



**Universidad
Norbert Wiener
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA ACEDÉMICO PROFESIONAL DE
ENFERMERÍA**

Trabajo Académico

Factores que condicionan las varices y su relación con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023

**Para optar el título de
Especialista en Enfermería en Centro Quirúrgico**

Presentado Por:

Autora: Espinoza Campos, Diana Astrid

Código ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-8369-5924>

Asesor: Mg. Mori Castro, Jaime Alberto

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2570-0401>

**Línea de Investigación General
Salud, Enfermedad y Ambiente**

**Lima – Perú
2023**

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01

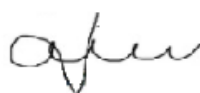
Yo, Espinoza Campos, Diana Astrid, Egresada de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Académica de Enfermería, Segunda Especialidad en Enfermería en Centro Quirúrgico de la Universidad Privada Norbert Wiener; declaro que el trabajo académico titulado "Factores que condicionan las varices y su relación con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023", Asesorado por el Docente Mg. Mori Castro, Jaime Alberto, DNI N° 07537045, ORCID <https://orcid.org/0000-0003-2570-0401>, tiene un índice de similitud de 20 (Veinte) %, con código oid:14912:279892254, verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.



.....
 Firma de autor(a)
 Espinoza Campos, Diana Astrid
 DNI N° 43972198



.....
 Firma del Asesor
 Mg. Mori Castro, Jaime Alberto
 DNI N° 07537045

Lima, 30 de Abril de 2023

DEDICATORIA

Este trabajo lo dedico a todos mis familiares que estuvieron apoyándome y a su vez fueron el motivo para seguir adelante con esta meta.

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, a Dios por darme fortaleza para continuar con mis metas y en segundo lugar a la Universidad Norbert Wiener por mi formación integral en mi segunda especialidad profesional.

Asesor: Mg. Mori Castro, Jaime Alberto

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2570-0401>

JURADO

Presidente : Dra. Reyes Quiroz, Giovanna Elizabeth

Secretario : Dr. Molina Torres, Jose Gregorio

Vocal : Mg. Cabrera Espezua, Jeannelly Paola

INDICE

Resumen	vi
Abstract	vii
1. EL PROBLEMA	1
1.1. Planteamiento del problema.....	1
1.2. Formulación del problema	3
1.2.1. Problema general	3
1.2.2. Problemas específicos	3
1.3. Objetivos de la investigación	3
1.3.1. Objetivo general.....	3
1.3.2. Objetivos específicos.....	4
1.4. Justificación de la investigación.....	4
1.4.1. Teórica	4
1.4.2. Metodológica.....	5
1.4.3. Práctica.....	5
1.5. Delimitaciones de la investigación	5
1.5.1. Temporal.....	5
1.5.2. Espacial.....	6
1.5.3. Población	6
2. MARCO TEÓRICO	7

2.1. Antecedentes.....	7
2.2. Bases teóricas.....	12
2.3. Formulación de hipótesis	304
2.3.1. Hipótesis general.....	304
2.3.2. Hipótesis específicas	¡Error! Marcador no definido. 4
3. METODOLOGÍA	315
3.1. Método de la investigación	315
3.2. Enfoque de la investigación	315
3.3. Tipo de investigación	325
3.4. Diseño de la investigación	326
3.5. Población, muestra y muestreo.....	326
3.6. Variables y operacionalización	28
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	30
3.7.1. Técnica.....	30
3.7.2. Descripción de instrumentos.....	30
3.7.3. Validación	32
3.7.4. Confiabilidad.....	372
3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos.....	372
3.9. Aspectos éticos	33
4. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS	35
4.1. Cronograma de actividades.....	35
4.2. Presupuesto.....	36

5. REFERENCIAS	37
ANEXOS	51
Anexo 1. Matriz de consistencia	52
Anexo 2. Matriz de operacionalización de variables49	¡Error! Marcador no definido.
Anexo 3. Instrumentos	¡Error! Marcador no definido.
Anexo 4. Consentimiento informado	¡Error! Marcador no definido.

Resumen

Objetivo: Analizar la relación de los factores que condicionan las varices con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023. El trabajo es cuantitativo porque se llevará a cabo la recopilación sistemática de información numérica y el análisis de la información mediante procesos estadísticos, ya que la recopilación de datos se utiliza para mostrar las hipótesis de apoyo y describir la calidad o características para determinar el resultado de la muestra de roles. población. El tipo de investigación corresponde a una encuesta básica. Dependiendo del alcance, será descriptivo, relevante. El diseño será utilizado: No experimental ya que las variables no serán manipuladas deliberadamente para el análisis, serán utilizadas en un ambiente natural o real. La población será de 67 profesionales enfermeros que trabajan en servicio de Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf. En el análisis de los datos de las variables involucradas en esta investigación se realizarán los análisis estadísticos descriptivos por frecuencias absolutas, frecuencias relativas y medidas de tendencia central también de pruebas de correlación; se ingresarán los datos ingresando una matriz de datos desarrollada en Microsoft Excel 2013 y luego se exportarán a IBM SPSS Statistics versión 24.0. Allí serán analizados. Se obtendrán las tablas y figuras que serán descritas y explicadas en las secciones de resultados y discusión subsiguiente; se confirmara la hipótesis de investigación que cumple con los siguientes criterios

Palabras claves: Varices, medidas de prevención, centro quirúrgico.

Abstract

Objective: To analyze the relationship of the factors that condition varicose veins with the prevention measures in the nursing staff of the Surgical Center service of the El Golf Clinic, Lima 2023. The work is quantitative because the systematic collection of information will be carried out. numerical and the analysis of information through statistical processes, as data collection is used to show supporting hypotheses and describe the quality or characteristics to determine the outcome of the role sample. population. The type of research corresponds to a basic survey. Depending on the scope, it will be descriptive, relevant. The design will be used: Non-experimental since the variables will not be deliberately manipulated for the analysis, they will be used in a natural or real environment. The population will be 67 nursing professionals who work in the Surgical Center service of the El Golf Clinic. In the analysis of the data of the variables involved in this research, descriptive statistical analyzes will be carried out by absolute frequencies, relative frequencies and measures of central tendency, as well as correlation tests; Data will be entered by entering a data matrix developed in Microsoft Excel 2013 and then exported to IBM SPSS Statistics version 24.0. There they will be analyzed. Tables and figures will be obtained that will be described and explained in the results and subsequent discussion sections; The research hypothesis that meets the following criteria will be confirmed

Keywords: Varicose veins, prevention measures, surgical center.

1. EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

Ahora existen condiciones en caso de insuficiencia venosa periférica o varices en centro quirúrgico, en el quirófano el personal de enfermería con varias horas de largas jornadas, están en mucha bipedestación, deben tomar medidas preventivas y conocer el factor de riesgo que afecta su estado, debido al desconocimiento (1).

Ahora vivimos en sociedad competitiva con demanda y mano de obra, hay más trabajo con largas horas de pie, por ejemplo, en quirófanos con alta patología, siendo problema de salud. En el mundo, 150 mil personas se diagnostican con insuficiencia venosa cada año, que cuesta a los pacientes 500 millones de dólares en atención y rehabilitación. En la población de Estados Unidos, 1 millón sufren insuficiencia venosa (2).

La insuficiencia venosa periférica o venas varicosas, causa presión arterial alta en venas de extremidades inferiores no logran devolver sangre al corazón o bloquean el flujo sanguíneo. La expansión permite que la válvula sea baja en vena. La bomba muscular de la pantorrilla promueve estimulación sanguínea en sangre de la pierna hasta el corazón. La insuficiencia venosa ocurre cuando la válvula deja de funcionar en venas superficiales o profundas, que hace que la sangre retroceda a las venas y cause hipertensión venosa y relajación superficial, lo que causa daños en paredes de las venas, afectando negativamente la salud humana (3).

En Bolivia se encontró OR de 1,86 en bipedestación larga y 0,14 sedestación alta y uso de prendas que comprimen miembros inferiores o aumentan la presión intra abdominal (ligas, medias, cinturones, etc.) en OR de 12,1. Para bajar factores de riesgo en relación con venas varicosas de extremidades inferiores, se implementa medidas preventivas en trabajo, en usar ropa que aumente la presión intra abdominal o comprima extremidad inferior (4).

En Ecuador, hay trabajos que dicen que 81% de enfermeras permanecieron de 5 a 6 horas sin descanso y sin profilaxis, lo que sugiere que la bipedestación prolongada es parte de la dinámica de trabajo en centros quirúrgicos y factor que influye en aparición de várices (5).

Según Vásquez y Acevedo en México, la prevalencia de insuficiencia venosa fue 67%, y las características individuales fueron: edad promedio 39 años, alcohol, tabaquismo, sobrepeso y embarazo múltiple. En fuerza de trabajo, el 92% de la población permanece de pie de 6 a 8 horas durante el trabajo, el 79% es sedentario, el 49% suele usar ropa ajustada y el 62% no usa medias elásticas en el trabajo, el resultado es consistente con prevalencia del 51%, y las características personales y laborales fueron similares a las encontradas en el estudio (6).

En Chile el 67% presenta varices en extremidades, 74% de mujeres y 24% de hombres. Los que tienen varices está de pie más de horas, 50% menos de 8 horas 52%, 18% no tenían varices, menos de 8 horas en el trabajo 81%. Índice de masa corporal en varices: 55% tenía IMC >25, el 77% y 34% venas venosas, piernas y edema. El 12% de venas venosas usan un promedio flexible, y 7% no puede funcionar correctamente antes de los días de trabajo por dolor en las piernas, ya que se encuentran durante mucho tiempo y el 6% de las insuficiencias venosas se detienen antes del final de la jornada laboral, el área social y área económica (7).

En Colombia, se cree que la prevalencia de venas varicosas es 27% y la insuficiencia venosa crónica (IVC) es 0,7%. Los segmentos anatómicos son 36%. La edad en probabilidades (OR) 3.33 y 6.30 según tipo de DVC. Género femenino, paridad, muslos y alto tamaño se asocian con edad, grasa abdominal y forma ósea en venas varicosas. Las venas superficiales se asocian con edad y grasa abdominal con antecedentes familiares de venas varicosas. Las perforantes se asocian con la edad y el consumo de grasa periférica (8).

En el país 61% son mujeres, y 55% de 10 a 14 años de experiencia laboral; el factor de riesgo no modificable fue edad 48-59 años 59%, genética 57%, embarazo 41%, anticonceptivos orales 67%, 85% no fumadores. Factor de riesgo de obesidad 62%, bipedestación prolongada 100% de pie más 4 horas, anticonceptivas 81%, 85% no fuman, alcohol 75% bajo consumo, no ejercicio 45%, dieta común 69%, actividad física 55%, cuidado personal 57% (9).

Las exposiciones del personal de enfermería a los riesgos biológicos, hay una alta exposición a objetos corto punzantes en hospitalización (91%). El 67% sin accidentes, el 35% se lesiono. El enfermero no uso guantes de bioseguridad (51%). El 92% lavado de manos preoperatorio. El 81% con cinco años de experiencia laboral con reputación en bioseguridad (10). Las enfermeras que trabajaban en el centro quirúrgico Clínica El Golf en Lima tenían las tasas más altas de insuficiencia venosa o venas varicosas, que pueden causar úlceras o desgarros en la piel, haciéndola más propensa a las infecciones venosas.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la relación de los factores que condicionan las varices con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es la relación de los factores que condicionan las varices en su dimensión no modificable con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023?

- ¿Cuál es la relación de los factores que condicionan las varices en su dimensión modificable con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023?

1.3. Objetivos de la investigación

1.3.1. Objetivo general

Analizar la relación de los factores que condicionan las varices con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023

1.3.2. Objetivos específicos

- Determinar la relación de los factores que condicionan las varices en su dimensión no modificable con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023
- Determinar la relación de los factores que condicionan las varices en su dimensión modificable con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1. Teórica

Este estudio hace un aporte teórico a toda la evidencia científica más reciente, lo que nos hace tener la certeza categórica de que existen factores que afectan a los familiares y que toman medidas preventivas ante enfermedades incurables, en etapa temprana de detección, ya que hasta el momento es claro que existe la necesidad de capacitar al personal que hace

vulnerable en ejercicio de actividad profesional. Este estudio se basa en la teoría de Virginia Genderson plantea que la contribución del conocimiento en fisiología ayuda en el cuidado del paciente integrado con cuidados paleativos.

1.4.2. Metodológica

El estudio tiene una justificación metodológicamente debido a su solidez ya que buscara determinar la relación entre los factores que contribuyen a las venas varicosas y las medidas preventivas tomadas por los cuidadores. Por otro lado, se utilizarán instrumentos fiables y probados para garantizar la precisión científica requerida. Tiene como objetivo sugerir cómo estudiar más a fondo las poblaciones usando métodos científicos para recopilar mejores datos, donde se desarrollarán métodos cuantitativos, diseños transversales no experimentales e intervalos relevantes.

1.4.3. Práctica

Saber si las enfermeras son susceptibles a las venas varicosas será una inversión práctica. Desde un punto de vista educativo, su importancia está relacionada con la información que se proporciona. Esto puede ayudar a los cuidadores y otros grupos profesionales a tomar medidas preventivas para esta condición así que trate de evitarla para una mejor calidad de vida. También queremos aumentar la conciencia de los empleados sobre la prevención de las varices y mejorar su calidad de vida. Esta investigación ayudara en conocer los cambios en la actitud y conducta del profesional de enfermería y así desarrollan actividades de prevención frente a las complicaciones de insuficiencia venosa periférica, a fin de no poner en riesgo su salud y calidad de vida, evitando enfermedades crónica, invalidez permanente, ausentismo laboral, gastos excesivos por tratamiento alterando la esfera emocional económico - social de la enfermera y la institución.

1.5. Delimitaciones de la investigación

1.5.1. Temporal

Este estudio se realizará desde febrero del 2023 hasta julio del 2023.

1.5.2. Espacial

Este trabajo se realizará en Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023.

1.5.3. Población o unidad de análisis

Personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

A nivel internacional:

Dimas y col., (11) en el 2021, en Colombia, con el objetivo “analizar características clínicas con los factores de riesgos asociados a la IVP en trabajador de enfermería”. Estudio descriptivo, transversal. Muestra de 58 enfermeras. Método, aplicó una encuesta tipo cuestionario sobre el factor de riesgo de Insuficiencia Venosa Periférica. Resultados, Hay relación de características sociodemográficas y antropométricas con característica clínica y factor de riesgo de IVP en la enfermera. Las edades están entre 20 a 29 años en 41%, son afrodescendiente en 61%, el están entre 60 a 78 Kg. El factor de riesgo es nivel bajo de actividades físicas en 74%, la bipedestación u ortostatismo es 57%, números de hijos en 71%. Las manifestaciones clínicas frecuentes son: Edemas en 91%, Dolores en 81%, cansancio en 60% y calambres en 61%.

Silva y col., (12) en el 2022, En México, con el objetivo “describir los niveles de conocimientos y cumplimientos del personal de enfermería en el área quirúrgica según el autocuidado en relación en insuficiencia venosa del miembro inferior. Estudio, descriptivo, trasversal, prolectivo y observacional. Muestra de 25 enfermeros. Método, usaron dos instrumentos: 1) conocimiento y 2) cuestionario de autocuidados. Resultados, no cumplen con el autocuidado en 100% de participantes del estudio, los criterios en determinar los cumplimientos fueron al observar la acción preventiva conocida en autocuidado, hay calificaciones de 6 ítems que están completos no sucede. Hay factores de riesgos en insuficiencias venosas en los miembros inferiores, siendo la antigüedad laboral como la variable que evidencian las diferencias significativas en el conocimiento y cumplimiento.

Jaramillo y Torres (13) en el 2018, en Ecuador, con el objetivo “analizar los factores que se asocian a las prevalencias de insuficiencias venosas periféricas con bipedestación prolongada en personal de salud en servicio de cirugía del Hospital San Vicente de Paul, Ibarra”. Estudio, descriptivo, transversal. Muestra de 61 profesionales de salud. Método, aplicó encuesta CIV14. Resultados, el 69% del personal son femenino, hay grupo de edad de 26 a 30 años siendo el 24%, donde el 35% son enfermeras. La insuficiencia venosa es 67% tienen síntomas de insuficiencia venosa periférica luego de jornada laboral siendo su permanencia de 6 a 8 horas con bipedestación, problemas de sobrepesos que es el causante de patología hay factores predisponentes hereditarios en 6 de 10 personas con antecedentes familiares a las madres siendo riesgo potencial en tener insuficiencia venosa periférica.

Myeong (14) en el 2018, en Corea, con su objetivo “determinar las prevalencias de venas varicosas de enfermeras, como grupo ocupacional que esta considerado que poseen altos riesgos de VV, y analizar el factor de riesgo ocupacional de situaciones prolongadas”. Estudio descriptivo, transversal. Muestra de 400 enfermeras. Método, para la toma de datos utilizó cuestionarios estructurados. Resultados, los factores significativos del reflujo venoso fueron en edad con Odds Ratio (OR)=1.05, con intervalos de confianzas (IC) de 95%=1.04 – 1.11, embarazos (OR=2.17, IC de 95%=1.18-3.87 y OR=2.002 IC 95%= 1.07- 2.47). La significancia estadística del factor se comprobó luego de ajustes de riesgos en el factor sociodemográfico (OR=2,12 95% CI=1.112-9.0).

Monsalve y col., (15) en el 2020, en Colombia, con el objetivo “analizar las prevalencias del desorden venoso crónico en personal de salud identificando el factor de riesgo tanto en el personal como laboral para asociarse en el desarrollo de la enfermedad”. Estudio, revisión de alcances de literaturas. Muestra de 18 artículos a texto completo en inglés, español y portugués desde 2010 a2020. Método, según base de datos PubMed, Scopus, Lilacs, páginas

web de ciencia (Google scholar) y SciELO. Resultados, hay prevalencias de 7% a 87% de desorden venoso crónico del miembro inferior y dos estudios con bajas prevalencias de 8% a 14%. En factor de riesgo sociodemográfico y laboral determinó asociaciones con las patologías: Sexo ($p < 0.002$), edad ($p < 0.01$), estar en más de 3 horas en bipedestación ($p < 0.002$), horas extras laboradas ($p < 0.0027$), antigüedades laborales mayores a 5 años ($p < 0.001$), áreas de servicios ($p = 0.001$). En factor de riesgo personal en asociaciones: antecedentes de embarazos, multiparidades (OR= 3.6 IC 95% 1.5–8.4; $p = 0.01$), antecedentes familiares insuficiencias venosas ($p < 0.002$), historias personales de insuficiencias venosas ($p = 0.02$), obesidades ($p = 0.003$) y tabaquismos activos ($p = 0.007$).

A nivel nacional:

Bellido y Huaman (16) en el 2019, tuvieron como objetivo “analizar el factor condicionante de insuficiencia venosa periférica con la medida preventiva del profesional de enfermería del servicio crítico del Hospital Regional del Cusco”. Estudio, descriptivo, transversal. Muestra de 57 profesionales de Enfermería. Método, para la toma de datos utilizó cuestionario estructurado. Resultados, el 93% son femeninos; 47% tenían edades de 36 y 50 años, 55% tienen insuficiencia venosa periférica grado II; hay factor condicionante en antecedentes familiares de IVP y multipara en 54%, trabajar en áreas asistenciales más de 5 años en 84% y bipedestacion prolongada en 95%. Medidas preventivas en 54% camina 35 minutos diarios, 64% adecuado calzado y 72% usa siempre holgada vestimenta y cómoda.

Pimentel (17) en el 2018, con el objetivo “analizar los niveles de conocimiento de insuficiencia venosa con las prácticas de medidas preventivas de insuficiencia venosa en enfermeros del centro quirúrgico y de emergencia del hospital Marino Molina Scippa”. Estudio, cuantitativa, tipo descriptivo, transversal. Muestra de 45 enfermeros. Método, aplicó cuestionarios de conocimientos y prácticas, validadas por juicio de expertos.

Resultados, el nivel de conocimientos fue medio y alto en 87% más en complicaciones en 90%, con síntomas y signos en 83% y de factor predisponente en 81%. Para las medidas preventivas sobre insuficiencia venosa, el 72% tienen medio a alto conocimiento. En prácticas sobre actividades a realizar en medidas preventivas de IV por enfermeros, son el 77% en nunca o a veces que practicaron; el 83% de enfermeros en nunca o a veces hacen pausas para descansar; el 85% nunca o algunas veces elevan sus piernas en 15 minutos; el 65% no evitan levantar pesos mayores a 15 kilos, el 67% no evitan exponer al calor excesivo.

Cortez (18) en el 2018, con su objetivo “determinar la influencia de la labor educativa de las enfermeras en las prevenciones de varices en mujeres de 30 a 50 años en Ñaña distrito de Chaclacayo”. Estudio, descriptiva pre experimental. Muestra de 122 mujeres. Método, utilizo un cuestionario tipo Likert. Resultados, los niveles de prevención de varices en femeninas de 30 a 50 años de edad en Ñaña, es bajo en mayor porcentaje, seguido del medio nivel y en menores porcentajes son altos. Con promedios de 11,4. Luego de las aplicaciones de las labores educativas de las enfermeras en niveles de prevenciones son altos, y menores porcentajes fueron bajos, con promedios de 17,5.

Vásquez (19) en el 2018, con su objetivo “analizar el factor que condiciona la varices y medidas de prevenciones en enfermeras del Centro Quirúrgico y Emergencia del Hospital Regional de Ica”. Estudio cuantitativo, descriptivo de corte transversal. Muestra de 51 enfermeras. Método, utilizó la encuesta y el instrumento el cuestionario. Resultados, el tiempo de servicio de la enfermera es 10 a 14 años con 55%. En el factor de riesgo no modificables en edad es 57% entre 48 a 60 años, En genética 57%, embarazo 41%, en métodos anticonceptivos orales 67%, consumo de tabaco 85% no fumaron anteriormente. En factor de riesgo modificable según obesidad 61% padecieron, de pie en largo tiempo 100% de enfermeras es más de 5 horas.

Anicama (20) en el 2018, con su objetivo “determinar la mejora en problema de salud con propuestas preventivas identificando el factor situacional previniendo complicación en llevar vida saludable, con la correlación del ortostatismo prolongado en formación de várices en el miembro inferior de la enfermería del Centro Quirúrgico del Hospital Nacional PNP”. Estudio, descriptiva correlacional, transversal, cuantitativa. Muestra de 30 enfermeros. Método, la técnica fue encuesta, y el instrumento un cuestionario estructurado. Resultados, no hay correlación de cantidad de horas de pie, largo periodo de pie, afectación circulatoria, intensidades de dolor, molestia por ortostatismos largos con origen formativo de varices; hay relación directa de la medida preventiva de ortostatismo prolongado en formación de varices.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Primera variable: Factores que condicionan las varices

La información sobre insuficiencia venosa crónica se da en Grecia, Hipócrates trató las úlceras venosas en 400 a. C. y Leonardo da Vinci explicó su anatomía en 1450; en 1600, Fabrizio y sus alumnos explicaron detalles de válvulas, y William Harvey explicó las válvulas venosas según teoría de circulación sanguínea. Los romanos permanecieron mucho tiempo y los tobillos estaban envueltos en trapos estrechos para evitar la hinchazón y el dolor. En 1850, Bodrio describe profundidades y la superficie del ala de retorno venoso (21).

Los factores condicionantes se dividen en:

Factores condicionantes no modificables

Edad: Es el principal factor de riesgo; es el mayor riesgo de insuficiencia venosa; para las personas que viven más tiempo. Las mujeres son propensas que los hombres al padecimiento por factores hormonales endógenos. La edad como factor de correlación dice ser progresión de la enfermedad venosa, alcanzó su punto máximo en los 40 y 50 años y disminuye a los

70 años, importante en actividad relacionada con movilidad y postura. Las venas varicosas son comunes en mujeres que trabajan sentadas que las que trabajan de pie, el vaso sanguíneo contraído dificulta el drenaje de sangre de extremidades inferiores. La incidencia de varices aumenta con la edad, es rara en infancia, se inicia en adolescencia, edad adulta y vejez, afecta en 80%. Hay cambios estructurales en la pared de vena que contribuyen a su presencia (22).

Antecedentes familiares: Los factores genéticos son factores de riesgo, si hay familiares con varices, es probable tener la enfermedad o familiares con trombosis venosa. Durante el embarazo: “El crecimiento del feto aumenta la presión arterial en venas de piernas”. El número de embarazo es factor de riesgo en venas varicosas. Si las mujeres se diversifican, más, cuando el feto aumenta la presión de venas en extremidades. Las personas con venas varicosas tienen antecedentes familiares. Si los padres tienen venas varicosas, hay un 90% de posibilidades de tener venas varicosas. Las personas tienen riesgo de 89% de tener venas varicosas si los padres tenían insuficiencia venosa crónica, 47% si uno de los padres tenía insuficiencia venosa y 20% si ninguno de ellos tenía la enfermedad (23).

Embarazo. Es factor que aumenta riesgo de varices por compresión de venas abdominales por el útero y feto en el embarazo, impide que venas regresen a las piernas y aumenta riesgo de varices por mayor dilatación de venas con resistencia a extracción de sangre. **Venas varicosas durante el embarazo.** La insuficiencia venosa periférica crónica es común en partos múltiples. Determina la aparición de varices por tres mecanismos: primero, por efecto hormonal que se producen en embarazo y reducen el tono de venas; segundo, por aumento de volumen sanguíneo y de presión intraabdominal, dificulta retorno venoso porque del útero en crecimiento comprime las venas en la pelvis, dificulta el drenaje de sangre arriba, dilata venas y, en última instancia, aumentando el peso corporal y disminuyendo la actividad (24).

Obesidad. El sobrepeso y obesidad aumentan riesgo de varices por efecto del retorno venoso de piernas como por sedentarismo. Los datos mundiales muestran que el número de personas obesas está aumentando, una de cada dos personas es obesa, la presión en venas empeora la condición de las venas y aumenta directamente el riesgo de insuficiencia venosa crónica.

Hormonales. Las hormonas durante el embarazo están en píldoras anticonceptivas, tomarlas aumenta la dilatación y permeabilidad venosa, se demostró que dosis altas de progesterona aumentan la compatibilidad venosa y dosis altas de estrógeno aumentar la hipercoagulación. La enfermedad puede ser promovido por factor hormonal relacionado con cambios en nivel de estrógeno. Cambios en niveles la hormona explica los síntomas de insuficiencia venosa crónica es en mujeres en primera menstruación y empeoran en segunda (25).

Ocupación. Los profesionales, más los que están de pie, tienen probabilidades de desarrollar venas varicosas porque las contracturas musculares impiden el flujo y retorno de sangre, lo que lleva a venas varicosas. Los profesionales como camareros, profesores, enfermeras y vendedores que está de pie en largos periodos de tiempo tienen más riesgo de varices. Ello se da cuando el tiempo de caminata es 5 a 8 horas. El factor ocupacional son actividades laborales que implican estar de pie o sentado en mucho tiempo. La postura e inmovilidad de piernas interfieren con circulación sanguínea normal. Ello puede suceder por problema cardiovascular, corren riesgo de tener insuficiencia venosa periférica crónica en futuro (26).

Factores condicionantes modificables

Bipedestación prolongada: Estar de pie por mucho tiempo: estar de pie por mucho tiempo hace que los vasos sanguíneos trabajen más para bombear la sangre de regreso al corazón. De acuerdo con la clasificación ocupacional internacional estándar de la Organización Internacional del Trabajo, la posición prolongada se define como trabajadores que están de pie durante 5 horas o más durante la jornada laboral. **Sedentarismo:** falta de actividad física

que conduce a déficits en función motora, músculos y huesos de piernas débiles por falta de motivación, oxigenación insuficiente de tejidos, falta de actividad física. A nivel mundial se asocia con morbilidad, se asocia con enfermedad crónica como diabetes tipo 2, enfermedad cardiovascular y obesidad. Los efectos negativos para la salud de la falta de actividad física, un tercio de la población mundial sigue siendo físicamente inactiva (27).

Anatomía venosa

Las venas son vasos sanguíneos de pared delgada que soporta baja presión por la sangre que regresa al corazón. Son responsables del retorno de sangre desde extremidades inferiores al corazón de extremidades inferiores a través de válvulas venosas, la contracción muscular, pulsación de venas profundas a las arterias y fisiología respiratoria, la presión intratorácica.

Venas superficiales a profundas. Sistema venoso: Hay tres sistemas en extremidades inferiores y son: **Sistema superficial:** Tiene venas internas, externas y laterales. **Profunda:** Esta debajo de fascia formada por venas profundas que acompañan a la arteria. Es el 85% de retorno venoso. **Comunicante:** Son venas que anclan la fascia y comunican con sistemas venosos superficial y profundo, con flujo sanguíneo de superficial a profundo (28).

Fisiología venosa

Los vasos sanguíneos que circulan a la fascia (tejido conectivo que recubre músculos) actúan como venas superficiales, y arterias acompañantes actúan como venas profundas, en circulación que fluye des capilares hacia músculos, se contraen y cierra válvulas. Forman dos sistemas vasculares: circulación pulmonar y sistémica. Las venas pulmonares llevan sangre oxigenada desde el pulmón hasta la aurícula izquierda. De alvéolos se forman tres troncos de venas en pulmón derecho y dos en izquierdo; se forman cuatro venas pulmonares conectan lóbulos superiores del pulmón derecho. En circulación sistémica, transporta sangre de áreas del cuerpo hasta la aurícula derecha del corazón, contiene venas que drenan hacia

el corazón, las que drenan hacia la vena cava superior y la vena cava inferior. Las venas están equipadas con válvulas que consisten en valvas que se dirigen al flujo de sangre al corazón, no al revés. Estos pliegues son pliegues de la íntima reforzados por tejido conectivo en el medio y fibras elásticas en el lado del pliegue que mira hacia la luz del vaso (29).

La válvula venosa tiene varias funciones: primero, actúan contra la gravedad que evita flujo retrógrado, los músculos que circulan en ellas se contraen. Evitan que fuerza de contracción muscular provoque presión retrógrada en capilares que drenan venas. La sangre venosa es rojo oscuro contiene CO₂ y menos oxígeno que sangre arterial. Por sistema de válvula unidireccional, el flujo en sistemas superficial y profundo es distal a proximal, es responsable del flujo de venas de conexión superficiales a profundas. Ocurre en extremidades inferiores, donde los músculos se contraen. Las venas, luego de que la presión externa se vacía y colapsa, se fusionan con sangre, la presión en las venas, aumenta lento hasta llenar. Cuando una vena está llena, no tiene elasticidad y la presión se acumula (30).

Insuficiencia venosa periférica

Las venas varicosas son afección vascular por venas dilatadas, alargadas y tortuosas en la superficie de piernas que están en venas safenas (grandes y pequeñas) y venas colaterales. Son venas superficiales dilatadas y tortuosas que resultan de defectos en estructura y función de la válvula venosa, debilidad intrínseca de la parte venosa y fístulas arteriovenosas (31).

Fisiopatología

El mecanismo de patología de pared venosa es: En caso de insuficiencia venosa superficial, la válvula es incapaz de mantener la presión hidrostática, debilita la pared venosa y aumenta el tamaño de vena, si la conexión entre arcos safenos y venas comunicantes están dañadas, el retorno de sangre se produce en dirección del sistema superficial, cambiando la circulación

normal. **Oclusión venosa aguda:** trombosis venosa profunda, formación de trombos por receso valvular, seguida de triada en luz, incluye estasis, seguida de deterioro de pared del vaso y estado de hipercoagulabilidad. El llamado síndrome postrombótico (SPT) es TVP secundarias a reflujo y obstrucción que dan manifestaciones clínicas de ECV, es importante si TVP ha sido extensa o grave. La insuficiencia venosa periférica es causada por daño a la pared de la vena y sus válvulas, lo que resulta en una circulación deficiente (32).

Grados de insuficiencia venosa periférica

Grado I: Las varices es poco sintomáticas clínicamente y el paciente percibe como problema estético más que como una sensación de cansancio y pesadez en las piernas. **Grado I:** El diámetro de vena es más de 3 mm **Grado II:** Las venas son tortuosas y dilatadas, las varices ya es un problema de salud. Hay pesadez y cansancio en extremidades, son comunes los grados inferiores. **Grado III:** Aquí hay proteínas y cantidad de dilatación venosa causada por error de válvula crónica. **Grado IV:** La curvatura venosa es complicada, y las trombosis se dividen en superficial o profundo según su complejidad y condición. Hay venas varicosas (venas varicosas que sangran continuamente) y el proceso de curación es lento (33)

2.2.2. Segunda variable: Medidas de prevención

Medidas preventivas

Son preparados para prevenir o reducir anticipada riesgos o complicación de enfermedades.

Se deben tomar precauciones para prevenir ocurrencias de eventos indeseables o dañinos.

Son tres áreas como medidas preventivas:

Actividad física.

El ejercicio físico mejora la contracción muscular y reduce la fragilidad capilar. El ejercicio aumenta la disponibilidad de oxígeno en tejidos, ayudar con insuficiencia venosa al mejorar la nutrición. El ejercicio reduce la ansiedad, aumenta la cantidad de endorfinas, asegurando el bienestar y reduciendo insomnio; aceleran el metabolismo y reducen el uso de insulina, ayuda a prevenir resistencia a insulina, el ejercicio ayuda a perder peso. La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda hacer ejercicio al menos 30 minutos diarios o cinco veces semanal. Las actividades físicas para evitar y prevenir las varices son (34):

Caminar: La OMS recomienda caminar 30 minutos en mejora de circulación sanguínea y fortalecer los músculos. El movimiento de los músculos de parte inferior del cuerpo ayuda a bombear sangre al corazón. Previene enfermedades cardiovasculares, reduce infarto de miocardio, hipertensión arterial y diabetes. Cualquier persona puede hacerlo a su ritmo, brinda beneficios importantes, como mejora de niveles de oxígeno en sangre, mejora función física, menor nivel de estrés, caminar erguido. Caminar es importante para la salud pública. Reducir incidencia de enfermedades crónicas y reducir costes médicos (35).

Natación: Es un ejercicio en agua. Al nadar, la densidad del agua es similar al cuerpo humano, hay menos posibilidades de dañar el cuerpo. La terapia de rehabilitación prefiere hacer ejercicio en agua, para que la sangre circule más dinámica y fortalezca los músculos del cuerpo. Mejora la respiración aumenta la capacidad pulmonar y consumo de oxígeno en 10%.

Pausas activas: es actividad física que se hace en períodos breves de jornada laboral para recuperar energía necesaria para realizar el trabajo eficaz, se evita cansancio y fatiga muscular. Hay beneficios al aumentar la circulación, mejora movilidad y flexibilidad de articulaciones, reduce inflamación, mejora postura y reduce tensiones. Trae beneficios

laborales como: aumenta esfuerzo laboral, sobrellevar el estrés laboral, construye mejores relaciones con la sociedad y colegas, hay alta satisfacción laboral (36).

Cuidados personales

Evitar usar zapatos planos o tacones altos o ajustados, pueden inhibir el retorno venoso y reducir fuerza muscular de piernas. Se utiliza calzado cómodo con tacón de entre 3 y 5 cm y evitar ropa ajustada. Se recomienda duchar los pies, con agua fría y caliente unos minutos, activa la circulación, alternando con ducha no demasiado caliente y ducha fría de pies. Se recomienda masaje diario con piernas elevadas, del tobillo hasta muslos, en pacientes con varices con múltiples condicionantes, se utiliza crema anticoagulante (37).

Alimentación

Una buena salud vascular depende de correcta alimentación, ayuda a prevenir y aliviar síntomas de trastornos circulatorios, como las varices. Se recomiendan frutas y verduras.

Una dieta rica en verduras, frutas, legumbres y cereales es buena para defecar. Las fibras absorben agua, hace que las heces sean blandas y voluminosas, que facilita las deposiciones.

Fibra: apoya las heces y movimiento intestinal. La presión abdominal no aumenta y las paredes de venas no se debilitan. Incluyen: frutos secos legumbres, verduras, frutas frescas y cereales integrales. Salvado de trigo o avena. Se recomienda comer 3 piezas de fruta, ensalada y verduras al día (primer plato). **Frutas:** Los bioflavonoides, tienen efecto protector en circulación sanguínea, absorción de colágeno y vitamina C. Al comer frutas azules, moradas o rojas (uvas, arándanos, higos, ciruelas, fresas) se obtiene flavonoides responsables de color, actúan como vasos sanguíneos antiinflamatorios, drenante y regenerante (38).

Potasio: Favorece el drenaje de agua, lo cual es útil si tienes piernas hinchadas o retención de líquidos. Estos son: frutos secos, nueces, germen de trigo, legumbres, verduras, frutas, cereales integrales, pescados y carnes. Incluir ración de frutos secos o 5 frutos secos o puñado de otros frutos secos en su dieta diaria. **Antioxidantes:** Protegen contra radicales libres, que provocan el envejecimiento y degeneración de paredes de arterias y venas. Ayuda a la buena situación con vasos sanguíneos y tienen encogidos antiinflamatorios y vasculares. Las verduras suelen ser tomates. **Sodio:** el sodio puede mejorar la retención de líquidos, lo que ayuda a causar volumen sanguíneo, hinchazón de las piernas y edema. Entre los alimentos ricos en sodio encontramos que se debe limitar la ingesta de sal, mientras que entre los alimentos procesados tendemos a preferir los alimentos frescos y naturales. **Ingesta de líquidos:** El cuerpo humano se compone de más del 50% de agua (39).

2.3. Formulación de hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Hipótesis General

H1: Existe relación estadísticamente significativa de los factores que condicionan las varices con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023

H0: No hay relación de los factores que condicionan las varices con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023

Hipótesis Específicas

H1: Existe relación estadísticamente significativa de los factores que condicionan las varices en su dimensión no modificable con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023

H2: Existe relación estadísticamente significativa de los factores que condicionan las varices en su dimensión modificable con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023

3. METODOLOGÍA

3.1. Método de la investigación

El estudio usara métodos deductivos e hipotético, que desarrollan en ciencias de la salud. Deductivo, son propias de la realidad, da como resultado propiedades o enunciados contenidos científicos generales o leyes previamente propuestas o aceptadas. El método deductivo se caracteriza por derivar resultados de hipótesis con comparaciones empíricas. Las teorías se formulan utilizando métodos hipotéticos que pretenden explicar. Los enfoques teóricos que fallan y no pueden probar hipótesis deben ser reemplazados por otros enfoques, porque el desarrollo de la ciencia es un proceso continuo y dinámico (40).

3.2. Enfoque de la investigación

El estudio utiliza enfoque cuantitativo, utiliza información cuantificable o medible. Recopila y analizan datos cuantitativos de variables hipotéticas y presente resultados numéricos, que luego se analizan utilizando métodos estadísticos. Es descriptivo porque el estudio puede describir los factores atenuantes de la insuficiencia venosa periférica y las medidas preventivas tomadas por las enfermeras en las varices de las extremidades inferiores (41).

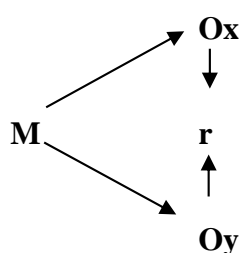
3.3. Tipo de investigación

La investigación será aplicada utilizará en la medida en que el conocimiento obtenido se utilice directamente para sugerir o proponer posibles soluciones al problema en cuestión, para generar ideas de mejora, refinamiento u optimización (42).

3.4. Diseño de la investigación

El estudio tendrá un diseño no experimental ya que no se manipularán las variables y los investigadores observarán en condiciones naturales sin ninguna intervención. Es transversal porque los estudios se truncan durante el período de recolección de datos durante un período de tiempo (43).

Dicho diseño es:



Dónde:

M = Muestras.

Ox = Factores que condicionan las variables

Oy = Medidas de prevención

R = Relaciones de las variables

3.5. Población, muestra y muestreo

Población:

La población será de 67 profesionales enfermeros que trabajan en servicio de Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf. Los profesionales participantes en el estudio serán seleccionados de acuerdo a criterios de inclusión y exclusión establecidas en la investigación. Un criterio de inclusión es que el personal de enfermería que trabaja en el servicio de centro quirúrgico, de sexo femenino y que acepte con su propia voluntad responder el instrumento dado. Un criterio de exclusión es para las enfermeras que no trabajen en el servicio del centro quirúrgico.

Muestra y muestreo:

Para el presente estudio se utiliza una muestra censal, una pequeña cohorte, trabajaremos con todas las enfermeras del servicio, utilizando un muestreo no probabilístico basado en la conveniencia y la proximidad de los sujetos del estudio al personal de investigación por conveniencia. Se muestreará toda la población del estudio debido a que es una población finita. Se utilizan muestreos no probabilísticos y criterios de inclusión y exclusión (44).

Criterios de selección

Criterio de Inclusión.

- Profesionales enfermeros que trabajan en servicio de Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf.
- Profesionales enfermeros que si aceptan su participación en este trabajo.

- Profesionales enfermeros que nos garanticen ser parte mediante sus firmas del consentimiento informado.
- Profesionales enfermeros que estén haciendo su labor asistencial en Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf en Lima.

Criterio de exclusión.

- Profesionales enfermeros que estén con cargos administrativos (supervisores, jefes de servicio).
- Profesionales enfermeros que no hayan terminado el llenado del cuestionario.
- Profesionales enfermeros que no autorizaron o que no les interesa su participación para este trabajo.
- Profesionales enfermeros que tengan licencia laboral o sindical.
- Profesionales enfermeros con labor permanente menos de 12 meses.

3.6. Variables y Operacionalización

Primera variable: Factores que condicionan las varices

Segunda variable: Medidas de prevención

Tabla 1. Variables y Operacionalización

Variables	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Escala valorativa (Niveles o rangos)
Variable 1: Factores que condicionan las varices	Son factores de riesgo que favorecen la aparición de varices, como malas posturas, calzado inadecuado, obesidad, estreñimiento, embarazo, sedentarismo, entre otros (45).	Es la aplicación de un instrumento para medir los factores que condicionan las varices del personal de enfermería que trabajan en servicio de Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf.	No Modificable	Edad Genética Embarazo Métodos anticonceptivos	Ordinal	
			Modificable	Obesidad Estar de pie tiempo prolongado Sedentarismo Métodos anticonceptivos orales Consumo de tabaco y alcohol Estreñimiento Falta de ejercicios		
Variable 1: Medidas de prevención	Es toda la información sobre las medidas preventivas de las complicaciones de la insuficiencia venosa periférica, como el uso de medias de compresión, mantener un estado nutricional saludable, realizar algún deporte o rutina de ejercicios, realizar pausas activas en el trabajo, en las que se realizan ejercicios posturales que favorecen la circulación (46).	Son acciones que satisfacen las necesidades, promoviendo su rehabilitación y su recuperación aumentando el bienestar de la salud. Las cuales estarán medidas a través de un instrumento el cuestionario, tomando como valor final un resultado adecuado, regular o inadecuado	Alimentación	Alimentos saludables Alimentos integrales Alimento hipocalórico Consumo de frutas y verduras Ingesta de líquidos Alimentos hipo sódicos e Irritantes.	Ordinal	Adecuado mayor de 61 Regular de 34 a 61 Inadecuado menor de 34
			Actividad física	Ejercicios Natación Caminar Pedalear(bicicleta)		
			Cuidados personales	Calzados Adecuado Ropa Suelta Postura Temperatura Masajes Medidas Higiénicas Medias De Compresión		

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1. Técnica

El método de recolectar datos es un mecanismo usado en obtener información. El trabajo utilizará encuestas como método y un cuestionario como instrumento para medir variables, se optará por considerar el tipo de método de investigación y el diseño del método. Esta técnica permite obtener datos precisos en grandes poblaciones, y el uso de preguntas cerradas también facilita el cálculo de resultados y porcentajes para análisis oportunos.

3.7.2. Descripción de instrumentos

Para los datos de factores condicionantes de las varices y la medida de prevenciones, se utilizarán los instrumentos de colecciones de los datos del cuestionario que han sido validados por el trabajo original elaborado por Vásquez Rojas Valeria Elizabeth, en su tesis “Factores que condicionan las várices y medidas de prevención en las enfermeras del servicio de centro quirúrgico y emergencia del hospital regional de Ica”. El instrumento contiene: En la variable factores condicionante de varices se tiene el siguiente puntaje: Factores de riesgos presentes: 2 puntos, Factores de riesgos ausentes: 1 punto. En la segunda variable: medidas preventivas, se han aplicado escalas de Stanones: Alimentaciones: Adecuadas mayores de 25 puntos, Regulares de 22 a 25, Inadecuadas menores de 22. Actividades Físicas: Adecuadas mayores de 12, Regulares de 10 a 12, Inadecuadas menores de 10. Ropas Apropriadas: Adecuadas mayores de 15, Regulares de 12 a 15, Inadecuadas menores de 12. Los valores finales de la variable medidas preventivas de varices fueron medidos mediante Escala de Stanones con el resultado: Adecuados mayores de 61, Regulares de 34 a 61, Inadecuados menores de 34 (47).

3.7.3. Validación

El instrumento fue validado y cumplió con la validez de contenido, criterio y constructo. La medida de adecuación muestral presenta una consistencia interna adecuada. El cuestionario fue elaborado por Vásquez Rojas Valeria Elizabeth como autora del trabajo y fue evaluado por tres docentes expertos en el tema en su trabajo quienes identificaron la correspondencia de los ítems con dominios y dimensiones temáticas del estudio. El instrumento medirá con objetividad las variables consideradas. La confiabilidad del instrumento de recolección de datos con Alpha de Cronbach 0.88, eso quiere decir que es buena el grado de confiabilidad.

3.7.4. Confiabilidad

La confiabilidad del instrumento se cuantifica mediante el alfa de Cronbach, que va de 0 a 1, por lo que cuanto más cercano a 1, mayor es la confiabilidad del instrumento. ayudará a determinar las características de la variable en estudio. Factores que condicionan las varices medido por el instrumento fue de 0,93 y medidas de prevención fue de 0,94, lo que indica que la confiabilidad es el grado en que el instrumento brinda resultados consistentes y consistentes.

3.8. Plan de procesamiento y análisis de datos

Para el análisis estadístico de la variable principal involucradas en el trabajo se harán los análisis estadísticos descriptivas como frecuencias absolutas, frecuencias relativas y medidas de tendencia central además de algunas pruebas de correlación. El proceso de recolección de datos se llevará a cabo este año y los datos se ingresarán primero en una matriz de datos desarrollada en Microsoft Excel 2013 y luego se exportarán a IBM SPSS Statistics versión 24.0. Allí serán analizados. Se obtendrán las tablas y figuras que serán descritas y explicadas

en las secciones de resultados y discusión subsiguiente; se confirmara la hipótesis de investigación que cumple con los siguientes criterios:

3.9. Aspectos éticos

Los participantes tendrán principios bioéticos de autonomía, no maleficencia, benevolencia y justicia serán tratados con sumo cuidado. En el momento de la revisión de la solicitud, el proyecto será enviado a la Universidad Privada Norbert Wiener para su aprobación y revisión, y luego de una presentación inicial a cada profesional, recibirán un formulario de consentimiento explicando las razones para realizar la investigación. que no perjudique la salud física y mental de los encuestados, por lo que se considerarán principios éticos

Principio de autonomía

Los profesionales de la investigación son conscientes de sus acciones y responsabilidades, participen o no en el estudio, por lo que se considerará el consentimiento informado.

Principio de beneficencia

El estudio beneficiaran no sólo al profesional de enfermería encuestadas, sino también a la Universidad Wiener, también se brindaran procesos de mejora para institución..

Principio de no maleficencia

El estudio no causará daños psicológicos, físicos o morales a los enfermeros, ya que los datos obtenidos se obtendrán con consentimiento informado totalmente confidencial.

Principio de justicia

El uso del principio de justicia asegura una distribución justa de cargas y beneficios y rechaza cualquier forma de discriminación. Las enfermeras participantes serán tratadas de manera justa sin preferencia y cumplirán con los criterios de inclusión.

4. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

4.1. Cronograma de actividades

ACTIVIDADES	2023																			
	Enero				Febrero				Marzo				Abril				Mayo			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Identificación del Problema	x	x	x																	
Búsqueda bibliográfica			x	x	x	x														
Elaboración de la sección introducción: Situación problemática, marco teórico referencial y antecedentes					x	x	x													
Elaboración de la sección introducción: Importancia y justificación de la investigación						x	x	x												
Elaboración de la sección introducción: Objetivos de la de la investigación							x	x	x											
Elaboración de la sección material y métodos: Enfoque y diseño de investigación								x	x	x										
Elaboración de la sección material y métodos: Población, muestra y muestreo									x	x	x									
Elaboración de la sección material y métodos: Técnicas e instrumentos de recolección de datos									x	x	x									
Elaboración de la sección material y métodos: Aspectos bioéticos										x	x	x								
Elaboración de la sección material y métodos: Métodos de análisis de información											x	x	x							
Elaboración de aspectos administrativos del estudio											x	x	x							
Elaboración de los anexos												x	x							
Aprobación del proyecto														x	x	x	x			
Sustentación de proyecto																		x	x	

4.2. Presupuesto

DETALLE	CANTIDAD	PRECIO UNITARIO	PRECIO TOTAL
RECURSOS HUMANOS			
Asesor de Investigación	0	0	0
Asesor estadístico	1	S/. 650.00	S/. 650.00
SUB TOTAL			S/. 650.00
BIENES			
Hojas bond	1 millar	S/. 10.50	S/. 10.50
Lapiceros	2	S/. 0.50	S/. 1.00
Lápices	2	S/. 0.80	S/. 1.60
Folder manila	4	S/. 0.50	S/. 2.00
Archivadores	1	S/. 6.00	S/. 6.00
Resaltadores	1	S/. 2.50	S/. 2.50
Correctores	1	S/. 2.50	S/. 2.50
USB	1	S/. 40.00	S/. 40.00
CDs	2	S/. 6.00	S/. 12.00
SUB TOTAL			S/. 78.10
SERVICIOS			
Fotocopias		S/. 150.00	S/. 150.00
Impresiones		S/. 210.00	S/. 210.00
Internet		S/. 150.00	S/. 150.00
Anillados		S/. 80.00	S/. 80.00
Empastados		S/. 80.00	S/. 80.00
Teléfono		S/. 150.00	S/. 150.00
Movilidad		S/. 150.00	S/. 150.00
SUB TOTAL			S/. 970.00
TOTAL			S/. 1,698.10

5. REFERENCIAS

1. Astudillo P., Eugercios H., Jou A., Solar D. Insuficiencia venosa crónica en trabajadores sin factores de riesgo que permanecen horas prolongadas en bipedestacion; Medicina y seguridad del trabajo; 2016: pág. 141 http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0465-546X2016000200006
2. Galvan L. Assessing venous ulcers and venous insufficiency; Nursyn 2019; November 2005 - Volume 35 - Issue 11 - p 70;disponible en: https://journals.lww.com/nursing/Fulltext/2005/11000/Assessing_venous_ulcers_and_venous_insufficiency.59.aspx.
3. Vásquez I., Acevedo M. Prevalencia de insuficiencia venosa periférica en el personal de enfermería; Enfermería universitaria; 28 de julio del 2018; <https://www.elsevier.es/es-revista-enfermeria-universitaria-400-articulo-prevalencia-insuficiencia-venosa-periferica-el-S1665706316300203>
4. Vásquez R. Factores que condicionan las varices y medidas de prevención en las enfermeras del servicio de centro quirurgico y emergencia del hospital regional de Ica diciembre 2016, Ica – Perú; 2017; <http://repositorio.upsjb.edu.pe/handle/upsjb/1374>
5. Shivik K., Scott M. Venous Insufficiency; November 18, 2018; <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK430975/>.
6. Romero B. Chronic Venous Insufficiency; Nursingcrib; MARCH 20, 2012; <https://nursingcrib.com/nursing-notes-reviewer/medical-surgical-nursing/chronic-venous-insufficiency/>

7. Navarro Z. Factores de riesgo laboral del profesional de enfermería en el servicio de centro quirúrgico del hospital nacional Daniel Alcides Carrión – 2010; <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=639185&indexSearch=ID>
8. López C. Factores de riesgo ocupacional asociados a las várices en extremidades inferiores. Rev. Méd. La Paz [Internet]. 2015 [citado 2020 Jul 01] ; 21(1): 5-14. Disponible en: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-89582015000100002&lng=es.
9. Alvear D. El ortostatismo prolongado y su incidencia en la formación de várices en miembros inferiores del personal de enfermería que labora en el Centro Quirúrgico del Hospital General de Latacunga desde septiembre 2013 hasta diciembre 2014. Ambato. Ecuador [Internet]. 2015 [citado 2020 Jul 01] ; Disponible en: <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/9497/1/ALVEAR%20JIM%C3%89NEZ%20DANIELA%20STEFAN%C3%8DA%20.pdf>.
10. Vázquez I., Acevedo M. Prevalencia de insuficiencia venosa periférica en el personal de enfermería. Enferm. univ [revista en la Internet]. 2016 Sep [citado 2020 Jul 01] ; 13(3): 166-170. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632016000300166&lng=es. <http://dx.doi.org/10.1016/j.reu.2016.05.003>.
11. Dimas E., Llorente S., Silva S. Factores de riesgo para insuficiencia venosa periférica en el personal de enfermería de la IPS SAS especialistas asesores

profesionales EAP. 2021. En internet [https://bonga.unisimon.edu.co/bitstream/handle/20.500.12442/9287/Factores Riesgo Insuficiencia Venosa Perif%C3%A9rica Personal Enfermer%C3%ADa Resumen.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://bonga.unisimon.edu.co/bitstream/handle/20.500.12442/9287/Factores_Riesgo_Insuficiencia_Venosa_Perif%C3%A9rica_Personal_Enfermer%C3%ADa_Resumen.pdf?sequence=2&isAllowed=y) accedido el 12 de febrero del 2023

12. Silva G., Hilerio A., Jiménez I., Suárez A., Monje M. Insuficiencia venosa periférica en personal de enfermería quirúrgica: importancia del autocuidado. 2022. En internet <https://revistas.intec.edu.do/index.php/cisa/article/view/2769/3215> accedido el 12 de febrero del 2023

13. Jaramillo R., Torres G. Factores asociados a la prevalencia de insuficiencia venosa periférica con bipedestación prolongada en el personal de salud en el Servicio de Cirugía del Hospital San Vicente de Paul, Ibarra. En internet <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/6186/1/06%20ENF%20700%20TRABAJO%20GRADO.pdf> accedido el 12 de febrero del 2023

14. Myeong J. Un estudio sobre la prevalencia y los factores de riesgo para las venas varicosas en enfermeras en el Hospital Universitario 2018. República de Corea. Art. Digital.2018.

15. Monsalve D., Pérez J., Sanabria L., Suarez D. Prevalencia y factores de riesgo de desórdenes venosos crónicos en el personal de salud. Revisión de alcance. 2010 – 2020. En internet <https://repository.urosario.edu.co/server/api/core/bitstreams/4f646f7f-bc5d-4d8c-8ceb-f306c20d53ec/content> accedido el 12 de febrero del 2023

16. Bellido R., Huaman B. Factores condicionantes de la insuficiencia venosa periférica y medidas preventivas de los profesionales de enfermería en los servicios críticos del Hospital Regional Cusco 2019. En internet https://repositorio.unsaac.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12918/4445/253T20190478_TC.pdf?sequence=1&isAllowed=y accedido el 12 de febrero del 2023
17. Pimentel E. Nivel de conocimientos de insuficiencia venosa y medidas preventivas que practican las(os) enfermeras(os) de centro quirúrgico y emergencia del Hospital Marino Molina Scippa – EsSalud 2018 En internet https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/7043/Pimentel_pe.pdf?sequence=3 accedido el 12 de febrero del 2023
18. Cortez M. Labor educativa de la enfermera en la prevención de las varices en mujeres de 30-50 años de edad en la localidad de Ñaña – Distrito de Chaclacayo. 2018. En internet https://repositorio.uap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12990/9198/Tesis_Labor_Enfermera_Varices.pdf?sequence=1&isAllowed=y accedido el 12 de febrero del 2023
19. Vásquez V. Factores que condicionan las várices y medidas de prevención en las enfermeras del servicio de centro quirúrgico y emergencia del Hospital Regional de Ica diciembre. 2018. En internet <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/2842620> accedido el 12 de febrero del 2023
20. Anicama P. Ortostatismo prolongado y formación de várices en personal de enfermería. Hospital Nacional PNP. Luis N. Sáenz. Lima, 2018. En internet

<http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/20.500.129076/16738> accedido el 12 de febrero del 2023

21. Espinóla C., Bernal M., Aucejo M., Villalba J. Prevalencia de várices en miembros inferiores en el personal del Hospital de Clínicas. Rev Chil Cir [Internet]. 2007 Oct [citado 2023 Jan 09] ; 59(5): 342-347. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-40262007000500006&lng=es. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-40262007000500006>.
22. García A., Duque J., Cardona J., Naranjo C., Rúa C., Montoya A., Giraldo P., Bedoya G., Rosique J. Epidemiología de los desórdenes venosos crónicos y factores asociados en amerindios nativos embera-chamí. Rev. Fac. Nac. Salud Pública. 2019;37(2):75-88. DOI: 10.17533/udea.rfnsp.v37n2a09
23. Vásquez N. Factores que condicionan las várices y medidas de prevención en las enfermeras del servicio de centro quirúrgico y emergencia del Hospital Regional de Ica diciembre 2016. 2017. En internet https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPSJ_633aa787c24407c66c5e18f95785b800/Description#tabnav accedido el 30 de marzo del 2023
24. Mesones V. Exposición a riesgos laborales en el personal de enfermería durante el cuidado a pacientes en los servicios de internamiento de un hospital público. Jaén Perú, 2016. 2017. En internet http://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/UNC/1057/T016_46223888_T.pdf?sequence=1&isAllowed=n accedido el 22 de febrero del 2023

25. Mendoza D. Nivel de información y grado de autocuidado en adultos con varices en miembros inferiores. Hospital Víctor Lazarte Echegaray- Essalud Trujillo. enero – marzo 2015. En internet http://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/upaorep/1693/1/RE_ENFER_NI.INFO_RMACION-GRAD.AUTOCUIDADO-ADULT.VARICES_DATOS.pdf accedido el 03 de marzo del 2023
26. Puentes I., Aldama A., Chirino L. Incidencia y Prevalencia de la insuficiencia venosa crónica en el municipio cerro. [en línea]. Cuba: Instituto Nacional de Angiología y Cirugía Vascular; 2010. URL disponible en: http://bvs.sld.cu/revistas/ang/vol13_2_12/ang02212.htm
27. Varices el láser solución actual. México: sanatorio de luz. [fecha de acceso 25 de enero del 2023. URL disponible en: <http://www.sanatoriolaluz.mx/varices-el-laser-la-solucion-actual/>
28. Salud. [En línea]. Perú: El correo; 2015. [Fecha de acceso 20 de febrero del 2023]. URL disponible en: <http://salud-test.elcorreo.com/cardiologia/enero08/varices.html>
29. Águila L. Várices de Miembros Inferiores. [en línea]. Perú: universidad nacional Mayor de Santos Marcos. [fecha de acceso 2 de abril del 2023]. URL disponible en: http://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtual/libros/medicina/cirugia/tomo_i/cap_24-2_varices%20de%20miembros%20inferiores.htm

30. Varices y láser endovascular. inter medic; 2016. fecha de acceso 20 de enero del 2023]. URL disponible en: <http://www.inter-medic.net/es/aplicaciones/varices-y-laserendovascular>
31. Varices. Perú: Ciencia de la salud; 2010. [fecha de acceso el 2 de mayo del 2023]. URL disponible en: http://www.connuestroperu.com/index2.php?option=com_content&task=emailform&id=14149&itemid=1
32. Mege M. Insuficiencia Venosa de Extremidades Inferiores. [en línea]. Chile: Universidad de Chile. [Fecha de acceso el 1 de mayo del 2023] URL disponible en: http://www.basesmedicina.cl/vascular/insuficiencia_venosa/insuficiencia_venosa_%20de_extremidades_inferiores.pdf
33. Varices. El salvador: la prensa gráfica; 2016. [fecha de acceso 3 de abril del 2023]. URL disponible en: <http://www.laprensagrafica.com/2016/02/17/que-son-las-varices-yrecomendaciones-para-evitarlas>
34. Águila L. Várices de Miembros Inferiores. [en línea]. Perú: Universidad Nacional Mayor de San Marcos. [fecha de acceso 25 de abril del 2023]. URL disponible en: http://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtual/libros/medicina/cirugia/tomo_i/cap_24-2_varices%20de%20miembros%20inferiores.htm
35. Varices. Webconsultas: centro médico; 2016. [fecha de acceso el 3 de mayo del 2023]. URL disponible en: <http://www.webconsultas.com/varices/tipos-de-varices-745>

36. Varices, síntomas y alteraciones. España: Clínica de Varices Clinivar; 2009. [fecha de acceso el 1 de mayo 2023]. URL disponible en: <http://www.clinivar.com/DOCUMENTOS/S%CDNTOMASYSIGNOS.ht>
37. Pie G. Causas y factores de varices. Madrid: monomedicoblog. fecha de acceso 25 de abril del 2023]. URL disponible en: <https://www.bonomedico.es/>
38. Duque J., Buitrago J. Epidemiología de los desórdenes venosos. Colombia: universidad de Antioquia. [fecha de acceso el 15 de febrero del 2023]. URL disponible en: <http://blog.utp.edu.co/cirugia/files/2011/07/Epidemiolog%C3%ADa-delos-DVC-Estudiantesactualizado.pdf>
39. Varices. Webconsultas: centro médico; 2016. [fecha de acceso el 3 de mayo del 2023]. URL disponible en: <http://www.webconsultas.com/varices/factores-de-riesgo-de-varices743>
40. Hernández R., Fernández C., Baptista M. Metodología de la investigación. [Internet]. México: Mc Graw Hill; 2014 [citado 14 de enero de 2023]. Disponible en: <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
41. Vega G., Ávila J., Vega A., Camacho N., Becerril A., Leo G. Paradigmas en la investigación. Enfoque cuantitativo y cualitativo. European Scientific Journal [Internet]. 2014; 10(15):523-528. Disponible en <https://eujournal.org/index.php/esj/article/view/3477>
42. Cordero Z. La investigación aplicada: una forma de conocer las realidades con evidencia científica. Revista educación [Internet]. 2009; 33(1): 155-165. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/440/44015082010.pdf>

43. Manterola C., Otzen T. Observational Studies: The Most Commonly Used Designs in Clinical Research. *Int. J. Morphol.* [Internet]. 2014; 32(2):634-645. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95022014000200042&lng=es
44. López P. Población, muestra y muestreo. *Punto cero.* [Internet]. 2014; 9(8): 69-74. Disponible en: <http://www.scielo.org.bo/pdf/rpc/v09n08/v09n08a12.pdf>.
45. Varices. Webconsultas: centro médico; 2016. [fecha de acceso el 3 de marzo del 2023]. URL disponible en: <http://www.webconsultas.com/varices/tipos-de-varices-749>
46. Alimentos saludables. Madrid: Fundación vivo; 20116. [fecha de acceso el 15 abril del 2023]. URL disponible en: http://www.vivosano.org/es_ES/Informaci%C3%B3n-para-tusalud/Persona/Alimentaci%C3%B3n-sana.aspx
47. Vásquez V. Factores que condicionan las várices y medidas de prevención en las enfermeras del Servicio de Centro Quirúrgico y Emergencia del Hospital Regional de Ica diciembre 2016. En internet <https://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14308/1374/T-TPLE-Valeria%20Elizabeth%20Vasquez%20Rojas.pdf?sequence=1&isAllowed=y> accedido el 2 de mayo del 2023

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia

Formulación del Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
<p>Problema general ¿Cuál es la relación de los factores que condicionan las varices con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023?</p> <p>Problemas específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> •¿Cuál es la relación de los factores que condicionan las varices en su dimensión no modificable con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023? •¿Cuál es la relación de los factores que condicionan las varices en su dimensión modificable con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023? 	<p>Objetivo general Analizar la relación de los factores que condicionan las varices con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023</p> <p>Objetivos específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> •Determinar la relación de los factores que condicionan las varices en su dimensión no modificable con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023 •Determinar la relación de los factores que condicionan las varices en su dimensión modificable con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023 	<p>Hipótesis General</p> <p>H1: Existe relación estadísticamente significativa de los factores que condicionan las varices con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023</p> <p>H0: No hay relación de los factores que condicionan las varices con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023.</p> <p>Hipótesis Específicas</p> <p>H1: Existe relación estadísticamente significativa de los factores que condicionan las varices en su dimensión no modificable con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023</p> <p>H2: Existe relación estadísticamente significativa de los factores que condicionan las varices en su dimensión modificable con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023</p>	<p>Primera variable: Factores que condicionan las varices</p> <p>Segunda variable: Medidas de prevención</p>	<p>Tipo de Investigación:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Aplicada ▪ Enfoque cuantitativo <p>Método y diseño de la investigación</p> <p>Método deductivo e hipotético-deductivo</p> <p>Diseño no experimental, corte transversal y nivel correlacional.</p>

Anexo 2: Instrumentos de recolección de datos**INSTRUMENTO N°1**

El presente cuestionario tiene como objetivo analizar los factores que condicionan las varices y medidas de prevención en el personal de enfermería del Servicio del Centro Quirúrgico en la Clínica - El Golf. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta a este cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo:

I. Datos generales

1. Servicio:

a) Emergencia b) Centro quirúrgico

2. Tiempo de servicio asistencial:

a) Menos de 5 años

b) 5 – 9 años

c) 10 – 14 años

d) 15 – 19 años

e) 20 a más

II. CONTENIDO PROPIAMENTE DICHO**A. FACTORES DE RIESGO DE LAS VARICES.****Factores de Riesgo No Modificable.**

1. Edad:

a) 20 a 33 años b) 34 a 47 años c) 48 a 59 años d) 60 a más.

2. Existe alguien en su entorno familiar con la enfermedad de trastorno venoso.

a) Si b) No

3. N° de hijos:
- a) 1 hijos b) 2 hijos c) 3 hijos a más
4. ¿Ha utilizado usted métodos anticonceptivos orales anteriormente?
- a) Si b) No
5. ¿Usted fumó anteriormente con mayor frecuencia?
- a) Si b) No
6. ¿Usted tuvo más de 2 embarazos?
- a) Si b) No
7. ¿Usted presenta insuficiencia venosa crónica?
- a) Si b) No

Factores Modificables

8. ¿Usted excede de su peso normal?
- a) Si b) No
9. Durante su jornada de trabajo ¿Usted excede más de 5 horas parada?
- a) Si b) No
10. ¿Usted utiliza en la actualidad métodos anticonceptivos orales?
- a) Si b) No
11. ¿Usted fuma en la actualidad?
- a) Si b) No
12. ¿Usted consume bebidas alcohólicas con frecuencia?
- a) Si b) No

13. ¿Consumes bebidas alcohólicas solo en compromisos?

a) Si b) No

14. ¿Usted sufre de estreñimiento?

a) Si b) No

15. ¿Le dificulta realizar ejercicios?

a) Si b) No

16. ¿Presenta alguno de los siguientes síntomas?

- Inflamación de las piernas:	Si	No
- Sensación de piernas pesadas:	Si	No
- Hormigueos:	Si	No
- Picazón de las piernas:	Sí	No
- Dolor en las piernas:	Si	No
- Calambres nocturnos en las piernas:	Si	No
- Observa zonas rojas de la piel en las piernas:	Si	No
- Uno o varios de sus síntomas se agravan en el fin del día:	Si	No
-Presencia de venas varicosas en miembros inferiores:	Si	No

B. INSTRUMENTO DE LAS MEDIDAS PREVENTIVAS:**Alimentación**

1. ¿Usted tiene una alimentación saludable?
a) Siempre b) A veces c) Nunca
2. Consume habitualmente alimentos con fibra (arroz, quinua, trigo, etc.)
a) Siempre b) A veces c) Nunca
3. En su alimentación, ¿Consume alimentos con gran contenidos hipercalóricos?
a) Siempre b) A veces c) Nunca
4. ¿Usted consume chatarra (salchipapa, golosinas, panchitos, etc.)
a) Siempre b) A veces c) Nunca
5. ¿En su alimentación diaria consume frutas?
a) Siempre b) A veces c) Nunca
6. ¿habitualmente consume ensaladas de verduras?
a) Siempre b) A veces c) Nunca
7. ¿Usted ingiere líquidos (agua)?
a) siempre b) A veces c) nunca
8. ¿Durante el día ingiere al menos 2 litros de agua?
a) Siempre b) A veces c) Nunca

9. ¿Durante su alimentación es acompañada con agua?

- a) Siempre b) A veces c) Nunca

10. ¿Usted consume alimentos con grandes contenidos de sal?

- a) Siempre b) A veces c) Nunca

11. ¿Consume alimentos irritantes en su alimentación diaria?

- a) Siempre b) A veces c) Nunca

Actividad Física

12. ¿Usted realiza ejercicios?

- a) Siempre b) A veces c) Nunca

13. En sus tiempos libres realiza natación.

- a) Siempre b) A veces c) Nunca

14. ¿Usted realiza caminatas?

- a) Siempre b) A veces c) Nunca

15. ¿Al desplazarse a un lugar prefiere usted caminar?

- a) Siempre b) A veces c) Nunca

16. ¿En sus tiempos libres anda en bicicletas?

- a) Siempre b) A veces c) Nunca

Cuidados Personales

17. ¿Utiliza un calzado adecuado en su momento de trabajo?

- a) Siempre b) A veces c) Nunca

18. ¿Utiliza frecuentemente vestimenta holgada y cómoda?

a) Siempre b) A veces c) Nunca

19. ¿Practica una buena postura?

a) Siempre b) A veces c) Nunca

20. ¿En su ámbito laboral hay una temperatura adecuada?

a) Siempre b) A veces c) Nunca

21. ¿Usted después de laborar se realiza masajes e hidrata sus pies?

a) Siempre b) A veces c) Nunca

22. ¿Como medida de prevención utiliza medias de compresión?

a) Siempre b) A veces c) Nunca

Anexo 4.**CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPAR EN UN PROYECTO DE
INVESTIGACIÓN****UNIVERSIDAD PRIVADA NORBERT WIENER**

Investigadora: Espinoza Campos, Diana Astrid

Título del proyecto: “Factores que condicionan las varices y su relación con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023”

Propósito del estudio: Analizar la relación de los factores que condicionan las varices con las medidas de prevención en el personal de enfermería del servicio del Centro Quirúrgico de la Clínica El Golf, Lima 2023

Riesgos: Ninguno.

Beneficios por participar: Al finalizar el estudio se darán a conocer los resultados de la investigación y posteriormente se brindarán capacitaciones y talleres a fin de fortalecer sus competencias cognoscitivas y prácticas, de esta manera se sentarán las bases para que posteriormente se desarrollen guías de intervención.

Costo e incentivos: Los participantes no generaran gasto alguno durante desarrollo del estudio.

Confidencialidad: La información proporcionada será confidencial y sólo será de uso del investigador para los fines descritos.

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

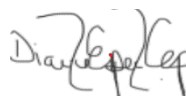
Participación voluntaria:

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.

Fecha: 10 de agosto del 2023

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Diana Lopez', is written above a horizontal dashed line.

Firma

D.N.I. 43972198

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

Reporte de similitud TURNITIN

● 20% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 18% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 11% Base de datos de trabajos entregados
- 0% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

FUENTES PRINCIPALES

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

1	Submitted on 1693317360450 Submitted works	3%
2	repositorio.upsjb.edu.pe Internet	3%
3	repositorio.unsaac.edu.pe Internet	3%
4	repositorio.uwiener.edu.pe Internet	2%
5	repositorio.upch.edu.pe Internet	1%
6	uwiener on 2023-05-15 Submitted works	1%
7	uwiener on 2023-10-22 Submitted works	<1%
8	Universidad Wiener on 2022-10-06 Submitted works	<1%