

## CAPITULO IV

### CONCLUSIONES

- Los resultados del estudio investigativo permitieron verificar que la gran mayoría de los pacientes adultos mayores que demandan los servicios del Hospital Regional IESS, mantienen un estilo de vida saludable; pues la mayoría de ellos tienen un nivel de conocimiento sobre su enfermedad; y previenen el riesgo de complicaciones.
- Estos pacientes reciben de manera permanente y periódica actividades de educación en salud lo cual ha permitido eliminar hábitos mal sanos que pueden afectar su salud por ejemplo: no alcohol y cigarrillos, no café, no azúcar, etc. A pesar de no contar con nutricionista ni enfermera especializada.
- La mayoría de los usuarios cumplen con un régimen alimenticio apropiado que beneficia su salud y mejora la calidad de vida de los pacientes con enfermedades crónico-degenerativas.
- Los adultos mayores hipertensos y diabéticos cuyo universo es superior a seiscientos, reciben atención de medicina preventiva de manera periódica cada año y reciben su medicación complementaria durante todo el año.
- Los usuarios realizan actividad física de tres a cinco veces a la semana, dirigidas por un instructor, lo que permite elevar su autoestima y sentirse muy satisfechas con lo que vienen realizando.
- Existe una gran empatía entre los componentes de estos grupos y de alto grado de amistad (observado).

- De acuerdo a los controles médicos la gran mayoría de los pacientes se encuentran en condiciones estables de salud tanto de presión arterial como de glicemia; con valores de 130/90 de PA y 120 mg/dl de glicemia, lo cual conlleva a mantener una gran expectativa de vida.
- Se obtuvo que los estilos de vida se puedan ver influidos por factores externos que impiden seguir en régimen de equilibrio adecuado. Observándose que los estilos de vida con más riesgo fueron: responsabilidad en salud, y la dieta.

## RECOMENDACIONES

El presente estudio permite realizar muchas reflexiones que a su vez pueden obtenerse como recomendación en cuanto al mejoramiento de la calidad de vida del adulto mayor, entre otros:

- Implementar un plan nacional de prevención HTA y diabetes que involucre a todas las instituciones dedicadas al cuidado de la salud y que una de sus estrategias básicas sea la difusión permanente de estilos de vida saludable en la comunidad.
- Involucrar a todos los actores del sector salud a fin de plantear estrategias de prevención, protección, promoción y fomento de la salud en esta etapa de la vida del ser humano.
- Establecer programas de atención de salud dirigidos al adulto mayor, en todos los establecimientos del sector público y privado.
- Impulsar programas educativos culturales a través de todos los medios de comunicación con este grupo etáreo.

## BIBLOGRAFÍA

1. BRUNER Y SUDARTH. Enfermería Médico - Quirúrgica, editorial Mc Graw Hill, novena edición. 2002. México.
2. Clasificación Estadística de Enfermedades V1. 2003.
3. Dr. Carlos Vélez y Dr. Vicente Muñoz. Manual operativo y protecciones estratégicas hospital Regional N° 8 IEES Ibarra.2002
4. Escuela politécnica nacional. Guía Metodológica Para Preparar El Plan Del Proyecto.
5. Dr. Carlos Vélez. Modelo Gerencial Para Un Desarrollo Sostenido De Un Hospital Público Tipo II, IEES Ibarra, 2003.
6. Guía Práctica de la Hipertensión Española 1996. Ediciones Mayo. Pág.2
7. Manual Práctico de Medicina General (vol I). Sociedad Española de Medicina General. 1998. Pág.313.
8. Manual práctico de Investigación. Madrid (España). Editorial Cultural S.A. Impresión Brosmac. 2002.
9. Harrison. Principios de Medicina Interna (vol. I). 1994. Pág. 1295.
10. Microsoft ® Encarta ® 2007. © Microsoft Corporation. Reservados todos los derechos.
11. MILLER / KEANE, Diccionario Enciclopédico de Enfermería, V edición, Editorial Médica Panamericana 1996.
12. MONTEROS Ángel. Computación Dinámica. Editorial Voluntad. Quito Ecuador 2000.
13. MORENO Alberto. Métodos de Investigación y exposición para el trabajo de académicos y estudiantes. Editora nacional. Quito 2000.
14. MOSBY, DOYMA. Tratado de Enfermería. Ed. Española. Segunda edición, Volumen II 1995. Madrid - España
15. MSP. Normas y Procedimientos de Diabetes Mellitus ed. MSP. Quio. Ecuador 1998.
16. MSP. OPS. Manual de guías para el control de las principales enfermedades no trasmisibles, editora Artes Gráficas, 2003.

17. MÜNCH Lourdes. Métodos y Técnicas de investigación. Segunda edición. México Editorial Trillas. 1997.
18. Palma Gámiz JL, Alegría Ezquerro E, Lombera Romero F. Hipertensión y cardiopatía Hipertensiva; Recomendaciones del Grupo de Trabajo de Hipertensión Arterial de la Sociedad Española de Cardiología. Madrid: Mosby Doyma Libros, 2001.
19. ROUVIÉRE Henri. Anatomía Humana descriptiva, topográfica y funcional. Editorial Masson, 2005.
20. ZORRILLA Santiago. Metodología de la Investigación. Editorial Mc Graw Hill. 2002.

#### **INTERNET.**

21. <http://www.AmericanDiabetesAssociation.com/2008>
22. [www. LA NACIÓN.com](http://www.LANACION.com)
23. <http://www.monografias.com/calidad-vida-hipertenso/calidad-vida-diabeticos.shtml/2008>
24. [www. OMS.com](http://www.OMS.com)
25. [www. INEC.com](http://www.INEC.com)
26. [http://Rosas MP, y cols. Re-encuesta Nacional de Hipertensión Arterial \(RENAMTA\): Consolidación Mexicana de los Factores de Riesgo Cardiovascular. Cohorte Nacional de Seguimiento 2005.](http://RosasMP,ycols.Re-encuestaNacionaldeHipertensionArterial(RENAMTA):ConsolidacionMexicanadeLosFactoresdeRiesgoCardiovascular.CohorteNacionaldeSeguimiento2005)
27. [www.Cardiocaribe\\_com. Instituto de Cardiología del Caribe Hipertensión Arterial.htm.](http://www.Cardiocaribe.com.InstitutodeCardiologiadelCaribeHipertensionArterial.htm)
28. [www.El diario.com.ec Noticias de Ecuador/SALUD 2006](http://www.ElDiario.com.ecNoticiasdeEcuador/SALUD2006)
29. [www.Revista Peruana de Cardiología 2005.](http://www.RevistaPeruanadeCardiologia2005)
30. [www. Guía Española de Hipertensión. 2005.](http://www.GuiaEspañoladeHipertension2005)
31. [http:// RESPYN Edición Especial No\\_4 -2001.htm](http://RESPYNEdicionEspecialNo_4-2001.htm)
32. [www. BBC Mundo Ciencia y Tecnología Dieta contra la diabetes e hipertensión arterial.2007.htm](http://www.BBCMundoCienciayTecnologiaDietacontraLadiabetesehipertensionarterial.2007.htm)
33. [www. Diabetes Online - Un enfoque científico2. 2008.htm](http://www.DiabetesOnline-Unenfoquecientifico2.2008.htm)
34. [www. International Health Central American Institute/Harvard/2005.](http://www.InternationalHealthCentralAmericanInstitute/Harvard/2005)
35. [www. <http://hipocrates.tripod.com/cardiologia/hta.htm>](http://www.hipocrates.tripod.com/cardiologia/hta.htm)
36. <http://www.diabetes.org/>