno alcanza una etapa grave o potencialmente fatal (24).

### **Variable 1: Conocimiento del Autocuidado**

Es la capacidad que tiene una persona para realizar actividades esenciales para llevar una vida saludable y poder sobrevivir. Orem define auto como un individuo a nivel integral, eso incluye las necesidades físicas, psicológicas y espirituales, y el término de cuidado lo define como un total de labores que un individuo empieza a realizar con el fin de mantener la vida saludable y así conlleve estilos de vida saludable para su vida. El auto cuidado es el conjunto de actividades que cada persona comienza a realizar y efectuar para su beneficio propio, conllevando así el sustento adecuado de su vida, su salud y total bienestar (16).

## **Dimensión peso y alimentación**

Uno de los principales factores ambientales predisponentes para el desarrollo de la tensión arterial es la alimentación, ya que es uno de los factores de elevada relevancia en el desarrollo de la enfermedad, una costumbre habitual es el consumo excesivo de sodio que se consume en las comidas a diario, lo que sucede por la falta de conocimiento de su autocuidado en la alimentación (25).

En Perú se tiene un hábito en las comidas siendo este llevar de 6 a 8 gramos de cloruro de sodio como promedio, otros países latinoamericanos llegan a consumir un promedio de 12 gramos siendo esta cantidad excesiva de lo que nuestro cuerpo necesita para su funcionamiento, que es aproximadamente 2,5g/día. Es por ello el motivo del interés de estudiar y analizar los hábitos alimentarios que tiene la población adulta hipertensa, por tal motivo es importante poner hincapié de tomar conciencia de sus hábitos alimenticios y su estilo de vida que llevan, tomando así educación y conocimiento sobre los hábitos correctos para la HTA, con el fin de disminuir o evitar las enfermedades cardiovasculares de esta enfermedad (25).

## **Dimensión hábitos**

Los conocimientos de los buenos hábitos que debe llevar un paciente hipertenso, conducirá a un buen estilo de vida saludable, evitando así las complicaciones de esta enfermedad, evitando muertes tempranas. Si entendemos como “estilo de vida” a las actividades individuales y se traduce esta conducta a lo que muchos llaman “modo de vida” o “calidad de vida”, con esa expresión se abarca al sistema de condiciones

económicas, socio-políticas y culturales que son las formas características, estables y repetidas de la vida rutinaria de las personas y las colectividades. La población hipertensa que mantenga sus conocimientos y de la misma manera los practique, conllevará a tener buenos hábitos en su vida, lo que dará como resultado un estilo de vida saludable libre de complicaciones cardiovasculares. Es por ello la importancia que el personal de salud debe de brindar información a los pacientes que padecen esta enfermedad, para así reducir los porcentajes de muertes a causa de esta enfermedad silenciosa (26).

### **Dimensión control y tratamiento**

La importancia del conocimiento de cómo controlar y llevar su tratamiento una persona que padece hipertensión arterial es primordial ya que su tratamiento es para toda la vida, es por ello que la enfermera brindara educación en cuanto a su tratamiento y sus controles de la presión arterial. Cuando la tensión arterial no se controla con un adecuado tratamiento farmacológico, conllevara a tener complicaciones vasculares de dicha enfermedad, siendo esta una de las causas más frecuentes. Ya que al tener la tensión alta las arterias realizaran mucha fuerza endureciéndose a lo que conllevara a romperse produciéndose así una hemorragia, ya sea en la retina, oído u otras partes del cuerpo. Y como consecuencia se puede producir daños cerebrales y apoplejías. Teniendo en cuenta que la mayoría de enfermedades cardiovasculares, parálisis o falta de conciencia son a causa de una tensión alta (26).

La sintomatología que puede acompañar a la tensión arterial alta es muy variada. Puede ocurrir que no dé ningún síntoma y su descubrimiento sea casual. En

situaciones se detecta a partir de la presencia de cefaleas constantes, zumbido de oídos, angustia, dolor de brazo izquierdo, palpitaciones y temblor. Cuando a todos estos síntomas ocurren junto a una elevación importante de los valores de tensión arterial, se llama crisis hipertensiva. (27)

## **Variable 2: Práctica del Autocuidado**

El autocuidado de las personas que padecen tensión arterial, conlleva a un estilo de vida saludable, poniendo en práctica la nutrición saludable, ejercicios rutinarios, no consumir licores, ya que son factores de mucha importancia para un buen tratamiento de las personas que padecen HTA (16).

### **a) Teoría de Autocuidado Dorothea Orem**

El autocuidado es una acción reguladora que realiza el ser humano de manera libre con el propósito de llevar y mantener un buen estilo de vida, para su desarrollo y perfecto bienestar, es por ello que se cataloga como una acción. La elaboración del significado de autocuidado, necesidad de autocuidado, y actividad de autocuidado forman los lineamientos que ayudaran a comprender las necesidades y limitaciones de acción de los pacientes que pueden beneficiarse de la enfermería. Como una acción reguladora del individuo, el autocuidado es totalmente diferente de otros tipos de regulación del funcionamiento y el desarrollo humano (28).

Es un comportamiento que va de la mano con acciones que se realiza cotidianamente, dirigiéndose hacia los pacientes, individuos y su entorno con el propósito de regular los factores que afectan a su propio desarrollo y funcionamiento

en beneficio de su vida, salud y bienestar. Son actividades aprendidas por el individuo orientándose hacia un solo objetivo. (29).

#### **b) Capacidades fundamentales y disposición de autocuidado**

Consisten en habilidades básicas del ser humano para poder realizar no solamente acciones de autocuidado, sino también actividades deliberadas que permitirán los desarrollos y cumplimientos de funciones con beneficios de uno mismo y de su propia salud. Estas características fundamentales se basan en la capacidad que se relaciona con la percepción, memoria y orientación para asumir nuevos modelos de conducta (30).

#### **c) Naturaleza del autocuidado**

El autocuidado es considerado como la acción o la capacidad del ser humano para realizar acciones que nos llevan a un objetivo de reservar o mejorar nuestro estilo de vida para aplazar los días de vida y vivir sin complicaciones obteniendo así una vida saludable.

Dorotea asignó el significado de “auto” como el total del ser humano, aportando las necesidades físicas, psicológicas y espirituales y el concepto “cuidado” como la totalidad de acciones que toda persona práctica para tener una vida saludable y poder mantener su bienestar. El autocuidado es la acción y la práctica de actividades que el individuo realiza para su propio beneficio con el objetivo de mantener un estilo de vida saludable y su propio bienestar (31).

#### **d) Capacidad de autocuidado**

En su teoría del “déficit de autocuidado de Dorotea Orem” que define la capacidad de agencia de autocuidado como, “la compleja capacidad desarrollada que permite, a los adultos y adolescentes en proceso de maduración, discernir los factores que deben ser controlados o tratados para regular su propio funcionamiento y desarrollo, para decidir lo que puede y debería hacerse con respecto a la regulación, para exponer los componentes de su demanda de autocuidado terapéutico (requisitos de autocuidado, tecnologías, medidas de cuidados) y finalmente para realizar las actividades de cuidado determinados para cubrir sus requisitos de autocuidado a lo largo del tiempo” . “Orem, propone que, para que el paciente logre el autocuidado debe desarrollar una habilidad humana llamada “capacidad de agencia de autocuidado” (32).

#### **e) Déficit de autocuidado**

La teoría del déficit de autocuidado se relaciona con el cuidado terapéutico y las conductas de cuidado de las personas en donde las acciones contribuyen hacia el desarrollo del autocuidado. Las personas nacieron con la capacidad de la adaptación y hacer cambios en su entorno sin afectarles. Pero existen casos que las personas se les haga difícil adaptarse a los cambios. Siendo en esta situación el individuo requiera de ayuda de muchas fuentes, incluyendo las intervenciones de sus más allegados como son la familia, amigos y profesionales de la salud.

Dorothea E Orem usa la palabra agente de autocuidado para referirse a la persona que realmente proporciona los cuidados o realiza alguna acción específica. Cuando las personas ponen en práctica los buenos hábitos para llevar un estilo de vida saludable se les considera agentes de autocuidado. La agencia de autocuidado son las aptitudes de las personas que practican diariamente para su adecuado autocuidado y lograr de esa manera mantener su bienestar. Los pacientes que practican buenas costumbres basadas en estilos de vida saludable representan una agencia de autocuidado capaz de cumplir sus necesidades mantener su salud (33).

### **Dimensión Peso y alimentación**

La práctica de la nutrición y alimentación adecuada es esencial como un rol básico para la prevención y control de la presión arterial. Cuando la persona hipertensa práctica realizando así alimentaciones saludables, tendrá como solución a complicaciones de esta enfermedad. La buena nutrición permite la reducción de la gravedad, completando de la misma forma con su tratamiento diario evitando así complicaciones de esta enfermedad (34).

### **Dimensión Hábitos**

Debido a que el tratamiento es para toda la vida, es esencial su buena práctica, que se establezca una buena relación con el paciente, le proporcione información, tanto verbal como escrita, y responda las preguntas que pueda tener en forma clara y sencilla. La mejor estrategia para mejorar la adherencia al tratamiento es involucrar al paciente en las decisiones acerca de su tratamiento (34).

### 2.3. Formulación de hipótesis

**Hi:** Existe relación entre el conocimiento y la práctica del autocuidado que realiza el adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del Distrito de Magdalena Del Mar – 2022?

*De tal manera que, “a mayor conocimiento, mayor práctica del autocuidado”.*

**Ho:** No existe relación entre el conocimiento y la práctica del autocuidado que realiza el adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del Distrito de Magdalena Del Mar – 2022?

#### 2.3.2. Hipótesis específicas

**Hi1:** Existe relación de la dimensión peso y alimentación del conocimiento con la práctica del autocuidado el adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del Distrito de Magdalena Del Mar.

**Hi2:** Existe relación estadísticamente significativa de la dimensión hábitos del conocimiento con la práctica del autocuidado el adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del Distrito de Magdalena Del Mar.

**Hi3:** Existe relación de la dimensión control y tratamiento del conocimiento con la práctica del autocuidado el adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del Distrito de Magdalena Del Mar.

## **CAPÍTULO III: MATERIAL Y MÉTODOS**

### **3.1 Método de investigación**

El método que se aplicó para el estudio es el método hipotético deductivo puesto que se basa en un procedimiento de tipo metodológico que permitirá llevar a cabo las premisas como si se tratara de una hipótesis. Este tipo de investigación es un procedimiento que forma parte de la metodología de la ciencia. Este es un procedimiento metodológico encargado de tomar premisas, estableciendo hipótesis del mismo modo verificando para después hacer las conclusiones correspondientes de los hechos. Todo un investigador que utiliza esta metodología debe seguir un camino que conlleve a resolver un problema. Es por ello, que se plantea una hipótesis, se comprueba, con el fin de obtener las conclusiones de la investigación (35).

### **3.2 Enfoque investigación**

El trabajo de investigación tiene un enfoque cuantitativo, ya que se centra en mediciones objetivas y análisis estadístico, matemático o numérico de los datos recopilados mediante encuestas, cuestionarios y encuestas, o mediante el uso de técnicas informáticas para manipular los datos estadísticos existentes. La investigación cuantitativa se centra en recopilar y generalizar datos numéricos entre grupos o explicar un fenómeno en particular (36).

### **3.3 Tipo de investigación**

El estudio es de tipo aplicada, ya que los conocimientos y los resultados permitirán conocer la realidad de una forma organizada, rigurosa y sistemática. La investigación aplicada recibe el nombre de “investigación práctica o empírica”, que se caracteriza porque busca la aplicación o utilización de los conocimientos adquiridos, a la vez que se adquieren otros, después de implementar y sistematizar la práctica basada en investigación. El uso del conocimiento y los resultados de investigación que da como resultado una forma rigurosa, organizada y sistemática de conocer la realidad (37).

### **3.4 Diseño de la investigación**

El diseño de la investigación es correlacional sin intervención, de tipo observacional de corte transversal, dado que se aplicarán los instrumentos una sola vez. Además de ser un corte transversal, en la que se describe en un momento la relación entre las dos variables de estudios en un determinado tiempo (37).

### **3.5 Población, muestra y muestreo**

#### **Población**

La población es finita, constituida por 72 adultos con HTA del Centro de Salud Materno Infantil Magdalena, no hay muestra, será un muestreo no probabilístico, aplicando criterio de inclusión y exclusión.

## **Criterios de inclusión y exclusión**

### **Criterios de inclusión**

- Pacientes hipertensos de ambos sexos que se atiende en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del distrito de Magdalena del Mar.
- Pacientes hipertensos que acepten participar voluntariamente al estudio de investigación.
- Pacientes que firmaron el consentimiento informado
- Pacientes adultos con diagnóstico de hipertensión arterial.

### **Criterios de exclusión**

- Se excluyeron a todos los adultos que se atiende en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del distrito de Magdalena del Mar, que no padecen de hipertensión arterial.
- Pacientes que no desearon participar en el trabajo de investigación.
- Pacientes que no firmaron el consentimiento informado.
- Pacientes que no llenaron correctamente la encuesta.

### 3.6 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

**Variable 1:** Conocimiento del Autocuidado

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicador	Escala de medición	Escala valorativa
Conocimiento del Autocuidado	Es la capacidad de una persona para llevar a cabo todas las labores esenciales para vivir y sobrevivir, previniendo complicaciones, llevando así una calidad de vida saludable. (16)	Son las capacidades de una persona tales como el saber alimentarse, saber la importancia del ejercicio, hábitos y el cumplimiento de su tratamiento ya que son esenciales para prevenir complicaciones y así los adultos hipertensos que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena convelen una calidad de vida saludable.	Peso y alimentación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Del peso como factor de riesgo.</li> <li>➤ Del consumo de alimentos</li> <li>➤ Acerca del consumo de aceite de origen vegetal</li> <li>➤ Acerca de consumo de pescado como atún, caballa, trucha.</li> <li>➤ Acerca del consumo de ajos y apio</li> <li>➤ Acerca del consumo de café y té.</li> <li>➤ Acerca del consumo de sal.</li> </ul>	Nominal	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Bajo 1- 8</li> <li>➤ Medio 9- 11</li> <li>➤ Alto 12-15</li> </ul>
			Hábitos	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Caminatas y los ejercicios</li> <li>➤ Tiempo recomendable para realizar ejercicios físicos</li> <li>➤ Descanso y sueño</li> <li>➤ Horas de sueño</li> <li>➤ Cigarrillo y alcohol</li> </ul>		
			Control y tratamiento	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Frecuencia de los medicamentos</li> <li>➤ Controles médicos</li> <li>➤ Control de presión arterial</li> <li>➤ Control de la enfermera.</li> </ul>	Nominal	

**Variable 2:** Practica del Autocuidado

<b>Variable</b>	<b>Definición Conceptual</b>	<b>Definición Operacional</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicador</b>	<b>Escala de medición</b>	<b>Escala valorativa</b>
Practica del Autocuidado	Es una conducta que existe en situaciones concretas de la vida, dirigidas por las personas hacia sí mismas o hacia su entorno, para regular los factores que afectan a su propio desarrollo y funcionamiento en beneficio de su vida, salud y bienestar. Es una actividad aprendida por los individuos y orientada hacia un objetivo. (28)	Son conductas realizadas por el adulto hipertenso que se atiende en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena, que se practican para regular los factores que afectan a su propio desarrollo y funcionamiento en beneficio de su vida, salud y bienestar.	Peso y alimentación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Control de presión mensualmente</li> <li>➤ Preparación de alimentos</li> <li>➤ Preparación de alimentos con aceite de origen vegetal</li> <li>➤ Consumo de atún, caballa y trucha</li> <li>➤ Consumo de ajos y apio</li> <li>➤ Consumo de café y té</li> <li>➤ Consumo de sal</li> </ul>	Nominal	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Bajo 1- 8</li> <li>➤ Medio 9- 11</li> <li>➤ Alto 12-15</li> </ul>
			Hábitos	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Caminatas y ejercicios durante la semana</li> <li>➤ Ejercicios de moderada intensidad</li> <li>➤ Horas de sueño diario</li> <li>➤ Fumar, tomar cerveza</li> </ul>	Nominal	
			Control y tratamiento	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Toma de medicamentos</li> <li>➤ Asistencia de controles médicos</li> <li>➤ Control de presión arterial</li> <li>➤ Controles de enfermería</li> </ul>	Nominal	

### 3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

#### 3.7.1 Técnica

La técnica utilizada fue la encuesta para medir tanto el conocimiento como la práctica del autocuidado y el instrumento para medir el conocimiento fue el cuestionario. El cuestionario fue adaptado de los instrumentos de Duran, L. sobre conocimientos, prácticas y actitudes de autocuidado en pacientes hipertensos. Las encuestas, son técnicas en las cuales se plantea un listado de preguntas cerradas para obtener datos precisos (38).

#### 3.7.2 Descripción

El instrumento de Conocimiento y Práctica del Autocuidado cuyo dueño es Duran, está conformado por dos partes. La primera parte mide el nivel de conocimiento, conformado por 18 preguntas y tres dimensiones. La segunda parte mide el nivel del autocuidado, conformado por 18 preguntas y tres dimensiones. El instrumento de investigación que consiste en un conjunto de preguntas, normalmente de varios tipos, preparado sistemática y cuidadosamente, sobre los hechos y aspectos que interesan en una investigación (39).

**Dividido en tres dimensiones:**

- Primera dimensión: Peso y Alimentación, conformado por 8 ítems
- Segunda dimensión: Hábitos, conformado por 5 ítems
- Tercera dimensión: Tratamiento y Control, conformado por 5 ítems

**Tabla 1:** Ítems de las dimensiones, Conocimiento y Práctica del Autocuidado

Dimensiones	Ítems
Peso y Alimentación	1, 2, 3, 4, 5, 6,7,8
Hábitos	9, 10, 11, 12, 13
Control y Tratamiento	14,15,16,17,18

Los ítems son con respuestas dicotómicas, No (0pto), Si (1pto), con un puntaje como máximo de 15 puntos. Al finalizar se llegó a sumar los puntos de cada respuesta brindada por los pacientes, el total de los puntajes se colocó las siguientes categorías:

**Tabla 2:** Categoría de las dimensiones

Dimensiones	Categoría	
	Adecuado	Categoría
Peso y Alimentación	≥ 8 puntos	Bajo
Hábitos	≥ 11 puntos	Medio
Control y Tratamiento	≥ 12 puntos	Alto
<b>GLOBAL</b>	≥ 15 puntos	

**Fuente:** Base al cuestionario de conocimiento y práctica de autocuidado del adulto hipertenso que se atiende en el centro de salud materno infantil magdalena.

### 3.7.3 Validación

Respecto al instrumento de Duran. L 2018, es aplicable. Que fue sometido a 3 juicios de expertos profesionales, quienes evaluaron y realizaron sus observaciones correspondientes. La validez es la eficacia con que un instrumento mide lo que se pretende estudiar. Respecto al instrumento existe consistencia entre las opiniones de los expertos. Fue sometido al juicio de expertos dando como resultado aplicable para ambas variables (40).

### 3.7.4 Confiabilidad

El cuestionario de Duran L. de la variable Conocimiento y la variable Práctica del Autocuidado 2018, la confiabilidad se realizó mediante el coeficiente Kuder-Richardson Según los resultados de validez para el instrumento de la primera variable: del

conocimiento fue de 0, 883, dicho valor indicó que el instrumento es confiable y aplicable.

Para el instrumento de la segunda variable: Practica del autocuidado tuvo una validez de 0.904 lo que indica que es confiable y aplicable. (16)

Nivel de confianza (95%= 1.96)

Probabilidad a favor 0.48, hallado por Durand L.

### **3.8 Procesamiento y análisis de datos**

Programa SPSS 25

**Análisis descriptivo:** De variables cuantitativas.

**Análisis inferencial:** Prueba Chi cuadrado.

**Presentación de resultados:** Tablas de frecuencia y contingencia.

### **3.9 Aspectos éticos**

Se solicitó la autorización al “Comité de Ética y de Investigación de la Universidad Privada Norbert Wiener” y a la dirección del “Centro de Salud Materno Infantil Magdalena” para elaboración completa del estudio.

Se respetó los aspectos éticos para la realización de este trabajo de investigación, analizando los resultados con el fin de ser una fuente de ayuda para próximos trabajos de investigación.

### **Autonomía**

La autonomía es la capacidad para que cada persona tome sus propias decisiones, tiene carácter imperativo que se respeta como una norma. Siendo el consentimiento informado la expresión máxima de este principio, que constituye el derecho del paciente. A cada participante se le explicará las pautas del trabajo de investigación y se le brindará el consentimiento informado, se respetará su decisión y libre voluntad de su participación.

### **Beneficencia**

Este principio se refiere a dar beneficios, se les explicará a los pacientes sobre los beneficios que se obtendrán finalizando el trabajo de investigación. Se protegerá el bienestar de los participantes planteando el mandamiento de no hacer daño a los pacientes ni al centro de Salud Materno Infantil Magdalena.

### **No maleficencia**

Este principio se refiere a no hacer daño a los pacientes. Se les explicará a los participantes que el trabajo de investigación no implicará ningún tipo de daño, dolor e incapacidad para su salud.

## **Justicia**

El principio de justicia implica la equidad hacia todos los pacientes, desde el punto de vista se valora que exista criterio de actuación equitativa. Se pone en práctica este principio en el trabajo de investigación, se trata a todos los pacientes por igualdad, sin discriminación, respetando sus derechos.

## CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

### 4.1. Resultados

Los siguientes resultados son presentados en forma descriptiva a base de tablas y gráficos, con sus respectivas dimensiones. Se realizó la tabulación en el sistema de SPSS de versión 25, la cual se realizó la matriz de datos.

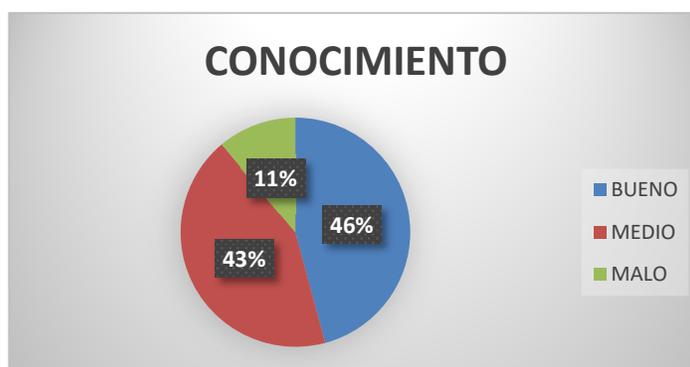
#### 4.1.1. Análisis descriptivo de resultados

**Tabla 3.** “Variable 1: Conocimiento”

	FRECUENCIA	PORCENTAJE
<b>BAJO</b>	<b>33</b>	<b>45,8%</b>
<b>MEDIO</b>	<b>31</b>	<b>43,1%</b>
<b>ALTO</b>	<b>8</b>	<b>11,1%</b>
<b>TOTAL</b>	<b>72</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Base al cuestionario de conocimiento y práctica de autocuidado del adulto hipertenso que se atiende en el centro de salud materno infantil magdalena.

**GRÁFICO N° 01**



**Fuente:** Elaboración propia en base a la Tabla N° 01

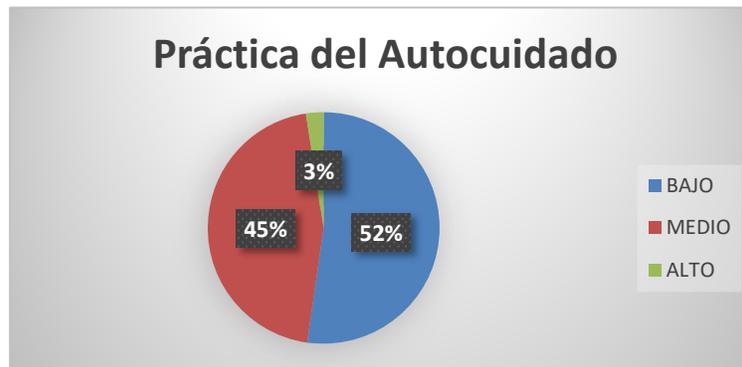
**Interpretación:** En la tabla y gráfico N° 01 se observa el nivel de la variable conocimiento, donde el 45,8% presenta un nivel bajo de conocimiento, el 43,1% presenta nivel medio de conocimiento y el 11,1% presenta nivel alto de conocimiento que le corresponde. Por lo tanto el 45,8% del adulto hipertenso que se atiende en el centro de salud materno infantil magdalena, presenta un nivel bajo de conocimiento.

**Tabla 4.** “Variable 2: Práctica del Autocuidado”

	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>BAJO</b>	<b>30</b>	<b>41,7%</b>
<b>MEDIO</b>	<b>26</b>	<b>36,1%</b>
<b>ALTO</b>	<b>16</b>	<b>22,2%</b>
<b>TOTAL</b>	<b>72</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Base al cuestionario de conocimiento y práctica de autocuidado del adulto hipertenso que se atiende en el centro de salud materno infantil magdalena.

**GRÁFICO N° 02**



**Fuente:** Elaboración propia en base a la Tabla N° 02

**Interpretación:** En la tabla y gráfico N° 08 se observa el nivel de la variable práctica del autocuidado, donde el 41,7% presenta un nivel bajo de realizar la práctica de su autocuidado, el 36,1% presenta nivel medio de realizar la práctica del autocuidado y el 22,2% presenta nivel alto. Por lo tanto el 41,7% del adulto hipertenso que se atiende en el centro de salud materno infantil magdalena, presenta un nivel bajo de poner en práctica su autocuidado que corresponde.

**Tabla 5. Tabla cruzada CONOCIMIENTO\*PRACTICA DEL AUTOCUIDADO**

CONOCIMIENTO	PRACTICA DEL AUTOCUIDADO						TOTAL
	BAJO		MEDIO		ALTO		
	N°	%	N°	%	N°	%	
<b>BAJO</b>	11	55,0%	7	35,0%	2	10,0%	100%
<b>MEDIO</b>	17	37,0%	22	47,8%	7	15,2%	100%
<b>ALTO</b>	2	33,3%	3	50,0%	1	16,7%	100%
<b>TOTAL</b>	30	41,7%	32	44,4%	10	13,9%	100%

**( $r=0.295$ ;  $p=0.012<0.05$ ).**

**Interpretación:**

En la tabla se observa el valor de  $p = 0,012$  lo que indica que por esta razón existe relación estadísticamente significativa entre las dos variables. Donde se evidencia el 41,7% con nivel bajo, el 44,4% con nivel medio y el 13,9% representa un nivel alto de su conocimiento y práctica del autocuidado. La significancia bilateral ( $p=0.012<0.05$ ) que indica que es significativa la relación. Donde afirmó la existencia de relación significativa entre el nivel de conocimiento y la práctica de autocuidado del adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar – 2022.

**( $p=0.012<0.05$ )**

**Tabla 6. Tabla cruzada CONOCIMIENTO\*PESO Y ALIMENTACION**

CONOCIMIENTO	PESO Y ALIMENTACIÓN						TOTAL
	BAJO		MEDIO		ALTO		
	N°	%	N°	0,0%	N°	%	
<b>BAJO</b>	20	100%	0	0,0%	0	0,0%	100%
<b>MEDIO</b>	46	100%	0	0,0%	0	0,0%	100%
<b>ALTO</b>	5	83,3%	0	0,0%	1	16,7%	100%
<b>TOTAL</b>	71	98,6%	0	0,0%	1	1,4%	100%

**( $r=0,227$ ;  $p=0,055>0.05$ ).**

**Interpretación:**

En la tabla se observa el valor de  $p = 0,055$  lo que indica que por esta razón no existe relación estadísticamente significativa entre el nivel del conocimiento con la dimensión peso y alimentación. Donde se evidencia que del 100% de la muestra, el 98,6% presenta un nivel bajo de conocer sobre su peso y alimentación, el 0% presenta un nivel medio y el 1,4% presenta un nivel alto.

La significancia bilateral ( $p=0.055>0.05$ ) que indica que no es significativa la relación. Donde afirma que no existe relación significativa entre el nivel de conocimiento en su dimensión peso y alimentación de la práctica del autocuidado del adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar – 2022.

**( $p=0.055>0.05$ )**

**Tabla 7. Tabla cruzada CONOCIMIENTO\*HÁBITOS**

CONOCIMIENTO	HÁBITOS						TOTAL
	BAJO		MEDIO		ALTO		
	N°	%	N°	0,0%	N°	%	
<b>BAJO</b>	20	27,8%	0	0,0%	0	0,0%	100%
<b>MEDIO</b>	46	63,9%	0	0,0%	0	0,0%	100%
<b>ALTO</b>	6	8,3%	0	0,0%	0	0,0%	100%
<b>TOTAL</b>	72	100%	0	0,0%	0	0,0%	100%

**( $r=0,228$ ;  $p=0,054>0.05$ ).**

**Interpretación:**

En la tabla se observa el valor de  $p = 0,054$  lo que indica que por esta razón no existe relación estadísticamente significativa entre el nivel del conocimiento en su dimensión control y tratamiento. Donde se evidencia que del 100% de la muestra, el 100% presenta un nivel bajo de conocer sobre sus hábitos el 0% presenta un nivel medio y el 0% presenta un nivel alto.

En cuanto al nivel de p fue ( $p=0.054>0.05$ ) lo que indicó no hay relaciones entre sí. Donde afirma que no existe relación significativa entre el nivel de conocimiento en su dimensión control y tratamiento de la práctica del autocuidado del adulto hipertenso que son atendidos en el “Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar” – 2022.

**( $p=0.054>0.05$ )**

**Tabla 8. Tabla cruzada CONOCIMIENTO\*CONTROL Y TRATAMIENTO**

CONOCIMIENTO	CONTROL Y TRATAMIENTO						TOTAL
	BAJO		MEDIO		ALTO		
	N°	%	N°	0,0%	N°	%	
<b>BAJO</b>	20	27,8%	0	0,0%	0	0,0%	100%
<b>MEDIO</b>	46	63,9%	0	0,0%	0	0,0%	100%
<b>ALTO</b>	6	8,3%	0	0,0%	0	0,0%	100%
<b>TOTAL</b>	72	100%	0	0,0%	0	0,0%	100%

**( $r=0,305$ ;  $p=0,009<0.05$ )**

**Interpretación:**

En la tabla se observa el valor de  $p = 0,009$  lo que indica que por esta razón existe relación entre el nivel del conocimiento en su dimensión control y tratamiento. Donde se evidencia que del 100% de la muestra, el 100% presenta un nivel bajo de conocer sobre su control, el 0% presenta un nivel medio y el 0% presenta un nivel alto.

La significancia bilateral ( $p=0.009<0.05$ ) que indica que existe relación estadísticamente significativa. Donde afirma que existe relación entre el nivel de conocimiento en su dimensión control y tratamiento de la práctica del autocuidado del adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar – 2022.

**( $p=0.009<0.05$ )**

#### 4.1.2. Contrastación de Hipótesis: Prueba de la Hipótesis General

**Hi:** Existe relación entre el conocimiento y la práctica del autocuidado que realiza del adulto hipertenso que se atienden en el “Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del Distrito de Magdalena Del Mar” – 2022

**Ho:** No existe relación entre el conocimiento y la práctica del autocuidado que realiza del adulto hipertenso que se atienden en el “Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del Distrito de Magdalena Del Mar” – 2022

Nivel de significancia: **0,05**

Prueba estadística: **Rho de Spearman**

**Tabla 9.** Correlación del Conocimiento y Práctica del Autocuidado

CONOCIMIENTO Y PRÁCTICA DEL AUTOCUIDADO			CONOCIMIENTO	PRACTICA DEL AUTOCUIDADO
<b>Rho de Spearman</b>	<b>CONOCIMIENTO</b>	Coefficiente de correlación	1,000	,295*
		Sig. (bilateral)	.	,012
		N	72	72
	<b>PRACTICA DEL AUTOCUIDADO</b>	Coefficiente de correlación	,295*	1,000
		Sig. (bilateral)	,012	.
		N	72	72

**Decisión Estadística:** En la tabla se observa que el valor de p fue de 0,295 lo que indicó esta que por razón se rechaza la hipótesis nula y por ende se da la aceptación de la hipótesis alterna. El valor de p fue ( $p=0.012<0.05$ ) esto indicó que si existe relaciones entre las variables. Donde afirma que existe relación estadísticamente significativa entre la variable de conocimientos y las prácticas de autocuidado del adulto hipertenso que se atienden en el “Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar”– 2022. (**Rho=0.295; p=0.012<0.05**)

### Contrastación de Hipótesis Específicas 1

**Hi1:** Existe relación de la dimensión peso y alimentación del conocimiento con la práctica del autocuidado del adulto hipertenso que se atienden en el “Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del Distrito de Magdalena Del Mar” - 2022

**Ho:** No existe relación de la dimensión peso y alimentación del conocimiento con la práctica del autocuidado del adulto hipertenso que se atienden en el “Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del Distrito de Magdalena Del Mar” – 2022

**Tabla 10.** Correlación de la Dimensión Peso y Alimentación del Conocimiento con la Práctica del Autocuidado

PESO Y ALIMENTACIÓN DEL CONOCIMIENTO CON LA PRÁCTICA DEL AUTOCUIDADO		PESO Y ALIMENTACION	PESO Y ALIMENTACION	
Rho de Spearman	PESO Y ALIMENTACION DEL CONOCIMINETO	Coefficiente de correlación	1,000	,227
		Sig. (bilateral)	.	,055
		N	72	72
	PESO Y ALIMENTACION DE LA PRÁCTICA DEL AUTOCUIDADO	Coefficiente de correlación	,227	1,000
		Sig. (bilateral)	,055	.
		N	72	72

**Decisión Estadística:** “En la tabla se observa que el valor de p fue de 0,055 lo que indica que por esta razón se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna”. La significancia bilateral ( $p=0.055>0.05$ ) que indica que no es estadísticamente significativa. Donde afirma que no existe relación significativa de la Dimensiones peso y alimentación del Conocimientos con las Practicas del Autocuidado del adulto hipertenso que se atienden en el “Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar” – 2022.

**( $p=0.055<0.05$ )**

### Contrastación de Hipótesis Específicas 2

**Hi2:** Existe relación estadísticamente significativa de la dimensión hábitos del conocimientos con la práctica del autocuidado del adulto hipertenso que se atienden en el “Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del Distrito de Magdalena Del Mar - 2022”.

**Ho:** No existe relación de la dimensión hábitos del conocimiento con la práctica del autocuidado del adulto hipertenso que se atienden en el “Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del Distrito de Magdalena Del Mar” – 2022

Nivel de significancia: **0,05**

Prueba estadística: **Rho de Spearman**

**Tabla 11.** Correlación de la Dimensión Hábitos del Conocimiento con la Práctica del Autocuidado

<b>HÁBITOS DEL CONOCIMIENTO CON LA PRÁCTICA DEL AUTOCUIDADO</b>		<b>HÁBITOS</b>	<b>HÁBITOS</b>	
<b>Rho de Spearman</b>	<b>HÁBITOS DEL CONOCIMIENTO</b>	Coeficiente de correlación	1,000	,228
		Sig. (bilateral)	.	,054
		N	72	72
	<b>HÁBITOS DE LA PRÁCTICA DEL AUTOCUIDADO</b>	Coeficiente de correlación	,228	1,000
		Sig. (bilateral)	,054	.
		N	72	72

**Decisión Estadística:** “En la tabla se observa que el valor de p fue de 0,228 lo que indica que por esta razón se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna”. La significancia bilateral ( $p=0.054 > 0.05$ ) que indica que no es estadísticamente significativa. Donde afirma que no existe relación significativa de la Dimensiones Hábitos del Conocimientos con las Practicas del Autocuidado del adulto hipertenso que se atienden en el “Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar” – 2022.

**(Rho=0.228;  $p=0.054 > 0.05$ )**

### **Contrastación de Hipótesis Específicas 3**

**Hi3:** Existe relaciones de la dimensión control y tratamiento del conocimiento con la práctica del autocuidado del adulto hipertenso que se atienden en el “Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del Distrito de Magdalena Del Mar”. 2022.

**Ho:** No existe relación de la dimensión control y tratamiento del conocimiento con la práctica del autocuidado del adulto hipertenso que se atienden en el “Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar” – 2022

Nivel de significancia: **0,05**

**Tabla 12.** Correlación de la Dimensión Control y Tratamiento del Conocimiento con la Práctica del Autocuidado

<b>CONTROL Y TRATAMIENTO DEL CONOCIMIENTO CON LA PRÁCTICA DEL AUTOUIDADO</b>			<b>CONTROL Y TRATAMIENTO</b>	<b>CONTROL Y TRATAMIENTO</b>
<b>Rho de Spearman</b>	<b>CONTROL Y TRATAMIENTO DEL CONOCIMIENTO</b>	Coeficiente de correlación	1,000	,305**
		Sig. (bilateral)	.	,009
		N	72	72
	<b>CONTROL Y TRATAMIENTO DE LA PRÁCTICA DEL AUTOUIDADO</b>	Coeficiente de correlación	,305**	1,000
		Sig. (bilateral)	,009	.
		N	72	76

**Decisión Estadística:** En la tabla se observa que el valor de p fue de 0,305 lo que indica que por esta razón se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna. La significancia bilateral ( $p=0.009<0.05$ ) que indica que es estadísticamente significativa la relación. Donde afirma la existencia de relación significativamente entre las Dimensiones de los Controles y los Tratamientos del Conocimientos con las Practicas del Autocuidado del adulto hipertenso que se atienden en el “Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar” – 2022

### 4.1.3. Discusión de Resultados

En los resultados del **objetivo general** se llegó a demostrar que existe relación significativa en cuanto a la variable conocimiento y práctica del adulto hipertenso, se encontró que tienen un nivel medio de conocimiento en un 44,4%, esto es similar a lo obtenido por Hernández y Bonilla, en el año 2019 en Nicaragua, donde los resultados de este trabajo de investigación concuerdan con los antecedentes científicos. ( **$r=0.295$ ;  $p=0.012<0.05$** ). Del mismo modo Cruz y Martínez en el año 2019 en Ecuador, se relaciona con el valor de  **$p= 0,01$** . Donde se demostró que el conocimiento y la práctica del autocuidado presentaron relación significativa de ambas variables. (14)

Los resultados del **objetivo específico 1** se llegó a demostrar que no existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión peso y alimentación del conocimiento con la práctica del autocuidado del adulto hipertenso, esto se refuta con el estudio de Tafur y Vásquez, en el año 2017 en Iquitos, que se obtuvo el valor de  **$p= 0,05$** . Donde el 15.4% de los adultos realizan prácticas de autocuidado adecuado con respecto a su alimentación y conducta asumida ante el aumento de la presión arterial y su asistencia la consulta de salud (17). Con respecto a los resultados de la investigación se evidenció que el 98,6% presentan un nivel bajo de conocer su peso y alimentación del adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar – 2022. ( **$r=0,227$ ;  $p=0,055>0.05$** ).

Los resultados del **objetivo específico 2** se llegó a demostrar que no existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión hábitos del conocimiento con la práctica del autocuidado el adulto hipertenso, esto se refuta con el estudio de Díaz e Infante en el año 2019, donde se evidenció la correlación entre prácticas de hábitos

saludables y nivel de conocimiento, se evidenció el valor de significancia con **p= 0,001**. Con respecto a los resultados de la investigación se evidenció el 100% de nivel bajo respecto al conocimiento de su dimensión hábitos del adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar – 2022. (**r=0,228; p=0,054>0.05**).

Los resultados del **objetivo específico 3** se llegó a demostrar que existe relación significativa entre la dimensión control y tratamiento del conocimiento con la práctica del autocuidado el adulto hipertenso, esto refuta con el estudio de Huamani y Villanueva en el año 2021 en Chaclacayo. Se obtuvo el valor de **p= 0,202**. Con respecto a los resultados de la investigación se obtuvo un nivel bajo al 100% del conocimiento en su dimensión control y tratamiento del adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar – 2022. (**r=0,305; p=0,009<0.05**)

Con respecto a la teoría se tiene que el conocimiento de cómo controlar y llevar su tratamiento una persona que padece hipertensión arterial es primordial ya que su tratamiento es para toda la vida, es por ello que la enfermera brindara educación en cuanto a su tratamiento y sus controles de la presión arterial. Cuando la tensión arterial no se controla con un adecuado tratamiento farmacológico, conllevara a tener complicaciones vasculares de dicha enfermedad, siendo esta una de las causas más frecuentes (34).

## CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RESOMENDACIONES

### 5.1. Conclusiones

El análisis de los datos obtenidos de este trabajo de investigación, nos permitió llegar a las siguientes conclusiones:

- Se determinó que existe relación significativa entre el conocimiento y la práctica del autocuidado que realiza el adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar – 2022. ( $r=0.295$ ;  $p=0.012<0.05$ ).
- Se determinó que no existe relación significativa de la dimensión del peso y alimentación del conocimiento con la práctica del autocuidado que realiza el adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar – 2022. ( $r=0,227$ ;  $p=0,055<0.05$ ).
- Se determinó que no existe relación significativa de la dimensión de los hábitos del conocimiento con la práctica del autocuidado que realiza el adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar – 2022. ( $r=0,228$ ;  $p=0,054<0.05$ )
- Se determinó que existe relación significativa de la dimensión del control y tratamiento del conocimiento con la práctica del autocuidado que realiza el adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar – 2022. ( $r=0,305$ ;  $p=0,009<0.05$ ).

## 5.2. Recomendaciones

De acuerdo a las conclusiones del trabajo de investigación investigación, se plantean las siguientes recomendaciones:

- Difundir los resultados de la investigación al personal de salud, con el fin de establecer políticas y programas que ayuden a las personas diagnosticadas con hipertensión arterial.
- Al equipo de salud del Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar, realizar visitas domiciliarias para verificar y evaluar que el paciente hipertenso ponga en práctica su autocuidado. Y si no ponen en práctica motivarlos junto a sus familiares y brindarle la importancia de su aplicación.
- Se recomienda al personal encargado de la estrategia a implementar sesiones educativas sobre el peso adecuado que debe mantener los pacientes hipertensos, además de su alimentación saludable que debe seguir diariamente, incentivando y explicándole la importancia de evitar enfermedades cardiovasculares.
- Optimizar y profundizar los conocimientos, de la misma forma ponerlos en práctica para su autocuidado, educándolos sobre sus hábitos que deben practicar, brindando sesiones educativas sobre estilos de vida saludable, importancia de las horas de descanso y horas de ejercicios.
- Al equipo multidisciplinario se recomienda sensibilizar a tomar conciencia de la importancia que son sus controles de la presión arterial y de la misma manera a cumplir su tratamiento prescrito por el médico.

## REFERENCIAS

- (1) Serra Valdés Miguel, Serra Ruíz Melissa, Viera García Marleny. Las enfermedades crónicas no transmisibles: magnitud actual y tendencias futuras. Rev. Finlay [Internet]. 2018 junio [citado 2020 mayo 22]; 8(2): 140-148. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2221-24342018000200008&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2221-24342018000200008&lng=es).
- (2) Rivera Ledesma E, Junco Arévalo JV, Flores Martínez M, Fornaris Hernández A, Ledesma Santiago RM, Afonso Pereda Y. Caracterización clínica-epidemiológica de la hipertensión arterial. Rev cuba med gen integr [Internet]. 2019 [citado 22 May 2020];35(3):[aprox. 0 p.]. Disponible en: <http://revmgi.sld.cu/index.php/mgi/article/view/807>
- (3) Diana Marcela Achury Gloria Judith Sepúlveda Sandra Mónica Rodríguez. Instrumento para evaluar la capacidad de agencia de autocuidado en pacientes con hipertensión arterial [Internet]. Redalyc.org. [citado el 31 de marzo de 2022]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/1452/145220480002.pdf>
- (4) José María Lozano Jimenez. Plan de cuidados individualizado en un paciente hipertenso en Atención Primaria. España. Universidad De La Laguna. [Internet] 2018 [acceso 2018]; 2(44). Disponible en: <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/9090/Plan%20de%20cuidados%20individualizado%20en%20un%20paciente%20hipertenso%20en%20atencion%20prim>
- (5) Diaz Facho Erika Sheila, Prevalencia y factores predisponentes de hipertensión arterial del adulto en el servicio de emergencia del hospital regional docente las mercedes – 2019, Perú. Universidad Señor De Sipan [Internet] 2020 [acceso

2020]; 10(89). Disponible en:  
<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/7049/Diaz%20Facho%20Erika%20Sheila.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- (6) Ruiz-Alejos A, Carrillo-Larco RM, Bernabé-Ortiz A. Prevalencia e incidencia de hipertensión arterial en Perú: revisión sistemática y metaanálisis. *Rev Peru Med Exp Salud Publica* [Internet]. 2021 [citado el 15 de abril de 2022];38(4):521–9. Disponible en:  
[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1726-46342021000400521&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1726-46342021000400521&script=sci_arttext)
- (7) Salcedo-Álvarez Rey Arturo, González-Caamaño Blanca Consuelo, Jiménez Mendoza Araceli, Nava Ríos Vanessa, Cortés Olgún Dheeni Azyade, Eugenio Retana Martha Belem. Autocuidado para el control de la hipertensión arterial en adultos mayores ambulatorios: una aproximación a la taxonomía NANDA-NOC-NIC. *Enferm. univ* [revista en la Internet]. 2012 Sep [citado 2022 Mar 31] ; 9( 3 ): 25-43. Disponible en:  
[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-70632012000300004&lng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632012000300004&lng=es).
- (8) Olga Marina Vega A. Josefina Suárez R. Sandra Acosta G. Vista de Agencia de autocuidado en pacientes hipertensos del Hospital Erasmo Meoz [Internet]. *Edu.co*. [citado el 31 de marzo de 2022]. Disponible en:  
<https://revistas.unbosque.edu.co/index.php/RCE/article/view/579/172>

- (9) Tinoco Valdivia Carmen Beatriz. Capacidad de agencia de autocuidado en adultos mayores con hipertensión arterial del Centro de salud Collique III Zona. Comas, 2018. Peru. Universidad Cesar Vallejo. Peru. [Internet] 2018 [acceso 2018]; 82(15). Disponible en: <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/11969>
- (10) Oltra S. Udd.cl. [citado el 29 de abril de 2022]. Disponible en: [https://medicina.udd.cl/centro-bioetica/files/2013/09/SANDRA-OLTRA-El\\_autocuidado.pdf](https://medicina.udd.cl/centro-bioetica/files/2013/09/SANDRA-OLTRA-El_autocuidado.pdf)
- (11) Esperanza D, González S, Lourdes M, Jinez J. Autocuidado, Elemento Esencial en la Práctica de Enfermería [Internet]. Index-f.com. [citado el 6 de mayo de 2022]. Disponible en: <http://www.index-f.com/dce/19pdf/19-067.pdf>
- (12) Instituto Nacional de Estadística e Informática, Lima. Enfermedades Transmisibles y no Transmisibles. Epidemiológico. [Informe]; Lima; 2014. [citado 2017 Nov. 15]. Disponible en: [https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones\\_digitales/Est/Lib1526/index.html](https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1526/index.html)
- (13) Hernández J. y colaboradores. Conocimiento, actitud y práctica de autocuidado que tienen los pacientes con hipertensión arterial y diabetes mellitus tipo 2 que asisten al puesto de salud La Borgoña, Ticuantepe – Managua II semestre 2019 [Internet]. Edu.ni. 2019 [citado el 29 de abril de 2022]. Disponible en:

<https://repositorio.unan.edu.ni/13538/1/Joseling%20Nohem%C3%AD%20Blas%20Hern%C3%A1ndez.pdf>

- (14) Cruz A. y colaboradores. Conocimiento y práctica en el autocuidado de pacientes hipertensos [Internet]. 2019 [citado el 29 de abril de 2022]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7097525>
- (15) Larki A. y colaboradores. Predictores de conductas de autocuidado entre pacientes hipertensos con escasos conocimientos en salud, con base en un modelo de creencias sobre la salud en el distrito de Bushehr, al sur de Irá [Internet]. 2021 [citado el 29 de abril de 2022]. Disponible en: <http://file:///C:/Users/RUTH/Downloads/1295-6791-2-PB.pdf>
- (16) Carbajal L. y colaboradores. Nivel de conocimiento y práctica de autocuidado del adulto mayor hipertenso del hospital nacional Sergio E. Bernales de Collique Comas – Lima 2018 [Internet]. Edu.pe. 2018 [citado el 29 de abril de 2022]. Disponible en: <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/764/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- (17) Tafur C. y colaboradores “Nivel de conocimiento y práctica de autocuidado del adulto mayor hipertenso, del centro de atención del adulto mayor del hospital regional de Loreto, Iquitos-2017 [Internet]. Edu.pe. 2017 [citado el 29 de abril de 2022]. Disponible en: [https://repositorio.unapiquitos.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12737/4871/Ci nthia\\_Tesis\\_Titulo\\_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.unapiquitos.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12737/4871/Ci nthia_Tesis_Titulo_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- (18) Palacios. M “Conocimiento y prácticas de autocuidado sobre hipertensión arterial en adultos mayores del servicio de medicina del Hospital Regional Docente Las Mercedes Enero –Junio 2019” [internet]. edu.pe. 2019 [citado el 29 de abril de 2022]. Disponible en: [http://repositorio.udch.edu.pe/bitstream/udch/431/1/Palacios\\_Zurita\\_Mercedes.pdf](http://repositorio.udch.edu.pe/bitstream/udch/431/1/Palacios_Zurita_Mercedes.pdf)
- (19) Diaz.M. y colaboradores. Conocimiento sobre hipertensión arterial y práctica de autocuidado - programa adulto mayor [Internet]. Edu.pe. 2020 [citado el 29 de abril de 2022]. Disponible en: <https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/15942/1925.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- (20) Huamami Y Villanueva. “Conocimientos y prácticas del autocuidado en adultos mayores con hipertensión arterial del centro de salud César López silva, CHACLACAYO. LIMA, 2021” [Internet]. Edu.pe. 2021 [citado el 29 de abril de 2022]. Disponible en: <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/autonmadeica/1350/1/Alonso%20Villanueva%20Bejar.pdf>
- (21) OMS. Hipertensión [Internet]. Who.int. [citado el 29 de abril de 2022]. Disponible en: <https://www.who.int/es/health-topics/hypertension>
- (22) OPS. Hipertensión [Internet]. Paho.org. [citado el 29 de abril de 2022]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/hipertension>

- (23) OMS. Hipertensión [Internet]. Who.int. [citado el 6 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- (24) Presión arterial alta (hipertensión) [Internet]. Mayoclinic.org. [citado el 6 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/high-blood-pressure/symptoms-causes/syc-20373410>
- (25) Rodriguez. V. “Hipertensión Arterial y Hábitos Alimentarios en Adultos mayores” [Internet]. Edu.ar. [citado el 20 de mayo de 2022]. Disponible en: <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC110707.pdf>
- (26) Fábregues. G. MANUAL DEL PACIENTE HIPERTENSO A B C de la Hipertensión, el Colesterol y la Diabetes [Internet]. Enfermeriaaps.com. [citado el 20 de mayo de 2022]. Disponible en: <http://www.enfermeriaaps.com/portal/wp-content/uploads/2011/12/manualpacientehipertenso.pdf>
- (27) Hipertensión arterial [Internet]. Cun.es. [citado el 6 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/hipertension-arterial>
- (28) Naranjo Y. La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Elizabeth Orem [Internet]. Sld.cu. [citado el 12 de mayo de 2022]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1608-8921](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1608-8921)
- (29) Navarro Peña Y, Castro Salas M. Modelo de dorothea orem aplicado a un grupo comunitario a través del proceso de enfermería. Enferm glob [Internet]. 2010 [citado el 16 de abril de 2022];(19):0–0. Disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1695-61412010000200004](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412010000200004)

- (30) Rivera Álvarez LN. Capacidad de agencia de autocuidado en personas con hipertensión arterial hospitalizadas en una clínica de Bogotá, Colombia. Rev Salud Publica (Bogota) [Internet]. 2006 [citado el 16 de abril de 2022];8(3):235–47. Disponible en: <https://scielosp.org/article/rsap/2006.v8n3/235-247/>
- (31) NATURALEZA DEL AUTOCUIDADO [Internet]. 1Library.co. [citado el 12 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://1library.co/article/naturaleza-del-autocuidado-participantes-seg%C3%BAAn-edad.zpnl9d4y>
- (32) Tejada T. Capacidad de autocuidado según Dorothea Orem en adultos mayores del distrito de Ayapata-2018 [Internet]. Edu.pe. [citado el 13 de mayo de 2022]. Disponible en: [http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/9639/Tejada\\_Quispe\\_Thalia.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/9639/Tejada_Quispe_Thalia.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- (33) Concepcion. J La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Elizabeth Orem [Internet]. Sld.cu. 2017 [citado el 13 de mayo de 2022]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1608-89212017000300009](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1608-89212017000300009)
- (34) Segovia. NIVEL DE CONOCIMIENTO Y SU RELACIÓN A LA ADHERENCIA AL TRATAMIENTO EN PACIENTES HIPERTENSOS DEL PROGRAMA ADULTO Y ADULTO MAYOR, POLICLÍNICO FIORI MAYO 2017 [Internet]. Edu.pe. [citado el 22 de mayo de 2022]. Disponible en: [http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2289/SEG.ESP\\_EC.\\_MAGALI%20CARMEN%20SEGOVIA%20MASGO.pdf?sequence=2&isAllowed=y](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/2289/SEG.ESP_EC._MAGALI%20CARMEN%20SEGOVIA%20MASGO.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

- (35) ¿Qué es la Investigación de Método Hipotético-Deductivo [Internet]. Tipos de investigación. 2018 [citado el 14 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://tiposdeinvestigacion.org/hipotetico-deductivo/>
- (36) Arteaga G. Enfoque cuantitativo: métodos, fortalezas y debilidades [Internet]. TestSiteForMe. 2020 [citado el 14 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.testsiteforme.com/enfoque-cuantitativo/>
- (37) LA INVESTIGACIÓN APLICADA: UNA FORMA DE CONOCER LAS REALIDADES CON EVIDENCIA CIENTÍFICA [Internet]. [citado el 14 de mayo de 2022]. Disponible en: <http://file:///C:/Users/RUTH/Downloads/538-Texto%20del%20art%C3%ADculo-848-2-10-20120803.pdf>
- (38) Caro L. 7 Técnicas e Instrumentos para la Recolección de Datos [Internet]. Liferder. 2021 [citado el 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.liferder.com/tecnicas-instrumentos-recoleccion-datos/>
- (39) Tomás. EL CUESTIONARIO COMO INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN/EVALUACIÓN [Internet]. Univsantana.com. [citado el 29 de mayo de 2022]. Disponible en: [http://www.univsantana.com/sociologia/El\\_Cuestionario.pdf](http://www.univsantana.com/sociologia/El_Cuestionario.pdf)
- (40) Urbe. Marco Metodológico [Internet]. Urbe.edu. [citado el 29 de mayo de 2022]. Disponible en: <http://virtual.urbe.edu/tesispub/0081163/cap03.pdf>

## ANEXOS

### Anexo 1: Matriz de consistencia

**TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN:** CONOCIMIENTO Y PRÁCTICA DEL AUTOCUIDADO EN ADULTOS HIPERTENSOS QUE SE ATIENDE EN EL CENTRO DE SALUD MATERNO INFANTIL MAGDALENA DEL DISTRITO DE MAGDALENA DEL MAR – LIMA 2022.

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
<p><b>Problema General</b> ¿Cuál es la relación del conocimiento con la práctica del autocuidado en adultos hipertensos que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del distrito de Magdalena Del Mar - Lima 2022?</p> <p><b>Problemas Específicos</b> ¿Cuál es la relación del conocimiento en su dimensión peso y alimentación con la práctica del autocuidado en adultos hipertensos que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del distrito de Magdalena Del Mar - Lima 2022?</p> <p>¿Cuál es la relación del conocimiento en su dimensión hábitos con la práctica del autocuidado en adultos hipertensos que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena del distrito de Magdalena Del Mar - Lima 2022?</p> <p>¿Cuál es la relación del conocimiento en su dimensión control y tratamiento con la práctica del autocuidado que realiza el adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar – 2022?</p>	<p><b>Objetivo General</b> Determinar la relación entre el conocimiento y la práctica del autocuidado que realiza el adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar – 2022.</p> <p><b>Objetivos Específicos</b> Identificar la relación de la dimensión del peso y alimentación del conocimiento con la práctica del autocuidado que realiza el adulto hipertenso</p> <p>Identificar la relación de la dimensión de los hábitos del conocimiento con la práctica del autocuidado que realiza el adulto hipertenso.</p> <p>Identificar la relación de la dimensión del control y tratamiento del conocimiento con la práctica del autocuidado que realiza el adulto hipertenso.</p>	<p><b>Hipótesis General</b> Existe relación entre el conocimiento y la práctica del autocuidado que realiza el adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar – 2022?</p> <p><b>Hipótesis Específica</b> <b>Hi1:</b> Existe relación de la dimensión peso y alimentación del conocimiento con la práctica del autocuidado el adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar.</p> <p><b>Hi2:</b> Existe relación estadísticamente significativa de la dimensión hábitos del conocimiento con la práctica del autocuidado el adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar.</p> <p><b>Hi3:</b> Existe relación de la dimensión control y tratamiento del conocimiento con la práctica del autocuidado el adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar.</p>	<p><b>Variable 1 :</b> CONOCIMIENTO <b>Dimensiones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• PESO Y ALIMENTACION</li> <li>• HÁBITOS</li> <li>• CONTROL Y TRATAMIENTO</li> </ul> <p><b>Variable2:</b> PRÁCTICA DEL AUTOCUIDADO <b>Dimensiones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• PESO Y ALIMENTACION</li> <li>• HÁBITOS</li> <li>• CONTROL Y TRATAMIENTO</li> </ul>	<p><b>Tipo de Investigación</b> Básica</p> <p><b>Método y diseño de la investigación</b> Hipotético deductivo. Cuantitativo</p> <p><b>Población Muestra</b> 72 adultos hipertensos que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil Magdalena</p>

## Anexo N° Instrumento

### CUESTIONARIO DE CONOCIMIENTO Y PRACTICA DE AUTOCUIDADO DEL ADULTO HIPERTENSO QUE SE ATIENDE EN EL CENTRO DE SALUD MATERNO INFANTIL MAGDALENA.

#### PRESENTACIÓN

Soy la bachiller Ruth Sirlopu Salazar, de la carrera profesional de enfermería. A continuación les presento este instrumento que fue realizado para todos los pacientes adultos hipertensos, con el objetivo de recolectar información sobre el nivel de conocimientos y su práctica de autocuidado que realiza en casa. Se solicita su colaboración llenando el cuestionario de forma anónima y con respuestas sinceras a cada pregunta. Este cuestionario solo servirá para la realización del trabajo de investigación.

Agradezco su participación.

#### INSTRUCCIONES:

A continuación, se les presentan preguntas. Se les pide leer detenidamente para poder responder adecuadamente, marcando con una aspa o X la respuesta que usted considere la correcta.

#### I PARTE CONOCIMIENTO:

N°	ÍTEMS	SI	NO
<b>PESO Y ALIMENTACIÓN</b>			
1	El peso es un factor de riesgo para tener presión arterial alta por lo que debe controlarse cada mes		
2	La preparación de sus alimentos en forma de fritura controlan la presión arterial.		
3	La preparación de sus alimentos de manera sancochada y a la plancha ayudan a controlar la presión arterial.		
4	El aceite que consume un paciente con presión alta debe ser de origen vegetal.		
5	Los pescados como: atún, caballa, trucha son alimentos que se consideran importantes en la dieta de un paciente con presión alta.		
6	El consumo de ajos y apio parecen aumentar la presión arterial.		
7	El mayor consumo de café y té disminuyen la presión arterial.		
8	La sal es un condimento necesario en la preparación de los alimentos para los pacientes con presión alta.		
<b>HÁBITOS</b>			
9	La caminata y los ejercicios son algunas actividades físicas recomendadas para mejorar la presión arterial.		
10	El tiempo recomendable para realizar ejercicios físicos de moderada intensidad es cinco veces por semana por 30 minutos.		
11	Considera usted que el descanso y sueño influye en la presión arterial.		
12	Considera usted que dormir 8 horas es bueno para su salud.		
13	El cigarro y el alcohol mejoran la presión arterial.		
<b>CONTROL Y TRATAMIENTO</b>			
14	Los medicamentos que toma para controlar su presión arterial es para toda la vida.		
15	Los medicamentos que toma para controlar su presión arterial es solo cuando siente molestias.		
16	Asistir a sus controles médicos puntualmente ayuda a evitar que se presenten complicaciones en otros órganos del cuerpo.		
17	El control de la presión arterial se debe hacer sólo cuando se siente mal.		
18	Asistir a los controles con la enfermera puntualmente es importante porque recibe orientación interesante y novedosa sobre sus cuidados en cada cita.		

## II PARTE: PRÁCTICA

N°	ÍTEMS	SI	NO
<b>PESO Y ALIMENTACIÓN</b>			
1	controla el peso mensualmente.		
2	Generalmente usted prepara sus alimentos fritos.		
3	Generalmente usted prepara sus alimentos sancochados y a la plancha.		
4	Prepara sus alimentos con aceite de origen vegetal.		
5	La frecuencia con la que usted consume atún, caballa y trucha es tres veces por semana.		
6	La frecuencia con la que usted consume ajos y apio es de 3 a 4 veces a la semana.		
7	Tomar café y té de vez en cuando		
8	Frecuentemente utiliza poca cantidad de sal en la preparación de sus alimentos.		
<b>HÁBITOS</b>			
9	Realiza caminatas y ejercicios durante la semana.		
10	Realiza ejercicios de moderada intensidad cinco veces por semana por 30 minutos.		
11	Duerme más de 7 horas diarias.		
12	Si no duermo bien mi presión se eleva.		
13	Toma cerveza y vino de vez en cuando en una reunión de familia.		
<b>CONTROL Y TRATAMIENTO</b>			
14	Toma sus medicamentos puntualmente.		
15	Toma sus medicamentos sólo cuando se siente mal.		
16	Asiste a sus controles médicos puntualmente.		
17	Se controla la presión arterial sólo cuando asiste a sus controles con la Enfermera y cuando siente molestias.		
18	Asiste a los controles de enfermería solo para recibir sus medicamentos.		

**Anexo 3: Validez del instrumento**

**Formato de juicio de expertos**

**Estimado juez experto (a):** \_\_\_\_\_

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, se le solicita dar su opinión sobre el instrumento de recolección de datos que se adjunta:

Marque con una (X) en SI o NO, en cada criterio según su opinión.

Id	Criterios	Si	No	Observación
1	El instrumento recoge información que permite dar respuesta al problema de investigación.			
2	El instrumento responde a los objetivos del estudio.			
3	La estructura del instrumento es adecuada.			
4	Los ítems del instrumento responden a la operacionalización de la variable.			
5	La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento.			
6	Los ítems son claros y comprensibles.			
7	El número de ítems es adecuado para su aplicación.			

**Sugerencias:**.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

\_\_\_\_\_  
Firma y sello

## ***CARTA DE PRESENTACIÓN***

**Magister:**

Paola Cabrera Espezua

Presente

**Asunto:** VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS A  
**TRAVÉS** DE JUICIO DE EXPERTO.

Es muy grato comunicarme con usted para expresarle mi saludo y así mismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiante de la profesión de enfermería requiero validar los instrumentos con los cuales recogeré la información necesaria para desarrollar mi investigación y con la cual optaré el grado de licenciada en enfermería.

El título nombre de mi proyecto de investigación es: CONOCIMIENTO Y PRÁCTICA DEL AUTOCUIDADO EN ADULTOS HIPERTENSOS QUE SE ATIENDE EN EL CENTRO DE SALUD MATERNO INFANTIL MAGDALENA DEL DISTRITO DE MAGDALENA DEL MAR – LIMA 2022. Y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a Usted, ante su connotada experiencia en temas de investigación.

El expediente de validación que le hago llegar contiene:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de operacionalización de las variables.
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos.

Expresándole los sentimientos de respeto y consideración, me despido de Usted, no sin antes agradecer por la atención que dispense a la presente.

Atentamente,

Sirlopu Salazar, Ruth Esther



D.N.I: 46742902

#### Anexo 4: Confiabilidad del instrumento

##### Confiabilidad del Instrumento: kuder richardson

El Coeficiente de kuder richardson sirve para medir la fiabilidad de una escala de medida. Este coeficiente puede tener valores de 0 a 1, cuando el valor esté más cercano a 1, mayor es la consistencia interna de los ítems analizados.

Resumen de procesamiento de casos			
		N	%
Casos	Válido	72	100%
	Excluido	0	0
	Total	72	100,0

Estadísticas de fiabilidad	
kuder Richardson	N de elementos
,736	36

Para el cálculo del coeficiente de confiabilidad alfa-Cronbach se utiliza el siguiente procedimiento:

$$\alpha'_{Cronbach} = \frac{k}{(k-1)} \left( 1 - \frac{\sum_{j=1}^k S_j^2}{S_T^2} \right)$$

Donde K = El número de ítems.

**BASE DE DATOS SPSSBARIABLE 1**

**VARIABLE 1: CONOCIMIENTO DEL AUTOCUIDADO (18 ítems)**

ENCUESTA	PREGUNTA 1	PREGUNTA 2	PREGUNTA 3	PREGUNTA 4	PREGUNTA 5	PREGUNTA 6	PREGUNTA 7	PREGUNTA 8	PREGUNTA 9	PREGUNTA 10	PREGUNTA 11	PREGUNTA 12	PREGUNTA 13	PREGUNTA 14	PREGUNTA 15	PREGUNTA 16	PREGUNTA 17	PREGUNTA 18
1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1
2	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1
3	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1
4	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1
5	1	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1
6	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1
7	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0
8	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1
9	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1
10	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1
11	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1
12	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1
13	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0
14	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1
15	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1
16	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1
17	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
18	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1
19	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1
20	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1
21	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1
22	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1
23	0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1
24	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1

25	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1
26	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1
27	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1
28	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0
29	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0
30	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1
31	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1
32	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1
33	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1
34	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1
35	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1
36	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1
37	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0
38	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1
39	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1
40	1	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1
41	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0
42	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1
43	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1
44	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1
45	1	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0
46	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1
47	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1
48	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1

49	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	1
50	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1
51	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1
52	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0
53	1	0	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	1
54	1	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1
55	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1
56	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1
57	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1
58	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1
59	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1
60	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1
61	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1
62	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0
63	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1
64	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1
65	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	1
66	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0
67	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1
68	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0
69	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1
70	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1
71	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0
72	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1

**VARIABLE 2: PRÁCTICA DEL AUTOCUIDADO**

1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1
2	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1
3	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1
4	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0
5	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1
6	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1
7	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0
8	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
9	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1
10	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1
11	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0
12	0	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1
13	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
14	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1
15	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1
16	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	0	1	1
17	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0
18	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0
19	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1
20	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1
21	0	0	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1
22	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1
23	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1
24	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1

25	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	0
26	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1
27	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1
28	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0
29	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1
30	0	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0
31	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	1	0
32	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0
33	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0
34	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1
35	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0
36	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0
37	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0
38	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1
39	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0
40	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0
41	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0
42	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1
43	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0
44	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0
45	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0
46	0	0	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1
47	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1
48	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0

49	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0
50	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0
51	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1
52	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0
53	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0
54	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0
55	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0
56	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0
57	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1
58	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0
59	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1
60	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0
61	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0
62	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0
63	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1
64	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0
65	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0
66	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0
67	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1
68	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1
69	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0
70	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0
71	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1
72	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1

*Anexo 5: Aprobación del comité de Ética*

## **Anexo 6: Formato de consentimiento informado**

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**

A usted se le está invitando a participar en este estudio de investigación en salud. Antes de decidir si participa o no, debe conocer y comprender cada uno de los siguientes apartados.

**Título del proyecto:** CONOCIMIENTO Y PRÁCTICA DEL AUTOCUIDADO EN ADULTOS HIPERTENSOS QUE SE ATIENDE EN EL CENTRO DE SALUD MATERNO INFANTIL MAGDALENA DEL DISTRITO DE MAGDALENA DEL MAR – LIMA 2022.

**Nombre de la investigadora principal:** Sirlopu Salazar, Ruth Esther.

**Propósito del estudio:** Determinar la relación entre el conocimiento y la práctica del autocuidado que realiza el adulto hipertenso que se atienden en el Centro de Salud Materno Infantil del Distrito de Magdalena Del Mar – 2022.

**Beneficios por participar:** Tiene la posibilidad de conocer los resultados de la investigación por los medios más adecuados (de manera individual o grupal) que le puede ser de mucha utilidad en su actividad profesional.

**Inconvenientes y riesgos:** Ninguno, solo se le pedirá responder el cuestionario.

**Costo por participar:** Usted no hará gasto alguno durante el estudio.

**Confidencialidad:** La información que usted proporcione estará protegido, solo los investigadores pueden conocer. Fuera de esta información confidencial, usted no será identificado cuando los resultados sean publicados.

**Renuncia:** Usted puede retirarse del estudio en cualquier momento, sin sanción o pérdida de los beneficios a los que tiene derecho.

**Consultas posteriores:** Si usted tuviese preguntas adicionales durante el desarrollo de este estudio o acerca de la investigación, puede comunicarse conmigo Sirlopu Salazar, Ruth Esther al celular 916081447, correo ruthes\_71@hotmail.com

**Participación voluntaria:**

Su participación en este estudio es completamente voluntaria y puede retirarse en cualquier momento.

## DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO

Declaro que he leído y comprendido, tuve tiempo y oportunidad de hacer preguntas, las cuales fueron respondidas satisfactoriamente, no he percibido coacción ni he sido influido indebidamente a participar o continuar participando en el estudio y que finalmente acepto participar voluntariamente en el estudio.

<b>Nombre y apellido del participante o apoderado.</b>	<b>Firma o huella digital</b>
<b>Nº de DNI</b>	
<b>Nº de teléfono fijo o móvil o Whats.App</b>	
<b>Correo electrónico</b>	
<b>Nombre y apellido del investigador</b>	<b>Firma</b>
<b>Nº de DNI</b>	
<b>Nº de teléfono móvil</b>	
<b>Nombre y apellidos del responsable de encuestadores</b>	<b>Firma</b>
<b>Nº de DNI</b>	
<b>Nº de teléfono</b>	
<b>Datos del testigo para los casos de participantes iletrados</b>	<b>Firma o huella digital</b>
<b>Nombre y apellidos</b>	
<b>DNI</b>	

Fecha:

**\*Certifico que he recibido una copia del consentimiento informado.**

Firma del participante

-----

## Anexo 8: Carta de aprobación de la institución para la recolección de datos



Universidad  
Norbert Wiener

Lima, 03 de junio de 2022

### **CARTA Nº 060-05-22/2022/DECSAUNW**

Federico Lizámaga Ferrando

**DIRECTOR DEL CENTRO DE SALUD MAGDALENA**

De mi mayor consideración:

Mediante la presente le expreso el saludo institucional y el mío propio y al mismo tiempo presentarle al estudiante: Ruth Esther Sirlopú Salazar, bachiller de la Escuela Académico Profesional de Enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud de esta casa de estudios, quien solicita efectuar la recolección de datos para su proyecto de investigación titulado: ***"CONOCIMIENTO Y PRACTICA DEL AUTOCAIDADO EN ADULTOS HIPERTENSOS QUE SE ATIENDEN EN EL CENTRO DE SALUD MATERNO INFANTIL DEL DISTRITO DE MAGDALENA DEL MAR, LIMA 2022"*** Agradecido por su gentil atención a lo solicitado le manifiesto mi especial estima y consideración personal.

**Atentamente,**

**DALVA MARÍA GONZÁLEZ BLEDAÑA**

Directora  
Escuela Académica Profesional de Enfermería  
Universidad Privada Norbert Wiener

## Anexo 9: Informe de asesor de Turnitin

### Reporte de similitud

#### ● 14% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 14% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 4% Base de datos de trabajos entregados
- 1% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossr

#### FUENTES PRINCIPALES

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	repositorio.uwiener.edu.pe Internet	2%
2	repositorio.ucv.edu.pe Internet	2%
3	hdl.handle.net Internet	1%
4	repositorio.udch.edu.pe Internet	<1%
5	repositorio.uigv.edu.pe Internet	<1%
6	dspace.unitru.edu.pe Internet	<1%
7	repositorio.unap.edu.pe Internet	<1%
8	cun.es Internet	<1%

Descripción general de fuentes

9	<b>core.ac.uk</b> Internet	<1%
10	<b>tesis.unap.edu.pe</b> Internet	<1%
11	<b>repositorio.uss.edu.pe</b> Internet	<1%
12	<b>mayoclinic.org</b> Internet	<1%
13	<b>infobae.com</b> Internet	<1%
14	<b>Universidad Wiener on 2022-09-08</b> Submitted works	<1%
15	<b>docs.bvsalud.org</b> Internet	<1%
16	<b>repositorio.usanpedro.edu.pe</b> Internet	<1%
17	<b>socialmedicine.info</b> Internet	<1%
18	<b>Saldia.cl</b> Internet	<1%
19	<b>tiposdeinvestigacion.org</b> Internet	<1%
20	<b>Universidad Wiener on 2022-08-25</b> Submitted works	<1%

21	<b>actualidad.sld.cu</b>	<1%
	Internet	
22	<b>Milagros Rico-Blázquez, Sheila Sánchez Gómez, Carmen Fuentelsaz G...</b>	<1%
	Crossref	
23	<b>Repositorio.Uwiener.Edu.Pe</b>	<1%
	Internet	
24	<b>Universidad Wiener on 2022-08-24</b>	<1%
	Submitted works	
25	<b>ri.ues.edu.sv</b>	<1%
	Internet	
26	<b>repositorio.undac.edu.pe</b>	<1%
	Internet	
27	<b>coursehero.com</b>	<1%
	Internet	
28	<b>cybertesis.unmsm.edu.pe</b>	<1%
	Internet	
29	<b>repositorio.unapiquitos.edu.pe</b>	<1%
	Internet	
30	<b>repositorio.udh.edu.pe</b>	<1%
	Internet	
31	<b>prezi.com</b>	<1%
	Internet	
32	<b>repositorio.upn.edu.pe</b>	<1%
	Internet	

33	<b>uwiener.edu.pe</b> Internet	<1%
34	<b>Universidad Wiener on 2022-09-06</b> Submitted works	<1%
35	<b>Universidad Wiener on 2022-09-07</b> Submitted works	<1%
36	<b>Universidad Wiener on 2022-09-08</b> Submitted works	<1%
37	<b>repositorio.uch.edu.pe</b> Internet	<1%
38	<b>repositorio.utelesup.edu.pe</b> Internet	<1%
39	<b>Universidad Wiener on 2022-09-08</b> Submitted works	<1%
40	<b>dspace.ucuenca.edu.ec</b> Internet	<1%
41	<b>encolombia.com</b> Internet	<1%
42	<b>es.scribd.com</b> Internet	<1%
43	<b>repositorio.uap.edu.pe</b> Internet	<1%
44	<b>repositorio.ucss.edu.pe</b> Internet	<1%

## Reporte de similitud

45	repositorio.unc.edu.pe	<1%
	Internet	
46	repositorio.uwiener.edu.pe:8443	<1%
	Internet	
47	users.rcn.com	<1%
	Internet	

---

Descripción general de fuentes

