

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA DE ENFERMERÍA

TEMA

**CAP SOBRE LOS HÁBITOS SALUDABLES EN EL ESTILO
DE VIDA DE LOS PACIENTES CON INSUFICIENCIA RENAL
CRÓNICA SOMETIDOS A HEMODIÁLISIS
DEL CENTRO DIAL IBARRA
EN EL PERÍODO
NOVIEMBRE 2009
A OCTUBRE
2010**

**Trabajo de grado para la obtención del Título de
Licenciatura en Enfermería**

AUTORAS:

ACELDO MARÍA JOSÉ

ESCOBAR ANDREINA

DIRECTOR DE TESIS

MSC. JANETH VACA

Ibarra – Ecuador

Octubre 2010

1. TEMA

**CAP SOBRE LOS HÁBITOS SALUDABLES EN EL ESTILO
DE VIDA DE LOS PACIENTES CON INSUFICIENCIA RENAL
CRÓNICA SOMETIDOS A HEMODIÁLISIS
DEL CENTRO DIAL IBARRA
EN EL PERÍODO
NOVIEMBRE 2009
A OCTUBRE
2010**

2. Resumen

La Insuficiencia Renal Crónica (IRC) es una de las diez primeras causa de muerte según estadísticas de la Organización Mundial de la Salud (OMS), se puede observar de forma asombrosa, que estos índices de morbilidad aumentan aceleradamente, a pesar de que en la actualidad se cuenta con tratamientos médicos avanzados para la insuficiencia renal, lo que debería encaminar a la disminución de las estadísticas de morbilidad por esta patología.

El estudio se realizo en la ciudad de Ibarra, en el Instituto Dial Ibarra, el objetivo general de la investigación fue: determinar Conocimientos, Actitudes y Practicas sobre hábitos saludables en el estilo de vida en los pacientes con Insuficiencia Renal Crónica sometidos a hemodiálisis, el tipo de estudio es descriptivo, propositivo con un diseño no experimental cualitativo, la población sujeta a investigación estuvo constituida por 57 pacientes con diagnostico de Insuficiencia Renal Crónica para el estudio se elaboro como instrumento una encuesta con 20 ítems, diseñada con preguntas abiertas y cerradas, la misma que fue sometida a juicio de expertos, previa su aplicación.

Entre los principales hallazgos tenemos: la población en estudio que es predominantemente masculino, raza mestiza y condición socioeconómica media, perteneciente al área urbana, el 93% de pacientes sometidos a diálisis cumplen con el tratamiento médico prescrito las recomendaciones dietéticas y de ejercicio evidenciándose hábitos saludables en el consumo de alimentos con una diaria disminución de grasas animales, sal, potasio, y restricción de líquidos, el propósito del ejercicio en el paciente con Insuficiencia Renal Crónica, es facilitar el consumo de calorías y mantener el peso equilibrado del paciente evidenciándose que estos pacientes realizan rutinas de ejercicio y caminatas para lograr estos beneficios, una de las situaciones de mayor atención nefrológica previo al inicio de la diálisis es la creación de un acceso vascular maduro para iniciar el proceder, lo que permite evitar la estenosis vascular, disminuye las

infecciones, permite ofrecerle al paciente la dosis diálisis correcta y hacen que este se sienta más independiente, el agua para hemodiálisis constituye un aspecto fundamental para la calidad de la diálisis y se requiere que el agua que reciban los centros dialíticos sea potable y luego sometida a diferentes tratamientos con el objetivo de remover contaminantes químicos, bacteriológicos, oligoelementos presentes en forma permanente en el agua urbana; el tratamiento ideal es la osmosis inversa con control epidemiológico estricto de la calidad del agua.

Entre las principales conclusiones tenemos: la personalidad del paciente es un aspecto que determina la actitud hacia el tratamiento; de las experiencias se observa que pacientes con mayor coeficiente intelectual y nivel de educación se adaptan adecuadamente al tratamiento, manteniendo motivación, independencia y creatividad en el trabajo y en el hogar, la enfermedad renal crónica usualmente aparece en la época más productiva de la vida, los pacientes oscilan entre los cuarenta a sesenta años; afectando de esta manera a la actividad laboral y por tanto a la capacidad económica del hogar; especialmente para asistir frecuentemente a las hemodiálisis.

Palabras Claves: Insuficiencia Renal Crónica, Hemodiálisis, Estilo de Vida, Cuidados de Enfermería, Apoyo social, Personal de Salud, Hábitos Saludables, Tratamiento, Dial Ibarra, Condición Socioeconómica, Conocimiento.

3. Abstract

Chronic Renal Failure (CRF) is one of the top ten causes of death according to statistics from the World Health Organization (WHO), one can see an astonishing rate, these rates of disease are increasing rapidly, although there has now advanced medical treatment for kidney failure, which should be routed to the reduction of morbidity statistics for this disease.

The study was conducted in the city of Ibarra, Ibarra Dial the Institute, the overall objective of the research was to determine knowledge, attitudes and practices on healthy lifestyle habits of life in patients with chronic renal failure undergoing hemodialysis, type of study is descriptive, not purposeful experimental design with a qualitative, the population under investigation consisted of 57 patients diagnosed with CKD in the study was developed as a survey instrument with 20 items, designed with open and closed questions, it was subjected to expert opinion, prior to their implementation.

The main findings are: the study population is predominantly male, mixed race and socioeconomic status half, belonging to the urban area, 93% of dialysis patients meet the prescribed medical treatment with dietary recommendations and exercise healthy habits evidenced consumption of food with a daily reduction of animal fat, salt, potassium, and fluid restriction, the purpose of exercise in patients with chronic renal failure, is to facilitate the consumption of calories and keep weight balanced and conclude that this patient patients perform exercise routines and walking to achieve these benefits, one of the greatest situations nephrology care prior to initiation of dialysis is the creation of a mature vascular access to start the procedure, thus avoiding vascular stenosis, reduce infection , can offer the patient the proper dialysis dose and make this feel more independently, the hemodialysis water is a fundamental aspect for the quality of dialysis and water are required to receive dialysis centers is safe and then subjected to different treatments in order to remove chemical contaminants, microbiological, trace elements present permanently in

urban water, the ideal treatment is the reverse osmosis strict epidemiological control water quality.

The main conclusions are: the patient's personality is an aspect that determines the attitude toward treatment, experiences shows that patients with higher IQ and education level are adapted well to treatment, maintaining motivation, independence and creativity in work and at home, chronic kidney disease usually appears during the most productive years, the patients ranged from forty to sixty years, thus affecting the work activity and therefore the financial capacity of the home, especially frequently to attend to hemodialysis.

Keywords: chronic renal failure, hemodialysis, Lifestyle, Nursing Care, Social Support, Personal Health, Healthy Habits, Treatment, Dial Ibarra, Socioeconomic Status, Knowledge.

4. Introducción

La enfermedad renal crónica (IRC) se ha convertido en los últimos años en un problema de salud pública a nivel mundial. Se ha observado un incremento progresivo en su prevalencia en las últimas décadas, sobre todo en los países desarrollados, es una enfermedad que afecta el estado de salud emocional, económico y social del paciente ya que al ingresar a los programas de Hemodiálisis, se ven obligados a someterse a una serie de cambios, teniendo que modificar su vida social, además de esto, las múltiples canulaciones, dieta, restricción de líquidos, técnicas dolorosas, y en muchos casos el abandono familiar, son factores que inciden en el bienestar del paciente y afecta cuando llega la enfermedad, la imagen que tenía de sí mismo/a, visión del futuro y relaciones interpersonales. La importancia de la hemodiálisis consiste en que este es un método sustitutivo de la función renal, capaz de garantizar por varios años una adecuada calidad de vida, que de otro modo morirían. La supervivencia de estos pacientes podría elevarse a 20 años y más si la hemodiálisis se realiza con calidad y seguridad.

En la presente investigación en el CAPITULO I se inicia con el planteamiento del problema en el que se realiza un análisis y descripción de la problemática de la Insuficiencia Renal y se concluye con la formulación del problema de Investigación. El objetivo general fue determinar los conocimientos, actitudes y practicas sobre hábitos saludables en el estilo de vida de los pacientes con Insuficiencia Renal Crónica sometidos a hemodiálisis del Centro Dial Ibarra.

El CAPITULO II abarca el Marco Teórico, que provee a la investigación el marco conceptual y científico requerido para fundamentar la investigación.

El CAPITULO III, describe la metodología utilizada, el tipo de estudio fue descriptivo propositivo, no experimental cualitativo, se aplico una encuesta con su respectivo cuestionario, previamente valorado mediante prueba

piloto y aplicada a pacientes sometidos a hemodiálisis, concluye este capítulo con la identificación de variables y el análisis e interpretación de resultados.

El CAPITULO IV, incorpora al análisis y discusión de resultados, además la investigación, contiene marco administrativo, conclusiones, recomendaciones y referencias bibliográficas.

5. Análisis y discusión de Resultados

- La mayoría de pacientes sometidos a diálisis son de sexo masculino, y un 49% son mujeres.
- Los pacientes, en su totalidad son adultos, no se identifican personas jóvenes que asistan al centro Dial Ibarra; el 30% está entre los 51 a 60 años de edad; el 26% tienen 71 y 80 años; resultados que demuestran que no existe diferencia significativa entre los períodos de edad de quienes sufren enfermedades renales crónicas.
- El 96% de pacientes si tienen conocimiento sobre los alimentos de consumo diario, el 4% de pacientes manifiestan que no han recibido información sobre la dieta diaria, deduciendo que los pacientes con mayor coeficiente intelectual y nivel de educación se adaptan adecuadamente al tratamiento nutricional sugerido por el médico.
- El 98% de pacientes consumen preferentemente verduras, el 95% manifiesta que las carnes blancas son consumidas con preferencia a las rojas; el 63% consumen con regularidad verduras con igual frecuencia el arroz acompaña a la dieta diaria; las harinas y carnes rojas son alimentos que conforman el 35% por promedio en la dieta diaria. Alimentación que demuestra que los pacientes no siempre cumplen con una dieta adecuada, los pacientes con Insuficiencia Renal Crónica, sometidos a hemodiálisis deben evitar el aporte de proteínas, alimentos ricos en sodio y potasio.
- El consumo de líquidos de los pacientes se realiza sin un control adecuado, el 61% consume diversos líquidos, el 33% toma entre dos vasos diarios del líquido vital y el 5% toma cuatro vasos, es decir el agua, en el ser humano es indispensable, en los enfermos

que se someten a hemodiálisis el consumo de agua debe ser controlado, caso contrario, se produce una retención de líquidos.

- El 61% de los pacientes, limitan el consumo de grasas mientras que apenas el 9% de enfermos, nunca lo limita, esto demuestra que la mayoría de los pacientes, no consumen grasas y cuidan su cuerpo. El exceso de grasa puede aumentar la falla renal, y producir enfermedades cardíacas.
- La mayoría de los pacientes demuestra que este tipo de alimentos son perjudiciales para su salud, ya que se trata de grasas saturadas, las mismas que afectan aún más el daño renal, aumentando el colesterol en la sangre y favoreciendo el depósito en las arterias.
- El 75% de pacientes restringen el consumo de sal en su alimentación, y 4% no lo hace. La sal o sodio es un mineral que está presente en los líquidos del cuerpo cuando los riñones se enferman se pierde, parcial o completamente la capacidad de eliminar agua y sodio por la orina, así gran parte del líquido y la sal que se ingiere se acumula en el organismo con gran riesgo para la salud.
- La dieta sugerida por el médico es cumplida por el 93% de pacientes y el 7% manifiesta que no cumple la prescripción médica. La nutrición juega un papel muy importante en el tratamiento de los pacientes en hemodiálisis, los estudios demuestran que los pacientes mejor nutridos tienen menos complicaciones y viven más tiempo, por eso es indispensable vigilar lo que come y toma, ya que así se puede reducir la cantidad de residuos de su sangre.

- El 63% de los pacientes siempre mantienen un horario regular de las comidas, y el 4% indica que no puede cumplir con el horario. El desajuste de los horarios, ocasiona que el organismo consuma los nutrientes produciendo grasa por los excesos que se ingieren cuando las comidas no tienen un cronograma normal de comidas.
- Respecto a la actividad física, los pacientes prefieren caminar, población que representa el 84%; el 11% realiza bicicleta, y el 5% trota. La actividad física permite consumir los excesos de calorías, evitando subidas de peso innecesario, sin embargo la actividad física debe ser controlada para evitar excesiva deshidratación luego de las diálisis.
- El 91% no participan de ningún programa de actividad física, mientras que el 9% si lo hacen. Las investigaciones han demostrado que el ejercicio, con consideraciones especiales para los pacientes renales, puede en realidad ser beneficioso en el manejo de la insuficiencia renal y en los efectos que tiene en el organismo, además a que el paciente concentre su atención en otras cosas evitando la desazón y el desaliento.
- El consumo de cigarrillo no es frecuente entre los pacientes renales y que se realizan diálisis, el cigarrillo tiene un efecto antidiurético, probablemente debido a que aumenta la secreción de vasopresina, y además tiene un efecto transitorio en el aumento de la presión arterial.
- Los pacientes con insuficiencia renal crónica generalmente no consumen licor, el consumo de alcohol debe evitarse porque aumenta la presión arterial, en el hombre cuando se consumen más de 3 bebidas al día y en la mujer más de 2 al día.

- El tiempo regular de descanso de 7 horas, si es cumplido por el 79% de pacientes, mientras que el 21%; no cumplen con un tiempo adecuado de descanso, estilo de vida que demuestra que la mayoría de pacientes si toma conciencia sobre el verdadero valor de la vida y asumen responsabilidades en el cuidado de la salud.
- El estado de salud en el que se mantienen los pacientes ha propiciado que el 88% se despierte relajado, pero el 12% no despierta en las mañanas con ánimo de levantarse, el paciente según edad puede experimentar cansancio moderado o avanzado; debido a los períodos de las sesiones de la hemodiálisis.
- El 91% de pacientes conoce sobre la enfermedad, en lo que se refiere a medicación que debe suministrarse durante el tratamiento; actividad física, hemodiálisis y dieta alimenticia que debe mantener, mientras que el 9% tiene falencias en cuanto a los aspectos de la enfermedad, el incumplimiento del plan de tratamiento ocasiona el deterioro de las condiciones de la enfermedad, por lo que estos pacientes están arriesgando su vida, situación en la que la familia también debe recibir información para apoyar el tratamiento de los pacientes.
- El cumplimiento de las citas es cumplida por el 100% de pacientes, aspecto favorable en el cual puede apoyarse un plan de mejoramiento de los hábitos de los pacientes, para convertir en prácticas saludables tanto de los pacientes como de la familia
- Los pacientes en un 100% manifiestan que si cumplen las indicaciones dadas por el médico para el tratamiento, los resultados demuestran que reconocen los beneficios del tratamiento médico, cumpliendo en forma integral.

- Los pacientes que se realizan hemodiálisis, luego del tratamiento se sienten relajados, situación que tiene el 53%; el 28% se siente fatigado y el 19% tiene otras sintomatologías, ante esta situación es importante el descanso moderado y una alimentación adecuada, de acuerdo a las indicaciones proporcionadas por los profesionales de salud que asisten a los pacientes.

6. Conclusiones

- La Insuficiencia Renal Crónica es una enfermedad que se caracteriza por la pérdida irreversible de la función renal.
- La población en estudio es predominantemente masculino, raza mestiza y condición socioeconómica media, perteneciente al área urbana.
- La personalidad del paciente es un aspecto que determina la actitud hacia el tratamiento; de las experiencias se observa que pacientes con mayor coeficiente intelectual y nivel de educación se adaptan adecuadamente al tratamiento, manteniendo motivación, independencia y creatividad en el trabajo y en el hogar.
- La enfermedad renal terminal usualmente aparece en la época más productiva de la vida, los pacientes oscilan entre los cuarenta a sesenta años; afectando de esta manera a la actividad laboral y por tanto a la capacidad económica del hogar; especialmente para asistir frecuentemente a las hemodiálisis, lo que en algunos casos es causa de despido.
- El sistema de salud ecuatoriana tiene una política de atención de enfermedades catastróficas encaminada a eliminar los hábitos tóxicos, evitar el uso de grasa animal, disminuir el estrés, contribuir al tratamiento adecuado de enfermedades causantes de insuficiencia renal crónica, accesibilidad a todos los medicamentos

necesarios, lo que ocasiona que los pacientes no reciban atención oportuna y adecuada.

- El 93% de pacientes sometidos a diálisis cumplen con el tratamiento médico prescrito las recomendaciones dietéticas y de ejercicio evidenciándose hábitos saludables en el consumo de alimentos con una diaria disminución de grasas animales, sal, potasio, y restricción de líquidos.
- El propósito del ejercicio en el paciente con Insuficiencia Renal Crónica, es facilitar el consumo de calorías y mantener el peso equilibrado del paciente evidenciándose que estos pacientes realizan rutinas de ejercicio y caminatas para lograr estos beneficios.
- Una de las situaciones de mayor atención nefrológica previo al inicio de la diálisis es la creación de un acceso vascular maduro para iniciar el proceder, lo que permite evitar la estenosis vascular, disminuye las infecciones, permite ofrecerle al paciente la dosis diálisis correcta y hacen que este se sienta más independiente.
- El agua para hemodiálisis constituye un aspecto fundamental para la calidad de la diálisis y se requiere que el agua que reciban los centros dialíticos sea potable y luego sometida a diferentes tratamientos con el objetivo de remover contaminantes químicos, bacteriológicos, oligoelementos presentes en forma permanente en el agua urbana; el tratamiento ideal es la osmosis inversa con control epidemiológico estricto de la calidad del agua.

7. Agradecimiento

- A la Facultad Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica del Norte, porque no solo supo abrirnos las puertas para alcanzar nuestra preciada carrera profesional, sino que en sus aulas los docentes supieron brindarnos las mejores oportunidades de aprendizaje, que con mística sabremos ponerlas al servicio del mejoramiento de la salud de nuestra población y del escenario en el que nos corresponda ejercer honrosamente nuestra profesión de Enfermeras de la UTN.
- A la Msc. Janeth Vaca, porque con verdadero carisma, supo orientarnos paso a paso en el trabajo de investigación, gracias por sus consejos, enseñanzas y ejemplo, llevaremos muy presente a lo largo de nuestra vida.

Andreina y María José

8. Bibliografía

1. DONAL Smith, (2001) Urología General, 7. a edición, Editorial El Manual Moderno, S.A. de C.V., México.
2. EDICIONES HARRISON MEDICINA, (2002) Principios de Medicina Interna, Edit McGrawHill, México DF.
3. FERNÁNDEZ, Fresnedo (2003) Insuficiencia renal, Edit. Hospital Universitario Valdecilla, Cantabria, España.
4. HARRISON, (2001) Medicina Interna, 5.a edición, Editorial LA PREMSA, S.A., México.
5. KRUPP Marcus, (1999) Diagnóstico Clínico y Tratamiento, 19.a edición, Editorial El Manual Moderno, S.A. de C.V., México.
6. NOGALES, M. A. (2002) Guía de alimentación en hemodiálisis, Edit. Médica Jims, Buenos Aires, Argentina.
7. Ossa LJ, Gastelbondo R., (2003) Selecciones de patología renal con enfoque en la biopsia. Primera edición. Edit. Talleres gráficos JCB, Bogotá, Colombia.
8. PÉREZ, Laura B., (2001) Medicina Interna y patología renal, Edit, Mediterráneo, Santiago de Chile, Chile.
9. SAKIHARA, G. (2000) Morbi-mortalidad en pacientes niños con Insuficiencia Renal Crónica en Programa de Hemodiálisis, Edit. Fondo de desarrollo, Lima, Perú.
10. ZORRILLA Santiago, (2000) Metodología de la Investigación, Editorial INTERAMERICANO, S.A. de C.V., México.

8.1. Lincografía

1. Agrupación de insuficiencia renal crónica, en <http://www.insuficiencia-renal.org/bienvenida.htm>, consultado el 2009-12-20
2. Enfermedad renal crónica, en es.wikipedia.org/wiki/Enfermedad_renal_cronica, consultado en 2010-01-10
3. Enfermedad renal crónica, en www.portalesmedicos.com/.../Revision-bibliografica-Insuficiencia-renal-aguda, consultado el 2009-12-12
4. Enfermedad renal crónica: MedlinePlus enciclopedia médica, en www.nlm.nih.gov/medlineplus, consultado el 2009-12-20
5. Insuficiencia renal crónica, en <http://www.kidney.org/Atoz/pdf/aboutckd>, consultado 2009-12-20
6. Insuficiencia renal crónica, en www.upch.edu.pe/famed/rmh/14-1/v14n1e1.pdf, consultado en 2010-01-15
7. Insuficiencia renal crónica, en <http://www.intermedicina.com/Avances>, consultado el 2010-01-10
8. LAVILLA ROYO, Francisco Javier, Insuficiencia renal crónica, en http://www.pfizer.es/salud/enfermedades/genitourinarias/insuficiencia_renal_cronica.html, consultado el 2010-01-10