



**Universidad
Norbert Wiener**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN ENFERMERÍA
EN SALUD FAMILIAR Y COMUNITARIA**

**EFFECTIVIDAD DE LAS INTERVENCIONES EDUCATIVAS SOBRE LOS
CAMBIOS DE ESTILO DE VIDA EN PACIENTE ADULTO MAYOR CON
HIPERTENSIÓN ARTERIAL**

**TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR EL TÍTULO DE ESPECIALISTA
EN ENFERMERÍA EN SALUD FAMILIAR Y COMUNITARIA**

Presentado por:

SÁNCHEZ VICENTE, ROXANA

ASESOR:

MG. CALSIN PACOMPIA, WILMER

LIMA - PERÚ

2020

DEDICATORIA

A nuestras familias por brindarnos su cariño, educarnos con valores y por su apoyo constante que siempre nos brindan y por compartir con nosotras penas, alegrías, sueños y los mismos deseos de superación personal y profesional.

AGRADECIMIENTO

A Dios, por darnos la vida, guiarnos en el que hacer de nuestras vidas, darnos la paciencia, la inteligencia y sabiduría para cumplir con éxito nuestras metas trazadas. A nuestros padres quienes con su esfuerzo y apoyo incondicional contribuyen con nuestro desarrollo personal y profesional.

Muy especialmente al Mg. Wilmer Calsin Pacompia, por contribuir en nuestra formación profesional, guiándonos y motivándome permanentemente para la culminación del presente estudio.

Asesor: MG. CALSIN PACOMPIA, WILMER

JURADO

Presidente : Dra. Gonzales Saldaña Susan Haydee

Secretario : Dr. Gamarra Bustillos Carlos

Vocal : Mg. Fernandez Rengifo Werther Fernando

ÍNDICE

Carátula	i
Hoja en blanco	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Asesor	v
Jurado	vi
Índice	vii
Índice de tablas	ix
RESUMEN	x
ABSTRACT	xi
Capítulo I: INTRODUCCIÓN	
1.1 Planteamiento del problema	1
1.2 Formulación de la pregunta	4
1.3 Objetivos	4
Capítulo II: MATERIALES Y MÉTODOS	
2.1 Diseño de Estudio: Revisión Sistemática	6
2.2 Población y muestra	6
2.3 Procedimientos de recolección de datos	6
2.4 Técnica de análisis	7
2.5 Aspectos éticos	7
Capítulo III: RESULTADOS	
3.1 Tabla	8

Capítulo IV: DISCUSIÓN

4.1	Discusión	21
-----	-----------	----

Capítulo V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1	Conclusiones	23
-----	--------------	----

5.2	Recomendaciones	24
-----	-----------------	----

	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	25
--	----------------------------	----

ÍNDICE TABLAS

Tabla 1: Estudios sobre Efectividad de las intervenciones educativa para favorecer los cambios de estilos de vida en pacientes con Hipertensión Arterial.	8
Tabla 2: Resumen de estudios sobre la Efectividad de las intervenciones educativa para favorecer los cambios de estilos de vida en pacientes con Hipertensión Arterial	18

RESUMEN

Objetivo: Determinar la efectividad de las intervenciones educativas para favorecer los cambios de estilo de vida en paciente con hipertensión arterial.

Materiales y Métodos: En el presente estudio el tipo de investigación fue cualitativo el diseño de investigación por revisiones sistemáticas de la población fueron 35 artículos la muestra fue de 10 artículos el instrumento fue Búsqueda en Base de Datos como Lipecs, Lilacs, Scielo, Cochrane Plus, Pubmd, Medline y se analizó el artículo con el Sistema GRADE. **Resultados:** En la selección definitiva se eligieron 10 artículos, encontrándose porcentaje por estudio por País dando un 30%(03) correspondiendo a España, un 20%(06) los Países de Colombia, México y Cuba, solo un 10%(01) en Perú respectivamente. Han sido estudiados por Tipos de Estudios un 50%(05), Cualitativo y 50 %(05). Cuantitativo. Han sido también por Diseño de Estudio un 50 %(05) por Ensayo Clínico Aleatorizado, con 50 %(05). (05). Por Diseño Cuasi-Experimental. **Conclusiones:** Se evidenció en las investigaciones revisadas que, si existe un 80% de efectividad de las intervenciones educativas para favorecer los cambios de los estilos de vida en los pacientes hipertensos, mientras un 20 % no ha sido efectiva las intervenciones educativas para favorecer los cambios de los estilos de vida en pacientes hipertensos de acuerdo a las revisiones sistemáticas.

Palabras clave: "Efectividad", "Intervenciones Educativa", "Estilo de Vida. "Hipertensión Arterial".

SUMMARY

Objective: To determine the effectiveness of educational interventions to favor changes in lifestyle in patients with arterial hypertension.

Materials and Methods: In the present study the type of research was qualitative Research Design by Systematic Reviews of the population were 35 articles the sample was of 10 articles the instrument was Search in Database as Lipecs, Lilacs, Scielo, Cochrane Plus , Pubmd, Medline and the article was analyzed with the GRADE System. **Results:** In the final selection 10 articles were chosen, finding percentage by study by Country giving 30% (03) corresponding to Spain, 20% (06) the Countries of Colombia, Mexico and Cuba, only 10% (01) in Perú respectively. They have been studied by Types of Studies 50% (05), Qualitative and 50% (05). Quantitative. They have also been 50% (05) by Study Design by Randomized Clinical Trial, with 50% (05). (05). By Quasi-Experimental Design. **Conclusions:** It was evidenced in the reviewed research that, if there is an 80% effectiveness of educational interventions to favor the changes of lifestyles in hypertensive patients, while 20% have not been effective educational interventions to favor changes of lifestyles in hypertensive patients according to systematic reviews

Keywords: "Effectiveness", "Educational Interventions", "Lifestyle. "Arterial hypertension".

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1.1. Planteamiento del problema

El La hipertensión arterial, es una enfermedad que ha ocasionado serios problemas al hombre, ya que en muchos casos es asintomática, lo cual le permite un avance silencioso, aumentando la posibilidad de aparición de complicaciones derivadas de un manejo inadecuado de la enfermedad sobre todo a la falta de adhesión al tratamiento, constituye un factor de riesgo para otras enfermedades de mayor letalidad, afecta al individuo y exclusivamente a los adultos mayores, en tal sentido se considera que es más importante fortalecer el autocuidado frente a esta enfermedad.(1).

Actualmente las cifras de personas afectadas por la hipertensión arterial en el mundo son de 691 millones; su prevalencia en la mayoría de los países se encuentra entre el 15% y 30%(2). En nuestro país, la prevalencia de hipertensión arterial es del 23,7% de la población total (varones 13,4% y mujeres 10,3%), con prevalencias de 22,1% para la

sierra, 22,7% para la selva y 27,3% para la costa, pero con marcadas diferencias entre algunas zonas. (3). En la encuesta demográfica y especialmente sobre la Salud Familiar 2012 realizada en 24 departamentos del país por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) (2012); resultó que de cada cinco hipertensos en el Perú, solamente uno sigue su tratamiento que el 34% de los adultos mayores de 60 años del país sufre de hipertensión arterial, lo que representa un alto porcentaje de la población, se afirma además que los hipertensos diastólicos fueron predominantes en la sierra, sobre los 3 000 msnm y que 55%de la población no sabía que era hipertensa y de los que recibían tratamiento, solo el 45,1% estaba compensado. Así mismos datos actuales indican que la ciudad de mayor incidencia de hipertensión arterial en personas de 60 años se encuentra en los departamentos de San Martín (42.7%), Ica (41.4%), Tumbes (40.4%) y Lima y Callao (39.9%).

La hipertensión arterial es la segunda enfermedad de mayor tasa de incidencia en los adultos mayores, para ello el control de la hipertensión arterial es el punto de partida para hacer un diagnóstico, iniciar un tratamiento y así contribuir con la disminución de la morbilidad y mortalidad por las complicaciones más frecuentes como las enfermedades cerebrovasculares y cardiovasculares.

Determinados cambios en los estilos de vida se han mostrado el descenso de la presión arterial y deberían formar parte del abordaje terapéutico de las personas hipertensas. La pérdida de peso en las personas obesas (04)., el aumento del ejercicio físico aeróbico (caminar rápido al menos 30 minutos al día la mayoría de los días de la semana) (5). y la disminución del consumo de alcohol en las personas que beben cantidades excesivas (06) se han mostrado efectividad en la reducción de la presión arterial. Asimismo, la reducción del consumo de sodio y una dieta baja en grasa total, ácidos grasos saturados y colesterol y rica en frutas, vegetales y productos lácteos desnatados ha mostrado reducciones de la PA(07). En diferentes ensayos clínicos controlados se ha demostrado que estos cambios en los estilos de vida, mantenidos en el tiempo (más de 3 años), pueden disminuir las cifras de PA en pacientes hipertensos(08).

Por otro lado, la efectividad de una intervención educativa grupal sobre los estilos de vida de las personas hipertensas para reducir el riesgo cardiovascular (RCV) global a medio y largo plazo.

Por tales razones se decidió realizar este trabajo, encaminado a brindar a los, pacientes con HTA que han presentado inadecuados cambios de estilo de vida de dicha enfermedad mediante las intervenciones participativas, a fin de orientarlos para que adopten una forma de vida más sana, capaz de inducir un cambio gradual en los hábitos que

propician la aparición del proceso con efectividad y disminuir las elevadas tasas de morbilidad y mortalidad por esa afección

1.2. Formulación del problema.

La pregunta formulada para la revisión sistemática se desarrolló bajo la metodología PICO y fue la siguiente:

P = Paciente Problema	I = Intervención	C = Intervención de comparación	O = Outcome Resultados
Adulto mayor con Hipertensión Arterial	Intervenciones Educativas	No corresponde	Efectividad en cambio de Estilo de Vida.

¿Cuál es la efectividad de las intervenciones educativas para favorecer los cambios de estilo de vida en paciente con hipertensión arterial?

1.3. Objetivo:

Analizar y sistematizar las evidencias sobre la efectividad de las intervenciones educativas para favorecer los cambios de estilo de vida en paciente con hipertensión arterial.

Capítulo II: MATERIALES Y MÉTODOS

2.1. Diseño de Estudio:

En el presente estudio el tipo es cualitativo y el Diseño de estudio es una versión sistemática, las revisiones sistemáticas son investigaciones científicas en la cuales la unidad de análisis son los estudios originales primarios, constituye una herramienta esencial para sintetizar la información científica disponible, incrementar la validez de las conclusiones individuales e identificar áreas de incertidumbre donde sea necesario realizar investigaciones

2.2. Población y muestra:

La población constituida fueron 35 artículos de revisiones sistemáticas y solo se trabajó con 10 artículos científicos publicados e indizados en las bases de datos y que responden a artículos publicados en idioma español e inglés, con una antigüedad no mayor de diez años.

2.3. Procedimiento de recolección de datos.

La recolección de datos se realizó a través de las revisiones sistemáticas de artículos de investigaciones tanto nacionales como internacionales que tuvieron como tema principal la efectividad de las intervenciones educativas para favorecer los cambios de estilo de vida en paciente con hipertensión arterial; se incluyeron los más importantes según nivel de evidencia y se excluyeron los menos relevantes. Se estableció la búsqueda siempre y cuando se tuvo acceso al texto completo del artículo científico.

El algoritmo de búsqueda sistemática de evidencia fue el siguiente:

Eficacia AND intervenciones educativa AND Hipertensión.

Efectividad AND intervenciones educativa AND adulto mayor AND Hipertensión

Hipertensión AND efectividad OR Intervenciones Educativa

Bases de Datos:

Lipecs, Lilacs, Scielo, Cochrane Plus, Pubmed, Medline

2.4. Técnica de análisis

El análisis de la revisión sistemática está conformado por la elaboración de una tabla de resumen (TBLA N°2) con los datos principales de cada uno de los artículos seleccionados, evaluando cada uno de los artículos para una comparación de las características en las cuales concuerda y los puntos en los que existe discrepancia entre los artículos nacionales e internacionales. Además, de acuerdo a criterios técnicos pre

establecidos, se realizó una evaluación crítica e intensiva de cada artículo, a partir de ello, se determinó la calidad de la evidencia y la fuerza de recomendación para cada artículo, a través del método de GRADE

El sistema GRADE (Grading of Recommendations Assessment, Development and Evaluation) "es un sistema de clasificación de la calidad de la evidencia y también un enfoque sistemático y transparente para el proceso de desarrollo de recomendaciones para la práctica clínica, incluyendo la indicación de la fuerza de estas recomen.

2.5. Aspectos Éticos

La revisión de los artículos científicos revisados está de acuerdo a las normas técnicas de la bioética en la investigación, garantizando el cumplimiento de los principios éticos

CAPITULO III: RESULTADOS

3.1 Tabla 1: Estudio revisado sobre la Efectividad de las intervenciones educativas para favorecer los cambios de estilo de vida en paciente con hipertensión arterial.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN				
1. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Número
Alba Rosa Fernández Fred Gustavo Manrique Abril	Agosto 2010	Efecto de la intervención educativa en la agencia de autocuidado del adulto mayor hipertenso de Boyacá- Colombia (07).	https://scielo.conicyt.cl/pdf/cienf/v16n2/art09.pdf COLOMBIA	v.16 n.2: 83-97, 2010

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN					
Tipo de investigación y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos Éticos	Resultados Principales	Conclusiones
Cualitativa Cuasi-experimental	Población: Con cuatro grupos de Solomón (27, 28), con el fin de comprobar que las instrucciones y los ítems de la escala ASA eran comprendidas por los adultos mayores. Muestra: De un total de 304 adultos mayores, inscritos en los programas de hipertensos de los centros de salud de Tunja y Soracá, participaron en el estudio 40.	Se usó la escala ASA, y validada en español elaborado por los investigadores (DSDS).	Forma voluntaria y se obtuvo la firma del consentimiento informado.	Se encontró que la intervención educativa de enfermería aportó cambios significativos en el fortalecimiento de la agencia de autocuidado de los adultos mayores hipertensos de Boyacá, Colombia, situación similar a la reportada por otros autores en diferentes contextos (31-37).	El efecto de la intervención educativa de enfermería fue efectiva en cuanto logró mejorar la agencia de autocuidado del adulto mayor hipertenso de Tunja, Colombia y por ende mejor pronóstico de su enfermedad crónica.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

2. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Número
Carmela Rodríguez Martín, Carmen Castaño Sánchez, José Ignacio Recio Rodríguez	Jun. 2009	Eficacia de una intervención educativa grupal sobre cambios en los estilos de vida en hipertensos. En atención primaria: Un ensayo clínico aleatorio. (08)	www.http://scielo.isciii.es/pdf/resp/v83n3/pdf.SP.ESPAÑA	Rev. Esp. Salud Publica vol.83 n.3

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo de investigación y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos Éticos	Resultados Principales	Conclusiones
<p>Cualitativa</p> <p>Ensayo Clínico aleatorio</p>	<p>Población: Centro de salud Urbano de Catilla y León.</p> <p>Muestra: Se seleccionaron por muestreo aleatorio 101 personas hipertensas de 35 a 74 años, randomizando 51 al grupo de intervención (GI)(64,5±9,7 años, 56% mujeres) y 50 al control (GC) (65,4±8,4 años, 68% mujeres). Se realizó una evaluación basal, una intervención educativa grupal sobre cambios de estilos de vida (seis sesiones durante un año) y una evaluación final</p>	<p>Se realizó una evaluación basal, una intervención educativa grupal sobre cambios de estilos de vida (seis sesiones durante un año) y una evaluación final. El efecto de la intervención se evaluó con RCV (Framingham),</p>	<p>Los sujetos que firmaron el informado fue aleatorizados en los grupos de intervención (GI) y de control (GC), mediante el mismo programa informático</p>	<p>Los resultados obtenidos en este estudio en relación con la presión arterial son similares a los encontrados por otros autores en diferentes intervenciones educativas sobre pacientes hipertensos</p>	<p>La efectividad de una intervención educativa grupal sobre los estilos de vida de las personas hipertensas para mejorar el control y reducir el riesgo cardiovascular (RCV) global a medio y largo plazo no ha sido estudiada en nuestro medio</p>

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

3. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Número
Ángel Sánchez Rodríguez, Marcos, Luis García Ortiz, Luis Javier González Elena	2006	Efectividad de una intervención de mejora de calidad en la reducción del riesgo coronario y del riesgo de mortalidad cardiovascular en pacientes hipertensos (09) .	https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=200296 . Perú	Vol. 37. N°. 9. 2006, págs. 498-503

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo de investigación y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos Éticos	Resultados Principales	Conclusiones
<p>Cualitativa</p> <p>Ensayo Clínico aleatorio</p>	<p>Población: Dos centros de Salud Urbanos.</p> <p>Muestra: Muestreo aleatorio estratificado de 1.000 hipertensos de los dos centros de salud. Un centro (500) fue asignado para recibir una intervención de mejora de calidad y el otro (500), la atención habitual (control).</p>	<p>Mediante la escala de Framingham y riesgo de mortalidad cardiovascular con la escala del proyecto SCORE.</p>	<p>La intervención de mejora de calidad consistió en un programa combinado para el personal sanitario que incluyó: audit, feedback, sesiones de formación e implementación de guías clínicas.</p>	<p>El riesgo coronario absoluto decreció del 16,94% (intervalo de confianza [IC] del 95%, en el grupo de intervención, sin diferencias en el grupo control, del 17,63% (IC del 95%, 16,68-18,53) al 16,82%. El efecto logrado por la intervención fue un descenso del riesgo de 2,28 puntos porcentuales (IC del 95%, 1,35-3,21)(p< 0,001).</p>	<p>La intervención de mejora de calidad ha sido efectiva en el descenso del riesgo coronario y del riesgo de mortalidad cardiovascular en pacientes hipertensos.</p>

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

4. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Número
María Dolors Estrada, Manuel Salamero Baró, Alejandro de la Sierra Iserte.	Abril 2012	Efectividad de una intervención educativa sobre hipertensión arterial dirigida a pacientes hipertensos de edad avanzada (10)	https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3887748 España	Volume 47, Issue 2, March-April 2012, Pages 62-66

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo de investigación y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos Éticos	Resultados Principales	Conclusiones
Cualitativa Ensayo Clínico aleatorio	<p>Población: Grupos paralelos</p> <p>Muestra: una muestra de 120 pacientes, 62 en el grupo intervención (GI) y 58 en el grupo control (GC)</p>	El grupo intervención recibe una intervención educativa escrita y oral sobre conocimientos en hipertensión arterial y riesgo cardiovascular, el grupo control no recibe ningún tipo de intervención.	Consentimiento Informado.	Al final de la intervención educativa se observó un aumento en el porcentaje de respuestas correctas, con diferencias estadísticamente significativas en cuanto al grupo control, respecto a los conocimientos sobre la hipertensión, factores de riesgo asociados a ella, riesgos de tener la presión arterial elevada y control de la medicación	La aplicación de una intervención educativa sobre hipertensión arterial y riesgo cardiovascular asociado a la misma actividad asistencial es capaz de elevar el nivel de conocimientos de los pacientes hipertensos mayores ingresados

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

5. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Número
Guzmán Pantoja Jaime, Valadez Toscano Francisco, Cabrera Pivaral Carlos.	2009	Efecto de una intervención educativa multidisciplinaria sobre la calidad de vida en pacientes hipertensos (11)	http://www.medigraphic.com/pdfs/atefam/af-2009/af091f.pdf MEXICO	Aten Fam 2009;16(1):18 - 21

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo de investigación y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos Éticos	Resultados Principales	Conclusiones
<p>Cualitativa</p> <p>Ensayo Clínico aleatorio</p>	<p>Población: Pacientes hipertensos de un primer nivel de atención (Guadalajara, Jalisco, México)</p> <p>Muestra: Se incluyó a pacientes de ambos sexos, de edades entre 25 a 65 años, portadores de hipertensión arterial sistémica en estadio 1 y 2 con base en lo establecido por el Joint National Committee on Detection, Evaluation and Treatment of High Blood Pressure</p>	<p>Se les realizó historia clínica completa.</p>	<p>Consentimiento o informado</p>	<p>Se asignaron aleatoriamente 25 pacientes al grupo experimental y 25 al grupo control. En la evaluación intergrupar el grupo experimental presentó mejoría global de 10 puntos en la calidad de vida (p=0.001), la disminución promedio en la presión arterial fue de 10 mmHg en la media, (p=0.001), el índice de masa corporal sólo disminuyó en el grupo experimental en 1 kg/mt2 (p=0.001).</p>	<p>Las intervenciones educativas orientadas a la modificación de los estilos de vida constituyen estrategias no farmacológicas indicadas como un coadyuvante en el tratamiento de la HAS, y han demostrado su efectividad sobre la disminución de la Presión Arterial Media (PAM)</p>

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

6. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Número
María Várela Arévalo, Delcy Elena Cáceres de Rodríguez, Diego Correa Sánchez,	2007	Efectos benéficos de la modificación del estilo de vida en la presión arterial y la calidad de vida en pacientes con hipertensión (12)	https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3182657 Colombia	Nº. 14, 2005, págs. 69-85

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo de investigación y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos Éticos	Resultados Principales	Conclusiones
Cualitativa	<p>Población:</p> <p>Una Empresa de Servicios de Salud de la ciudad de Cali, Colombia.</p>	<p>Se aplicó el SF-36 Health Survey v2 para evaluar calidad de vida.</p>	<p>Consentimiento o informado</p>	<p>Los resultados en calidad de vida se presentaron con algunas diferencias entre los pacientes con niveles controlados y no-controlados de PAS y PAD.</p>	<p>Se concluye que la intervención para modificar el estilo de vida con el objetivo de reducir los niveles de PA puede ser benéfica para mejorar la calidad de vida de pacientes hipertensos, en la medida en que sea integral e interdisciplinaria.</p>
Cuasi-experimental	<p>Muestra:</p> <p>Estuvo conformada por 44 personas diagnosticadas con Hipertensión Arterial</p>				

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

7. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Número
Vilma Rodríguez Roca, Eduardo Ortiz Aguilera, Edna Mercedes Vier Pérez	Abril 2010	Intervención educativa en pacientes con enfermedades cerebrovasculares isquémicas e hipertensión arterial (13)	http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=81029-30192010000300006&script=sci_arttext&lng=en CUBA	MEDISAN v .14n.3 Santiago de Cuba 22

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo de investigación y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos Éticos	Resultados Principales	Conclusiones
Cualitativa	Población: Se efectuó una intervención comunitaria en 30 pacientes con hipertensión arterial, atendidos en el consultorio médico Nr 40, perteneciente al área de salud del Policlínico Docente "José Martí" de Santiago de Cuba	Se utilizó el porcentaje como medida de resumen para variables cualitativas y la técnica de Mc Nemar para medir los cambios	Consentimiento o informado	Se encontró que antes de la intervención solo en 10 pacientes era adecuado y en 20 inadecuado, pero se logró que al finalizar el estudio todos los integrantes de la serie lo modificaran positivamente, lo cual tuvo una significación estadística.	Se concluye que la intervención educativa incrementó adecuadamente el nivel de efectividad sobre enfermedades cerebrovasculares isquémicas por lo cual se demostró la efectividad del programa de actividades aplicado en esa parte del centro urbano.
Cuasi-experimental	Muestra: El universo estuvo constituido por los 97 pacientes hipertensos pertenecientes a dicho consultorio, de los cuales se seleccionó una muestra mediante muestreo aleatorio.	significativos antes y después de la intervención (diferencia significativa $p < 0,05$)			

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

8. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Número
Manuel. A. Gómez Marcos, Luis García Ortiz, Emiliano. Rodríguez Sánchez.	2007	Mejora de la calidad del proceso asistencial a los factores de riesgo cardiovascular en el paciente hipertenso. Eficacia de una intervención. (ciclo-Rick) (14)	http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1889183705715816?np=y España	Volumen 22, Issue 9, 2007, Pages 345-352

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo de investigación y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos Éticos	Resultados Principales	Conclusiones
Cualitativa Cuasi-experimental	La investigación se realizó en dos centros de atención primaria urbanos. Muestra: Se seleccionó a personas entre 35 años y 70 años (pues el rango de edad de la escala de Framingham es de 35 a 74 y se preveían varios años de seguimiento) diagnosticados de hipertensión arterial y con seguimiento habitual en los centros de salud.	Una escala de 0 a 100. La intervención de mejora de calidad consistió en audit, feed-back.	Sesiones de formación e implementación de guías clínicas Consentimiento o informado	Los resultados obtenidos en nuestro estudio y la concordancia con estudios similares apoyan la efectividad de las intervenciones realizadas en la mejora de la calidad del proceso asistencial, sin poder determinar cuál de las intervenciones ha sido más influyente en este resultado.	La intervención de mejora de calidad basada en los ciclos de mejora ha mostrado ser efectiva en la mejora de los indicadores de proceso y algunos resultados intermedios de salud, como ha sido la reducción de la presión arterial y del riesgo cardiovascular absoluto y relativo. Estos resultados fueron alcanzados incrementando los fármacos antihipertensivos prescritos y las combinaciones farmacológicas utilizadas.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

9. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Número
Dra. Dania María Ruiz Coviella; Dra. Aymara García Martínez, Dr. Jesús Antunez Taboada.	2011	Intervención educativa sobre conocimientos de los factores de riesgos y su influencia en pacientes con episodio de urgencia hipertensiva (15)	http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=81025-02552011000100003&script=sci_arttext&lng=en Cuba.	AMCv.15n.1 Camagüey ene.-feb. 2011

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo de investigación y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos Éticos	Resultados Principales	Conclusiones
Cualitativa Cuasi-experimental	<p>Población: Cuerpo de guardia del Policlínico Universitario Norte Florida.</p> <p>Muestra: El universo se constituyó por todos los pacientes mayores de 45 años con este diagnóstico, la muestra se conformó por 48 pacientes.</p>	Se aplicó una recolección de los datos se confeccionó una encuesta, la misma se aplicó antes y después de la intervención educativa.	Consentimiento informado	El grupo de edades más afectado correspondió al de 65-74 años, los principales factores de riesgo fueron: el hábito de fumar, obesidad. Después de la intervención educativa se lograron incrementar los conocimientos sobre factores de riesgo en la población, aspectos relacionados con el hipercolesterolemia, la inactividad física, obesidad y hábito de fumar.	La intervención educativa resultó factible y efectiva para el conocimiento de los factores de riesgo de la hipertensión arterial, se elevaron los niveles de comprensión y se logró mayor calidad de vida de los pacientes estudiados.

DATOS DE LA PUBLICACIÓN

10. Autor	Año	Nombre de la Investigación	Revista donde se ubica la Publicación	Volumen y Número
Campollo Rivas Octavio, Gutiérrez Román Elsa, Barrera Párraga Jaime, Sandoval Magaña Mónica	2009	Efecto de una intervención educativa multidisciplinaria sobre la calidad de vida en pacientes hipertensos (16)	http://www.medigraphic.com/pdfs/atefam/af-2009/af091f.pdf México	Aten Fam 2009;16(1):18-21

CONTENIDO DE LA PUBLICACIÓN

Tipo de investigación y Diseño de Investigación	Población y Muestra	Instrumentos	Aspectos Éticos	Resultados Principales	Conclusiones
<p>Cualitativa</p> <p>Ensayo Clínico Aleatorio</p>	<p>Población: Pacientes hipertensos de un primer nivel de atención (Guadalajara, Jalisco, México)</p> <p>Muestra: Se incluyó a pacientes de ambos sexos, Ensayo de edades entre 25 a 65 años, portadores Clínico de hipertensión arterial sistémica en Aleatorio estadio 1 y 2 con base en lo establecido por el Joint National Committe .</p>	<p>Se les realizó historia clínica completa.</p>	<p>Consentimiento informado</p>	<p>En la evaluación intergrupar el grupo experimental presentó mejoría global de 10 puntos en la calidad de vida ($p=0.001$), la disminución promedio en la presión arterial fue de 10 mmHg en la media, ($p=0.001$), el índice de masa corporal sólo disminuyó en el grupo experimental en 1 kg/mt2($p=0.001$).</p>	<p>Las intervenciones educativas orientadas a la modificación de los estilos de vida constituyen estrategias no farmacológicas indicadas como un coadyuvante en el tratamiento de la HAS, y han demostrado su efectividad sobre la disminución de la Presión Arterial Media (PAM)</p>

3.2. Tabla Resumen:

Resumen de estudio sobre efectividad de las intervenciones educativas para favorecer los cambios de estilo de vida en paciente con hipertensión arterial.

DISEÑO DEL ESTUDIO/TÍTULO	CONCLUSIONES	CALIDAD DE EVIDENCIA	FUERZA DE LA EVIDENCIA	LUGAR
Cuasi-experimental Efecto de la intervención educativa en la agencia de autocuidado del adulto mayor hipertenso de Bocaya-Colombia.	El estudio concluye que las intervenciones educativas fueron efectiva porque logró mejorar la agencia de autocuidado del adulto mayor hipertenso de Tunja, Colombia y por ende mejor pronóstico de su enfermedad crónica	Moderado	Débil	COLOMBIA
Ensayo Clínico Aleatorio Eficacia de una intervención educativa grupal sobre cambios en los estilos de vida en hipertensivos. En atención primaria: Un ensayo clínico aleatorio.	El estudio concluye que las intervenciones educativas fueron efectiva mejorando los estilos de vida saludable de las personas hipertensas para mejorar el control y reducir el riesgo cardiovascular (/RCV) global a medio y largo plazo.	Alta	Fuerte	ESPAÑA
Ensayo Clínico Aleatorio Efectividad de una intervención de mejora de calidad en la reducción del riesgo coronario y del riesgo de mortalidad cardiovascular en pacientes hipertensos.	El estudio concluye que las intervenciones educativas mejoro la cantidad vida o la esperanza de vida ha sido efectiva en el descenso del riesgo coronario y del riesgo de mortalidad cardiovascular en pacientes hipertensos.	Alta	Fuerte	PERÚ
Ensayo Clínico Aleatorio Efectividad de una intervención educativa	El estudio concluye que la intervención educativa no fue efectiva sobre la hipertensión arterial y el	Alta	Fuerte	ESPAÑA

sobre hipertensión arterial dirigida a pacientes hipertensos de edad Avanzada.	riesgo cardiovascular asociado a la misma actividad asistencial es capaz de elevar el nivel de conocimiento de los pacientes hipertensos mayores.			
Ensayo Clínico Aleatorio Efecto de una intervención educativa Multidisciplinaria sobre la calidad de vida en pacientes hipertensos	El estudio concluye que las intervenciones educativas orientadas a la modificación de los estilos de vida constituyen estrategias no farmacológicas indicadas como un coadyuvante en el tratamiento de la HAS, y han demostrado su efectividad sobre la disminución de la Presión Arterial Media (PAM)	Alta	Alta	MÉXICO
Cuasi-experimental Efectos benéficos de la modificación del estilo de vida en la presión arterial y la calidad de vida en pacientes con hipertensión	El estudio concluye que las intervenciones educativas modifican el estilo de vida con el objetivo de reducir los niveles de PA puede ser benéfica para mejorar la calidad de vida de pacientes hipertensos, en la medida en que sea integral e interdisciplinaria	Moderada	Débil	COLOMBIA
Cuasi-experimental Intervención educativa en pacientes con enfermedades cerebrovasculares isquémicas e hipertensión arterial	El estudio de las intervenciones educativa se concluye que se incrementó adecuadamente el nivel de efectividad sobre enfermedades cerebrovasculares isquémicas por lo cual se demostró la efectividad del programa de actividades aplicado en esa parte del centro urbano.	Moderada	Débil	CUBA

<p>Cuasi-experimental Mejora de la calidad del proceso asistencial a los factores de riesgo cardiovascular en el paciente hipertenso. Eficacia de una intervención (ciclo-Rick)</p>	<p>El estudio de la intervención educativa ha mostrado ser efectiva en la mejora de los indicadores de proceso y algunos resultados intermedios de salud, como ha sido la reducción de la presión arterial y del riesgo cardiovascular absoluto y relativo. Estos resultados fueron alcanzados incrementando los fármacos antihipertensivos prescritos y las combinaciones farmacológicas utilizadas.</p>	<p>Moderada</p>	<p>Débil</p>	<p>ESPAÑA</p>
<p>Cuasi-experimental Intervención educativa sobre conocimientos de los factores de riesgos y su influencia en pacientes con episodio de urgencia hipertensiva</p>	<p>El estudio intervención educativa resultó factible y efectiva para el conocimiento de los factores de riesgo de la hipertensión arterial, se elevaron los niveles de comprensión y se logró mayor calidad de vida de los pacientes estudiados.</p>	<p>Moderada</p>	<p>Débil</p>	<p>CUBA</p>
<p>Ensayo Clínico Aleatorio Efecto de una intervención educativa multidisciplinaria sobre la calidad de vida en pacientes hipertensos</p>	<p>El estudio de las intervenciones educativas orientadas a la modificación de los estilos de vida constituye estrategias no farmacológicas indicadas como un coadyuvante en el tratamiento de la HAS, y han demostrado su efectividad sobre la disminución de la Presión Arterial Media</p>	<p>Alta</p>	<p>Fuerte</p>	<p>MÉXICO</p>

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

1.1. Conclusiones

La aplicación efectiva en una intervención educativa sobre hipertensión arterial y riesgo cardiovascular asociado a la misma actividad asistencial es capaz de elevar el nivel de conocimientos de los pacientes hipertensos mayores ingresados

Se concluye que la intervención educativa incrementó adecuadamente el nivel de conocimientos sobre enfermedades cerebrovasculares isquémicas por lo cual se demostró la efectividad del programa de actividades aplicado en esa parte del centro urbano.

Es efectiva la participación multidisciplinaria tiene un mayor impacto en la calidad de vida y el control de la presión arterial.

Se concluye que el 80% es efectivo en las intervenciones educativas sobre el estilo de vida en los pacientes hipertensos, mientras el 20% no es efectiva las intervenciones educativas sobre los estilos de vida en los pacientes hipertensos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. SOSA JM. TALLEDO R. PORTUGAL RM. JEFFERSON L. Estilos de vida y prevalencia de hipertensión arterial en tres comunidades peruanas. Revista Peruana de Cardiología: Mayo - Agosto 1999.
2. OMS (2009): Hipertensión Arterial. Disponible 27-06-14. http://www.who.int/cardiovascular_diseases/publications/global_brief_hypertension/es/
3. Steven VJ, Obarzanek E, Cook NR, Lee IM, Appel LJ, Smith West et al. Long-term weight loss and changes in blood pressure: results of the trials of hypertension prevention, phase II. Ann Intern Med. 2001; 134: 1-11.
4. Whelton SP, Chin A, Xin X, He J. Effect of Aerobic Exercise on Blood Pressure: A Meta-Analysis of Randomized, Controlled Trials. Ann Intern Med. 2002; 136:493-503.
5. Xin X, He J, Frontini MG, Ogden LG, Motsamai OI, Whelton PK., et al. Effects of alcohol reduction on blood pressure: a meta-analysis of randomized controlled trials. Hypertension, 2001; 38: 1112-1117.
6. Singh RB, Rastogi SS, Verma R, Laxmi B, Singh R, Ghosh S, et al., Randomized controlled trial of cardioprotective diet in patients with recent acute myocardial infarction: results of one year follow up. BMJ, 1992; 304: 1015-1019.

7. Alba Rosa Fernández, Fred Gustavo Manrique-Abril. Efecto de la intervención educativa en la agencia de autocuidado del adulto mayor hipertenso de Boyacá- Colombia. http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S07179553201000200009 COLOMBIA, v.16 n.2: 83-97, 2010
8. Carmela Rodríguez Martín, Carmen Castaño Sánchez, Luis García Ortiz, José Ignacio Recio Rodríguez. Eficacia de una intervención educativa grupal sobre cambios en los estilos de vida en hipertensos en atención primaria: un ensayo clínico aleatorio. http://www.scielosp.org/scielo.php?pid=S1135-57272009000300009&script=sci_arttext ESPAÑA Rev. Esp. Salud Publica vol.83 n.3
9. Ángel Sánchez Rodríguez, Marcos, Luis García Ortiz, Luis Javier González Elena Efectividad de una intervención de mejora de calidad en la reducción del riesgo coronario y del riesgo de mortalidad cardiovascular en pacientes hipertensos. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2002966>. Perú Vol. 37, N°. 9, 2006, págs. 498-503
10. Dolors Estrada, Ester Pujol, Lourdes Jiménez, Manuel Salamero, Alejandro de la Sierra. Efectividad de una intervención educativa sobre hipertensión arterial dirigida a pacientes hipertensos de edad avanzada. <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S021119X1100357X> País - España. Volume 47, Issue 2, March-April 2012, Pages 62-66

11. Guzmán Pantoja Jaime , Valadez Toscano Francisco Cabrera Pivaral Carlos Campollo Rivas Octavio, Gutiérrez Román Elsa Barrera Parraga Jaime, Sandoval Magaña Mónica. Efecto de una intervención educativa multidisciplinaria sobre la calidad de vida en pacientes hipertensos. <http://www.medigraphic.com/pdfs/atefam/af-2009/af091f.pdf>. MÉXICO Aten Fam2009;16(1):18-21
12. María Várela Arévalo, Delcy Elena Cáceres de Rodríguez, Diego Correa Sánchez, Lyda Eugenia Holguín Palacios. Efectos benéficos de la modificación del estilo de vida en la presión arterial y la calidad de vida en pacientes con hipertensión. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3182657>. Colombia N°. 14, 2005, págs. 69-85
13. Vilma Rodríguez Roca, Eduardo Ortiz Aguilera, Edna Mercedes Vier Pérez, Dr. Evelio Lalondrys Preval Intervención educativa en pacientes con enfermedades cerebrovasculares isquémicas e hipertensión arterial. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S102930192010000300006&script=sci_arttext&tlng=en CUBA MEDISAN v.14 n.3 Santiago de Cuba 22
14. A. Gómez Marcos, L. García Ortiz, A. Sánchez Rodríguez, L. Melón Barrientos. Mejora de la calidad del proceso asistencial a los factores de riesgo cardiovascular en el paciente hipertenso. Eficacia de una intervención. <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1889183705715816?np=y> España. Volume 22, Issue 9, 2007, Pages 345-352

15. Dra. Dania María Ruiz Cobiella; Dra. Aymara García Martínez Moles; Dr. Jesús Antúnez Taboada; Leise Rodríguez Correa. Intervención educativa sobre conocimientos de los factores de riesgos y su influencia en pacientes con episodio de urgencia hipertensiva.

http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S102502552011000100003&script=sci_arttext&tIng=en. Cuba AMC v.15 n.1 Camagüey ene.-feb. 2011
16. Guzmán Pantoja Jaime, Valadez Toscano Francisco Cabrera Pivaral Carlos Campollo Rivas Octavio, Gutiérrez Román Elsa, Barrera Párraga Jaime, Sandoval Magaña Mónica. Efecto de una intervención educativa multidisciplinaria sobre la calidad de vida en pacientes hipertensos.

<http://www.medigraphic.com/pdfs/atefam/af-2009/af091f.pdf>. México Aten Fam2009;16(1):18-21
17. He FJ, MacGregor GA. Efecto de la reducción moderada de sal a largo plazo en la presión arterial (Revisión Cochrane traducida). En: La Biblioteca Cochrane Plus, 2005 Número 4. Oxford: Update Software Ltd. Disponible en: <http://www.update-software.com>. (Traducida de The Cochrane Library, 2005 Issue 4. Chichester, UK: John Wiley & Sons, Ltd.
18. Chobanian AV, Bakris GL, Black HR, Cushman WC, Green LA, Izzo JL, et al. The Seventh Report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure: The JNC 7 Report. JAMA. 2003; 289: 2560-72.
19. Fahey T, Schroeder K, Ebrahim S. Interventions Used to Improve Control of Blood Pressure in Patients with Hypertension. Cochrane Database Syst Rev. 2006(4): CD005182.

20. Rodríguez Rueda JM, Polanco Rodríguez F, Olivera Bacallao LO, Pérez Chávez JL, Fabelo Mora CJ, Rodríguez González I. Comportamiento de la enfermedad cerebrovascular en un período de dos años. Hospital Militar "Comandante Manuel Fajardo Rivero". Rev Cubana Med Mil 2006; 35(4):15-17 <http://bvs.sld.cu/revistas/mil/vol35_4_06/mil03406.htm> [consulta: 15 enero 2008].
21. García Gómez A, Almeida Correa E, Pérez Pérez O, Gutiérrez Gutiérrez L. Enfermedad cerebrovascular durante el segundo semestre del 2003 en cuidados intermedios de medicina. Rev Cubana Med Int Emerg 2004; 3(4):95-105 http://www.bvs.sld.cu/revistas/mie/vol3_4_04/mie10404.pdf [consulta: 23 enero 2008]
22. Fahey T, Schroeder K, Ebrahim S. Educational and organizational interventions used to improve the management of hypertension in primary care: a systematic review. Br J of Gen Pract. 2005;55(520):875-882.
23. Miller E, Erlinger T, Youn D. Results of the diet, exercise and weight loss intervention trial (DEW-IT). Hypertension. 2002; 40:612-618.