

**Nivel de Autocuidado en Adultos Mayores con Enfermedades Crónicas No
Transmisibles CDV Comuna Cuatro Valledupar-Cesar, Año 2021**

**Universidad Popular del Cesar
Facultad Ciencias de la Salud
Programa de Enfermería**

**Colombia – Valledupar, Cesar
2021-2**

**Nivel de Autocuidado en Adultos Mayores con Enfermedades Crónicas No
Transmisibles CDV Comuna Cuatro Valledupar-Cesar, Año 2021**

Autores

Miguel Enrique Martínez Barbosa

Asesora:

Luz Alba Hurtado Luján

Enfermera

Esp. Sistema de Calidad y Auditoria de Servicios de Salud.

Maestrante en Educación para el Desarrollo Sociocultural

Universidad Popular del Cesar

Facultad Ciencias de la Salud

Programa de Enfermería

Tabla de Contenido

Resumen	8
Abstract.....	9
Introducción.....	10
Título	13
Capítulo I	14
1. Planteamiento del Problema.....	14
1.1. Descripción del Problema.....	14
1.2. Formulación del Problema.....	17
1.3. Justificación.....	18
1.4. Propósito.....	21
1.5. Línea de investigación.....	22
1.6. Objetivos.....	23
1.6.1. Objetivo General	23
1.6.2. Objetivos Específicos.....	23
1.7. Alcance	24
Capitulo II	25
2. Marco referencial:	25
2.1. Antecedentes Investigativos	25
2.2. Marco teórico.....	28
2.3. Marco conceptual	32
2.4. Marco legal.....	35
Capitulo III.....	37
3. Diseño Metodológico	37
3.1. Enfoque Metodológico	37
3.2. Tipo de Investigación.....	37
3.3. Población	38
3.4. Muestra	38
3.5. Unidad de Análisis.....	39
3.6. Criterios de inclusión:.....	39
3.7. Criterios de exclusión:	39
3.8. Variables	39

3.9. Plan de Recolección de la Información.....	40
<i>Técnica de Recolección</i>	40
<i>Fuente Primaria de Información</i>	40
<i>Instrumento</i>	40
3.10. Plan de investigación.....	41
3.11. Plan de Procesamiento de Datos	42
3.12. Plan de Análisis y Difusión de la Información	42
3.13. Aspectos Éticos para El Desarrollo de la Investigación.....	42
Capitulo IV.....	45
4. Resultados y discusión	45
4.1. Características sociodemográficas.....	45
<i>Las prácticas de autocuidado de los Adultos Mayores con Enfermedades Crónicas no Transmisibles, relacionados con sus hábitos nutricionales, actividad física, manejo de emociones, descanso y sueño.</i>	49
<i>Las prácticas de autocuidado que poseen los adultos mayores con enfermedades crónicas no transmisibles respecto al manejo de emociones, hábitos nocivos y la adherencia terapéutica.</i>	55
5. Conclusiones	59
6. Recomendaciones	61
Referencias Bibliográficas.....	62
Anexos.....	69
Anexo.1 Consentimiento informado.....	69
Anexo 2. Operacionalización de las variables	70
Anexo 3. Presupuesto	76
Anexo 4. Cronograma de actividades.....	77
Anexo 5. Instrumento	79
Anexo 6. Glosario.....	82

Lista de tablas

<i>Tabla 1. Características sociodemográficas de los adultos mayores que asisten al programa “Abuelos de Primera” Sede (CDV) de la Comuna Cuatro Valledupar/Cesar.....</i>	<i>45</i>
<i>Tabla 2. Prácticas de autocuidado relacionadas con los hábitos nutricionales.....</i>	<i>49</i>
<i>Tabla 3. Prácticas de autocuidado relacionadas con la actividad física.....</i>	<i>51</i>
<i>Tabla 4 Prácticas de autocuidado relacionadas con el descanso y sueño.....</i>	<i>52</i>
<i>Tabla 5 Prácticas de autocuidado relacionadas con el manejo de emociones, hábitos nocivos y la adherencia terapéutica.....</i>	<i>54</i>

Resumen

El autocuidado en la actualidad es un tema de gran relevancia para el estado de salud de la humanidad, por lo que se ha considerado indagar sobre las prácticas y hábitos de vida saludable en adultos mayores diagnosticados con ECNT, dicha investigación tiene como objetivo determinar Nivel de Autocuidado en Adultos Mayores con Enfermedades Crónicas No Transmisibles CDV Comuna Cuatro Valledupar-Cesar, Año 2021. Todo bajo el propósito de abordar aspectos sociales, culturales, cognitivos, y personales que influyen directamente en las prácticas de autocuidado de la población a estudiar, con el fin de que sirva como soporte para diseñar estrategias de atención de aquellas afectaciones crónicas que permitan ir más allá de solo tratar las patologías, y que con base a ello se pueda brindar un cuidado desde el enfoque de la atención primaria a la población en estudio, detectando y resolviendo los problemas asociados con la enfermedad que padecen teniendo en cuenta sus condiciones y factores personales que influyen en su autocuidado. La actual investigación es un estudio cuantitativo, descriptivo, de corte transversal, con una población conformada por 135 adultos mayores adscritos al programa Abuelos de Primera Sede (CDV) de la Comuna Cuatro de la Ciudad de Valledupar/Cesar, para determinar la muestra se realizó bajo un tipo de muestreo probabilístico aleatorio simple y como resultado de la ecuación fueron seleccionados 96 adultos mayores, a los cuales se les aplicó el instrumento de recolección de información. Como principal discusión y conclusión, la investigación permite determinar que la población requiere intervenciones que sean en pro del de optimizar la calidad vida de cada uno de los adultos mayores, debido al desconocimiento que presentaron sobre las prácticas de autocuidado, existe la necesidad de educar a la población en estudio y familiares sobre la importancia que tienen la adherencia a las conductas saludables y nosotros como personal de la salud tenemos la labor de llevar o aportar a cada uno de ellos información que influya en el cambio de aquellos factores que se ven intervenidos por desconocimiento, factores económicos y sociales.

Palabras claves: Autocuidado, adulto, enfermedad crónica.

Abstract

Self-care is currently a topic of great relevance for the state of health of humanity, for which reason it has been considered to inquire about the practices and habits of healthy living in older adults diagnosed with ECNT, this research aims to determine the level of Self-care in Older Adults with Chronic Noncommunicable Diseases CDV Commune Four Valledupar-Cesar, Year 2021. All with the purpose of addressing social, cultural, cognitive, and personal aspects that directly influence the self-care practices of the population to be studied, with the aim of In order to serve as a support to design care strategies for those chronic conditions that allow going beyond just treating the pathologies, and that based on this, care can be provided from the primary care approach to the population under study, detecting and solving the problems associated with the disease they suffer, taking into account their conditions and personal factors that influence their self-care.. The current investigation is a quantitative, descriptive, cross-sectional study, with a population made up of 135 older adults assigned to the First Headquarters Grandparents (CDV) program of the Fourth Commune of the City of Valledupar / Cesar, to determine the sample, a Under a type of simple random probabilistic sampling and as a result of the equation, 96 older adults were selected, to whom the information collection instrument was applied. As the main discussion and conclusion, the research allows us to determine that the population requires interventions that are in favor of optimizing the quality of life of each of the older adults, due to the ignorance they presented about self-care practices, there is a need to educate the population under study and family members about the importance of adherence to healthy behaviors and we as health personnel have the task of bringing or contributing to each of them information that influences the change of those factors that are intervened by ignorance, economic and social factors.

Keywords: Self-care, adult, chronic illness.

Introducción

Según la Organización Mundial de la Salud, la esperanza de vida de la mayoría de la población se encuentra entre los 60 años o más, lo que quiere decir que personas de la tercera edad sumarán en parte un gran porcentaje de los habitantes del mundo, en ese sentido, se espera que para el año 2050 a nivel mundial este grupo etario llegue a los 2000 millones, es decir, que aumentará 900 millones con respecto a 2015. Sumado a esto, se estima que para 2050 en los países de ingresos bajos y medianos se encontrará el 80% de las personas mayores, en ese sentido, estas naciones se enfrentan a considerables retos que garanticen sistemas de salud competente para enfrentar ese cambio demográfico, ya que el envejecimiento trae una serie de cambios en el cuerpo que traen consigo el surgimiento de afectaciones que suelen aparecer en edades avanzadas y que generalmente son el resultado de múltiples factores subyacentes del estilo de vida de la población geriátrica, traduciéndose en su gran mayoría en Enfermedades Crónicas no transmisibles (OMS, 2021a).

Al inicio de la investigación se puede precisar sobre datos estadísticos que demuestran la incidencia de las ECNT en la tercera edad a nivel local, nacional e internacional y porqué el punto del problema que conlleva la investigación. Durante la recolección de datos se abordó el centro en estudio para conocer dichos entornos en los que habitan y por medio de actividades se logró relacionarse con los adultos mayores, lo cual permitió conocer más allá a cada uno de ellos

Esta investigación pretende conocer el Nivel de Autocuidado en Adultos Mayores con Enfermedades Crónicas no Transmisibles CDV Comuna Cuatro Valledupar-Cesar, Año 2021, y los alcances de este se limitaron únicamente a entregar un diagnóstico de la situación problema en donde se logren detectar las prácticas de autocuidado de la población, de esta manera dicha recopilación podrá ser consultada por las autoridades competentes y personal estudiantil para la realización de campañas educativas que tengan como objetivo brindar conocimiento para mejorar las mismas.

Por lo cual, se ejecutó una investigación de tipo descriptiva, con un enfoque cuantitativo, por medio de la utilización de un cuestionario que fue elaborado por el autor de la investigación, el cual fue validado por el cumplimiento de prueba la piloto que fue

realizada, dando pase para la aplicación de este. Dicha herramienta que será de ayuda para la recolección de datos que serán necesarios para realizar posteriormente nuestra intervención.

En el siguiente trabajo se enmarcó en el área de actuación: práctica de cuidado básico de Enfermería, en la línea de investigación: formación y fomento del autocuidado, dado que, se busca determinar el Nivel de Conocimiento frente el Autocuidado en los Adultos Mayores con ECNT, para lo cual se hará énfasis en las prácticas de autocuidado inherentes a su condición de salud, de este modo, el desarrollo de este estudio se implementó una comunicación asertiva, la cual permitió una adecuada relación investigador-adulto mayor y así se pudo expresar y dar a conocer aquellas conductas, que fueron claves para la investigación.

Cabe mencionar la importancia que conllevó el desarrollo de este estudio, dado que, los resultados arrojados representaran un punto estratégico para realizar actividades en pro de generar conductas que ayuden al mejoramiento de estilos de vidas de los adultos mayores con ECNT, previniendo así posibles complicaciones a futuro y estrategias para la prevención de estas disminuyendo así las cifras de incidencia; siendo para el gobierno.

Finalmente, el estudio se estructuró en cuatro capítulos para mayor aplicabilidad, el primer capítulo está integrado por el planteamiento del problema y descripción del problema, donde reposan aquellas dudas e ideas sujetas a las afectaciones halladas en la población en estudio y que motivaron a realizar dicha investigación; La justificación, argumentando y dando respuestas a los interrogantes, tales como, ¿Cuál es el nivel de autocuidado que tienen los adultos mayores con enfermedades crónicas no transmisibles CDV comuna 4 de Valledupar? El propósito, línea de investigación por la cual se orienta este estudio y objetivos.

El segundo capítulo se puede encontrar el marco referencial compuesto por los antecedentes, en donde se puede encontrar una fructífera reserva de información que fue realizada anteriormente y describe fenómenos de la temática en estudio, el marco conceptual, el marco teórico, el marco legal, luego, en el tercer capítulo está ubicada la metodología que indica detalladamente como fue estructurada la parte didáctica de la investigación, que podrá enfocar al lector sobre el número y la condiciones de las personas que fueron tomadas en cuenta para fortalecer el estudio.

Finalmente, en un cuarto capítulo se ubican los resultados del estudio encontrados en las respuestas brindadas por cada adulto mayor, en el cuestionario y que fueron comparadas con otras investigaciones realizadas en otras regiones e incluso en otros países; Las conclusiones que surgieron como fruto de todo el proceso vivido desde el la plantación de un problema a las respuestas halladas de dicho fenómeno investigado y recomendaciones para el mejoramiento y/o prevención de las ECNT por medio de las prácticas de autocuidados.

Conclusiones

En lo que respecta a identificar las características demográficas y socioeconómicas de los adultos mayores con enfermedades crónicas no transmisibles de la Comuna Cuatro de Valledupar 2021, se determinó la inherencia del género en los hábitos, ocupaciones, enfermedades más propensas a presentarse, así como el acompañamiento en dependencia de su estado civil. Se muestra un alza de personas que no cuentan con el acompañamiento contante para su monitoreo a apoyo en su cuidado integral, dicha factor es desfavorable para los tratamientos y mejorías de los adultos mayores en estudio.

Por otra parte, se ve el cumplimiento de indagar sobre las prácticas de autocuidado de los adultos mayores con ECNT, relacionados con sus hábitos nutricionales, actividad física, descanso y sueño, puesto que el instrumento aplicado permitió arrojar valores concernientes sobre las variables objeto en estudio, así como sus extensiones e indicadores. Respecto a esto, prevalece la necesidad de en futuras investigaciones indagar sobre el deterioro del sueño y su influencia en los hábitos nutricionales y la actividad física de estos mismos.

Y como último, se buscó describir las prácticas de autocuidado que poseen los adultos mayores con ECNT respecto al manejo de emociones, hábitos nocivos y la adherencia terapéutica. Frente a lo antes mencionado, denota la importancia de realizar estudios de casos con población en factores socioeconómicos similares para un estudio de mayor pertinencia al proceso, puesto que el hecho de realizar las encuestas y correlaciones pertinentes no permite estudiar los avances en cuanto a tratamiento y la relevancia del comedor como factor fundamental para el cuidado apropiado de esta población.

En general nos encontramos con una población que necesita de intervenciones que ayuden y que sean en pro del mejoramiento de la calidad de vida, debido a su desconocimiento la necesidad de ser educados sobre la importancia que tiene los hábitos saludables y el autocuidado representa un punto muy importante, en nuestras manos está la labor de llevar o aportar a cada uno de ellos información que influya en el cambio de aquellos factores que se ven intervenidos por desconocimiento, factores económicos y sociales.

Como enfermero la vocación y la labor de ayudar a los que lo necesitan en conjunto de la investigación genera la necesidad de modificar por medio de la intervención hacia la población y las necesidades alteradas halladas en pro del optimizar la calidad de vida de las personas en estudio, como enfermeros tenemos la responsabilidad de llevar a aquellos que desconocen y que se encuentran en un grado de vulnerabilidad como es una edad mayor.

Recomendaciones

Dentro de las recomendaciones para la Universidad, destaca que la educación representa una gran estrategia para la promoción y mantenimiento de la salud que ayuda a la población a la modificación de hábitos y estilos de vida saludable que intervienen en su proceso de calidad de vida, mediante la implementación de talleres educativos sobre las ECNT su definición, causas, síntomas, tratamiento, y prevención. Por otra parte, se ve la necesidad de realizar Promoción de hábitos de vida saludable que incluyan actividad física, alimentación saludable, higiene mental y físico, para crear una cultura que promueva una calidad de vida por medio de talleres educativos.

Asimismo, al programa de enfermería seguir brindando educación a la comunidad sobre hábitos de vida saludable para prevenir a tiempo estas enfermedades y en caso tal un diagnóstico precoz para ayudar a la población a tener una vida con calidad.

En cuanto a los cuidadores y encargados del programa “Abuelos de Primera” Sede (CDV) de la Comuna Cuatro, se recomienda realizar una ampliación de la cobertura del programa, por medio de jornadas de tamizaje, tallaje, peso y toma de signos vitales; que ayuden a la detección temprana de posibles ECNT y así acceder a más adultos mayores que se encuentren en riesgo o con alguna de las patologías dentro de este estudio, para remitirlos y puedan acceder a un seguimiento y tratamiento médico en pro del mejoramiento de su estado de salud. Debe tenerse en cuenta que, para el personal de cuidadores y enfermeros, realizar capacitaciones al personal a cargo de los programas donde se brinde atención a personas de la tercera edad y a familiares de los adultos mayores adscritos al programa para una continua atención y oportuna para la población en estudio.

Referencias Bibliográficas

- Acosta, C., Sposito, P., Esteche, V. T., Sacchi, F., Pomies, L., Pereda, M., Viñas, S., & Soto, E. (2021). *Variabilidad De La Presión Arterial, Hipertensión Arterial Nocturna Y Su Asociación Con Tabaquismo*. *Revista Uruguaya De Medicina Interna*, 6(1).
<https://doi.org/10.26445/06.01.6>
- Agud, L., & Sanchez, N. (2020). Las enfermedades crónicas no transmisibles, artículo monográfico. *Revista Sanitaria de Investigación*. Published.
<https://www.revistasanitariadeinvestigacion.com/las-enfermedades-cronicas-no-transmisibles-articulo-monografico/>
- American Psychological Association (1995). *Ethical conflicts in psychology*. Washington: APsychological Association.
- Bolaños, I., Chaves, A., Gallón, L., Ibañez, M., & López, H. (2019). Enfermedad arterial periférica en miembros inferiores. *Medicina Legal de Costa Rica*, 36(1).
https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152019000100084
- Caballero, M. M., & Herazo, J. G. (2019). *Autocuidado en personas adultas con hipertensión arterial* Montería, 2019. *Repositorio Universidad de Córdoba*.
<https://repositorio.unicordoba.edu.co/handle/ucordoba/2594>
- Calañas-Continente, A. (2005, May 15). *Alimentación saludable basada en la evidencia*. *Endocrinología Y Nutrición*. <https://www.elsevier.es/es-revista-endocrinologia-nutricion-12-articulo-alimentacion-saludable-basada-evidencia-13088200>

Causa de muerte, por enfermedades no transmisibles (% del total) | Data. (2020). Banco Mundial BIRF-AIRF. <https://datos.bancomundial.org/indicador/SH.DTH.NCOM.ZS>

Concejo Municipal de Valledupar. (abril, 25, 2020). Acuerdo 006. *Por Medio del Cual se Aprueba el Plan de Desarrollo "Valledupar En Orden 2020 - 2023, en el Municipio de Valledupar (Cesar)".* <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwib6MOLur7wAhUTMVkFHR4UAAtEQFjAAegQIBBAD&url=http%3A%2F%2Fwww.valledupar-cesar.gov.co%2FMiMunicipio%2FProgramadeGobierno%2FPLAN%2520DE%2520DESARROLLO%2520VALLEDUPAR%2520EN%2520ORDEN%25202020%2520-%25202023.pdf&usg=AOvVaw1lesHoBQFiS3i-PVc5bXH6>

DANE. (2021, enero). *Adulto Mayor en Colombia Características Generales.* <https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/genero/presentacion-caracteristicas-generales-adulto-mayor-en-colombia.pdf>

DANE. (2021, marzo). Estadísticas Vitales (EEVV) Cuarto trimestre 2020pr. https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/poblacion/bt_estadisticasvitales_IVtrim_2020pr.pdf

Díaz-Rentería, M. G., Díaz-Díaz, G. J., Soto-García, A. N., Campa-Aguilera, K. C., Ulloa-Ruvalcaba, N., Medina-González, M. G., Rodríguez-Hernández, J. J., & Sánchez-González, V. J. (2020). *Nivel de automanejo en adultos mayores con enfermedades crónicas no transmisibles. Revista Médico-Científica de la Secretaría de Salud Jalisco, 7(Especial), 31–37.* <https://www.medigraphic.com/pdfs/saljalisco/sj-2020/sje201e.pdf>

Domínguez, A. A., Oudhof van Barneveld, J., González-Arratia, N. I., & Flores, M. M. (2020). *Efecto de un programa de atención primaria de salud en pacientes mexicanos*

con enfermedades crónicas no transmisibles. *Revista de Psicología (PUCP)*, 38(2), 529–552. <https://doi.org/10.18800/psico.202002.007>

Galdames Cruz, S., Jamet Rivera, P., Bonilla Espinoza, A., Quintero Carvajal, F., & Rojas Muñoz, V. (2019). *Creencias sobre salud y prácticas de autocuidado en adultos jóvenes: estudio biográfico de estilos de vida. Hacia la promoción de la salud*, 24(1), 28–43. <https://doi.org/10.17151/hpsal.2019.24.1.4>

GnoDesign. (s. f.). *Enfermedades crónicas No Transmisibles - Comunidad. Rionegro Salud*. Recuperado 11 de junio de 2021, de <https://www.rionegro.gov.ar/index.php?contID=17803>

Gutiérrez, M., & Polanco, C. (2018). *Enfermedad renal crónica en el adulto mayor. Revista Finlay*, 8(1), 1–8. <http://revfinlay.sld.cu/index.php/finlay/article/view/583>

Hernández-Carrillo, M., Quiroz-Mora, C. A., & Betancourt-Pena, J. (2021). *Actividad física, aspectos sociodemográficos, familiares, hábitos saludables y atención en salud de adultos mayores. Universidad y Salud*, 23(3), 263–271. <https://doi.org/10.22267/rus.212303.240>

Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME). (2020). *GBD Compare. IHME Viz Hub*. <https://vizhub.healthdata.org/gbd-compare/#>

Manterola, C., Quiroz, G., Salazar, P., & García, N. (2019). *Metodología de los tipos y diseños de estudio más frecuentemente utilizados en investigación clínica. Revista Médica Clínica Las Condes*, 30(1), 36–49. <https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2018.11.005>

Marmamula, S., Modepalli, S. B., Kumbham, T. R., Challa, R., & Keeffe, J. E. (2021). *Prevalence of disabilities and non-communicable diseases in an elderly population*

in the Telangana state, India: a population-based cross-sectional study. BMJ Open, 11(2), 1–7. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-041755>

Mejía Diez, A. (2019). *Rehabilitación para pacientes postinfarto cerebral utilizando sistemas BCI/FES. Universidad EIA. <https://repository.eia.edu.co/handle/11190/2472>*

Ministerio de Salud y Protección Social. (2020). *Análisis de Situación de Salud con el Modelo de los Determinantes Sociales de Salud. Repositorio Institucional Digital. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/ED/PSP/asis-cesar-2019.zip>*

Naranjo, Y., Concepción, J. A., & Rodríguez, M. (2017). *La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Elizabeth Orem. Gaceta Médica Espirituana, 19(3). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1608-89212017000300009*

Ofelia, T. C. (2003). *El Autocuidado una habilidad para vivir. Hacia Promoc. Salud;(8): 37-49, Nov. 2003. | LILACS. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-479433>*

OPS/OMS. (2017). *OPS/OMS - Diabetes. Organización Mundial de la Salud. https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=category&id=4475&layout=blog&Itemid=40610&lang=es&limitstart=15*

Organización Mundial de Salud. (2021a, 4 octubre). *Envejecimiento y salud. Organización Mundial de la Salud | OMS. <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/envejecimiento-y-salud>*

Organización Mundial de la Salud. (2021b, 13 abril). *Enfermedades no transmisibles. Organización Mundial de la Salud OMSa.* <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>

Organización Mundial de la Salud. (2021c, 31 mayo). *Noncommunicable diseases. Organización Mundial de La Salud OMS/Europa.* <https://www.euro.who.int/en/health-topics/noncommunicable-diseases>

Organización Mundial de la Salud. (2021e, junio 22). *Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC). OMS | OPS.* [https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/chronic-obstructive-pulmonary-disease-\(copd\)](https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/chronic-obstructive-pulmonary-disease-(copd))

Organización Mundial de la salud. (2021f, 13 abril). *Diabetes [Comunicado de prensa].* <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>

Organización Mundial de la Salud. (2021d, 13 abril). *Enfermedades no transmisibles. Organización Mundial de la Salud | OMS.* <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>

Ortega, S., Berrocal, N., Torres, K. A., & Pacheco, K. V. (2019). *Conocimientos sobre la enfermedad y autocuidado de pacientes con Diabetes Mellitus Tipo 2. Avances en Salud*, 3(2), 18–26. <https://doi.org/10.21897/25394622.1848>

Organización Panamericana de la Salud. (s. f.). *Enfermedades no transmisibles. OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud.* <https://www.paho.org/es/temas/enfermedades-no-transmisibles>

- Palmett-Ríos, H. E. (2017). *Estudio transversal sobre estilos de vida saludable y su relación con el colesterol HDL en la población adulta. Revista Colombiana De Cardiología*, 24(5), 523–531. <https://doi.org/10.1016/j.rccar.2017.05.013>
- Sánchez Flores, F. A. (2019). *Fundamentos Epistémicos de la Investigación Cualitativa y Cuantitativa: Consensos y Disensos. Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 101–122. <https://doi.org/10.19083/ridu.2019.644>
- Sarre-Álvarez, D., Cabrera-Jardines, R., Rodríguez-Weber, F., & Díaz-Greene³, E. (2018). *Enfermedad cardiovascular aterosclerótica. Revisión de las escalas de riesgo y edad cardiovascular. Med Int Méx*, 34(6). http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-48662018000600010
- Serra Valdés, M., Serra Ruiz, L., & Viera, M. (2018). *Las enfermedades crónicas no transmisibles: magnitud actual y tendencias futuras. Revista Finlay*, 8(2), 140–148. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2221-24342018000200008&lng=es&tlng=es
- Sistema Integrado de la Información de la Protección Social. (s. f.). *Reportes ASIS Mortalidad Grandes Causas por Sexo y Edad por Departamento: 20 - Cesar. SISPRO*. <http://rssvr2.sispro.gov.co/reportesAsis/>
- Socarras, M & Bolet, M. (2010). *Feeding and nutrition of the population in natural disaster situations*. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-34662010000400012&script=sci_abstract&tlng=en

Soto, G. L., Valdés, J. S., & Paredes, E. S. (2012). *Consideraciones Del Adulto Mayor En UTI. Revista Médica Clínica Las Condes*, 23(1), 58–64.

[https://doi.org/10.1016/s0716-8640\(12\)70274-2](https://doi.org/10.1016/s0716-8640(12)70274-2)

Urrea, J. K. (2018). *Hipertensión arterial en la mujer. Revista Colombiana de Cardiología*, 25, 13–20. <https://doi.org/10.1016/j.rccar.2017.12.003>

Umaña Giraldo, H. J., Jimenez Salazar, S., Buitrago Toro, K., & Echeverry Bolaños, M. (2018). *Semiología y diagnóstico diferencial de la insuficiencia cardíaca crónica. Revista Médica de Risaralda*, 24(1), 48. <https://doi.org/10.22517/25395203.16181>

Vallejo Hernández, R., Rosa González, M. E., Gómez González Del Tánago, P., Panadero Carlavilla, F. J., & Ortega Polar, E. (2017). *Arritmias. Panorama actual del Medicamento*, 4 (404), <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6046143>

Vallejo, D. (2021) *Autocuidado y Calidad de Vida en Adultos Mayores Pertenecientes a un Barrio de la Comuna 3 de Armenia, Quindío.* <https://bdigital.uniquindio.edu.co/bitstream/handle/001/6187/PROYECTO%20DE%20GRADO%20DANIELA%20VALLEJO%201.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Anexos

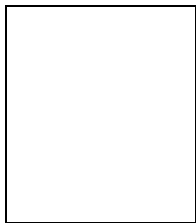
Anexo.1 Consentimiento informado

Yo _____ identificado con C.C. N° _____ expedida en _____ autorizo suministrar mi información para que sea utilizada exclusivamente con fines investigativos en el estudio **“NIVEL DE AUTOCUIDADO EN ADULTOS MAYORES CON ENFERMEDADES CRÓNICAS NO TRANSMISIBLES CDV COMUNA CUATRO VALLEDUPAR-CESAR, AÑO 2021”** desarrollado por el programa de enfermería de la Universidad Popular del Cesar (UPC), en la ciudad de Valledupar; por el estudiantes MIGUEL ENRIQUE MARTINEZ BARBOSA como requisito para la obtención del título profesional.

Entiendo que fui seleccionado para participar en esta investigación dado que cumplo con los criterios de inclusión establecidos en la misma; se me ha explicado que mi nombre no se relacionará en ninguna parte de esta y de considerarlo necesario podrá acompañarme algún miembro de mi familia durante la entrevista, manteniéndose respeto a mi derecho a mi intimidad personal, privacidad y buen nombre. Además, se me informó sobre el beneficio que traerá consigo la investigación a nivel de salud.

Así mismo, autorizo participar de manera voluntaria con pleno conocimiento de la naturaleza de los procedimientos, dejando claro que no he recibido ningún recurso económico o de cualquier otra índole, reconociendo que mis aportes y colaboración contribuirán a los resultados de esta investigación, participando en este estudio con la capacidad de libre elección y sin coacción alguna.

Fecha _____ Ciudad _____



Huella

Firma del participante _____

Firma del responsable _____