

UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA
CARRERA DE ENFERMERÍA

*Tesis para optar por el grado académico de
Licenciatura Enfermería*

**ROL DEL PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
EN LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES
CARDIOVASCULARES RELACIONADO AL
ESTILO DE VIDA EN ADULTOS. REVISIÓN
SISTEMÁTICA EN PAÍSES
IBEROAMERICANOS, 2018-2023**

ASHLEY DANIELA LEIVA MEZA

Mayo, 2024

TABLA DE CONTENIDOS

INDICE DE TABLAS	5
INDICE DE FIGURAS	5
RESUMEN	6
ABSTRACT	7
CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	8
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	9
1.1.1 Antecedentes del problema	9
1.1.1.1 Antecedentes internacionales	9
1.1.1.2 Antecedentes nacionales	15
1.1.2 Delimitación del problema	15
1.1.3 Justificación	16
1.2 REDACCIÓN DEL PROBLEMA CENTRAL: PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN ..	18
1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	18
1.3.1 Objetivo general	18
1.3.2 Objetivos específicos	19
1.4 ALCANCES Y LIMITACIONES	19
1.4.1 Alcances de la investigación	19
1.4.2 Limitaciones de la investigación	19
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	20
2.1 EL CONTEXTO TEÓRICO-CONCEPTUAL	21
2.1.1 Rol del profesional de enfermería	21
2.1.2 Atención Primaria en Salud	23
2.1.3 Presión Arterial	25
2.1.4 Índice de Masa Corporal	25
2.1.5 Estilo de vida	25
2.1.6 Enfermedades cardiovasculares	27
2.1.7 Modelos y teorías	28
CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO	33
3.1 ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN	34
3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN	34

3.3 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	35
3.4 UNIDAD DE ANALISIS U OBJETOS DE ESTUDIO.....	35
3.4.1 Población	36
3.4.2 Muestra	36
3.5 CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN	37
3.6 OPERACIONALIZACION DE LAS VARIABLES	38
3.7 PLAN PILOTO (VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS)	38
3.8 INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN.....	39
3.8.1 Validez de un cuestionario	39
3.8.2 Confiabilidad	39
3.9 PROCEDIMIENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	40
3.9.1 Búsqueda de la información	41
3.9.1.1 Estrategia de búsqueda	41
3.9.1.2 Relaciones entre conceptos.....	42
3.9.1.3 Diagrama de flujo	43
3.10 ORGANIZACIÓN DE LOS DATOS.....	43
3.10.1 Selección de los estudios	44
3.10.2 Extracción de los datos	46
3.11 ANÁLISIS DE DATOS	48
3.11.1 Lectura crítica	48
3.11.2 Nivel de evidencia	49
3.12 CONSIDERACIONES ÉTICAS	51
CAPITULO IV: PRESENTACIÓN DE RESULTADOS	52
4.1 GENERALIDADES.....	53
4.1.1 Caracterización de los artículos seleccionados, según aspectos sociodemográficos	53
4.1.2 Identificar el rol del profesional de enfermería en la prevención de enfermedades cardiovasculares.....	56
4.1.3 Describir el estilo de vida de los adultos.	58
CAPÍTULO V: DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS	63
5.1 DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN O EXPLICACIÓN DE LOS RESULTADOS.....	64
5.1.a Caracterización de los artículos seleccionados, según aspectos sociodemográficos	65
5.1.b Identificar el rol del profesional de enfermería en la prevención de enfermedades cardiovasculares.....	68

5.1.c Describir el estilo de vida de los adultos	71
CAPITULO VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	78
6.1 CONCLUSIONES.....	79
6.2 RECOMENDACIONES	80
BIBLIOGRAFÍA	82
ANEXOS.....	89
Anexo N ° 1- DECLARACIÓN JURADA.....	89
Anexo N ° 2- CARTA DE APROBACION DEL TUTOR	90
ANEXO N°3- INFORME DE SIMILITUDES TURNITIN	91
ANEXO N°4- CARTA DE APROBACION DEL LECTOR	93
ANEXO N°5- CARTA DE AUTORIZACIÓN DE LOS AUTORES PARA LA CONSULTA, LA REPODRUCCIÓ N PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACIONES ELECTRÓNICAS DE LOS TRABAJOS FINALES DE GRADUACIÓ N.....	94
ANEXO N°6 AGRADECIMIENTOS Y DEDICATORIA	96

INDICE DE TABLAS

Tabla N° 1 Componentes de pregunta PICO	18
Tabla N° 2 Criterios de Inclusión y Exclusión	37
Tabla N° 3 Estrategia de búsqueda de datos	41
Tabla N° 4 Relación entre conceptos.....	42
Tabla N° 5 Matriz de artículos para la selección de los estudios	44
Tabla N° 6 Matriz de artículos para la extracción de los estudios.....	46
Tabla N° 7 Centre for Evidence-Based Medicine de Oxford (CEBM)	49
Tabla N° 8 Cantidad de artículos científicos distribuidos según país de estudio	53
Tabla N° 9 Distribución de la población según país de estudio	54
Tabla N° 10 Caracterización de individuos por aspectos sociodemográficos según país	54
Tabla N° 11 Estrategias de implementación brindadas por los profesionales de enfermería en la prevención de enfermedades cardiovasculares.....	56
Tabla N° 12 Distribución de artículos científicos según factores relacionados al estilo de vida en adultos que contribuyen a la disminución de enfermedades cardiovasculares	58

INDICE DE FIGURAS

Figura N° 1 Flujograma PRISMA relacionado al tema de investigación sobre la búsqueda e inclusión de estudios.....	40
Figura N° 2 Diagrama de flujos para la búsqueda.....	43
Figura N°3 Clasificación del estilo de vida de los participantes pre y post intervención de los profesionales de enfermería, Colombia 2021.	57
Figura N° 4 Clasificación de sueño de los individuos hipertensos atendidos por una Unidad Básica de Salud brasileña,2023	59
Figura N° 5 Participantes que consumen una dieta balanceada en las comunidades urbanas del departamento de Cundinamarca, en Colombia,2021	60
Figura N° 6 Participantes que consumen cigarrillo o tabaco en las comunidades urbanas del departamento de Cundinamarca, en Colombia,2021	61
Figura N° 7 Participantes realizan actividad física sistemática en las comunidades urbanas del departamento de Cundinamarca, en Colombia,2021	62

RESUMEN

Introducción: el profesional de enfermería tiene un papel fundamental en el ámbito de la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad, y aún más en la prevención de las enfermedades cardiovasculares. **Objetivo general:** determinar el rol del profesional de enfermería en la prevención de enfermedades cardiovasculares relacionadas al estilo de vida en adultos. Revisión sistemática en países Iberoamericanos, 2018-2023. **Metodología:** revisión sistemática con enfoque cuantitativo de carácter descriptivo, que abarca un total de 7 artículos científicos. Esta revisión se realiza con el uso de distintas bases de datos considerando los criterios de inclusión y exclusión, con el uso de filtros y operadores boléanos para su identificación. Cada uno de los artículos se validan a través de la ficha de lectura crítica y se clasifican según el nivel de evidencia Oxford. **Resultados:** la mayoría de la población abarca edades entre los 22 y 72 años, principalmente del género femenino. Se evidencia mejoría en el cambio de estilo de vida, pasando de un 50% en la etapa pre-intervención a un 75% post-intervención. Esto indica que los participantes si logran adoptar un estilo de vida saludable luego de la intervención brindada. **Discusión:** la salud en el contexto de las enfermedades cardiovasculares lo que da a entender es que las personas deben tener la capacidad d tener un equilibrio fisiológico y psicológico de sus vidas, para que con los mecanismos de adaptación brindados por profesionales de enfermería. **Conclusión:** los profesionales juegan un papel muy importante entre la salud y el estilo de vida de las personas, debido a que actúan como guía en la adopción de hábitos saludables para mejoran el bienestar general.

Palabras clave: enfermería, enfermedades no transmisibles, atención primaria, hábitos, salud.

ABSTRACT

Introduction: the nursing professional has a fundamental role in the field of health promotion and disease prevention, and even more so in the prevention of cardiovascular diseases. **General objective:** to determine the role of nursing professionals in the prevention of lifestyle-related cardiovascular diseases in adults. Systematic review in Ibero-American countries, 2018-2023. **Methodology:** systematic review with a quantitative approach of a descriptive nature, covering a total of seven scientific articles. This review is carried out using different databases considering the inclusion and exclusion criteria, using filters and Boolean operators for identification. Each of the articles is validated through the critical reading form and classified according to the Oxford level of evidence. **Results:** most of the population is between 22 and 72 years old, female. The best evidence would be found in the change of lifestyle, going from 50% in the pre-intervention stage to 75% post-intervention. This indicates that participants do manage to adopt a healthy lifestyle after the intervention provided. **Discussion:** health in the context of cardiovascular diseases implies that people must have the ability to have a physiological and psychological balance in their lives, so that with the adaptation mechanisms provided by nursing professionals. **Conclusion:** professionals play a particularly significant role in people's health and lifestyle because they function as a guide in the adoption of healthy habits to improve general well-being.

Keywords: nursing, noncommunicable diseases, primary care, habits, health.

CAPÍTULO I:

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1.1 Antecedentes del problema

El profesional de enfermería tiene un papel fundamental en el ámbito de la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad, y aún más en la prevención de las enfermedades cardiovasculares. Su labor evidencia la importancia de la educación e intervenciones tempranas de alta calidad para así evitar desenlaces de riesgo.

1.1.1.1 Antecedentes internacionales

Cadena, J. y González, Y., publican un artículo nombrado "El cuidado de enfermería en pacientes con riesgo cardiovascular sustentado en la teoría de Nola J. Pender" el cual menciona como objetivo crear una iniciativa para el cuidado por parte de enfermería basado en el modelo de Pender a los pacientes que poseen riesgo cardiovascular, se realiza mediante la identificación de los estilos de vida, para con esto elaborar intervenciones educativas. El artículo concluye que el papel del profesional de enfermería basado en modelos de promoción de la salud contribuyen a la búsqueda de soluciones a este tipo de problema en la población pero que, no obstante siempre hay que tener en cuenta las limitaciones existente.(Cadena & González, 2017)

Guzmán, A., Román, M., et al, publican un artículo en Cuba denominado "Instrumentos de valoración en enfermería cardiovascular" el cual hace referencia a describir la valoración mediante los instrumentos que utiliza enfermería con las personas que poseen enfermedades cardiovasculares mediante una revisión de literatura en diferentes bases de datos. El artículo concluye que si existen instrumentos confiables, sin embargo, es de suma importancia la realización de más investigaciones para encontrar aún más instrumentos que sean favorables al personal de enfermería ya que estas enfermedades poseen alta prevalencia en la población.(Guzmán et al ., 2019.)

Gutiérrez, E., Meneses, A., et al, publican en Cuba un artículo titulado " Factores de riesgo determinantes de la prevalencia de la enfermedad cardiovascular en adultos" con el objetivo de identificar cuáles son los factores de riesgo más determinantes en los adultos en relación con la enfermedad cardiovascular. Según los resultados el factor que más influye es el sobrepeso y obesidad, además de la alta prevalencia de las enfermedades en el género masculino.(Gutiérrez et al., 2020)

Barboza, E., publica en Perú un estudio llamado "Prevalencia de factores de riesgo para enfermedades crónicas no transmisibles en Perú" con el objetivo de determinar cuál es la prevalencia de los factores de riesgo que se asocian a las enfermedades cardiovasculares y la relación con los cambios conductuales modificables en las personas de 18 a 64 años. El estudio se realiza mediante un método descriptivo, de corte transversal y correlacional. (Barboza, 2020)

Los resultados muestran que entre las condiciones que predisponen a padecer enfermedades cardiovasculares esta la obesidad liderando con un 30%. Se concluye que estos factores son modificables por ende de se opta por tomar acciones que mejores estas conductas el riesgo de adquirir una enfermedad cardiovascular disminuirá.(Barboza, 2020)

Guerrero, J., et al, publican un estudio en Colombia, nombrado "Efecto de los factores protectores sobre los estilos de vida saludable en pacientes con riesgo cardiovascular: un análisis de ruta" con el objetivo de determinar la influencia de factores individuales en los estilos de vida saludables, en las personas con riesgo de enfermedad cardiovascular. Se realiza a través de un estudio de campo tipo correlacional con una muestra de 290 personas. (Guerrero et al., 2020)

Los resultados según los datos sobre el estilo de vida se dividen homogéneamente, además que la puntuación de la autoeficacia es alta. En conclusión los estilos de vida pueden verse influenciados por muchas variables de manera directa o indirecta.(Guerrero et al., 2020)

Saavedra, J., Rodríguez, M., et al, publican en Colombia un estudio titulado " Barreras y facilitadores que influyen en la adopción de estilos de vida saludables en personas con enfermedad cardiovascular" cuyo objetivo es medir el estilo de vida y las barreras que intervienen en la adopción de estilos de vida saludables en las personas con enfermedades cardiovasculares por medio de un estudio mixto aplicando encuestas. Como resultados se muestra que durante la fase hay un cambio positivo, por lo que en la fase cualitativa se obtiene

que para un cambio tanto en la alimentación, actividad física y el manejo del estrés influyen factores biológicos y psicológicos. (Saavedra et al., 2021)

Hernández, D., publica en Colombia un estudio que tiene como título "Intervención educativa en la prevención de enfermedades cardiovasculares en comunidades urbanas" su objetivo es crear algunas estrategias para brindar una buena intervención ante el problema presente, el estudio se realiza mediante un diseño experimental descriptivo y longitudinal con una muestra total de 120 pobladores urbanos. Los resultados muestran que mediante la realización de diferentes actividades como charlas, campañas entre otras, si influyen en la prevención de estas enfermedades, además se concluye que mediante la búsqueda de literatura se logra mejorar el objetivo.(Hernández, 2021)

Riaño, M., et al publican un estudio titulado" Categorización de los Hábitos desde un modelo dual: Contribuciones a la salud cardiovascular" que tiene como objetivo identificar los hábitos y sus componentes y la relación existente con la salud cardiovascular mediante una revisión narrativa por medio de la búsqueda de información en distintas bases de datos. Como resultado se obtiene dos modelos duales importantes siendo el autocuidado y los hábitos de estimulación disfrute en los cuales está el equilibrio ideal. (Riaño et al., 2022)

La investigación anterior concluye que la adopción de los hábitos, en este caso como el más importante el autocuidado contribuye a una mejora en la salud física y mental. Además, hace referencia que el tema de las enfermedades cardiovasculares es complejo por ende el personal

sanitario debe adoptar medidas de prevención y promoción referentes a los comportamientos saludables.(Riaño et al., 2022)

Cruz, P., Morales, A., et al, publican un estudio en Ecuador, titulado "Nuevas estrategias en la prevención primaria de la enfermedad cardiovascular" los cuales mencionan la importancia de actualizar las estrategias de intervención para la adopción de estilos de vida saludables como método de prevención de las enfermedades cardiovasculares, al igual que el seguir estudiando las interacciones farmacológicas y comorbilidades. El objetivo es identificar algunos factores de riesgo cardiovascular transformables y así como sus métodos terapéuticos.(Cruz et al., 2022)

Aguirre, J., Franco., et al, detallan en su artículo realizado en México el cual es nombrado " Relación entre la actividad física y la calidad de vida relacionada con la salud en personas con enfermedades cardiovasculares" que estas enfermedades son uno de los gastos mayores de los servicios de salud en México, por lo tanto el estudio se realiza con el fin de identificar como la actividad física puede disminuir el riesgo cardiovascular mediante revisión bibliográfica en diferentes bases de datos. El estudio concluye que la actividad física es uno de los pilares fundamentales en la promoción de la salud, además de que se muestra la urgencia de que las personas adopten estilos de vida saludables.(Aguirre et al., 2023)

Lucumí, D., Mentz, G., et al, hacen mención en su artículo llamado "Cardiovascular disease prevention capacity in Colombian local health departments" que las enfermedades cardiovasculares son una de las causas primarias de mortalidad en Colombia, debido a que el

conocimiento en los departamentos locales de salud yace de conocimiento adecuado para prevenir esta condición, por ende, el artículo se realiza con la metodología de un modelo conceptual y de cuestionario dividido por fases. El cual concluye que la asociación existente entre los factores de población, políticos y de organización en la capacidad de prevención de estas enfermedades si varía entre los departamentos de salud locales.(Lucumí et al., 2023)

Acosta, G. y Urbano, A, et al., publican en Colombia un estudio llamado " Enfermedad arterial periférica en población trabajadora: factores de riesgo y estilo de vida" el cual posee como objetivo identificar cual es la prevalencia de la enfermedad arterial periférica de los trabajadores relacionado con su estilo de vida mediante un estudio analítico observacional entre el año 2021-2022. Los resultados muestran que la mayor prevalencia de esta enfermedad la obtienen los trabajadores manuales y que además no realizan actividad física y se concluye con la importancia de implementar mejoras en los lugares de trabajo para así reducir la prevalencia de la enfermedad.(Acosta et al., 2023)

Rojas, J. y Romero, E, et al, publican en Colombia un estudio titulado " Impacto de las intervenciones educativas para fomentar la salud en pacientes en rehabilitación cardiaca: revisión sistemática" el cual plantea como objetivo el definir la eficacia en las intervenciones en pacientes en rehabilitación cardiaca mediante una revisión sistemática en distintas bases de datos. Los resultados arrojan una búsqueda de 14849 publicaciones la cual concluye que mediante las intervenciones educativas se puede observar la mejora en la calidad de vida y disminuye la rehospitalización (Rojas et al., 2023)

1.1.1.2 Antecedentes nacionales

Benítez, M., Sandoval, V., et al, publican un estudio llamado "Análisis comparativo entre guías de prevención de enfermedad cardiovascular en la práctica clínica, europea, americana y de Costa Rica entre los años 2016 y 2019" en el cual mencionan que las enfermedades cardiovasculares son la principal causa de muerte a nivel mundial. Los autores realizan una investigación de tipo cuantitativa basada en la recolección de datos. (Benítez et al., 2022)

El estudio anterior tiene como resultados que la guía costarricense obtiene el primer lugar en cuanto alcances y objetivos. Por lo que concluye que la guía americana presenta un mayor índice de calidad y por parte de la europea obtiene el porcentaje más bajo debido a deficiencias en cuanto estructura y recomendaciones.(Benítez et al., 2022)

1.1.2 Delimitación del problema

La revisión sistemática se realiza en el segundo cuatrimestre del 2024, mediante la revisión de 7 artículos científicos sobre el rol del profesional de enfermería en la prevención de enfermedades cardiovasculares relacionado al estilo de vida en adultos en Iberoamérica; disponibles en bases de datos EBSCO, PudMed, Scielo.

1.1.3 Justificación

El interés de llevar a cabo este estudio es poder conocer sobre el manejo en la prevención de las enfermedades cardiovasculares por parte de los profesionales de enfermería, porque como es de conocimiento, la parte educadora de estos profesionales es de suma importancia en el impacto de la sociedad. La OPS menciona que para el 2019 aproximadamente 2.0 millones de personas murieron a causa de estas enfermedades. (OPS,2021)

La investigación se desarrolla con el objetivo de determinar cuál es el rol del profesional de enfermería en la prevención de enfermedades cardiovasculares relacionado al estilo de vida en los adultos ya que actualmente dicha población está ocupando índices importantes de mortalidad debido causas cardiovasculares. Con la investigación presente se busca ampliar conocimiento sobre el tema a tratar, además de concientizar la importancia de la educación sobre los estilos de vida.

La investigación busca aportar a futuros investigadores un mayor conocimiento sobre la relevancia de la prevención de las enfermedades cardiovasculares permitiéndoles identificar tendencias de la salud cardiovascular de los adultos que pueda influir en algún momento sobre la salud públicas y políticas. El papel que juega los profesionales de enfermería en el conocimiento del tema es de suma importancia, ya que se puede desarrollar nuevas estrategias como programas que se adapten a las necesidades de la población logrando promover cambios de comportamientos más efectivos.

El tema también aporta a enfermería desde la parte educativa ya que con esta se puede lograr alcanzar objetivos de bienestar individual y social, contribuyendo a informar y empoderar a esta población a tomar decisiones conscientes sobre su estilo de vida. A través de la educación enfermería puede lograr una mayor concientización por medio de programas de apoyo y comunicación donde se aborden las causas, factores de riesgo y consecuencias que estas enfermedades traen consigo.

La presente investigación se realiza por la necesidad de expandir el conocimiento sobre la prevención de enfermedades cardiovasculares basadas en los estilos de vida en los adultos. Por ende la adopción de medidas de prevención es de suma importancia para que esta población adquiera nuevos hábitos saludables que les permita reducir riesgos desde una edad temprana, esto trae como ventaja una mejor calidad de vida y además reduce la pérdida de productividad y una vida más satisfactoria.

El rol del profesional de enfermería en la intervención desde la atención primaria en salud es fundamental para crear nuevas estrategias que fortalezcan el sistema sanitario y contribuyan a reducir la sobrecarga en los servicios de salud especializados. Es importante destacar que abordar este tema de manera efectiva tiene un impacto crucial en la salud pública, ya que influye en la economía nacional, debido a los elevados costos asociados con tratamientos, hospitalizaciones y procedimientos relacionados con estas enfermedades.

1.2 REDACCIÓN DEL PROBLEMA CENTRAL: PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

Tabla N° 1 Componentes de pregunta PICO

COMPONENTE	DESCRIPCIÓN
P	Adultos
I	Rol del profesional de enfermería
C	No corresponde para este estudio
O	Prevención de enfermedades cardiovasculares relacionado al estilo de vida.

Fuente: elaboración propia, 2024

¿Cuál es el (I) rol del profesional de enfermería en la (O) prevención de enfermedades cardiovasculares relacionado al estilo de vida en (P) adultos? Revisión sistemática en países Iberoamericanos, 2018-2023.

1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1 Objetivo general

Determinar el rol del profesional de enfermería en la prevención de enfermedades cardiovasculares relacionado al estilo de vida en adultos. Revisión sistemática en países Iberoamericanos, 2018-2023.

1.3.2 Objetivos específicos

- Identificar características sociodemográficas de la población adulta.
- Identificar el rol del profesional de enfermería en la prevención de enfermedades cardiovasculares.
- Describir el estilo de vida de los adultos en países Iberoamericanos.

1.4 ALCANCES Y LIMITACIONES

1.4.1 Alcances de la investigación

La investigación no presenta alcances mayores a los planteados por los objetivos y pregunta de investigación.

1.4.2 Limitaciones de la investigación

La limitante en este estudio se relaciona con la insuficiente cantidad de artículos sobre el conjunto de las variables en países Iberoamericanos, generando que la selección de artículos sea bastante difícil.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 EL CONTEXTO TEÓRICO-CONCEPTUAL

El contexto teórico-conceptual detalla definiciones fundamentales relacionados con la investigación, los cuales se desarrollan mediante la revisión bibliográfica científica, con el fin de lograr una correcta mayor comprensión de la investigación.

2.1.1 Rol del profesional de enfermería

La enfermería es una disciplina que se basa en cuidados a la población, incluyendo la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad. Los profesionales deben de tener mayor disposición para poder brindar los cuidados necesarios a todas las personas, sin importar la condición que presente, otorgándoles garantía de una atención segura y beneficiosa(Arco et al., 2018)

2.1.1.2 Rol del profesional de enfermería en el ámbito hospitalario

Las actividades que engloban el personal de enfermería en el ámbito hospitalario son las de asistencia, procedimientos, orientación a familiares, actualización del historial clínico del paciente entre otras actividades. Para este tipo de rol el profesional debe tener capacidades como la autonomía ejecutando las acciones basadas en su conocimiento y el conocimiento que abarca el resguardar la integridad del paciente, brindándoles abordajes de calidad.(Arco et al., 2018)

Rol del profesional de enfermería en el ámbito comunitario

Las actividades se basan en poner en práctica el conocimiento y habilidades para fomentar acciones de promoción de la salud y prevención de las enfermedades, así mismo como restaurar la salud de la comunidad. Esto es con el fin de que la comunidad adquiera el conocimiento adecuado para un buen autocuidado y control de su salud.(Arco et al., 2018)

Rol de profesional de enfermería, desde la docencia y la investigación

El rol de docencia que ejerce el profesional de enfermería es de suma importancia ya que no solo se trata del cuidado, también es de relevancia la educación de temas relevantes a las necesidades que la población presente. A su vez también detalla la importancia de enfermería para la formación de nuevos profesionales en donde debe proporcionar las herramientas y conocimiento adecuado para que este logre completar su grado.(Arco et al., 2018)

La investigación en este ámbito es de suma importancia ya que el trabajo de estos profesionales está basado en la evidencia por ende la investigación y actualización científica destaca entre los quehaceres de enfermería.

2.1.1.4 Intervención

El término intervención hace referencia al inicio de cualquier tratamiento o consulta basado en experiencia y conocimiento clínico para mejorar los resultados de los pacientes. Además la aplicación de intervenciones por parte del profesional de enfermería requiere de varios procesos para así poder comprender el problema de manera integral ya que estas prácticas deben ser individualizadas por motivo de que el ser humano está expuesto a cambios conductuales.(Esquivel et al., 2019)

2.1.2 Atención Primaria en Salud

Argüello et al, mencionan que la atención primaria en salud es un sistema que incluye a toda la población, la cual tiene como objetivo garantizar el mayor nivel de salud y bienestar, además de brindar una atención equitativa según las necesidades que la sociedad presente. Es de suma importancia ya que posee un enfoque efectivo, inclusivo y equitativo para optimizar la salud física y mental de las personas.(Argüello et al., 2017)

2.1.2.1 Promoción de la Salud

La promoción de la salud se refiere a como los individuos de una comunidad pueden tener el control de su salud física y mental mediante las diferentes técnicas y herramientas brindadas

por los profesionales. Esta estrategia va encaminada a buscar estrategias para fomentar hábitos y estilos de vida saludables.(Martínez et al., 2020)

2.1.2.2 Talleres educativos

El taller educativo es una estrategia utilizada para influir en el conocimiento de las personas por medio de herramientas como charlas, actividades en las cuales se trabaja en equipo para lograr un objetivo. Además los talleres se utilizan para que los participantes desarrollen habilidades de una manera didáctica y motivadora para la toma de decisiones brindándoles autonomía del tema.(Hernández et al., 2014)

2.1.2.3 Evaluación del riesgo

Proceso donde se identifica y analiza los factores que pueden influenciar en la salud y seguridad del paciente. Además analiza que tan probable puede ser posible que ocurran consecuencias a un daño como producto a la exposición de algún tipo de riesgo. (OPS, s.f.)

2.1.3 Presión Arterial

La presión arterial es la sangre bombeada por el corazón a través de los diferentes vasos sanguíneos. “ La presión arterial es la fuerza ejercida por la sangre sobre la pared de las arterias, y es expresada en milímetros de mercurio. ”(Bahamonde et al., 2020)

2.1.4 Índice de Masa Corporal

El concepto de índice de masa corporal o bien IMC por sus siglas, hace referencia a una medida la cual utiliza el peso en kilogramos de una persona y la estatura en metros cuadrados para categorizar el peso de las personas.

2.1.5 Estilo de vida

El estilo de vida hace referencia a características conductuales que las personas tienen, que a su vez van a repercutir en la salud física y mental. La OMS (como se cita en Rondanelli et al,2014) afirma que estilo de vida son patrones de comportamiento que se pueden identificar mediados tanto por las cualidades individuales como por las condiciones de vida. Los componentes principales que se desarrollan en esta investigación de estilos de vida son los siguientes: alimentación, actividad física, manejo del estrés y hábitos de sueño.

2.1.5.1 Actividad física

La actividad física se define como un movimiento corporal desarrollado por los músculos esqueléticos en el que se necesita un gasto energético. Además es fundamental en la prevención primaria ya que influye positivamente en la disminución de la PA en las personas con riesgo cardiovascular.(Cruz et al., 2021)

2.1.5.2 Alimentación

La alimentación es una acción mediante la cual se obtiene y se ingiere alimentos con el fin de brindar nutrientes a nuestro organismo. Viola et al. (2020) menciona que la ingesta rica en vegetales, frutas y fibra dietética contribuyen a la disminución de ECV.

2.1.5.3 Calidad del sueño

La calidad de sueño hace referencia a que tan bien duerme una persona teniendo en consideración tanto las horas de sueño como otros factores que puede influir. Por otra parte también refleja el grado de satisfacción de una persona en relación con sus hábitos de sueño.(SantamariaLoza et al., 2022)

2.1.5.4 Horas de sueño

Indica la cantidad de horas necesarias que una persona tiene que dormir para estar con energía durante el día. La mayoría de los estudios recomiendan a las personas, dormir entre 7 y 8 horas por noche para obtener un beneficio óptimo.(Kaminsky et al., 2022)

2.1.5.5 Manejo del estrés

El manejo del estrés hace referencia a las estrategias que ayudan a sobrellevar de una manera óptima el estrés y dificultades emocionales. El estrés se define como una respuesta del organismo ante cualquier cambio sobre una situación importante, esta patología produce problemas como insatisfacción y problemas sociales.(Espinoza et al., 2018)

2.1.6 Enfermedades cardiovasculares

Las enfermedades cardiovasculares son patologías que abarcan al corazón y vasos sanguíneos y pertenecen al grupo de enfermedades no transmisibles, se considera la causa principal de muerte a nivel mundial. Las conductas y condiciones de la sociedad son el factor de riesgo principal de padecer este tipo de patologías.(Castro et al., 2023) Algunas enfermedades cardiovasculares son las siguientes.

- **Infarto de miocardio:** se produce por la obstrucción de una arteria la cual va a disminuir la oxigenación de las células del corazón provocando la destrucción del musculo cardiaco.
- **Hipertensión arterial:** se produce por el aumento sostenido de la fuerza que ejerce la sangre sobre las paredes de las arterias.
- **Insuficiencia cardiaca:** se produce cuando hay un desequilibrio entre la capacidad del corazón de bombear sangre y las necesidades del cuerpo.
- **Ateroesclerosis:** se produce un endurecimiento de las arterias debido la acumulación de sustancias como grasa y colesterol.

2.1.7 Modelos y teorías

Modelo de enfermería Sor Callista Roy: modelo de adaptación.

Callista Roy nace el 14 de octubre de 1939 en los Ángeles, California. En 1963 obtiene un diplomado en Enfermería en el Mount Saint Mary's College de los Ángeles y en 1966 realiza un máster en enfermería en University of California, Los Ángeles. Callista hace mención de que un estímulo es un factor que va a provocar una respuesta ya sea del entorno interno o externo, pero que además, deben de estar combinados con tres tipos de estímulos, focales (se dan directamente al individuo), contextuales (los estímulos que ayuda a que el estímulo focal se da) y los residuales (estos existen pero sin embargo no están del todo claros). (Raile,2022)

La adaptación es el resultado de como las personas ya sea de manera grupal o individual toman conciencia para integrar al ser humano al entorno. Pero que para que esta adaptación suceda, se necesita comenzar con los procesos de afrontamiento que son los que van a colaborar a las personas a que esa adaptación ocurra mediante los mecanismos de afrontamiento. Estos mecanismos van a ser innatos (los que ya la persona tiene biológicamente) y adquiridos (los que se obtienen mediante actividades de aprendizaje)

Callista menciona áreas de adaptación las cuales son de suma importancia para llevar a cabo el proceso. El área fisiológica incluye las actividades, descanso y necesidades básicas. El área de autoconcepto se refiere a la autoimagen, la percepción propia, se centra en aspectos espirituales en los que la persona se quiere identificar a sí mismo. El autoconcepto se entiende como los sentimientos de sí mismo en un momento dado basados en impresiones internas. (Raile,2022)

El área función del rol se define como las funciones que desempeñan las personas en la sociedad y como este se adapta a los roles según la necesidad. Se habla de roles primarios que van a estar relacionados a sus compromisos según su edad y sexo, roles secundarios son aquellos en los que la persona es capaz de lograr el objetivo al rol primario y los roles terciarios se relaciona con los secundarios basado en la forma con la que cumplen el objetivo. El área de interdependencia hace referencia a las relaciones de la persona y el apoyo social. (Raile,2022)

Metaparadigmas

Persona: es un ser con sistemas integrales, que además están integrados como individuos y grupos lo cual tiene la capacidad de pensar y sentir por ende se moldean de la mejor manera a los cambios de su entorno. Callista afirma que la persona es el foco principal de la enfermería, el cual es el destinatario de los cuidados siendo este un ser complejo y adaptable con procesos. (Raile,2022) La persona es un ser interactivo que está examinando de manera constante su entorno en busca de estímulos a los que puedan reaccionar y a su vez adaptarse.

Entorno: son aquellos factores tanto internos como externos que rodean a las personas e influyen en su capacidad de adaptación, estos pueden ser negativos o positivos.

Salud: refleja el nivel óptimo de integración y adaptación a las diferentes situaciones de la vida. Ella menciona que la salud más que un estado óptimo de bienestar también se puede asociar a la salud y a la enfermedad ya que la salud no es la total ausencia de enfermedad sino a la disposición de enfrentarse eficientemente. (Raile,2022)

Enfermería: la enfermería influye en la capacidad de adaptación y mejora de la persona en relación con su entorno de tal manera que identifica las conductas y estímulos que van a intervenir en el proceso de adaptación. Por lo que enfermería debe ayudar a modificar los

estímulos para promover respuestas adaptativas que logren conseguir el estado óptimo de bienestar a la persona. (Raile,2022)

El papel de enfermería en el proceso adaptativo es integral y multifacético ya que involucra la evaluación, intervención y promoción a la adaptación, siendo estos los facilitadores de las herramientas necesarias para que el individuo logre satisfactoriamente lograr con su proceso adaptativo. Además de modificadores de estímulos también son un apoyo a los diferentes mecanismos de afrontamiento ya que proporciona las estrategias y recursos adecuados, como educación y apoyo emocional. (Raile,2022)

Relación del modelo de Callista Roy con la investigación.

El rol del profesional en la prevención de enfermedades va de la mano con este modelo ya que Callista describe a la persona como el foco principal debido que a partir de sus intervenciones como la educación, talleres y programas buscan mejorar su entorno y a la vez una búsqueda del bienestar propio de los mismos. Enfermería en el papel adaptativo de los estilos de vida juega un papel importante, ya que muchas veces son la primera fuente de información válida y confiable para las personas.

El autocuidado y la autonomía que se menciona en el modelo es de suma importancia ya que más allá de herramientas para la adaptación como lo son los profesionales de enfermería, las

personas tienen que estar conscientes del cambio que quieren realizar y tener a autonomía y responsabilidad de ir trabajando en ellos.

El rol del profesional de enfermería en relación con el modelo es de suma importancia ya que sus intervenciones primarias como lo son la evaluación de salud de las personas, reconocer sus hábitos, los roles que juegan en la sociedad y como estos influyen en salud van a determinar las estrategias necesarias y adecuadas para una correcta modificación de esas conductas y estímulos, buscándoles la motivación para adoptar estilos de vida saludables para que así la persona pueda mantener y mejorar su salud cardiovascular y a su vez disminuir los factores de riesgo que incrementa el padecimiento de las mismas.

El modelo menciona a la persona como sistemas holísticos de adaptación y el centro de atención de enfermería por lo que su relación con la investigación se evidencia en la necesidad que tiene las personas de tener mediadores que les ayuden a moldear sus estilos de vida para logra un mejor control de su salud cardiovascular y a su vez como tener un primer ente informativo que les aporte el conocimiento necesario para un mejor entendimiento de su situación. La adaptación de suma importancia ya que es un proceso difícil de sobrellevar pero que solo a través de esto se pueden obtener resultados positivos para la salud si realmente se busca un cambio.

CAPÍTULO III
MARCO METODOLÓGICO

3.1 ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación tiene un enfoque cuantitativo, llevado a cabo por medio de una revisión sistemática detallada de literatura primarias y secundaria, incluyendo artículos científicos, revistas y otros acerca del rol del profesional de enfermería en la prevención de enfermedades cardiovasculares relacionadas al estilo de vida en adultos. Este enfoque se basa en comprobar suposiciones a través de variables de conteo numéricos y de métodos matemáticos. (Sampieri,2018)

3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN

El tipo de investigación en el presente trabajo es tipo descriptivo ya que consiste en describir características de un fenómeno o situación sin manipular las variables debido a que se va a utilizar estudios existentes, busca detallar las características esenciales de grupos homogéneos de fenómenos, utilizando criterios sistemáticos para establecer la estructura o comportamiento de los fenómenos en estudio (Martínez 2018 citado en Alban et al., 2020).

La investigación se basa en una revisión sistemática, lo cual significa que son resúmenes bien estructurados que responden a una pregunta de investigación. Esta revisión se caracteriza porque evalúa de manera transparente la evidencia disponible de los artículos, los cuales a su vez van a permitir una búsqueda más certera de la información.(Moreno et al ., 2018)

3.3 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

El diseño de la investigación corresponde a un diseño no experimental transversal, debido a que no se va a manipular ninguna variable, se van a estudiar y observar en su forma natural y se investiga en un único periodo. Según con la información recolectada la investigación cuenta con una metodología PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses) la cual se utiliza para revisar información sistemática, por ende toda información recolectada va a ser revisada y se escoge la información más relevante y confiable.(Page et al., 2021)

Las revisiones sistemáticas siguen una serie de pasos para su correcta elaboración, entre ellos se encuentran los siguientes: construcción de la pregunta, búsqueda y selección de estudios según criterios de selección, evaluación de la validez de resultados, extracción de datos, análisis e interpretación de datos. Esta serie de pasos facilita la selección de los artículos y además disminuye el sesgo.(Moreno et al., 2018)

3.4 UNIDAD DE ANALISIS U OBJETOS DE ESTUDIO

Las unidades de análisis y el área de estudio de la investigación presente corresponden a las bases de datos, debido a que es una revisión sistemática la cual está basada en la búsqueda de artículos científicos, casos de estudios, tesis, entre otros, las cuales se utilizan para abordar el tema de la investigación. Las bases de datos utilizadas para esta investigación son EBSCO, Scielo y PudMed.

3.4.1 Población

La población hace referencia a un grupo de casos los cuales van a ser parte de la muestra y que además cuando se habla de población no solo se hace referencia a humanos. Por ende la población es la participación del evento que es seleccionado para su análisis.(Arias-Gómez et al., 2016)

La población de la investigación es de un total de 8017 artículos, los cuales se obtienen de las bases de datos: EBSCO, Scielo y PudMed basado en el tema del rol del profesional de enfermería en la prevención de enfermedades cardiovasculares relacionadas al estilo de vida en adultos.

3.4.2 Muestra

La muestra de la investigación corresponde a no probabilística ya que está conformada por investigaciones realizadas en la población adulta, por lo que se establecen criterios de inclusión y de exclusión para su realización. La investigación está conformada por un total de 7 artículos los cuales son filtrados y elegidos para su análisis.

3.5 CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN

Los criterios de inclusión son todas aquellas características que el objeto de estudio debe de tener para ser incluido en la investigación, mientras que los criterios de exclusión se refieren a características que tienen los estudios que van a alterar los resultados por lo que los hacen no elegibles. (Arias et al., 2016)

El apartado presente brinda información para evidenciar que criterios son incluidos en los artículos para la revisión sistemática, además, un apartado para los criterios excluidos, esto para seleccionar los artículos con más confiabilidad y validez.

Tabla N° 2 Criterios de Inclusión y Exclusión

CRITERIOS DE INCLUSIÓN	CRITERIOS DE EXCLUSIÓN
Artículos relacionados con el rol de enfermería en la prevención de enfermedades cardiovasculares.	Artículos con un rango de fecha menor al 2018.
Artículos que pertenezcan a países iberoamericanos.	Publicaciones en idiomas distintos al español, portugués o inglés.
Artículos que incluya población adulta.	
Artículos sobre los estilos de vida y las enfermedades cardiovasculares.	
Artículos de texto completo.	

Fuente: elaboración propia, 2024

3.6 OPERACIONALIZACION DE LAS VARIABLES

La operacionalización de las variables consiste en la extracción de los indicadores de estas, para definir las y medirlas específicamente. Este paso se realiza para convertir conceptos en mediciones observables. (Bauce et al., 2018.)

La operacionalización de las variables consiste en realizar una tabla en donde se coloca cada variable de la investigación y se categoriza según objetivos, dimensión, definiciones conceptuales, definiciones operacionales, indicadores e instrumento. (Ver anexo 1, 2)

3.7 PLAN PILOTO (VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS)

El plan piloto es utilizado para la búsqueda de la información, los cuales deben de cumplir con al menos tres de los criterios de clasificación ya establecidos en esta investigación, los mismos se realizan a través de una lista de cotejo. Los artículos que cumplen con los criterios se pasan a la lista para así clasificarlos según la lista de cotejo.

La revisión se lleva a cabo de la siguiente manera, el 10% de la población la cual es 8017 artículos de los cuales se toman como muestra 7 artículos, los cuales se le realiza el plan piloto a 3 artículos de manera aleatoria. Posteriormente se realiza una revisión de cada contenido de cada artículo y se marca con check (✓) en los cuadros respetando los criterios de inclusión de la lista de cotejo y con una equis (X) si no los cumplen; además no se encuentra ningún problema durante la elaboración. Ver anexo (3,4,5)

3.8 INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

La investigación utiliza descriptores de ciencias de la salud con los operadores booleanos, estos son utilizados en diferentes bases de datos tales como EBSCO, Scielo y PudMed, para obtener la información deseada.

3.8.1 Validez de un cuestionario

La investigación posee correcta validez, ya que con el uso del plan piloto como técnica, la cual se le aplica al 10% de los artículos encontrados, en este caso la muestra es de 7 artículos, en los cuales se aplica el plan piloto a los 3 artículos elegidos aleatoriamente.

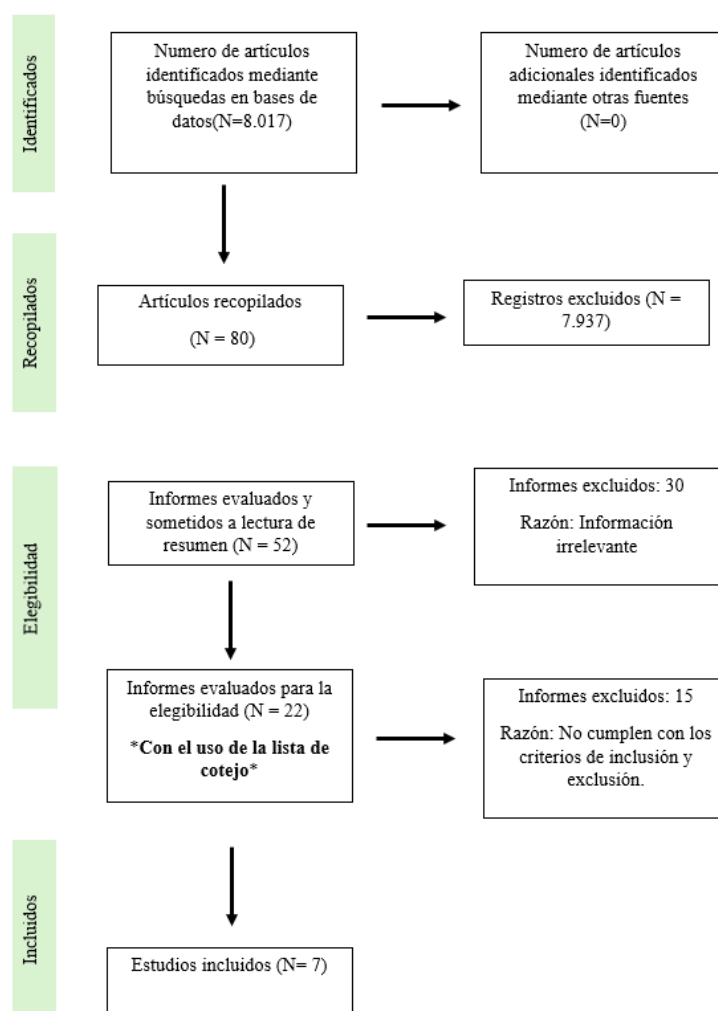
3.8.2 Confiabilidad

La confiabilidad se lleva a cabo con la estructura del plan piloto que es aplicado a 3 instrumentos de la muestra de la investigación, arrojado resultados certeros para la inclusión de la evidencia científica por el cumplimiento de características expuestas en la lista de cotejo.

3.9 PROCEDIMIENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

La recolección de los datos se realiza por medio de la búsqueda de diferentes publicaciones en varias bases de datos, en donde se utilizan descriptores y operadores booleanos, se determina los diferentes artículos y se filtran por año, tema, textos completos y otros. La información encontrada se clasifica por medio de una tabla.

Figura N° 1 Flujograma PRISMA relacionado al tema de investigación sobre la búsqueda e inclusión de estudios



Fuente: elaboración propia, 2024

3.9.1 Búsqueda de la información

La investigación utiliza bases de datos como EBSCO, Scielo y PudMed, con los descriptores mencionados según la información que se requiere para la investigación. Para la realización de esta, se pone en práctica una serie de estrategias para la búsqueda según las variables del estudio, relacionados entre sí para un mayor filtro de artículos.

3.9.1.1 Estrategia de búsqueda

La estrategia de búsqueda corresponde a la elección de términos de manera estructurada para buscar en una base de datos para obtener información según las necesidades requeridas. Se combinan conceptos para obtener resultados precisos. (Quiroa, 2021)

La búsqueda se desarrolla de acuerdo con las distintas variables del problema de investigación, haciendo uso de fuentes primarias para la recolección de la literatura, destacando entre ellas, artículos científicos.

Tabla N° 3 Estrategia de búsqueda de datos

ESTRATEGIA	IDIOMA	DESCRIPTRES Y OPERADORES BOLEANOS
A	Español	(Enfermedades cardiovasculares) AND (estilo de vida)
	Inglés	(Cardiovascular diseases) AND (lifestyle)

B	Español	(Enfermería) AND (prevención) AND (enfermedades cardiovasculares)
	Inglés	(Nursing) AND (prevention) AND (cardiovascular diseases)

Fuente: elaboración propia, 2024.

3.9.1.2 Relaciones entre conceptos

La relación se establece en base a los descriptores proporcionados en la tabla N° 3 para que de esta forma se pueda responder a la pregunta PICO estructurada de acuerdo con el problema de investigación. La relación se da de la siguiente manera: rol del profesional de enfermería relacionada con prevención de enfermedades cardiovasculares, con el fin de identificar el rol que cumple el profesional en la prevención de estas enfermedades; estilo de vida en adultos jóvenes, para identificar que patrones o hábitos.

Tabla N° 4 Relación entre conceptos

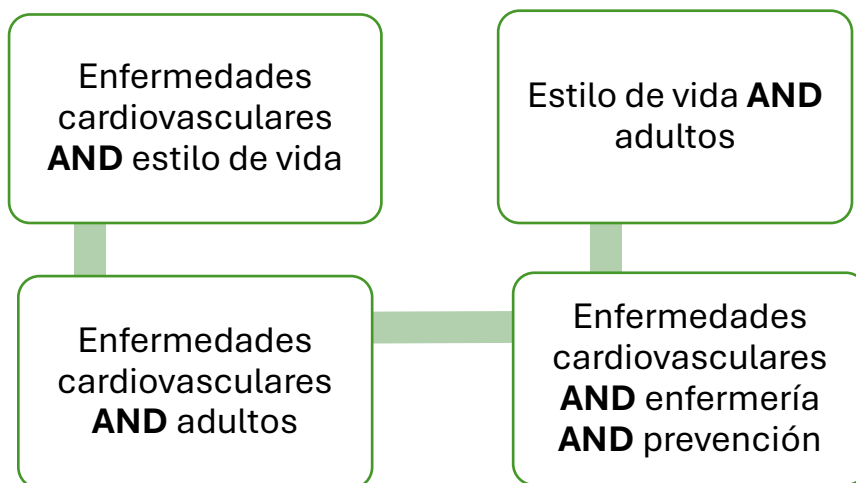
Concepto	Relación	Concepto
Rol del profesional de enfermería	Relacionado con	Prevención de enfermedades cardiovasculares
Estilo de vida	En	Adultos
Rol del profesional de enfermería	En	Estilo de vida
Prevención de enfermedades cardiovasculares	En	Adultos
Prevención de enfermedades cardiovasculares	Relacionado con	Estilo de vida

Fuente: elaboración propia, 2024

3.9.1.3 Diagrama de flujo

La presente investigación posee diagrama de flujos y algoritmos que van a ayudar en el proceso de búsqueda e implementación de la información, se utilizan los descriptores que brindan palabras clave para buscar la información, se utiliza el operador booleano "AND" junto con filtros como años de publicación e idioma español e inglés.

Figura N° 2 Diagrama de flujos para la búsqueda



Fuente: elaboración propia, 2024.

3.10 ORGANIZACIÓN DE LOS DATOS

La organización de los datos se desarrolla bajo el método de diagrama de PRISMA, implementado bajo criterios exclusivos para conseguir un número absoluto de estudios en la investigación, se obtiene un total de 8017 artículos, en la primera revisión. En la segunda parte de la revisión se aplica los criterios de inclusión y variables de la investigación para que se obtenga un mayor filtro de artículos, los cuales 22 son evaluados para su elegibilidad.

E1	Rol de los profesionales de enfermería en prevención primaria de enfermedades cardiovasculares: revisión de literatura	2023	Karla Pamela Moriel Galarza, Edna Judith Nava González	X		X	
E2	Relación entre la actividad física y la calidad de vida relacionada con la salud en personas con enfermedades cardiovasculares	2022	Aguirre Chávez, Juan Francisco., Franco Gallegos, Leticia Irene., et al	X			X
E3	Categorización de los Hábitos desde un modelo dual: Contribuciones a la salud cardiovascular	2022	Riaño, Manuel., Bermúdez, Valmore., et al	X			X
E4	INTERVENCIÓN EDUCATIVA EN LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES EN COMUNIDADES URBANAS	2021	Dupotey Hernández Dennys	X		X	X
E5	Barriers and Facilitators that Influence on Adopting Healthy Lifestyles in People with Cardiovascular Disease	2021	Saavedra Espinosa, Jessica Natalia., Rodríguez Malagón, Martha Yelitza., et al	X		X	
E6	Efecto de los factores protectores sobre los estilos de vida saludable en pacientes con riesgo cardiovascular: un análisis de ruta	2020	Guerrero Alcedo, Jesús Manuel., Sánchez Angulo, Johanna Gabriela., López Guerra, Víctor Manuel.	X			X
E7	INFLUENCES OF SLEEP-WAKE DISORDERS ON CARDIOVASCULAR HEALTH IN PRIMARY HEALTH CARE	2023	Deleon de Melo,Laércio., de Lima Brandão,Juliana., et al	X			X

Fuente: elaboración propia,2024.

3.10.2 Extracción de los datos

La extracción de los datos se realiza bajo una lectura minuciosa de los aspectos más relevantes de conocer la metodología a implementar, lo cual permite tomar en cuenta la inclusión y cumplimiento con cada apartado. Para esto se realiza un cuadro de apoyo en base a la organización de los datos ya determinados para la investigación, por otra también apartados como título, autor, año de publicación y el objetivo de cada uno de los estudios, la metodología empleada y os resultados o conclusiones para conocer el impacto generado.

Tabla N° 6 Matriz de artículos para la extracción de los estudios

Título	Año	Autor(es)	Objetivo	Metodología	Resultados/ conclusiones
Rol de los profesionales de enfermería en prevención primaria de enfermedades cardiovasculares: revisión de literatura	2023	Karla Pamela Moriel Galarza, Edna Judith Nava González	Describir el rol de los profesionales de enfermería en intervenciones de prevención primaria de las enfermedades cardiovasculares en población adulta.	Revisión de literatura	Los profesionales hacen evidente que la salud cardiovascular mejora significativamente desde los diferentes enfoques
Relación entre la actividad física y la calidad de vida relacionada con la salud en personas con enfermedades cardiovasculares	2022	Aguirre Chávez, Juan Francisco., Franco Gallegos, Leticia Irene., et al	Detallar el grado en que la actividad física puede mitigar el riesgo cardiovascular y fortalecer la CVRS en pacientes con ECV.	Revisión narrativa	Hace énfasis en que la actividad física es un elemento crucial en la mejora de la CVRS en pacientes con ECV.
Categorización de los Hábitos desde un modelo dual: Contribuciones a la salud cardiovascular	2021	Riaño, Manuel., Bermúdez, Valmore., et al	Categorizar los hábitos, identificando sus componentes y su relación con la	Revisión narrativa	Desde principios de cuidado de la salud física y mental, se identificaron los

			salud cardiovascular.		hábitos de autocuidado-hetero cuidado como la higiene, el sueño-descanso, la organización-mantenimiento, el consumo-ingesta, apoyo compañía y la precaución.
INTERVENCIÓN EDUCATIVA EN LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES EN COMUNIDADES URBANAS	2021	Dupotey Hernández Dennys	Realizar una estrategia de intervención educativa para la prevención de enfermedades cardiovasculares en las comunidades urbanas en Colombia.	Estudio experimental, descriptivo longitudinal	Se concluyó que con las estrategias de intervención implementadas se logra obtener resultados positivos.
Barriers and Facilitators that Influence on Adopting Healthy Lifestyles in People with Cardiovascular Disease	2021	Saavedra Espinosa, Jessica Natalia., Rodríguez Malagón, Martha Yelitza., et al	Medir el cambio en el estilo de vida y describir las barreras y los facilitadores percibidos que influyen en la adopción de un estilo de vida saludable en personas con enfermedad cardiovascular.	Estudio mixto	En la fase cuantitativa se muestra un cambio bastante significativo, mientras que en la cualitativa surgieron 13 categorías relacionados a facilitadores y barreras. Se concluye que el estilo de vida de los que participaron si obtuvo un cambio positivo en unas áreas.
Efecto de los factores protectores sobre los estilos de vida saludable en pacientes con riesgo cardiovascular: un análisis de ruta	2020	Guerrero Alcedo, Jesús Manuel., Sánchez Angulo, Johanna Gabriela., López Guerra,	Verificar la influencia de factores individuales como la edad, el sexo, el nivel socioeconómico, y factores protectores como la resiliencia, la autoeficacia	Estudio de campo, no experimental de tipo correlaciona	Se obtuvo que la autoeficacia influye en la resiliencia y se concluye que el estilo de vida es predecible a gran medida por la parte psicológica.

		Johanna Gabriela.	generalizada y el apoyo social percibido sobre los estilos de vida saludable, en personas con riesgo cardiovascular		
INFLUENCES OF SLEEP-WAKE DISORDERS ON CARDIOVASCULAR HEALTH IN PRIMARY HEALTH CARE	2023	Deleon de Melo,Laércio., de Lima Brandão,Juliana., et al	Discutir los factores dañinos al sueño y sus influencias sobre la salud cardiovascular en la percepción de hipertensos atendidos por una Unidad Básica de Salud brasileña.	Estudio descriptivo	Como resultados predomina las mujeres mencionando una mala calidad del sueño y uso necesario de fármacos para conseguirlo. Se concluye que los trastornos del sueño influyen negativamente en la salud cardiovascular y que es necesario recibir cuidados especiales.

3.11 ANÁLISIS DE DATOS

El análisis de los datos se focaliza en el proceso de aplicar distintas técnicas para revisar la información, esto con el fin de obtener conclusiones precisas, lograr los objetivos de la investigación mientras que a su vez va a evaluar la información obtenida en diferentes estudios para dar respuesta a la pregunta de investigación

3.11.1 Lectura crítica

La lectura crítica es el proceso de estimar sistemáticamente la literatura científica y los recursos utilizados en la investigación. (Navia Bueno, 2021). Esta se realiza para poder

entender y contextualizar el informe y así identificar posibles sesgos para poder determinar la calidad de las fuentes utilizadas.

La investigación se apoya de la plataforma FCL 3.0 para la realización de las fichas de lectura crítica en donde se verifica la validez de cada uno de los estudios incluidos. Esta plataforma realiza un resumen de las características requeridas para verificar el grado de calidad, incluyendo el nombre del estudio, métodos, resultados y conclusiones. Los estudios evaluados bajo esta plataforma obtienen una calidad media-alta, lo cual los hace válidos para la integración de la investigación. Ver anexo (10,11,12,13,14,15)

3.11.2 Nivel de evidencia

El nivel de evidencia hace referencia al grado de solidez que respalda las conclusiones y resultados de los estudios, se rige por niveles de evidencia organizados comúnmente del más débil al más fuerte para evaluar la calidad de un estudio. Esta clasificación se realiza según los niveles Center for Evidence-Based Medicine de Oxford (CEBM).

Tabla N° 7 Centre for Evidence-Based Medicine de Oxford (CEBM)

Nombre del estudio	Calidad	Nivel de evidencia
Rol de los profesionales de enfermería en prevención primaria de enfermedades cardiovasculares: revisión de literatura	Alta	1b
Relación entre la actividad física y la calidad de vida	Moderada	2a

relacionada con la salud en personas con enfermedades cardiovasculares		
Categorización de los Hábitos desde un modelo dual: Contribuciones a la salud cardiovascular	Moderada	2a
INTERVENCIÓN EDUCATIVA EN LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES EN COMUNIDADES URBANAS	Alta	1a
Barriers and Facilitators that Influence on Adopting Healthy Lifestyles in People with Cardiovascular Disease	Alta	1a
Efecto de los factores protectores sobre los estilos de vida saludable en pacientes con riesgo cardiovascular: un análisis de ruta	Moderada	1b
INFLUENCES OF SLEEP-WAKE DISORDERS ON CARDIOVASCULAR HEALTH IN PRIMARY HEALTH CARE	Alta	1a

Fuente: elaboración propia, 2024.

3.12 CONSIDERACIONES ÉTICAS

La ética es un principio fundamental ya que incluye la honestidad y transparencia evitando el plagio y la falsificación. Por ende, es una responsabilidad del investigador presentar su estudio con la mayor transparencia durante todo el proceso, así como también la privacidad de los participantes.

La presente investigación toma en cuenta las consideraciones éticas requeridas, por ejemplo, que no cuente con plagio, consentimiento por parte de participantes ya autores, que no se den conflictos de interés y además que se proteja la privacidad de los distintos datos. También se toma en cuenta la objetividad para disminuir los sesgos realizándose con la mayor validez y confiabilidad posible.

CAPITULO IV
PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

4.1 GENERALIDADES

El presente apartado corresponde a la recopilación de los resultados de los artículos revisados con anterioridad y que cumplen con los criterios de inclusión relacionados al tema y objetivos de la investigación los cuales incluyen revisiones sistemáticas, revisión de literatura, análisis experimentales. Los artículos seleccionados se publican entre el año 2018-2023.

El capítulo se compone de 3 apartados que se distribuye de la siguiente manera:

1. Caracterización de los artículos seleccionados, según aspectos sociodemográficos para la revisión sistemática.
2. Identificar el rol del profesional de enfermería en la prevención de enfermedades cardiovasculares.
3. Describir el estilo de vida de los adultos.

4.1.1 Caracterización de los artículos seleccionados, según aspectos sociodemográficos

Tabla N° 8 Cantidad de artículos científicos distribuidos según país de estudio

País	Numero de artículos	Porcentaje
Colombia	4	57%
México	2	29%
Brasil	1	14%
Total	7	100%

Fuente: elaboración propia, 2024

La tabla N° 8 representa datos relacionados con la cantidad de artículos científicos clasificados por país, la mayor cantidad de los artículos recopilados provienen de Colombia representando un 43% (n=4) del total de la muestra.

Tabla N° 9 Distribución de la población según país de estudio

País	Número de individuos	Porcentaje
Colombia	438	92%
Brasil	40	8%
México		
Total	478	100%

**Se excluye el artículo E1, E2 Y E3*

Fuente: elaboración propia, 2024

La tabla muestra que la mayor cantidad de individuos se concentra en Colombia representando un 92 % (n=438) de los datos recopilados.

Tabla N° 10 Caracterización de individuos por aspectos sociodemográficos según país

Variable	Colombia	México	Brasil
Edades			
<i>Rango de edades</i>	22-72		18-80
<i>No específica</i>			
Género			
<i>Femenino</i>	237 (54%)		21 (53%)
<i>Masculino</i>	201 (46%)		19 (48%)
Escolaridad			

<i>Primaria</i>		16 (40%)
<i>Primaria incompleta</i>	15 (5%)	
<i>Secundaria</i>	13 (4%)	24 (60%)
<i>Secundaria incompleta</i>		
<i>No especifica</i>	410 (91%)	
Profesión		
<i>Servicios domésticos</i>	212 (48%)	14 (35%)
<i>Actividades industriales</i>		16 (40%)
<i>Comerciante</i>		10 (25%)
<i>No especifica</i>	226 (52%)	
Total		

El total se presenta según el número de artículos, los cuales responden a varios indicadores

**Se excluye el artículo E1, E2 Y E3*

***Muestra utilizada 4 artículos*

Fuente: elaboración propia, 2024

La tabla N°10 está basada en 4 de 7 artículos ya que los restantes no muestran datos sociodemográficos. La tabla resume datos relacionados con características de los individuos estudiados. En relación con la edad, evidencia que la mayoría de la población corresponde entre 22-80 años. El género que predomina es el femenino con un 54% en Colombia y un 53% en Brasil. Respecto a la escolaridad evidencia que Colombia cuenta con el mayor porcentaje siendo un 91% no específica, mientras que en Brasil predomina la secundaria completa con un 60%. En cuanto a la profesión en Colombia el 52% no especifican que profesión realizan y en Brasil las actividades industriales 40%.

4.1.2 Identificar el rol del profesional de enfermería en la prevención de enfermedades cardiovasculares.

Tabla N° 11 Estrategias de implementación brindadas por los profesionales de enfermería en la prevención de enfermedades cardiovasculares.

Estrategia	Colombia (n=2)	México (n=1)
Sesiones educativas presenciales	2 (100%)	1(100%)
Sesiones educativas a través de plataformas digitales	1(50%)	
Entrega de folletos educativos		1 (100%)
Seguimiento telefónico	1 (50%)	1(100%)
Sesiones de actividad física		1 (100%)
Total		

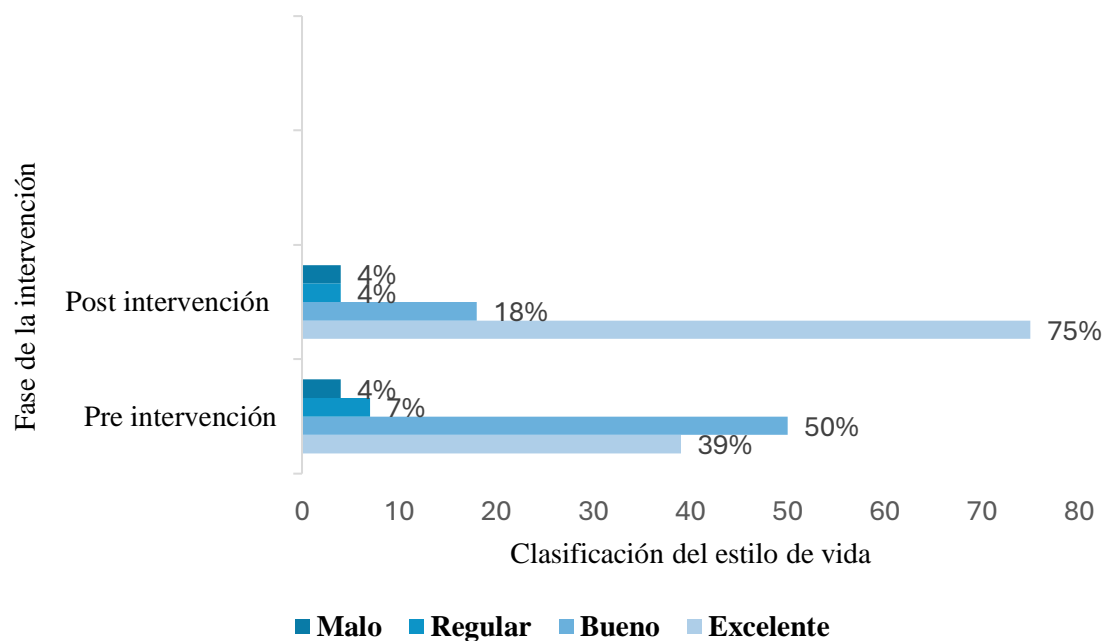
**Se excluyen el artículo E2, E3, E6, E7*

***Muestra utilizada: 3 artículos*

Fuente: elaboración propia, 2024

La tabla N° 11 está basada en 3 de 7 artículos ya que los restantes no incluyen la información requerida. La tabla resume datos relacionados a las estrategias brindadas por el personal de enfermería en la prevención de enfermedades cardiovasculares, evidencia que el 100% en Colombia y el 100% en México realizan sesiones educativas presenciales.

Figura N°3 Clasificación del estilo de vida de los participantes pre y post intervención de los profesionales de enfermería, Colombia 2021.



Fuente: elaboración propia, 2024

La figura anterior muestra la clasificación del estilo de vida de los participantes antes y después de la intervención por parte de los profesionales de enfermería. Los resultados evidencian mejoría en el cambio de estilo de vida, pasando de un 50% en la etapa pre-intervención a un 75% post-intervención. Esto indica que los participantes si logran adoptar un estilo de vida saludable luego de la intervención brindada.

4.1.3 Describir el estilo de vida de los adultos.

Tabla N° 12 Distribución de artículos científicos según factores relacionados al estilo de vida en adultos que contribuyen a la disminución de enfermedades cardiovasculares

Factores del estilo de vida	Colombia (n=4)	México (n=1)	Brasil (n=1)
<i>Actividad física</i>	3(75%)	1(100%)	
<i>Manejo del estrés</i>	1(25%)		
<i>Sueño</i>	2(50%)		1(100%)
<i>Hábitos alimenticios</i>	3(75%)		
<i>Consumo de cigarrillo</i>	2 (50%)		
Total			

**El total se presenta según el número de artículos, los cuales responden a varios indicadores*

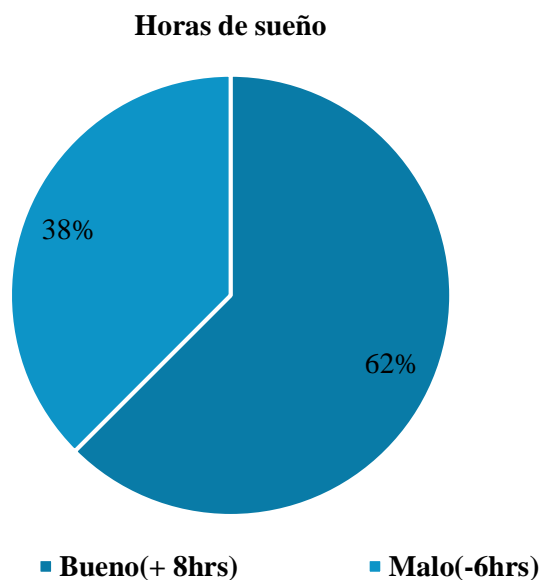
***Se excluye el artículo E1*

****Muestra utilizada: 6 artículos*

Fuente: elaboración propia, 2024

La tabla N° 12 representa los artículos relacionados al estilo de vida en adultos que contribuyen a la disminución de enfermedades cardiovasculares. Los resultados indican que la actividad física es el aspecto del estilo de vida más estudiado con un porcentaje de 75% en Colombia y un 100% en México. Por otra parte, evidencia que el manejo del estrés en Colombia es el aspecto que recibe poca atención en comparación a otros factores.

Figura N° 4 Clasificación de sueño de los individuos hipertensos atendidos por una Unidad Básica de Salud brasileña, 2023



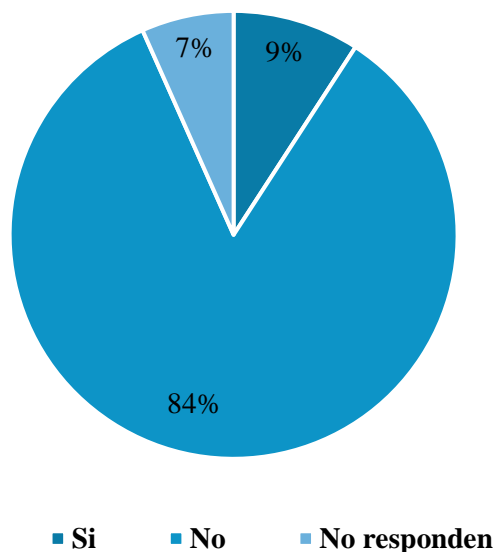
**Muestra total:1 artículo*

Fuente: elaboración propia, 2024

La Figura N° 5 muestra la clasificación del sueño de los individuos hipertensos atendidos por una Unidad Básica de Salud en Brasil, en la cual predomina que los participantes experimentan un descanso de más de 8 horas representado con un 62%(n=25), sin embargo, este descanso es interrumpido.

Figura N° 5 Participantes que consumen una dieta balanceada en las comunidades urbanas del departamento de Cundinamarca, en Colombia, 2021

Consumo de dieta balanceada



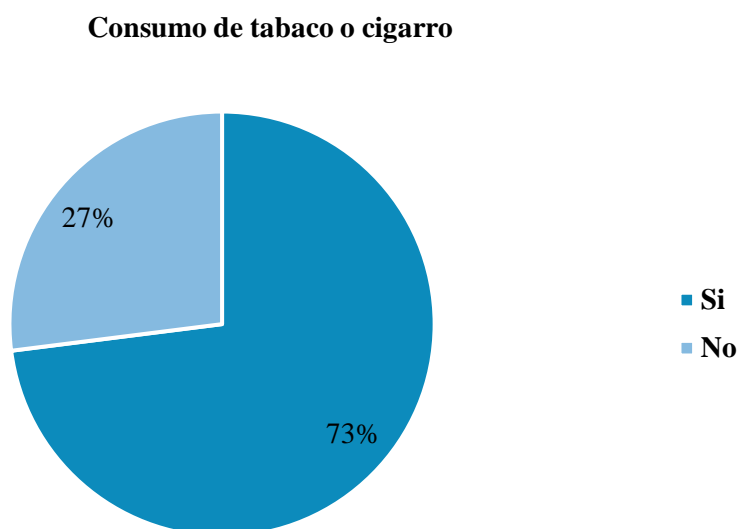
**Muestra total: 120 participantes.*

***Muestra utilizada: 1 artículo*

Fuente: elaboración propia, 2024

La figura anterior muestra los participantes que consumen una dieta balanceada en las comunidades urbanas del departamento de Cundinamarca, Colombia, el cual evidencia que el 84% (n=101) de los participantes respondieron que no consumían una dieta balanceada.

Figura N° 6 Participantes que consumen cigarrillo o tabaco en las comunidades urbanas del departamento de Cundinamarca, en Colombia, 2021



****Muestra total: 120 participantes***

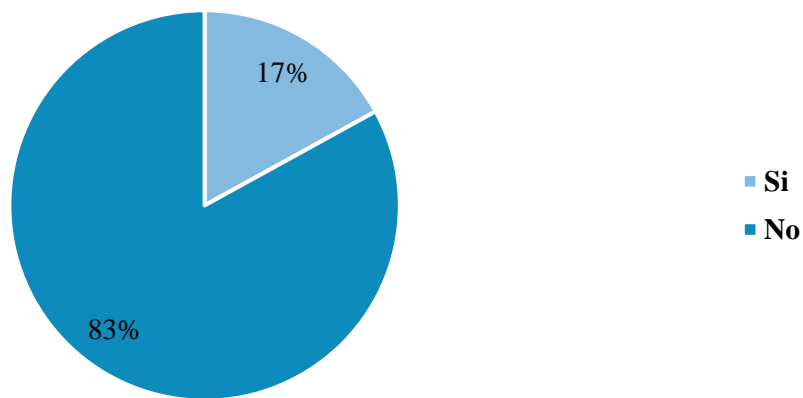
*****Muestra utilizada: 1 artículo***

Fuente: elaboración propia, 2024

La figura anterior muestra los participantes que consumen cigarrillo o tabaco en las comunidades urbanas del departamento de Cundinamarca, Colombia, la cual muestra que el 73% (n=88) de los participantes respondieron que si consumen cigarrillo o tabaco.

Figura N° 7 Participantes realizan actividad física sistemática en las comunidades urbanas del departamento de Cundinamarca, en Colombia, 2021

Actividad física de forma sistemática



**Muestra total: 120 participantes*

***Muestra utilizada: 1 artículo*

Fuente: elaboración propia, 2024

La figura N° 8 muestra los participantes que realizan actividad física de manera sistemática en las comunidades urbanas del departamento de Cundinamarca, Colombia, en la cual predomina que el 83% (n=99) de los participantes no realizan actividad física.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

5.1 DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN O EXPLICACIÓN DE LOS RESULTADOS

El rol del profesional de enfermería en la prevención de enfermedades cardiovasculares es crucial, ya que muchos de los factores de riesgos de estas enfermedades están vinculados a los hábitos y estilo de vida de las personas. Es ahí donde el trabajo de los profesionales de enfermería entra en juego como una gran labor, priorizando la educación y la promoción de la salud en donde se fomente y se aconseje a los individuos sobre la importancia de la actividad física y el consumo adecuado de alimentos, así mismo, cómo sensibilizar sobre el peligro o efecto del consumo de tabaco y otras sustancias.

La discusión e interpretación de los resultados se realiza mediante el análisis de cuatro aspectos fundamentales: el análisis propio, el enfoque teórico, la comparación entre los antecedentes del estudio y desde enfoque de la teorizante de enfermería. La presente investigación se basa en la teorizante “Modelo de enfermería Sor Callista Roy: modelo de adaptación” la cual propone que la adaptación es el resultado de cómo las personas ya sea de manera grupal o individual toman conciencia para integrar al ser humano al entorno.

La presente revisión sistemática utiliza bases de datos como EBSCO, Scielo y PudMed para la selección de los estudios relevantes y la extracción confiable de la información. El estudio está compuesto por una serie de artículos y estudios previamente revisados y seleccionado bajo los

criterios de inclusión y de exclusión, en total, la muestra es de 7 artículos científicos publicados entre el 2018-2024; los cuales provienen de Colombia (n=4), México (n=2) y Brasil (n=1).

La investigación contiene el análisis de 478 individuos, que se distribuyen según el país, de la siguiente manera: Colombia (n=438), Brasil (n=40) y en el caso de México no se contabilizan datos. En donde cada uno de estos artículos utilizados tienen relación con el rol del profesional de enfermería en la prevención de enfermedades cardiovasculares relacionado al estilo de vida en adultos.

La calidad y evidencia de la información presente en los artículos se evalúan bajo el uso de la herramienta de software FCL 3.0, demostrando artículos de alta calidad. Por otro lado, el nivel de evidencia y veracidad se valora según la tabla de clasificación del Centre For Evidence-Based Medicine, OXFORD (OCEBM), los artículos utilizados presentan un grado de recomendación A-B y un nivel de evidencia 1^a, 1b, 2a y 2b.

5.1.a Caracterización de los artículos seleccionados, según aspectos sociodemográficos

Los aspectos sociodemográficos clasifican a los individuos según diferencias relacionadas a su edad, género, nacionalidad, escolaridad, profesión, etnia y otros, lo cual permite un análisis más exhaustivo según los criterios de inclusión y exclusión. Esta caracterización permite establecer una relación con las variables de estudio, además su análisis se evidencia en el objetivo específico “Identificar características sociodemográficas de la población adulta”.

Los aspectos sociodemográficos se asocian al concepto de “Persona” del Modelo de enfermería Sor Callista Roy: modelo de adaptación. Este metaparadigma determina a la persona como un ser integral que tiene la capacidad de pensar y sentir, por lo que es capaz de moldearse de la mejor manera a los cambios (Raile,2022). Por esto, a partir de distintos aspectos o características sociodemográficas se puede conocer a fondo a los individuos para que, de esta manera, se adopten las mejores técnicas para su cambio o adaptación.

El rango de edad varía entre cada estudio sin embargo, la mayor parte de la población se centra entre los 22 y 72 años. La Organización mundial de la Salud (2021) indica que para el 2019 de los 17 millones de personas fallecidas, el 38% son atribuidas a enfermedades cardiovasculares en personas menores a los 70 años. Por ende a medida que las personas envejecen aumenta el riesgo de afecciones cardiovasculares sumándole si no han tenido un estilo de vida adecuado.

El género dominante en los artículos seleccionados demuestra que del total de los individuos estudiados, un 54% (n=237) corresponde al género femenino. García (2018) afirma que esto se puede relacionar con que son más susceptibles a factores de riesgo como el tabaquismo, estrés, actividad física y otros.

La prevalencia que existe de que el género femenino es más susceptible a padecer enfermedades cardiovasculares está ligado al ámbito hormonal, Sueldo et al., (2022) indican que la reducción de los niveles de estrógenos complementa a cambios negativos como la distribución de la grasa

corporal, niveles de lípidos en sangre y además influye en el envejecimiento vascular. Por lo que es de suma importancia que este tipo de población también conozca sobre la relevancia de los cambios hormonales que van ocurriendo a través de los años y cómo adoptar mejores estilos de vida puede ayudar a contrarrestar estos escenarios.

El nivel educativo es de gran relevancia en el tema de salud cardiovascular, ya que las personas que presentan un nivel óptimo de educación suelen tener un mayor acceso a recursos para mantener un estilo de vida saludable. Castro, B. y Castro O. (2022), hacen referencia a que los individuos que tiene un nivel educativo alto poseen más consciencia sobre las enfermedades cardiovasculares y los factores de riesgo, por ende buscan la manera de minimizar la aparición de una enfermedad cardiovascular.

El nivel educativo es importante, sin embargo, actualmente existen muchas herramientas tecnológicas de fácil acceso donde las personas pueden adquirir conocimiento y así ponerlos en práctica. Además, la existencia de campañas, información en centros de salud y otros, son lugares donde personas con poco conocimiento tecnológico pueden informarse y buscar asesoramiento.

El tipo de empleo constituye otro factor relevante de enfermedades cardiovasculares, los resultados señalan que, aunque el 52%(n=226) no especifican, el 48% (n=212) de los datos muestran que los individuos realizan actividades industriales para subsistir. La relación del tipo

de empleo y las condiciones laborales como trabajos altamente demandantes o largas jornadas de trabajo influyen en la salud cardiovascular, ya que se asocia a altos niveles de estrés.

5.1.b Identificar el rol del profesional de enfermería en la prevención de enfermedades cardiovasculares.

El rol de enfermería juega un papel muy importante en la salud de los individuos, ya que estos tienen la capacidad de influir de manera positiva en ellos, para que mediante múltiples estrategias logren obtener la información necesaria sobre alguna enfermedad, padecimiento o tratamiento y que así puedan tener control propio de las mismas. Esquivel et al., (2019) afirman, que las intervenciones adaptadas son una alternativa positiva para el cuidado individualizado ya que este pone su atención en las necesidades o preferencias de las personas.

El rol del profesional de enfermería se asocia propiamente al termino “Enfermería” del Modelo de enfermería Sor Callista Roy: modelo de adaptación. Este metaparadigma determina que la enfermería influye en la capacidad de adaptación de las personas en relación con su entorno, de esta manera pueden identificar conductas y estímulos que van a intervenir durante el proceso de adaptación (Raile,2022).Desde este punto se puede describir que el profesional de enfermería es un facilitador del cambio, ya que se enfoca en las vivencias de cada individuo para adaptarlas a las estrategias de implementación adecuadas para tratarlos y así buscar un resultado positivo.

La atención primaria en salud cumple una labor importante en los individuos, ya que al ser el primer contacto entre la población y la salud, facilita intervenciones educativas y preventivas,

además, brinda seguimiento de las enfermedades. En el caso de las enfermedades cardiovasculares los profesionales de enfermería de estos centros cumplen un papel importante en la detección temprana de factores de riesgos, lo que les permite intervenir de manera más rápida y eficaz antes de que el problema se agrave.

Arguello et al., (2017) hacen énfasis en que la atención primaria se debe enfocar en la persona y no en la enfermedad, observando esto desde el punto de vista de la prevención de enfermedades cardiovasculares es importante que las estrategias no solo se centren en la persona, si no en las comunidades también, ya que es de suma importancia generar un impacto para que exista más conciencia sobre las medidas de prevención y así generar autocuidado y empoderamiento en la población.

El perfil de los profesionales de enfermería en el ámbito comunitario compete a promocionar la salud con estrategias universales para la población, por eso es importante el trabajo que realizan a nivel educativo con la realización de capacitaciones, campañas, entrevistas y demás actividades con el fin de informar y educar a la población. Las personas tienen más contacto con el profesional de enfermería, lo que permite crear una relación más de confianza enfermero/a-paciente, logrando un punto positivo a la hora de guiar a los pacientes en la adopción de cambios en sus estilos de vida, en este caso para prevenir las enfermedades cardiovasculares.

Chasillacta y Núñez (2022) hacen énfasis que en el rol de enfermería, la realización de las actividades de educación debe existir un factor de suma importancia, el cual es que la persona

que educa y la que está recibiendo el aprendizaje deben ser un agente activo. Esto resalta que el proceso debe ser participativo y dinámico entre ambos para obtener buenos resultados.

La persona que educa en este caso, el profesional de enfermería debe tener claro que su labor va más allá de entregar información, debe motivar a la persona o la comunidad, instarla a que tomen control de sus acciones, mostrarles pros y contras para que interiorice y actúe en consecuencia, transformando el conocimiento que promueva su salud. El profesional también puede generar intervenciones estandarizadas, las cuales se realizan de manera persistente utilizando el mismo método de intervención sin importar las características personales (Esquivel et al., 2019).

La persona que recibe el aprendizaje como agente activo también debe cumplir un rol importante para la adopción de nuevos hábitos, debe tener sentido de responsabilidad y compromiso. Es importante que durante su proceso de aprendizaje logre tener una conducta consciente donde pueda aprender a auto gestionar su condición y conocerse a sí mismo, que logre visualizar y entender síntomas que le indiquen que debe ajustar algo en sus rutinas, esto se logra en conjunto con el respaldo de enfermería.

El aprendizaje enfermero-paciente se trata de una intervención colaborativa, donde juntos obtienen conocimiento. Cadena y Gonzáles (2017) mencionan, que las personas aprenden por imitación, por ende los profesionales de enfermería motivan a los individuos a modificar su conducta, para que a su vez estos individuos se motiven a cambiar su entorno.

Las estrategias de estos profesionales deben ir encaminadas a crear hábitos saludables, a tal punto de que los individuos se interesen por sus hábitos alimenticios, la actividad física, el manejo del estrés y otros factores que encaminan al padecimiento de las enfermedades cardiovasculares.

5.1.c Describir el estilo de vida de los adultos.

El estilo de vida de las personas es un factor determinante en la prevención de enfermedades cardiovasculares ya que con la integración de nuevos hábitos se pueden reducir el riesgo de desarrollar este tipo de enfermedades y mejorar la calidad de vida de manera general.

El estilo de vida se puede asociar con el concepto “Entorno” del Modelo de enfermería Sor Callista Roy: modelo de adaptación. El metaparadigma indica que entorno son todos aquellos factores internos y externos que rodean a los individuos y que influyen de una manera, ya sea positiva o negativa, en el proceso de adaptación. (Raile,2022).

La relación entre estos dos conceptos es de suma importancia, ya que como menciona Callista Roy en su modelo existen tipos de estímulos, en este caso el estilo de vida se puede clasificar como un estímulo contextual, ya que incluye comportamientos que influyen en la persona pero que no siempre requieren de atención inmediata. Por ende el estilo de vida de las personas puede actuar como un estímulo que puede ayudar o afectar su respuesta adaptativa.

El proceso de adaptación es de gran relevancia en este punto, ya que si el individuo logra obtener una adaptación efectiva puede ser capaz de equilibrar los estímulos de su entorno, tomando decisiones más conscientes y a su vez manteniendo una integridad física y mental óptima. Sin embargo, cabe destacar que los estímulos internos también tienen un papel significativo durante el proceso, por ende la persona tiene que estar consciente de las decisiones a tomar; todo va a depender de la aptitud y la motivación, debido a que una persona que puede adaptarse internamente a estos desafíos es más propensa a desarrollar resiliencia y por ende a no tener recaídas.

Sueldo et al., (2022) definen la actividad física como todo aquel movimiento del músculo esquelético que provoca un gasto energético, por ende el ejercicio es una actividad física repetitiva. Los estudios demuestran que la población en general no realiza la actividad física recomendada para tener el nivel de salud óptimo, por ende la aparición de enfermedades es más constante al existir una población altamente sedentaria.

Los resultados señalan que el 83% (n=99) de los individuos intervenidos en el artículo de Colombia no realizan actividad física de manera sistemática, lo cual es un indicador determinante para la salud de estos. La falta de ejercicio regular está asociado directamente a un mayor riesgo de sufrir infartos.

La actividad física es un punto por destacar ya que es clave para la prevención de las enfermedades cardiovasculares y muchas otras enfermedades, Cruz et al., (2021) indican que la

realización de 150 minutos de actividad física por semana de una intensidad regulada es suficiente para prevenir este tipo de actividades y que además las actividades pueden variar entre nadar, caminar y hacer yoga. Con esto, se determina que existen múltiples maneras de realizar actividad física y que las personas pueden experimentar cada una de ellas y encontrar su nivel de satisfacción, para que así lo incorporen en su día a día.

La dieta en este caso juega un papel primordial en la prevención de enfermedades cardiovasculares, ya que de la forma en la que las personas consuman los alimentos de esa manera se ve reflejado en su salud, una persona que consume altas cantidades de alimentos ricos en grasas saturadas es más propenso a padecer enfermedades cardiovasculares. Cruz et al., (2021) destacan que una de las recomendaciones actuales para mejorar la salud cardiovascular es el consumo de una dieta mediterránea, esta está basada en verduras, grasas saludables y proteínas magras, la cual disminuye la presión arterial y la incidencia de afecciones como la enfermedad coronaria.

Los datos obtenidos muestran que el 84% (n=101) de las personas intervenidas en el artículo de Colombia, dicen no consumir una dieta balanceada. Esto evidencia que el consumo de comidas procesadas y altas en grasas saturadas siguen predominando, debido a que son alimentos económicamente más accesibles y que requieren menos tiempo de preparación; siendo estos factores que atraen a las personas a consumirlas ya sea porque cuentan con horarios exigentes y el cocinar se les dificulta o bien porque el costo de estos es más bajo.

Kaminsky et al., (2022) mencionan que la falta sueño como tal, no es un factor predominante para padecer enfermedades cardiovasculares, sin embargo, Indacochea et al., (2023) mencionan que las personas que padecen de insomnio tienen de un 41-55 % de riesgo de sufrir un infarto de miocardio o un accidente cerebrovascular. La calidad y cantidad de horas de sueño influyen de manera directa en muchos procesos fisiológicos que afectan la función de vasos sanguíneos.

La hipertensión, accidentes cardiovasculares, infartos de miocardio y otros, son algunas afecciones de riesgo relacionadas a la calidad de sueño (Kaminsky et al., 2022). Es de suma importancia que los individuos verifiquen que calidad de sueño posee, ya que el sueño interrumpido o la incapacidad de alcanzar las fases profundas del sueño pueden perjudicar la recuperación del corazón y vasos sanguíneos.

Los resultados demuestran que el 62%(n=25) de los individuos intervenidos en el artículo de Brasil, experimentan un sueño de más de 8 horas, sin embargo, es un sueño interrumpido. Santamaria et al., (2022) indican que la recomendación actual sugiere tener al menos 7 horas y máximo 9 horas de sueño continuo, además que es de suma importancia establecer horarios fijos de sueño, ya que un aumento en la variabilidad de estos puede provocar alteraciones cardio metabólicas.

Los trastornos del sueño se pueden clasificar en diferentes tipos, sin embargo, la apnea obstructiva del sueño es una de las afecciones más comunes en la población, esta esta ligeramente ligada a la aparición de arritmias. Peña y Lorenzi, (2021) mencionan que la

prevalencia de bradiarritmias secundarias a los trastornos del sueño es de aproximadamente 10%.

El consumo del cigarrillo o tabaco es uno de los factores más predominantes en la población adulta. Fumar daña el revestimiento interno de los vasos sanguíneos (endotelio), lo cual contribuye al aumento de la presión arterial, lo que eleva el riesgo de ataques cardíacos y otros accidentes cardiovasculares graves.

El abandono sostenido del fumado reduce el riesgo de mortalidad, sin embargo, Kavinsky et al., (2022) mencionan que múltiples personas intentan dejar el fumado por sí solas, pero que más del 80% presenta una recaída a los 3 meses. Por ende, es de suma importancia conocer el nivel de dependencia que posee el individuo, para así poder realizar una intervención más eficaz.

Las intervenciones conductuales son la primera línea de acción contra el consumo de tabaco, un punto importante es que los individuos deben de estar conscientes de que la sustitución del cigarrillo por el cigarrillo electrónico o el vapeo, los cuales son los métodos más actuales de fumado consumido por la población, siguen siendo un problema, ya que causan casi el mismo daño que un cigarrillo normal.

El estrés posee una relación muy importante con las enfermedades cardiovasculares, ya que existe un vínculo entre las respuestas que el cuerpo envía ante el estrés y la aparición de estas

enfermedades. Cares et al., (2021) indican que uno de los factores más estresantes en los adultos es el estrés laboral ya que este hace que el individuo presente exigencias y presiones laborales que no se ajusten a su nivel de conocimiento, lo que pone a prueba su capacidad de afrontamiento.

Cares et al., (2021), hacen énfasis en que los trabajadores que están expuestos al estrés laboral tienen un 40% más de probabilidad de sufrir problemas cardiacos en comparación a los que no lo están. Por lo tanto, estas personas son más susceptibles a presentar problemas como la hipertensión.

La respuesta del estrés empieza en el sistema nervioso simpático donde este va a activar la respuesta de lucha o huida, básicamente preparando al cuerpo para reaccionar a situaciones de peligro, sin embargo, si este tipo de situaciones persisten pueden dar lugar al estrés crónico. Canda et al., (2023) menciona que el efecto del estrés crónico puede conducir a un aumento en las progresiones de las enfermedades cardiovasculares, ejemplo de esto es la aterosclerosis debido a la alta frecuencia cardiaca y presión arterial.

Lo anterior se evidencia también debido a que durante el estrés se libera la hormona llamada cortisol, esta hormona hace que la frecuencia cardíaca aumente, provocando que los vasos sanguíneos sobrecarguen su función.

El estrés suele estar ligado a afectar los hábitos de las personas, por ende tienden a adoptar comportamientos o actitudes que aumenten los factores de riesgo de las enfermedades

cardiovasculares. Una persona bajo estrés es más probable que adopte una mala alimentación, sedentarismo, consumo de tabaco y problemas para conciliar el sueño.

Las variables anteriormente estudiadas muestran gran relación al concepto de “Salud” del Modelo de enfermería Sor Callista Roy: modelo de adaptación. Este concepto concibe asociar a la salud y la enfermedad, ya que la salud no significa ausencia de enfermedad, si no disposición de enfrentarse de manera eficaz a las mismas (Raile,2022). Por ende, la salud es más un estado de adaptación efectiva ante todos los cambios del entorno.

La salud en el contexto de las enfermedades cardiovasculares lo que da a entender es que las personas deben tener la capacidad de tener un equilibrio fisiológico y psicológico de sus vidas, para que con los mecanismos de adaptación brindados por profesionales de enfermería se logre promover y reducir los riesgos de estas enfermedades.

Los resultados destacan que el personal de enfermería desempeña función fundamental en la educación de los pacientes, por ende esta labor educativa y de prevención no solo busca mejorar la calidad de vida, si no bajar las tasas de incidencia de enfermedades de la población adulta. Las intervenciones que realiza el personal basadas en la modificación de conductas y hábitos demuestran ser un enfoque eficaz en la prevención de múltiples enfermedades cardiovasculares.

CAPITULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 CONCLUSIONES

El rol del profesional de enfermería y el estilo de vida están muy relacionados, ya que la calidad de vida que poseen los pacientes está sujeto a la atención y al cuidado que estos profesionales les brindan. Por ende, los profesionales juegan un papel muy importante entre la salud y el estilo de vida de las personas, debido a que actúan como guía en la adopción de hábitos saludables para mejorar el bienestar general.

La presente revisión sistemática demuestra que dentro de los aspectos sociodemográficos, la muestra consiste en individuos con un rango de edad de 22 a 72 años, siendo el género femenino el predominante, originarios en su mayoría de Colombia y con un total de población entre los artículos de 478 individuos.

Las intervenciones brindadas por el profesional de enfermería son una herramienta eficaz en la mejora de la salud de las personas. La investigación evidencia que las sesiones educativas presenciales son la estrategia más utilizada por los profesionales y la más efectiva, sin embargo, la entrega de folletos informativos y seguimiento a través de medios digitales también son de gran provecho.

El estilo de vida es un punto clave en la salud e la población en general, por ende adoptar nuevos hábitos saludables contribuyen a un estado de salud óptimo. La investigación evidencia que los individuos poseen malos hábitos en cuanto actividad física, consumo de dieta balanceada e higiene del sueño. Estos resultados pueden ser de gran ayuda para el personal de enfermería, ya que brindan un panorama claro de la situación de la población y así busquen implementar estrategias enfocadas en cada necesidad.

6.2 RECOMENDACIONES

A futuros investigadores

- a. Ampliar la diversidad geográfica, es de suma importancia que se incluyan estudios que abarquen mayor variedad de lugares de Iberoamérica debido a que los factores cardiovasculares y el estilo de vida varían según factores sociodemográficos.
- b. Aplicar la investigación longitudinal, es relevante seguir a los participantes de un estudio a lo largo de un tiempo para así poder evaluar mejor el impacto de las intervenciones.
- c. Utilizar metodologías mixtas, ya que esto puede permitir explorar profundamente resultados clínicos y percepciones de los individuos y profesionales sobre la prevención de enfermedades cardiovasculares.

A profesionales de enfermería

- a. Actualizar continuamente sus conocimientos en nuevas guías de prevención cardiovascular, nuevas investigaciones y factores que se asocian a las enfermedades cardiovasculares, para así brindar una atención de calidad.
- b. Brindar una atención integral de calidad a todos los pacientes, sin dejar de lado ninguna necesidad, al igual que no solo tratar lo clínico si no también intervenir en los factores de riesgo modificables.
- c. Implementar técnicas y estrategias novedosas, utilizando el desarrollo tecnológico como una herramienta positiva para captar la atención y el interés de la población.
- d. Ser educadores potenciales, ya que la educación es uno de los pilares primordiales en la gestión del autocuidado en la salud.
- e. Trabajar de la mano con todo el equipo multidisciplinario, esto con el fin obtener resultados positivos en cada intervención.

A la población de estudio

- a. Controlar de manera regular su salud, realizándose chequeos de manera periódica para así poder detectar cambios y poder actuar de forma temprana.
- b. Participar de manera activa en la prevención de enfermedades, asistir a programas que el centro de salud ofrezca, recibir talleres, asistir a capacitaciones con el fin de obtener más información sobre cómo cuidar la salud.
- c. Adoptar hábitos saludables, como el consumo de dieta balanceada y la realización regular de actividad física, esto con el fin de mejorar la salud cardiovascular.
- d. Obtener compromiso con el autocuidado, mantener cambios saludables con el fin de tener una mejor calidad de vida y reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares graves.

BIBLIOGRAFÍA

- Acosta-Tapia, G., Urbano-Cano, A. L., Álvarez-Rosero, R. E., Mosquera-Chamorro, H. J., & Muñoz-Ordoñez, W. G. (2023). Enfermedad arterial periférica en población trabajadora: Factores de riesgo y estilo de vida. *Salud UIS*, 55(1).
<https://doi.org/10.18273/saluduis.55.e:23049>
- Aguirre Chávez, J. F., Franco Gallegos, L. I., Robles Hernández, G. S. I., & Montes Mata, K. (2023). Relación entre la actividad física y la calidad de vida relacionada con la salud en personas con enfermedades cardiovasculares (Relationship between physical activity and health-related quality of life in people with cardiovascular diseases). *Retos*, 50, 1035-1043. <https://doi.org/10.47197/retos.v50.98238>
- Alban, G. P. G., Arguello, A. E. V., & Molina, N. E. C. (2020). *Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción)*. 4.
- Arco-Canoles, O. del C. D., Suarez-Calle, Z. K., Arco-Canoles, O. del C. D., & Suarez-Calle, Z. K. (2018). Rol de los profesionales de enfermería en el sistema de salud colombiano. *Universidad y Salud*, 20(2), 171-182.
<https://doi.org/10.22267/rus.182002.121>
- Argüello Gutiérrez, Y., Castro Jiménez, L. E., Rodríguez Rojas, Y. L., Argüello Gutiérrez, Y., Castro Jiménez, L. E., & Rodríguez Rojas, Y. L. (2017). Conceptualización y aspectos políticos de la atención primaria en salud: Mirada desde los actores sociales. *Revista Costarricense de Salud Pública*, 26(1), 86-96.

- Arias-Gómez, J., Villasís-Keever, M. Á., & Miranda-Novales, M. G. (2016). El protocolo de investigación III: La población de estudio. *Revista Alergia México*, 63(2), 201-206. <https://doi.org/10.29262/ram.v63i2.181>
- Bahamonde, N., Cremer, M. C., Mut, P. N., Lozano, E., Bahamonde, N., Cremer, M. C., Mut, P. N., & Lozano, E. (2020). El desarrollo de una línea disciplinar para la enseñanza del modelo de presión arterial en la formación del profesorado en biología. *Tecné, Episteme y Didaxis: TED*, 47, 143-159. <https://doi.org/10.17227/ted.num47-7920>
- Barboza Palomino, E. E. (2020). Prevalencia de factores de riesgo para enfermedades crónicas no transmisibles en Perú. *Revista Cuidarte*, 11(2). <https://doi.org/10.15649/cuidarte.1066>
- Bauce, G. J., Córdova, M. A., & Avila, A. V. (s. f.). *Operacionalización de variables*.
- Benítez Arrieta, M. M., Sandoval Espinoza, V. I., & Mendoza Rodríguez, F. F. (2022). Análisis comparativo entre guías de prevención de enfermedad cardiovascular en la práctica clínica, europea, americana y de costa rica entre los años 2016 y 2019. *Revista Medica Sinergia*, 7(7), e868. <https://doi.org/10.31434/rms.v7i7.868>
- Cadena Estrada, J. C., & González Ortega, Y. (2017). El cuidado de enfermería en pacientes con riesgo cardiovascular sustentado en la teoría de Nola J Pender. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo*, 19(1), 107. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.ie19-1.ecep>
- Canda, P., Cárdenas, A., Hurtado, D. R., Viñas, M. C., Patiño, M., Mendoza, R. G., Arbo, G., & Schejtman, A. (s. f.). *ESTRÉS Y ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR*.
- Castro-Bolívar, J. F., Castro-Vega, O., Castro-Bolívar, J. F., & Castro-Vega, O. (2022). Factores de riesgo cardiovasculares y su prevalencia en pacientes de 18 a 66 años

- hospitalizados en una clínica de tercer nivel de Barranquilla. *Revista de la OFIL*, 32(2), 129-136. <https://doi.org/10.4321/s1699-714x2022000200004>
- Cares P, J., Cid U, M. J., Delgado S, G., García L, C., & Luengo M, C. (2021). Estrés laboral y percepción de síntomas de enfermedad cardiovascular en trabajadores de la Región del Ñuble, Chile. *Revista de la Asociación Española de Especialistas en Medicina del Trabajo*, 30(4), 407–417. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S3020-11602021000400407
- Chasillacta, F. B., & Nuñez, F. R. (2022). Role of nursing personnel in primary health care. *Salud, Ciencia y Tecnología*, 2, 82. <https://doi.org/10.56294/saludcyt202282>
- Cruz Hidalgo, P., Carrasco, Á., Meneses Ortega, R., Valle Córdova, M., Urdiales Arcos, V., Sinchi Chuqui, C., Morales Carrasco, A., & García Alcívar, F. (2022). *Nuevas estrategias en la prevención primaria de la enfermedad cardiovascular*. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.6437566>
- Espinoza Ortiz, A. A., Pernas Álvarez, I. A., González Maldonado, R. de L., Espinoza Ortiz, A. A., Pernas Álvarez, I. A., & González Maldonado, R. de L. (2018). Consideraciones teórico metodológicas y prácticas acerca del estrés. *Humanidades Médicas*, 18(3), 697-717.
- Esquivel Garzón, N., Díaz Heredia, L. P., & Cañon Montañez, W. (2019). Intervenciones adaptadas en personas con enfermedad cardiovascular: Hacia un abordaje de enfermería para el cuidado individualizado. *Revista Cuidarte*, 10(3). <https://doi.org/10.15649/cuidarte.v10i3.947>

- García, M. (2018). Factores de riesgo cardiovascular desde la perspectiva de sexo y género. *Revista Colombiana de Cardiología*, 25, 8-12.
<https://doi.org/10.1016/j.rccar.2017.11.021>
- Guerrero Alcedo, J. M., Sánchez Angulo, J. G., & López Guerra, V. M. (2020). Efecto de los factores protectores sobre los estilos de vida saludable en pacientes con riesgo cardiovascular: Un análisis de ruta. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 38(1).
<https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.6233>
- Hernández, D. R. D. (2021). *INTERVENCIÓN EDUCATIVA EN LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES EN COMUNIDADES URBANAS*.
- Hernández-Díaz, J., Paredes-Carbonell, J. J., & Marín Torrens, R. (2014). Cómo diseñar talleres para promover la salud en grupos comunitarios. *Atencion Primaria*, 46(1), 40-47. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2013.07.006>
- Hernández Sampieri, R., Mendoza Torres, C. P.(2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill. <https://www-ebooks7-24-com-uh.knimbus.com:443/?il=6443>
- Kaminsky, L. A., German, C., Imboden, M., Ozemek, C., Peterman, J. E., & Brubaker, P. H. (2022). The importance of healthy lifestyle behaviors in the prevention of cardiovascular disease. *Progress in Cardiovascular Diseases*, 70, 8-15.
<https://doi.org/10.1016/j.pcad.2021.12.001>
- Lucumí, D. I., Mentz, G., González, C., Valenzuela, L., Veira, M., & Tello, K. (2023). Cardiovascular disease prevention capacity in Colombian local health departments. *Global Public Health*, 18(1), 2267632.
<https://doi.org/10.1080/17441692.2023.2267632>

- Martínez Sánchez, L. M., Hernández-Sarmiento, J. M., Jaramillo-Jaramillo, L. I., Villegas-Alzate, J. D., Álvarez-Hernández, L. F., Roldan-Tabares, M. D., Ruiz-Mejía, C., Calle-Estrada, M. C., & Ospina-Jiménez, M. C. (2020). La educación en salud como una importante estrategia de promoción y prevención: Health education as an important promotion and prevention strategy. *Archivos de Medicina (Manizales)*, 20(2), 490-504. <https://doi.org/10.30554/archmed.20.2.3487.2020>
- Moreno, B., Muñoz, M., Cuellar, J., Domancic, S., Villanueva, J., Moreno, B., Muñoz, M., Cuellar, J., Domancic, S., & Villanueva, J. (2018). Systematic Reviews: Definition and basic notions. *Revista clínica de periodoncia, implantología y rehabilitación oral*, 11(3), 184-186. <https://doi.org/10.4067/S0719-01072018000300184>
- Navia Bueno, M. del P. (2021). Medicina basada en evidencia apreciación crítica de la literatura médica parte I. *Cuadernos Hospital de Clínicas*, 62(2), 87-89.
- OMS. (2021). *Enfermedades cardiovasculares*. Who.int. [https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-\(cvds\)](https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-(cvds))
- OPS. (s/f). *Evaluación de riesgo*. Paho.org. <https://www.paho.org/es/deteccion-verificacion-evaluacion-riesgos-dve/evaluacion-riesgo>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Alonso-Fernández, S. (2021). Declaración PRISMA 2020: Una guía actualizada para la publicación de revisiones sistemáticas. *Revista Española de Cardiología*, 74(9), 790-799. <https://doi.org/10.1016/j.recesp.2021.06.016>

- Pérez, E. T. G., Foyo, A. L. M., López, E., Sierra, Y. G., & Vergel, E. C. (2020). *Factores de riesgo determinantes de la prevalencia de la enfermedad cardiovascular en adultos*. 14(4).
- Quiroa, L. (2021, diciembre 15). Estrategias de búsqueda de información utilizando buscadores de Internet [Billet]. *Amontonamos las palabras: Blog de la Biblioteca de El Colegio de México*. <https://doi.org/10.58079/lwfh>
- Raile Alligood, M. (2022). *Modelos Y Teorías En Enfermería* (10a ed.). Elsevier.
- Riaño-Garzón, M., Bermúdez, V., Escudero-Cabarcas, J., & Benavides, R. E. O. (2022). *Categorización de los Hábitos desde un modelo dual: Contribuciones a la salud cardiovascular*. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.7415178>
- Rojas-Caballero, J. A., Romero Massa, E., & Cogollo-Milanés, Z. (2023). Impact of Educational Interventions to Foster Health in Patients Undergoing Cardiac Rehabilitation: A Systematic Review. *Aquichan*, 23(3), 1-22. <https://doi.org/10.5294/aqui.2023.23.3.3>
- Saavedra Espinosa, J. N., Rodríguez Malagón, M. Y., Londoño Granados, S. P., Alméziga Clavijo, O. S., Garzón Herrera, M. C., & Díaz-Heredia, L. P. (2021). Barriers and Facilitators that Influence on Adopting Healthy Lifestyles in People with Cardiovascular Disease. *Investigación y Educación En Enfermería*, 39(3). <https://doi.org/10.17533/udea.iee.v39n3e04>
- Santamaria Loza, Pérez Miranda, P. J., Altamirano Castillo, J. C., Altamirano Castillo, W. E. A., Díaz Alarcón, M. F., EngelArrieta, K. P., Silva Jara, W. R., Carvajal Flores, E. R., Pineda Narváez, R. S., & Acosta Bonilla, M. C. (2022). *Importancia del cuidado*

de la calidad del sueño en los pacientes con síndrome metabólico.

<https://doi.org/10.5281/ZENODO.6233051>

Viola, L., Noel Marchiori, G., & Defagó, M. D. (2020). De nutrientes a patrones alimentarios: Cambio de paradigma en el abordaje nutricional de las enfermedades cardiovasculares. *Perspectivas en Nutrición Humana*, 22(1), 101-111.

<https://doi.org/10.17533/udea.penh.v22n1a08>

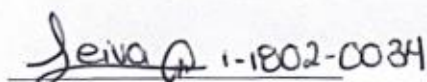
Zolaque, A. P. G., Bedoya, M. R., & Castaño, J. H. O. (s. f.). Instrumentos de valoración en enfermería cardiovascular. *Revista Cubana de Enfermería*.

ANEXOS

Anexo N° 1- DECLARACIÓN JURADA

DECLARACIÓN JURADA

Yo **Ashley Daniela Leiva Meza**, cédula de identidad **11802-0034**, en condición de egresado de la carrera de Enfermería de la Universidad Hispanoamericana, y advertido de las penas con las que la ley castiga el falso testimonio y perjurio, declaro bajo la fe del juramento que dejo rendido en este acto, que mi trabajo de graduación, para optar por el título de Licenciatura titulado **“Rol del profesional de enfermería en la prevención de enfermedades cardiovasculares relacionado al estilo de vida en adultos. Revisión sistemática en países Iberoamericanos, 2018-2023.”** Es una obra original y para su realización he respetado todo lo preceptuado por las Leyes Penales, así como la Ley de Derechos de Autor y Derechos de Conexos, número 6683 del 14 de octubre de 1982 y sus reformas, publicada en la Gaceta número 226 del 25 de noviembre de 1982; especialmente el numeral 70 de dicha ley en el que se establece: “Es permitido citar a un autor, transcribiendo los pasajes pertinentes siempre que éstos no sean tantos y seguidos, que puedan considerarse como una producción simulada y sustancial, que redunde en perjuicio del autor de la obra original”. Asimismo, que conozco y acepto que la universidad se reserva el derecho de protocolizar este documento ante Notario Público. Firmo, en fe de lo anterior, en la ciudad de San José, Aranjuez, el viernes 06 de diciembre del año 2024.

 1-1802-0034

Ashley Daniela Leiva Meza

Anexo N° 2- CARTA DE APROBACION DEL TUTOR

CARTA DEL TUTOR

San José, 6 diciembre 2024

Vanessa Aguilar Zeledón MSc.
Carrera Enfermería
Universidad Hispanoamericana

Estimada señora:

El estudiante ASHLEY DANIELA LEIVA MEZA, cédula de identidad número 118020034, me ha presentado, para efectos de revisión y aprobación, el trabajo de investigación ROL DEL PROFESIONAL DE ENFERMERÍA EN LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES RELACIONADO AL ESTILO DE VIDA EN ADULTOS. REVISIÓN SISTEMÁTICA EN PAÍSES IBEROAMERICANOS, 2018-2023, el cual ha elaborado para optar por el grado académico de Licenciatura en Enfermería.

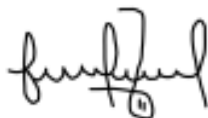
En mi calidad de tutora, he verificado que se han hecho correcciones indicadas durante el proceso de tutoría y he evaluado los aspectos relativos a la elaboración del problema, objetivos, justificación, antecedentes, marco teórico, marco metodológico, tabulación, análisis de datos; conclusiones y recomendaciones.

De los resultados obtenidos la postulante obtiene la siguiente calificación:

a)	ORIGINAL DEL TEMA	10%	10
b)	CUMPLIMIENTO DE ENTREGA DE AVANCES	20%	20
c)	COHERENCIA ENTRE LOS OBJETIVOS, LOS INSTRUMENTOS APLICADOS Y LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACION	30%	30
d)	RELEVANCIA DE LAS CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	20%	20
e)	CALIDAD, DETALLE DEL MARCO TEORICO	20%	20
	TOTAL	100%	100

En virtud de la calificación obtenida, se avala el traslado al proceso de lectura.

Atentamente,



M.Ed. Pilar Acosta Rojas
206500038

ANEXO N°3- INFORME DE SIMILITUDES TURNITIN

Ashley Daniela Leiva Meza

TESIS ASHLEY

 Quick Submit

 Quick Submit

 Escuela de Enfermería

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::1:3103743432

Fecha de entrega

5 dic 2024, 2:26 p.m. GMT-6

Fecha de descarga

5 dic 2024, 2:41 p.m. GMT-6

Nombre de archivo

Revisi_n_Final.docx

Tamaño de archivo

1.0 MB

83 Páginas

16,042 Palabras

89,681 Caracteres



17% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...




Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado
- ▶ Texto mencionado
- ▶ Trabajos entregados

Exclusiones

- ▶ N.º de coincidencias excluidas

Fuentes principales

- 16%  Fuentes de Internet
- 5%  Publicaciones
- 0%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

ANEXO N°4- CARTA DE APROBACION DEL LECTOR

CARTA DE LA LECTORA

San José, 8 de enero, 2025.

Máster Vanessa Aguilar Zeledón
Directora Carrera Enfermería
Universidad Hispanoamericana

Estimada señora:

La estudiante **ASHLEY DANIELA LEIVA MEZA**, me ha presentado, para efectos de revisión y aprobación, el trabajo de investigación denominado: **“ROL DEL PROFESIONAL DE ENFERMERÍA EN LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES RELACIONADO AL ESTILO DE VIDA EN ADULTOS.REVISIÓN SISTEMÁTICA EN PAÍSES IBEROAMERICANOS, 2018-2023”**, el cual ha elaborado para optar por el grado académico de Licenciatura en Enfermería.

En mi calidad de lectora, he verificado que se han hecho las correcciones indicadas durante el proceso de lectoría y he evaluado los aspectos relativos a la elaboración del problema, objetivos, justificación; antecedentes, marco teórico, marco metodológico, tabulación, análisis de datos; conclusiones y recomendaciones.

Por consiguiente, se avala el avance en el proceso.

Atentamente,

MARIA MARCELA CASTRO
MENDEZ (FIRMA)
MENDEZ (FIRMA)

Firmado digitalmente por
MARIA MARCELA CASTRO
MENDEZ (FIRMA)
Fecha: 2025.01.08
10:28:07 -06'00'

MSc. Marcela Castro Méndez
Cédula identidad 1-1034-0377
Carné Colegio Profesional E-4705

ANEXO N°5- CARTA DE AUTORIZACIÓN DE LOS AUTORES PARA LA CONSULTA, LA REPODRUCCIÓN PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACIONES ELECTRÓNICAS DE LOS TRABAJOS FINALES DE GRADUACIÓN

**UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA
CENTRO DE INFORMACION TECNOLOGICO (CENIT)
CARTA DE AUTORIZACIÓN DE LOS AUTORES PARA LA CONSULTA, LA REPRODUCCION PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DE LOS TRABAJOS FINALES DE GRADUACION**

San José, 09 enero 2025

Señores:
Universidad Hispanoamericana
Centro de Información Tecnológico (CENIT)

Estimados Señores:

El suscrito (a) **Ashley Daniela Leiva Meza** con número de identificación **1-1802-0034** autor (a) del trabajo de graduación titulado **“ROL DEL PROFESIONAL DE ENFERMERÍA EN LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES RELACIONADO AL ESTILO DE VIDA EN ADULTOS.REVISIÓN SISTEMÁTICA EN PAÍSES IBEROAMERICANOS, 2018-2023 ”** presentado y aprobado en el año 2024 como requisito para optar por el título de **Licenciatura en Enfermería**; **SI** autorizo al Centro de Información Tecnológico (CENIT) para que con fines académicos, muestre a la comunidad universitaria la producción intelectual contenida en este documento.

De conformidad con lo establecido en la Ley sobre Derechos de Autor y Derechos Conexos N° 6683, Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica.

Cordialmente,



Ashley Daniela Leiva Meza 1-1802-0034
Firma y Documento de Identidad

**ANEXO 1 (Versión en línea dentro del Repositorio)
LICENCIA Y AUTORIZACIÓN DE LOS AUTORES PARA PUBLICAR Y
PERMITIR LA CONSULTA Y USO**

Parte 1. Términos de la licencia general para publicación de obras en el repositorio institucional

Como titular del derecho de autor, confiero al Centro de Información Tecnológico (CENIT) una licencia no exclusiva, limitada y gratuita sobre la obra que se integrará en el Repositorio Institucional, que se ajusta a las siguientes características:

- a) Estará vigente a partir de la fecha de inclusión en el repositorio, el autor podrá dar por terminada la licencia solicitándolo a la Universidad por escrito.
- b) Autoriza al Centro de Información Tecnológico (CENIT) a publicar la obra en digital, los usuarios puedan consultar el contenido de su Trabajo Final de Graduación en la página Web de la Biblioteca Digital de la Universidad Hispanoamericana
- c) Los autores aceptan que la autorización se hace a título gratuito, por lo tanto, renuncian a recibir beneficio alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente licencia y de la licencia de uso con que se publica.
- d) Los autores manifiestan que se trata de una obra original sobre la que tienen los derechos que autorizan y que son ellos quienes asumen total responsabilidad por el contenido de su obra ante el Centro de Información Tecnológico (CENIT) y ante terceros. En todo caso el Centro de Información Tecnológico (CENIT) se compromete a indicar siempre la autoría incluyendo el nombre del autor y la fecha de publicación.
- e) Autorizo al Centro de Información Tecnológica (CENIT) para incluir la obra en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.
- f) Acepto que el Centro de Información Tecnológico (CENIT) pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.
- g) Autorizo que la obra sea puesta a disposición de la comunidad universitaria en los términos autorizados en los literales anteriores bajo los límites definidos por la universidad en las "Condiciones de uso de estricto cumplimiento" de los recursos publicados en Repositorio Institucional.

SI EL DOCUMENTO SE BASA EN UN TRABAJO QUE HA SIDO PATROCINADO O APOYADO POR UNA AGENCIA O UNA ORGANIZACIÓN, CON EXCEPCIÓN DEL CENTRO DE INFORMACIÓN TECNOLÓGICO (CENIT), EL AUTOR GARANTIZA QUE SE HA CUMPLIDO CON LOS DERECHOS Y OBLIGACIONES REQUERIDOS POR EL RESPECTIVO CONTRATO O ACUERDO.

ANEXO N°6 AGRADECIMIENTOS Y DEDICATORIA

Dedicatoria

Primeramente, quiero agradecer a Dios por darme la oportunidad de llegar hasta aquí, por darme la fuerza y valentía para superar cada obstáculo, por darme sabiduría y llenarme de bendiciones. Le doy gracias por su compañía durante todo este proceso.

A mi familia, doy gracias infinitas por su apoyo y por creer en mí, a mi mamá principalmente por ser mi pilar y mi inspiración para salir adelante, gracias por enseñarme a luchar por mis sueños, por convertirme en la persona que soy hoy en día, por sus consejos, por su amor incondicional, gracias mami. A mi papá por creer en mí y apoyarme durante todos estos años, por brindarme un granito de arena siempre, sin importar las circunstancias. A mi padrastro por estar desde pequeña y ayudarme también a que este proceso se diera. A mi hermana Samy que llegó a darme compañía y a motivarme a ser mejor cada día, para que vea en mi un ejemplo, gracias por ser mi motor desde el día uno que llegaste. A mis abuelos Olga y Guillermo por brindarme su amor y apoyo, por confiar en mi conocimiento y tenerme siempre en sus oraciones, son un pilar importante en mi vida.

Agradezco también a mis tías, tíos y primos por estar presentes en este proceso y que de alguna u otra manera ayudaron a que se cumpliera.

Además quiero expresar mi gratitud a mi Joe, mil gracias por ser mi soporte las muchísimas veces que lo necesité, por creer en mí, por siempre hacerme ver lo capaz que soy, por todo el amor que me da, por su compañía y por escucharme siempre que lo necesito. A la familia Ríos Ureña también mil gracias por el apoyo que me han brindado todos estos años.

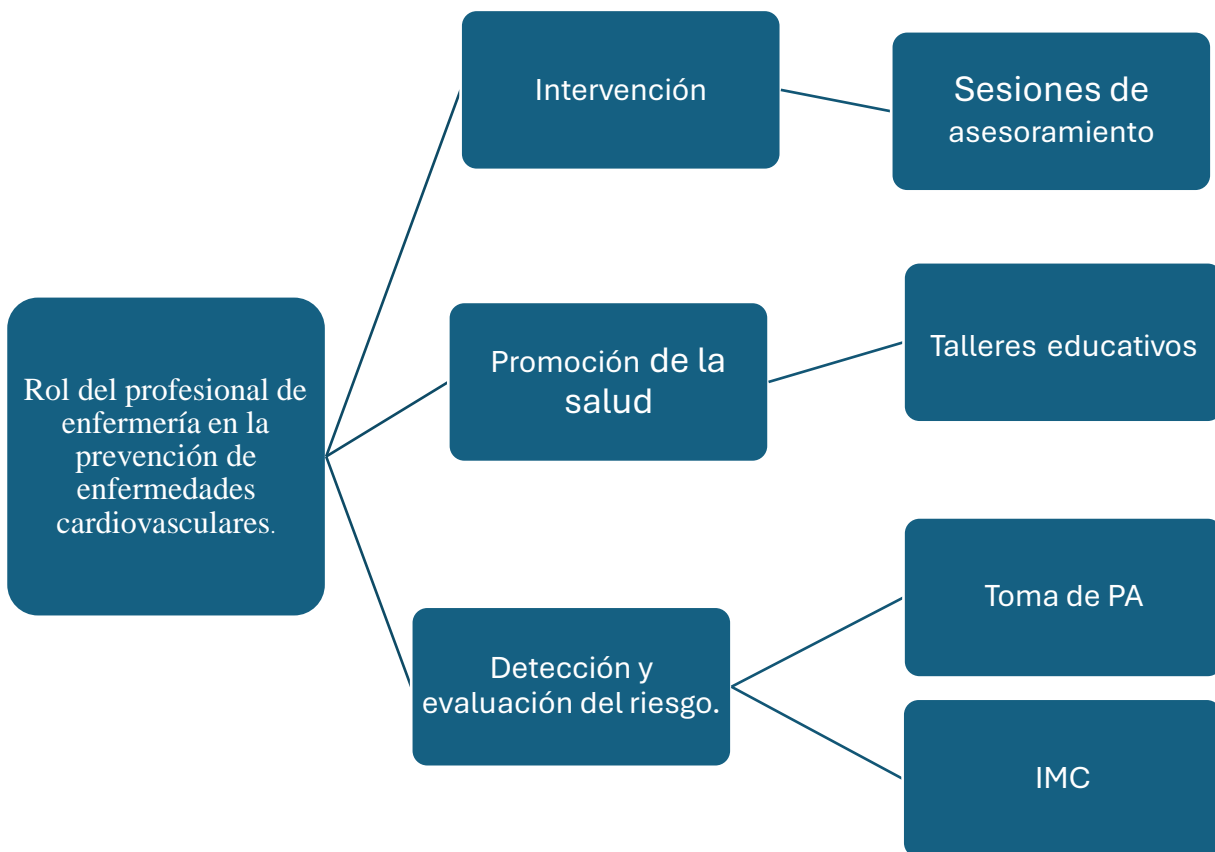
La culminación de mi carrera no es un logro solo mío, sino que es de cada una de las personas que mencioné. Agradezco sinceramente su constante apoyo y presencia en mi vida.

Agradecimiento

Quiero agradecer a mis profesores, por toda su dedicación y compromiso durante mi carrera, su conocimiento y enseñanza han sido fundamentales para mi desarrollo académico.

Por otra parte, también quiero agradecer a mi tutora MSC. Pilar Acosta por su dedicación, disposición y paciencia durante este proceso. Su apoyo y orientación ha sido fundamental para completar de manera exitosa este proyecto de tesis.

ANEXO 7 CATEGORIZACIÓN DE LAS VARIABLES



ANEXO 8 CATEGORIZACIÓN DE LAS VARIABLES



ANEXO 9 APLICACIÓN DEL PLAN PILOTO

Título del artículo: El cuidado de enfermería en pacientes con riesgo cardiovascular sustentado en la teoría de Nola J. Pender		
Autor (es): Cadena., González, Y.		
Criterios para la inclusión en la investigación	✓	X
Artículos relacionados con el rol de enfermería en la prevención de enfermedades cardiovasculares		X
Artículos que pertenezcan a países iberoamericanos	✓	
Artículos que incluya población adulta	✓	
Artículos sobre estilos de vida y las enfermedades cardiovasculares	✓	
Artículos de texto completo	✓	
El artículo " El cuidado de enfermería en pacientes con riesgo cardiovascular sustentado en la teoría de Nola J. Pender " sometido al plan piloto cumple con 4/5 de las características requeridas para su inclusión por lo que es de gran relevancia la participación de este en la investigación.		

Fuente: elaboración propia, 2024.

ANEXO 10 APLICACIÓN DEL PLAN PILOTO

Título del artículo: Factores de riesgo determinantes de la prevalencia de la enfermedad cardiovascular en adultos		
Autor (es): Gutiérrez, E., Meneses, A., et al		
Criterios para la inclusión en la investigación	✓	X
Artículos relacionados con el rol de enfermería en la prevención de enfermedades cardiovasculares		X
Artículos que pertenezcan a países iberoamericanos	✓	
Artículos que incluya población adulta	✓	
Artículos sobre la calidad de vida y las enfermedades cardiovasculares		X
Artículos de texto completo	✓	
El artículo " Factores de riesgo determinantes de la prevalencia de la enfermedad cardiovascular en adultos " sometido al plan piloto cuenta con 3/5 características lo cual lo hace elegible para la investigación.		

Fuente: elaboración propia, 2024.

ANEXO 11 APLICACIÓN DEL PLAN PILOTO

Título del artículo: Efecto de los factores protectores sobre los estilos de vida saludable en pacientes con riesgo cardiovascular: un análisis de ruta		
Autor (es): Guerrero, J., Sánchez, J., López, J.		
Criterios para la inclusión en la investigación	✓	X
Artículos relacionados con el rol de enfermería en la prevención de enfermedades cardiovasculares		X
Artículos que pertenezcan a países iberoamericanos	✓	
Artículos que incluya población adulta	✓	
Artículos sobre la calidad de vida y las enfermedades cardiovasculares	✓	
Artículos de texto completo	✓	
El plan piloto utilizado en el presente artículo muestra la existencia de 4/5 características para su utilización en la investigación; por lo que si se incluye dentro de la misma.		

Fuente: elaboración propia, 2024

ANEXO 12 LECTURA CRÍTICA

Referencia: Karla Pamela Moriel Galarza, Edna Judith Nava González, 2023 (Revisiones Sistemáticas) Tema: Rol de los profesionales de enfermería en prevención [Exportar a rtf](#)

CITA ABREVIADA	ESTUDIO	PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	MÉTODO	RESULTADOS	CONCLUSIONES	CALIDAD DEL ESTUDIO
(Moriel-Galarza & Nava-González, 2023)	<p>Diseño: Revisión de literatura</p> <p>Objetivos: Describir el rol de los profesionales de enfermería en intervenciones de prevención primaria de las enfermedades cardiovasculares en población adulta.</p> <p>Localización y periodo de realización: Mexico</p>	<p>Población: Sí</p> <p>Intervención: Sí</p> <p>Comparación: No</p> <p>Resultados analizados: Sí</p>	<p>Tipo de estudios incluidos: Investigación primaria, ensayos clínicos, ensayo controlado aleatorizado (ECA), intervenciones dirigidas por profesionales de enfermería</p> <p>Método evaluación calidad Con una matriz de datos para la extracción y evaluación de los estudios que facilitó la lectura crítica de las publicaciones y la visualización de los datos la cual incluía: título, autores, país, muestra, objetivo, metodología, variables, población, duración, descripción de la intervención, tipo de prevención (primaria, secundaria y terciaria), resultados, conclusiones y seguimiento.</p>	<p>Nº estudios incluidos: 64 artículos</p> <p>Resultados: Los estudios analizados sugieren que las intervenciones basadas en la modificación del estilo de vida, fueron más efectivas y sostenibles en el primer nivel de atención, porque abordaron de manera simultánea la medición de parámetros clínicos, bioquímicos, antropométricos y conductuales, mediante sesiones de actividad física, educativas, de seguimiento farmacológico, nutricional y atención conductual, debido a que se le proporcionó al paciente conocimiento e información para poder adoptar un estilo de vida saludable.</p>	<p>Es necesario que los profesionales de enfermería realicen intervenciones con un buen nivel de evidencia, que permitan evaluar la efectividad, generando nuevo conocimiento y promoviendo un avance profesional mediante el uso de teorías y modelos de enfermería que hagan una aportación disciplinar. Debido al aumento de la morbilidad y mortalidad de las ECV, los desafíos en el cambio de estilo de vida, en la educación, la autoeficacia y el autocuidado, demuestra que proporcionar intervenciones efectivas dirigidas por profesionales de enfermería es fundamental para la práctica clínica debido a que demuestra la mejora en el comportamiento que promueve la salud en las personas con ECV.</p>	ALTA

ANEXO 13 LECTURA CRÍTICA

Referencia: Deleon de Melo,Laércio., de Lima Brandão,Juliana., et al.,2023 (Revisiones Sistemáticas) Tema: INFLUENCES OF SLEEP-WAKE DISORDERS ON CARDIOVASCUL [Exportar a rtf](#)

CITA ABREVIADA	ESTUDIO	PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	MÉTODO	RESULTADOS	CONCLUSIONES	CALIDAD DEL ESTUDIO
(Deleon de Melo,Laércio., de Lima Brandão,Juliana., et al, 2023)	<p>Diseño: Cualitativo, descriptivo</p> <p>Objetivos: Discutir los factores dañinos al sueño y sus influencias sobre la salud cardiovascular en la percepción de hipertensos atendidos por una Unidad Básica de Salud brasileña.</p> <p>Localización y periodo de realización: Brasil,2023</p>	<p>Población: Personas hipertensas mayores de 18 años</p> <p>Intervención: Sí</p> <p>Comparación: No</p> <p>Resultados analizados: Sin información</p>	<p>Tipo de estudios incluidos: Cualitativos</p> <p>Método evaluación calidad: Si</p>	<p>Nº estudios incluidos: 50 participantes</p> <p>Resultados: Como resultados predomina las mujeres mencionando una mala calidad del sueño y uso necesario de fármacos para conseguirlo.</p>	<p>Se concluye que los trastornos del sueño influyen negativamente en la salud cardiovascular y que es necesario recibir cuidados especiales.</p>	MEDIA

ANEXO 14 LECTURA CRÍTICA

Referencia: Juan Francisco Aguirre Chávez, Leticia Irene Franco Gallegos, Guadalupe Simanga Ivett Robles Hernández, Karla Juanita Montes Mata, 2023 (Revisiones Sistemáticas) Tema: Relación entre la actividad física y la calidad de [Exportar a rtf](#)

CITA ABREVIADA	ESTUDIO	PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	MÉTODO	RESULTADOS	CONCLUSIONES	CALIDAD DEL ESTUDIO
(Aguirre Chávez, Franco Gallegos, Ivett Robles Hernández, et al., 2023)	<p>Diseño: revisión de literatura científica</p> <p>Objetivos: Detallar el grado en que la actividad física puede mitigar el riesgo cardiovascular y fortalecer la CVRS en pacientes con ECV.</p> <p>Localización y periodo de realización: Mexico,2023</p>	<p>Población: 60 artículos</p> <p>Intervención: La actividad física</p> <p>Comparación: No</p> <p>Resultados analizados: vacío</p>	<p>Tipo de estudios incluidos: artículos originales, de revisión, comunicaciones personales, cartas al editor, fe de erratas</p> <p>Método evaluación calidad: No</p>	<p>Nº estudios incluidos: Incluyeron únicamente 60 artículos,</p> <p>Resultados: 913 fueron descartados por estar duplicados, quedando solo 774 trabajos. La identificación de estos se hizo de manera automática con la ayuda del gestor bibliográfico Mendeley. De los 538 registros restantes, fueron examinados: el título, el resumen y, con base en los objetivos del estudio, 63 de ellos fueron descartados. Sobre los 127 artículos originales considerados, se efectuó un análisis exhaustivo de su contenido para definir su relevancia en esta revisión sistemática. Al terminar este, se incluyeron únicamente 60 artículos, ya que los 67 restantes no cumplieron con los criterios de inclusión</p>	<p>Resulta evidente que existe un vacío significativo en la investigación y publicación desde Centroamérica, particularmente desde México, en lo referente a la interacción entre la actividad física y las enfermedades cardiovasculares (ECV). La mayoría de los trabajos revisados provienen de países europeos, subrayando la necesidad de una perspectiva más amplia y diversificada en futuras investigaciones. El impacto de la actividad física se extiende más allá del plano físico, afectando diferentes aspectos del entorno individual, desde el estado emocional hasta el rendimiento cognitivo, pudiendo disminuir la ansiedad, la depresión, y el estrés, y mejorando las capacidades intelectuales y cognitivas.</p>	MEDIA

ANEXO 15 LECTURA CRÍTICA

Referencia: Guerrero Alcedo, Jesús Manuel., Sánchez Angulo, Johanna Gabriela., 2020 (Revisiones Sistemáticas) Tema: Efecto de los factores protectores sobre los estil [Exportar a rtf](#)

CITA ABREVIADA	ESTUDIO	PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	MÉTODO	RESULTADOS	CONCLUSIONES	CALIDAD DEL ESTUDIO
(Guerrero Alcedo, Jesús Manuel., Sánchez Angulo, Johanna.2020)	<p>Diseño: estudio de campo, no experimental de tipo correlacional</p> <p>Objetivos: Verificar la influencia de factores individuales como la edad, el sexo, el nivel socioeconómico, y factores protectores como la resiliencia, la autoeficacia generalizada y el apoyo social percibido sobre los estilos de vida saludable, en personas con riesgo cardiovascular</p> <p>Localización y periodo de realización: Colombia</p>	<p>Población: Si</p> <p>Intervención: Si</p> <p>Comparación: Si</p> <p>Resultados analizados: Si</p>	<p>Tipo de estudios incluidos: no experimental de tipo correlacional, con un diseño de corte transversal y causal</p> <p>Método evaluación calidad Análisis de ruta</p>	<p>Nº estudios incluidos: 140 hombres y 150 mujeres</p> <p>Resultados: se observa que los datos se distribuyen de forma uniforme y normal alrededor de la media con la misma cantidad de valores en ambos lados</p>	Se obtuvo que la autoeficacia influye en la resiliencia y se concluye que el estilo de vida es predecible a gran medida por la parte psicológica.	ALTA

ANEXO 16 LECTURA CRÍTICA

Referencia: Pablo Cruz Hidalgo, Ángel Morales Carrasco, Rosa Meneses Ortega, María Valle Córdova, Víctor Urdiales Arcos, Carlos Sinchi Chuqui, Alex Morales Carrasco, Fenix García Alcívar,2022 (Revisiones Sistemáticas) Tema: C categorización de los Hábitos desde un modelo dua [Exportar a rtf](#)

CITA ABREVIADA	ESTUDIO	PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	MÉTODO	RESULTADOS	CONCLUSIONES	CALIDAD DEL ESTUDIO
(Hidalgo et al., 2022)	<p>Diseño: revisión narrativa</p> <p>Objetivos: Busca categorizar los hábitos, identificando sus componentes y su relación con la salud cardiovascular.</p> <p>Localización y periodo de realización: Colombia,2022</p>	<p>Población: No</p> <p>Intervención: Si</p> <p>Comparación: No</p> <p>Resultados analizados: Si</p>	<p>Tipo de estudios incluidos: estudios originales, publicados en inglés y en español</p> <p>Método evaluación calidad Si</p>	<p>Nº estudios incluidos: No</p> <p>Resultados: Si</p>	Desde principios de cuidado de la salud física y mental, se identificaron los hábitos de autocuidado-hetero cuidado como la higiene, el sueño-descanso, la organización-mantenimiento, el consumo-ingesta, apoyo compañía y la precaución.	MEDIA

ANEXO 17 LECTURA CRÍTICA

Referencia: Saavedra Espinosa, Jessica Natalia., Rodríguez Malagón, Martha Yelitza., et al., 2021 (Revisiones Sistemáticas) Tema: Barriers and Facilitators that Influence on Adopti [Exportar a rtf](#)

CITA ABREVIADA	ESTUDIO	PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	MÉTODO	RESULTADOS	CONCLUSIONES	CALIDAD DEL ESTUDIO
(Saavedra Espinosa, Jessica Natalia., Rodríguez Malagón, Martha Yelitza., et al, 2021)	<p>Diseño: Estudio mixto</p> <p>Objetivos: Medir el cambio en el estilo de vida y describir las barreras y los facilitadores percibidos que influyen en la adopción de un estilo de vida saludable en personas con enfermedad cardiovascular.</p> <p>Localización y periodo de realización: Colombia, octubre 2017 - Abril 2018</p>	<p>Población: 28 personas con enfermedades cardiovasculares</p> <p>Intervención: Intervención con método longitudinal</p> <p>Comparación: No</p> <p>Resultados analizados: Sí</p>	<p>Tipo de estudios incluidos: Sin información</p> <p>Método evaluación calidad: mecanismo de triangulación metodológica simultánea.</p>	<p>Nº estudios incluidos: No</p> <p>Resultados: En la fase cuantitativa se mostró un cambio bastante significativo, mientras que en la cualitativa surgieron 13 categorías relacionados a facilitadores y barreras.</p>	Se concluye que el estilo de vida de los que participaron si obtuvo un cambio positivo en unas áreas.	MEDIA

ANEXO 18 LECTURA CRÍTICA

Referencia: Dennys Raúl Dupotey Hernández, 2021 (Ensayos clínicos) Tema: INTERVENCIÓN EDUCATIVA EN LA PREVENCIÓN DE ENFERME [Exportar a rtf](#)

CITA ABREVIADA	ESTUDIO	PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	MÉTODO	RESULTADOS	CONCLUSIONES	CALIDAD DEL ESTUDIO
Dupotey Hernández, D. R. (2021).	<p>Diseño: Diseño experimental (pre-experimento) de tipo descriptivo y longitudinal</p> <p>Objetivos: Elaborar una estrategia de intervención educativa para la prevención de enfermedades cardiovasculares en las comunidades urbanas del departamento de Cundinamarca, en Colombia.</p> <p>Localización y periodo de realización: Cundinamarca en Colombia, febrero 2019 a febrero 2020</p>	<p>Población: 120 pobladores urbanos</p> <p>Intervención: Encuestas</p> <p>Comparación: No</p> <p>Resultados analizados: Sí</p> <p>Tiempo de seguimiento: Febrero 2019 a febrero 2020</p>	<p>Nº participantes/grupo: 120</p> <p>Intervención grupo experimental: Encuesta</p> <p>Intervención grupo control: Sí</p> <p>Método enmascaramiento: Sin información</p> <p>Pérdidas post aleatorización: Sin información</p>	<p>Efectos clínicos beneficiosos: vacío</p> <p>Efectos adversos: No</p>	La búsqueda bibliográfica desarrollada evidencia una diversidad de investigaciones sobre utilización de ejercicios físicos en la prevención de enfermedades cardiovasculares de diferentes países, aspectos que permitió a los autores del presente estudio profundizar en el perfeccionamiento de esta temática.	ALTA