



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**Tesis**

**Efectividad: promoción del autocuidado del  
programa de educación continua en salud familiar  
ambulatoria y comunitaria. Centro de Salud  
Morales, 2022.**

**Para optar el título profesional de Licenciado en Enfermería**

**Autora:**

**Natally Cecilia Cerna Fasabi**  
<https://orcid.org/0000-0002-7367-0203>

**Asesora:**

**Lic. Enf. Mg. Cristina Palomino Aguirre**  
<https://orcid.org/0000-0001-5821-4130>

**Tarapoto, Perú**

**2022**



Esta obra está bajo una [Licencia Creative Commons Atribución - 4.0 Internacional \(CC BY 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

Vea una copia de esta licencia en <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.es>





**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Tesis

**Efectividad: promoción del autocuidado del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria. Centro de Salud Morales, 2022.**

Para optar el título profesional de Licenciado en Enfermería

**Autora:**

Natally Cecilia Cerna Fasabi  
<https://orcid.org/0000-0002-7367-0203>

**Asesora:**

Lic. Enf. Mg. Cristina Palomino Aguirre  
<https://orcid.org/0000-0001-5821-4130>

Tarapoto, Perú

2023



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Tesis

**Efectividad: promoción del autocuidado del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria. Centro de Salud Morales, 2022.**

Para optar el título profesional de Licenciado en Enfermería

**Autora:**

Natally Cecilia Cerna Fasabi

Sustentado y aprobado el 16 de enero de 2023 por los jurados:

---

**Presidente de Jurado**  
Obsta. Dra. Lolita Arévalo  
Fasanando.

---

**Secretario de Jurado**  
Lic. Enf. MSC. Luz Karen  
Quintanilla Morales

---

**Vocal de Jurado**  
Lic. Enf. Mg. Flor Enith Leveau Barrera

Tarapoto, Perú

2022

## Constancia de asesoramiento

LA QUE SUSCRIBE EL PRESENTE DOCUMENTO, HACE CONSTAR:

Que, he asesorado y revisado el informe final de tesis titulado: **“Efectividad: promoción del autocuidado del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria. Centro de Salud Morales, 2022”**

Elaborado por el bachiller de Enfermería:

**NATALLY CECILIA CERNA FASABI**

Para constancia, firmo en la ciudad de Tarapoto.

Tarapoto, 16 de enero de 2023.

.....  
  
**Lic. Enf. Mg. Cristina Palomino Aguirre**  
**Asesora.**

## Declaratoria de autenticidad

**Natally Cecilia Cerna Fasabi** , con DNI N°74430582, egresada de la Escuela Profesional de Enfermería, Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de San Martín, autora de la tesis titulada: **Efectividad: promoción del autocuidado del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria. Centro de salud Morales, 2022.**

Declaro bajo juramento que:

1. La tesis presentada es de mi autoría.
2. La redacción fue realizada respetando las citas y referencia de las fuentes bibliográficas consultadas
3. Toda información que contiene la tesis no ha sido plagiada;
4. Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido alterados ni copiados, por tanto, la información de esta investigación debe considerarse como aporte a la realidad investigada.

Por lo antes mencionado, asumo bajo responsabilidad las consecuencias que deriven de mi accionar, sometiéndome a las leyes de nuestro país y normas vigentes de la Universidad Nacional de San Martín.

Tarapoto, 16 de enero de 2023.



**Natally Cecilia Cerna Fasabi**  
DNI N°74430582

## Ficha de identificación

<p><b>Título del proyecto</b></p> <p>Efectividad: promoción del autocuidado del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria. Centro de salud Morales, 2022</p>	<p><b>Área de investigación: Salud</b>  <b>Línea de investigación: Servicio de Salud Pública</b>  <b>Sublínea de investigación: Promoción de la salud</b>  <b>Tipo de investigación:</b>          Básica <input type="checkbox"/>, Aplicada <input checked="" type="checkbox"/>, Desarrollo experimental <input type="checkbox"/></p>
<p><b>Autora:</b>  <b>Natally Cecilia Cerna Fasabi</b></p>	<p>Facultad de Ciencias de la Salud Escuela Profesional de Enfermería  <a href="https://orcid.org/0000-0002-7367-0203">https://orcid.org/0000-0002-7367-0203</a></p>
<p><b>Asesora:</b>  <b>Lic. Enf. Mg. Cristina Palomino Aguirre</b></p>	<p><b>Dependencia local de soporte:</b> Facultad de Ciencias de la Salud Escuela Profesional de Enfermería Unidad o Laboratorio Enfermería  <a href="https://orcid.org/0000-0001-7697-1741">https://orcid.org/0000-0001-7697-1741</a></p>

## **Dedicatoria**

A mi papá que está en el cielo, por haber inculcado en mí buenos valores y principios, a mi mamá por ser un ejemplo de superación, humildad y sacrificio, por apoyarme siempre en mi desarrollo personal, darme la fuerza y el empuje necesario para poder lograr mis metas, a mis abuelos que fueron pieza fundamental en mi crecimiento, y por haberme impulsado la aspiración de progreso y éxito en mi vida, sobre todo por enseñarme a luchar para así poder cumplir mis sueños, a mi enamorado por acompañarme en todo momento, a mis hermanos y amistades que me dieron el soporte emocional para seguir adelante y no rendirme, esto no hubiera sido posible sin el apoyo incondicional de ellos.

**Natally Cecilia**



## **Agradecimientos**

Gratifico a nuestro creador por bendecirme con una hermosa familia, y darme la salud para continuar con mi vocación de servir, a mi Alma Mater la Universidad Nacional de San Martín, a la Facultad Ciencias de la Salud, por ser parte de mi formación profesional, a la directora de la Escuela Profesional de Enfermería Lic. MSc. Luz Karen Quintanilla Morales, a la asesora Lic. Mg. Cristina Palomino Aguirre por dirigirme en este camino rumbo a la sustentación, a mis maestros y todos los profesionales de Enfermería del Hospital MINSA II – 2 Tarapoto quienes me instruyeron con sus sabios consejos por el buen camino de esta hermosa profesión.

Un agradecimiento efusivo a la Lic. MSc. Luz Karen Quintanilla Morales y a la Lic. Mg. Flor Enith Leveau Barrera, por sembrar en mí el vivir para servir con humanismo y ética profesional.

**Natally Cecilia.**

## Índice general

Ficha de identificación .....	6
Dedicatoria .....	7
Agradecimientos .....	8
Índice general .....	9
<b>Índice de tablas</b> .....	<b>11</b>
RESUMEN .....	12
ABSTRACT .....	13
CAPÍTULO I INTRODUCCIÓN A LA INVESTIGACIÓN .....	14
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO .....	16
2.1. Antecedentes de la investigación.....	16
2.2. Fundamentos teóricos .....	18
CAPÍTULO III MATERIALES Y MÉTODOS .....	23
3.1. Ámbito y condiciones de la investigación .....	23
3.1.1 Contexto de la investigación .....	23
3.1.2 Periodo de ejecución .....	23
3.1.3 Autorizaciones y permisos .....	23
3.1.4 Control ambiental y protocolos de bioseguridad.....	23
3.1.5 Aplicación de principios éticos internacionales .....	23
3.2. Sistema de variables .....	24
3.2.1 Variables principales.....	24
3.2.2 Variables secundarias .....	24
3.3 Procedimientos de la investigación .....	24
3.3.1 Objetivo específico 1 .....	27
3.3.2 Objetivo específico 2 .....	28

3.3.3 Objetivo específico 3 .....	29
3.3.4 Objetivo específico 4 .....	30
CAPÍTULO IV RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	32
4.1. Identificar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, 2022, según dimensión régimen alimentario.....	32
4.2. Identificar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, enero a junio 2022, según dimensión actividad física.....	33
4.3. Identificar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, enero a junio 2022, según dimensión tratamiento farmacológico.....	34
4.4. Identificar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, enero a junio 2022, según dimensión cuidado de la piel y pies.....	35
4.5. Determinar el nivel de efectividad de la promoción del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria, Centro de Salud Morales, enero – junio 2022.....	37
CONCLUSIONES.....	38
RECOMENDACIONES.....	39
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	40
ANEXOS.....	45

## Índice de tablas

Tabla 1	Descripción de variables – objetivo específico 1 .....	27
Tabla 2	Descripción de variables – objetivo específico 2 .....	28
Tabla 3	Descripción de variables – objetivo específico 3 .....	29
Tabla 4	Descripción de variables – objetivo específico 4 .....	30
Tabla 5	Nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, 2022, según dimensión régimen alimentario.....	32
Tabla 6	Nivel efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, enero a junio 2022, según dimensión actividad física.....	33
Tabla 7	Nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, enero a junio 2022, según dimensión tratamiento farmacológico.....	34
Tabla 8	Nivel de nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, enero a junio 2022, según dimensión cuidado de la piel y pies.....	35
Tabla 9	Nivel de efectividad de la promoción del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria, Centro de Salud Morales, enero – junio 2022.....	37

## RESUMEN

Efectividad: promoción del autocuidado del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria. Centro de salud Morales, 2022.

La prevalencia mundial (estandarizada por edad) de la diabetes casi se ha duplicado desde 1980, pasando del 4,7 % al 8,5% en la población adulta. Esto refleja un incremento de los factores de riesgo asociados, como el sobrepeso. Durante la última década, la prevalencia de la diabetes ha aumentado más rápido en los países de ingresos bajos y medios, que en países de altos ingresos. El objetivo general de la investigación fue determinar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria, Centro de Salud Morales, enero – junio 2022. Investigación descriptiva simple de diseño no experimental. La muestra estuvo integrada por 140 pacientes atendidos en PROFAM del Centro de Salud de Morales, durante el periodo de enero a junio 2022. Se utilizó el cuestionario de Quiroz D, Vásquez S. con la investigación titulada: “Efecto de la intervención educativa en el autocuidado del paciente con Diabetes Mellitus; Centro de Salud Sagrado Corazón, Trujillo 2020”. que consiste en un formulario tipo Escala Likert. Los resultados indicaron que el nivel de efectividad según dimensión **régimen alimentario**, es deficiente en un 48.6% como refieren 68 pacientes, es regular en un 42.1% como señalan 59 pacientes y es bueno en un 9.3% como indican 13 pacientes, según dimensión **actividad física**, el nivel de efectividad es regular en un 55.0% como indican 77 pacientes, es deficiente en un 38.6% como refieren 54 pacientes y es bueno en un 6.4% como refieren 9 pacientes. Según dimensión **tratamiento farmacológico**, el nivel de efectividad es regular en un 50.7% como explican 71 pacientes, es deficiente en un 38.6% como sostuvieron 54 pacientes y es bueno en un 10.7% como refieren 15 pacientes. Según dimensión **cuidado de la piel y pies**, el nivel de efectividad es deficiente en un 59.3% como explican 83 pacientes, es regular en un 36.4% como sostuvieron 51 pacientes y es bueno en un 4.3% como refieren 6 pacientes. Concluyendo que el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos es deficiente en un 51.4% como explican 72 pacientes, es regular en un 42.9% como sostuvieron 60 pacientes y es bueno en un 5.7% como refieren 8 pacientes.

**Palabras clave:** Efectividad, Diabetes mellitus tipo 2, promoción, autocuidado.

## ABSTRACT

Effectiveness: promotion of self-care of the continuing education program in outpatient family and community health. Morales Health Center, 2022.

The worldwide prevalence (age-standardized) of diabetes has almost doubled since 1980, from 4.7% to 8.5% in the adult population. This reflects an increase in associated risk factors, such as being overweight. Over the last decade, the prevalence of diabetes has increased faster in low- and middle-income countries than in high-income countries. The general objective of the research was to determine the level of effectiveness of the self-care promotion of the continuing education program in ambulatory and community family health, Morales Health Center, January - June 2022. Simple descriptive research of non-experimental design. The sample consisted of 140 patients attended at PROFAM of the Morales Health Center, during the period from January to June 2022. The Quiroz D, Vásquez S. questionnaire was used with the research entitled: "Effect of the educational intervention in the self-care of the patient with Diabetes Mellitus; Sagrado Corazón Health Center, Trujillo 2020". which consists of a Likert Scale type form. The results indicated that the level of effectiveness according to the diet dimension is poor by 48.6% as reported by 68 patients, fair by 42.1% as reported by 59 patients and good by 9.3% as reported by 13 patients. According to the physical activity dimension, the level of effectiveness is fair by 55.0% as reported by 77 patients, poor by 38.6% as reported by 54 patients and good by 6.4% as reported by 9 patients. According to the pharmacological treatment dimension, the level of effectiveness is fair by 50.7% as explained by 71 patients, poor by 38.6% as reported by 54 patients and good by 10.7% as reported by 15 patients. According to the skin and foot care dimension, the level of effectiveness is poor by 59.3% as explained by 83 patients, fair by 36.4% as reported by 51 patients and good by 4.3% as reported by 6 patients. It was concluded that the level of effectiveness of the promotion of self-care in diabetic patients is deficient by 51.4% as explained by 72 patients, fair by 42.9% as stated by 60 patients and good by 5.7% as reported by 8 patients.

**Keywords:** Effectiveness, Diabetes mellitus type 2, promotion, self-care



## **CAPÍTULO I**

### **INTRODUCCIÓN A LA INVESTIGACIÓN**

La salud es un proceso que permite a las personas mejorar la gestión y el desarrollo de su salud. Va más allá de una orientación en la conducta individual e envuelve una amplia gama de iniciativas sociales y ambientales. De igual forma, la promoción de la salud es una intervención social en la que las personas participan en numerosos contenidos de educación para la salud destinados a enseñarles a discernir de manera positiva para fortalecer su calidad de vida de manera que se prevengan enfermedades, tanto agudas como crónicas. (1).

Conforme los reportes epidemiológicos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), globalmente, ciertas investigaciones demostraron que 422 millones de pacientes cursan con diabetes mellitus en el año 2014, contrastando así con los 108 millones en 1980. Evidenciándose así un aumento en más del doble en la prevalencia de la diabetes mellitus pasando de 1980 con 4,7 % al 8,5 % en el año 2014 en adultos. lo cual pone en evidencia un incremento de los factores de riesgo como la obesidad. Durante los últimos 10 años, la prevalencia de la diabetes se ha incrementado mucho más rápido en los territorios de ingresos bajos y medios que en los países desarrollados. (2).

De igual importancia, en Honduras, la ausencia de prevención y formación al paciente concernientes a la dieta, la toma de medicamentos y el autocontrol, son aspectos resaltantes en las complicaciones, sin embargo, tras realizar un estudio a 370 pacientes con diabetes, se ha podido comprobar que el 48.9% no acude al centro de salud para recibir un adecuado tratamiento, asimismo, los programas de salud en tales casos no difunden información necesaria para lograr que la comunidad asista al centro, de modo que su grado de efectividad fue baja en un 49% como lo señalaron los encuestados (3).

En un contexto nacional, la diabetes es la 8va causa de muerte, la 6ta de ceguera y la primera de falla renal crónica y mutilaciones no traumáticas de miembros inferiores de la población, y perturba al 7 % de la población, siendo más frecuente en la costa con un 8,2 %, continuo de la sierra con 4,5 % y la selva peruana con un 3,5 %. En el 2017 causó 2,950 víctimas. La prevalencia de pacientes hospitalizados corresponde al 14 % y de pie diabético al 5,1 % (4).

En un contexto local, la región San Martín no se ve ajena a esta situación problemática, debido a que en los reportes epidemiológicos de casos de diabetes emitido por la dirección regional de salud (DIRESA) en los años del 2017 -2019 ha habido un incremento de 3.7 % de pacientes diagnosticados, y el informe epidemiológico concluye que, el nivel regional se ha involucrado muy débilmente en el proceso, debido a que aún no ven la importancia de padecer una

enfermedad crónica.

Por otro lado, el Programa de Educación Continua en Salud Familiar, Ambulatoria y Comunitaria en el centro de salud Morales tiene una débil ejecución, es decir, no cuenta con suficiente personal que se preocupa por el cuidado y control de los pacientes. Además, son los mismos pacientes que tienen escaso interés en la atención de su salud y no deciden por visitar el establecimiento. Con tales falencias, se realizó la presente investigación con el propósito de conocer la efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes con diabetes.

El problema general fue: ¿Cuál es el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria, Centro de Salud Morales, 2022? Cuya hipótesis general responde: El nivel de efectividad de la promoción del autocuidado del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria (PROFAM) centro de salud Morales, 2022, es bajo.

El objetivo general fue: Determinar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria (PROFAM) Centro de Salud Morales, 2022.

Los objetivos específicos fueron: Identificar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria (PROFAM) centro de salud Morales, 2022, según dimensión régimen alimentario.

Identificar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria (PROFAM) centro de salud Morales, 2022, según dimensión actividad física.

Identificar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria (PROFAM) centro de salud Morales, 2022, según dimensión tratamiento farmacológico.

Identificar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria (PROFAM) centro de salud Morales, 2022, según dimensión cuidado de la piel y pies.



## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1. Antecedentes de la investigación

##### **A nivel internacional**

Fernández-Silva et al. (2020); en Chile estudió la autoeficacia y satisfacción de pacientes con diabetes. Los investigadores obtuvieron como resultado que el 65% de pacientes con mayores efectos en la enfermedad son mujeres, la autoeficacia de la atención de los profesionales de enfermería es medio en un 82.6%, el 76.7% muestra satisfacción por el servicio médico que recibieron. Los investigadores concluyeron que hay relación demostrativa entre las variables estudiadas, es decir, mientras la autoeficacia prevalezca en su máximo nivel, entonces, la satisfacción de los pacientes será alta en función a los servicios médicos que estos reciben (5).

Aríztegui et al. (2020); en España analizaron la efectividad de las intervenciones del personal de salud en el control de la diabetes. Los investigadores demostraron en sus resultados que, de 137 intervenciones, el 71.4% fueron atendidas satisfactoriamente, el 25.4% requiere de mayor atención, por otro lado, las atenciones de mayor frecuencia fueron los usuarios con parámetros controlados, siendo estas, un total de 9 casos. Los investigadores del estudio llegaron a concluir que a mayor aplicación de la clasificación de intervenciones de enfermería (NIC) recopiladas en las sugerencias de las guías de práctica tienen mayor consecución de propósitos de control y mejores resultados de salud (6).

Parada et al. (2019); en Chile describió el autocuidado de pacientes diabéticos según cualidades sociodemográficas. Los resultados del trabajo investigativo demostraron que el 70% de pacientes tenía antecedentes de diabetes, el 65.5% tenía acceso a servicios básicos, el 11.7% desconoce de cómo realizar el lavado de pies, el 22.4% aludió que tuvo heridas en el pie, el 30% consume pan en su mayoría, el 58.3% desconoce de los efectos del consumo de alcohol. Conclusiones: La atención que reciben los pacientes con diabetes es efectiva en un nivel medio con una valorización del 56%, asimismo, existe un ligero incremento de pacientes con dicha enfermedad por descuido de la salud (7).

### **A nivel nacional**

Suárez (2021); en La Libertad determinar el autocuidado en pacientes con patología diabética entre los 35 a los 65 años. Los resultados evidenciaron que el 54% tiene problemas de hipertensión arterial, el 77% de pacientes tiene glucosa elevada, el 98% de pacientes no desarrollan ninguna actividad física, el 68% de los pacientes no tienen una adecuada alimentación que les permita controlar y no empeorar la enfermedad, el 86% tienen tratamiento con medicinas, el 94% no han fumado cigarrillos. El investigador llegó a concluir que los pacientes que asisten a consulta médica presentan un déficit de autocuidado sobre su salud, asimismo, no cuentan con prácticas de autocuidado (8).

Quiroz y Vásquez (2020); en Trujillo realizó estudio a fin de evaluar el alcance de las medidas educativas en el cuidado propio en pacientes con diabetes tipo 2, Centro de Salud "Sagrado Corazón". Los resultados del estudio indicaron que el grado de autocuidado es regular en un 48%, el régimen alimentario de los pacientes es regular en un 41%, la actividad física es regular en un 35%, el tratamiento farmacológico es deficiente en un 55%. Los investigadores del trabajo llegaron a concluir que después de las medidas educativas, hubo mejoras considerables en los pacientes en un 76%, evidenciando de esta manera, una mejoría significativa (9).

Sobrado (2019); en Tingo María realizó un estudio con el fin de evaluar la eficiencia del programa de educación en mejora del grado de conocimientos de pacientes de hiperglicemia. Los resultados indicaron que el 58.7% de pacientes representa mayor porcentaje de hiperglicemia, el 69.6% de pacientes representa el sexo femenino, el grado de conocimientos de los profesionales de la salud es medio en un 60.9%, después de la aplicación del programa, los pacientes mostraron un incremento en sus conocimientos en 89.1%. El investigador llegó a concluir que la efectividad del programa mostró resultados favorables, por tanto, existe asociación entre los temas con una sig. 0.000 y un valor  $w$  -,585 (10).

### **A nivel local**

Cachique y Guerra (2021); en Tarapoto-Perú; realizaron una investigación con el fin de evaluar la asociación entre estilo de vida y factores culturales y sociales de los pacientes adultos mayores con diagnóstico de diabetes tipo 2. Los investigadores evidenciaron en sus resultados correspondientes a la alimentación, el 59.3% muestran mal estado de alimentación, concerniente a la acción físico recreativo; el 57.2%, enseñan malas condiciones de vida saludables, referente a la dimensión de salud y responsabilidad; el 75.2%, muestran estilos de vida que no son saludables. Los investigadores concluyeron que existe asociación entre los temas con un p valor de 0.001 (11).

## **2.2. Fundamentos teóricos**

### **2.2.1. Promoción del autocuidado en pacientes diabéticos**

#### **Autocuidado**

Este es un conjunto de acciones deliberadas que realiza el ser humano para controlar interna o externamente las cosas que pueden amenazar su vida. Por consiguiente, el autocuidado es un comportamiento que una persona hace o debería hacerse por y para sí misma para mantener su salud. (12).

Se refiere al cuidado propio y la facultad de estar siempre atentos a los que se siente, saber tratar de prevenir, en definitiva para lograr un estado de salud física y mental (13).

#### **Autocuidados en pacientes diabéticos**

##### **Alimentación**

Es un pilar fundamental en la atención y manejo de la diabetes mellitus, debido a que, gracias a la orientación adecuada, contribuirá al balance de su glicemia, de tal forma debe poseer ciertas características, tales como el consumo de fibra de 20-35 gr/día, ingesta mínima de carbohidratos de 130 gr/día, ingesta de proteínas, moderar el consumo de sal, disminuir el consumo de alcohol, y los alimentos deben ser fraccionados en cinco horarios al día, para así lograr o mantener un peso adecuado, niveles normales de lípidos sanguíneos, prevenir complicaciones agudas y reducir el riesgo de comorbilidades (14).

##### **Ejercicios**

El ejercicio es otra forma de tratar la diabetes. El programa debe centrarse en vigilar los niveles de glicemia sérica, mantener un peso saludable, optimizar la calidad de vida y prevenir posibles complicaciones. El ejercicio debe ser específico para el tipo de diabetes:

El programa debe consistir en una rutina que comience con 10-20 minutos de estiramiento y entrenamiento de fuerza, 5 minutos de calentamiento aeróbico (trote ligero), 15-60 minutos de ejercicio moderado seguido de 5 a 10 minutos de ejercicio menos para juegos completos. Los deportes más recomendados consisten en caminar, trotar, correr y ciclismo, tomando en consideración la historia clínica del paciente. Las personas con diabetes deberían de registrar su ejercicio y siempre consultar a su médico antes de continuar con su rutina (15).

## **Cuidados del pie**

Las dificultades del pie diabético requieren de atención médica oportuna, terminando en muchos casos en hospitalización.

Muchos problemas en los pies se encuentran en pacientes con diabetes tipo 2 debido a dos complicaciones graves de esta patología: daño nervioso y problemas de transporte sanguínea. El fallo a nivel de la sensibilidad permite que una pequeña ampolla se genere una infección grave en un corto tiempo. El daño nervioso crónico o neuropatía puede provocar sequedad y agrietamiento, esto permite la entrada fácil de bacterias y que estas originen una infección.

Las consecuencias pueden variar desde el internamiento para suministrar antibióticos hasta la desarticulación de un dedo o amputación de un pie completo. Para los pacientes con diabetes tipo 2, revisarse los pies todos los días es importante para la salud general y para prevenir lesiones en los pies.

### **Cuidado general del pie diabético**

- En ningún tiempo camine descalzo. Esto puede originar a una infección fuerte. Utilizar siempre zapatos o cualquier otro calzado.
- Asee sus pies diariamente con un agua tibia y un jabón suave. Comience por verificar la calidez del agua manualmente. No remoje los pies. Al secarse los pies, seque suavemente cada pie con una toalla en lugar de frotar enérgicamente. Tenga cuidado al limpiar la piel entre los interdigitales.
- Considere loción sin alcohol para conservar sus pies suaves e hidratados. Esto disminuye las grietas causadas por la piel seca y aminora el peligro de infección. No coloque la loción entre los interdigitales.
- Cortar las uñas con mucho cuidado. Evita cortarte. Use una lima de uñas o una tabla de lija. En caso de uña encarnada, consulte a su médico. Una buena atención médica es importante para prevenir posibles infecciones.
- Tener cuidado de utilizar antisépticos, auto medicarse, tampoco utilizar cojines que proporcionen calor ni materiales cortantes para los pies.
- Evitar que los pies se enfríen. Usar medias no apretadas para descansar. Tampoco mojarse los pies si llueve. Se recomienda usar medias y calzados que proporcionen calor sobre todo en época de invierno.
- Tener en cuenta que el consumir cigarrillo perjudica a los vasos sanguíneos y disminuye su habilidad para transportar oxígeno a los tejidos. Aumentado en gran magnitud el riesgo de sufrir una amputación (tanto de miembros inferiores como de manos) (16).

### **2.2.2. Efectividad de la promoción de autocuidado**

Consiste en la capacidad del adaptarse y del generar respuestas alternativas para hacer frente a situaciones estresantes. De igual forma, hace referencia a la conducta con mayor satisfacción. Aumento de energía, originando un buen rendimiento en las diferentes acciones para mejorar los estilos de vida (17).

La promoción del autocuidado es una maniobra importante para la lograr una buena actuación de manera integral en nuestra rutina, logrando así un progreso humano (18).

Del mismo modo; se puede decir que es fortalecer la salud, previniendo y reconociendo oportunamente la patología, participando prontamente en la recuperación sistémica de la salud. El autocuidado demanda que el ser humano se comprometa en el cuidado de su salud (19).

#### **Formas de promocionar el autocuidado**

- Reconocer lo que se ha dejado de hacer hace tiempo y que era muy agradable, establecer un plazo conveniente para poder lograrlo (20).
- Solicitar ayuda oportunamente, para poder realizar actividades de autocuidado, es importante la intervención de otras personas, del mismo modo, es importante organizar metas pequeñas que ayudaran a concretar la gran meta final (21).

#### **Diabetes**

Es un tipo de enfermedad crónica que genera efectos en la representación en que el organismo cambia los alimentos y los convierte en energía. El cuerpo trasforma gran parte de los alimentos que el ser humano consume en azúcar o glucosa llevando al torrente sanguíneo (22).

Se muestra cuando el nivel de glucemia sérica está incrementada por encima de valores normales, la glucosa en la sangre, se convierte en el primordial origen de energía, producto del consumo de los alimentos (22).

#### **Tipos de diabetes**

- Diabetes tipo 1: Cuando el organismo no crea insulina debido a que el sistema inmunitario mata a las células pancreáticas que la fabrican. Usualmente se presenta en niños y adultos jóvenes menores de 20 años, aunque puede presentarse en cualquier edad de la etapa de vida (22).
- Diabetes tipo 2: El organismo es incapaz de fabricar o no es administrada la insulina de forma apropiada. Esta enfermedad puede presentarse en cualquier edad, sin eximir a la etapa infante. Sin embargo, es frecuente esta patología en la etapa adulta media y adultos mayores (23).

### **Programas de salud**

Hace referencia a un grupo de acciones relacionados, constituidas e integradas predestinadas a fortalecer los objetivos determinados para fortalecer el estado de salud de los habitantes (24).

Conjunto de actividades realizadas por un gobierno con el objetivo de fortalecer los contextos de la salud de los habitantes. De esta forma, las autoridades promoverán campañas de prevención y promoción garantizando el acceso democrático y masivo de los servicios prestadores de la salud (25).

Un conjunto coordinado, integrado y bien organizado de servicios y actividades que se brindan de manera concurrente o secuencial con los recursos necesarios para lograr las metas establecidas en relación con los problemas de salud (26).

### **Programa de Educación Continua en Salud Familiar, Ambulatoria y Comunitaria (PROFAM)**

Se refiere al Programa de Educación Continuada en Salud Familiar, Pública y Comunitaria, creación de contenidos editoriales y proyectos educativos dirigidos a la educación, formación y actualización médica como pionero para mejorar la educación básica (27).

El programa, de carácter preferentemente clínico, se centra en las funciones más frecuentes que realiza el profesional de la salud en sus funciones o en la consulta y en el tratamiento del día a día de los pacientes. Cubre una variedad de temas de una manera directa y útil. Abarca la creación de productos editoriales y la impartición de cursos (28).

### **Medición**

La efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos se determina de la siguiente manera (23).

1. Régimen alimentario: Consiste en una alimentación sana, equilibrada y con aporte nutritivo, teniendo en cuenta el no consumo de azúcares por ser de absorción rápida. En cuanto al consumo de carbohidratos, se recomienda de 4 a 5 fracciones de manera diaria, así como el consumo de frutas y verduras en mayor cantidad.
2. Actividad física: tiene un impacto significativo en la prevención y el control de la diabetes mellitus en pacientes; ayuda a mantener un peso y niveles de glucosa saludables. El ejercicio aumenta la susceptibilidad a la insulina, lo que permite que el cuerpo use la glucosa de manera más efectiva, lo que reduce la resistencia a la insulina. El ejercicio también mejora la utilización de la glucosa por el trabajo de las fibras musculares.
3. Tratamiento farmacológico: Vienen hacer sustancias que son diferentes de los alimentos,

utilizándose para prevenir, diagnosticar, tratar o mitigar los síntomas de una patología o un estado anormal.

4. Cuidado de la piel y pies: Se trata de los cuidados necesarios que se debe brindar al paciente con problemas de diabetes, facilitando atención con mayor énfasis en la piel y pies con la finalidad de evitar heridas que no podrán ser curadas rápidamente.

## **CAPÍTULO III MATERIALES Y MÉTODOS**

### **3.1. Ámbito y condiciones de la investigación**

#### **3.1.1 Contexto de la investigación**

La presente investigación fue realizado en el centro de salud Morales. Ubicado en la Av. 1ro de mayo cuadra 5 del distrito de Morales. Categorizado como nivel I-4, pertenece a la DIRES San Martín, Microred de Morales; presta atención las 24 horas del día.

#### **3.1.2 Periodo de ejecución**

El estudio fue ejecutado en el periodo de enero a junio 2022.

#### **3.1.3 Autorizaciones y permisos**

Para la ejecución del presente proyecto se solicitaron los siguientes permisos.

- Solicitud de permiso para realizar las encuestas a la Dirección del Centro de Salud de Morales  
Carta S/N-2022-/NCCF  
27 de octubre 2022  
**Respuesta:**  
Carta N° 054-2022-D-MICRORED-MORALES  
21 de diciembre 2022

Para la ejecución del presente proyecto se solicitaron las siguientes autorizaciones.

#### **3.1.4 Control ambiental y protocolos de bioseguridad**

A fin de cuidar y proteger la vida de la población estudiada, la encuesta fue aplicada de manera personal con los protocolos de bioseguridad actuales en tiempos de pandemia.

#### **3.1.5 Aplicación de principios éticos internacionales**

En el estudio se han tenido en cuenta los aspectos éticos que se detallan a continuación: Beneficencia, los resultados beneficiarán a los pacientes atendidos en PROFAM y el centro de salud de Morales, permitiendo fortalecer la atención. No maleficencia, no se realizó ningún daño a las madres de familia ni al centro de salud, la investigación se realiza con fines académicos. Se respeta la autonomía, la participación voluntaria de los investigadores. Es preciso indicar que el estudio siguió los estándares citas según estilo Vancouver.



### 3.2. Sistema de variables

#### 3.2.1 Variables principales

Nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos.

#### 3.2.2 Variables secundarias

Régimen alimentario

Actividad física

Tratamiento farmacológico

Cuidado de la piel y pies

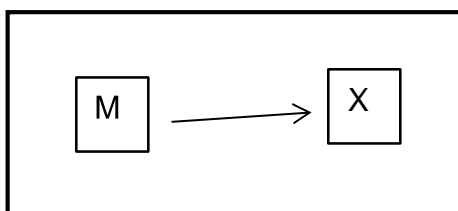
### 3.3. Procedimientos de la investigación

#### a) Tipo y nivel de estudio

Teniendo en cuenta los objetivos del estudio, se consideró un método no experimental de enfoque cuantitativo, descriptivo simple de corte transversal ya que se presentaron los resultados en un tiempo y espacio determinado.

#### b) Diseño de investigación

Para la presente investigación, se usó un diseño descriptivo simple.



**Donde:**

**M:** Representa a todos los pacientes diabéticos, atendidos en el Programa de Educación Continua en Salud Familiar, Ambulatoria y Comunitaria en el centro de salud de Morales, enero - junio, 2022.

**X:** Nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos.

#### **Población**

Se consideró a todos los pacientes con diagnóstico de diabetes mellitus atendidos en PROFAM del Centro de salud de Morales, durante el periodo de enero a junio 2022, ascendiendo a 200 pacientes. (Fuente: oficina de Recursos Humanos del Centro de Salud de Morales)

## Muestra

Se realizó un muestreo probabilístico; y Utilizando la fórmula de muestreo aleatorio simple; como se detalla:

$$n = \frac{N * Z\sigma^2 p * q}{d^2 * (N - 1) + Z\sigma^2 * p * q}$$

### Donde:

n= Muestra

N = Total de la población

Zα= 1.96 al cuadrado (si la seguridad es del 95%)

p = proporción esperada (en este caso 50% = 0.5)

q = 1 – p (en este caso 1-0.5 = 0.5)

d = precisión (en su investigación use un 5%)

$$n = \frac{200 * 1.96^2 * 0.5 * 0.5}{0.05^2 * (200 - 1) + 1.96^2 * 0.5 * 0.5} = 140$$

El resultado de la presente formula fue de 140 pacientes del Centro de Salud de Morales, atendidos en PROFAM durante el periodo de enero a junio 2022, que cumplieron los criterios de inclusión y exclusión respectivos.

### Criterios de inclusión

- Pacientes mayores de 18 años de edad, que se encuentran registrados en el PROFAM.
- Pacientes que deciden participar del estudio de manera voluntaria.
- Pacientes que firmen el consentimiento informado.

### Criterios de exclusión

- Pacientes que no se encuentren dentro de la ciudad.
- Pacientes que deseen retirarse a media encuesta.
- Pacientes menores de 18 años.

## Procedimiento

- Se construyó el proyecto de investigación el cual se envió a la Facultad de Ciencias de la Salud de la UNSM para los tramites respectivos.
- Se solicitó a la Dirección del centro de Salud de Morales, la autorización para poder ejecutar la ficha de investigación a la población estudiada.
- Luego se procedió a aplicar el instrumento, previamente se socializó sobre el llenado del instrumento, posteriormente se solicitó su consentimiento y su participación voluntaria, manifestándoles que los resultados serán confidenciales y anónimos, siendo usados solamente con propósitos de la investigación y sus objetivos.
- Una vez acopiada la base de datos se realizó la organización, interpretación de los resultados.
- Para considerar los procedimientos en la presente investigación, se tuvo en cuenta el instrumento utilizado por los autores: Quiroz D, Vásquez S. con la investigación titulada: “Efecto de la intervención educativa en el autocuidado del paciente con Diabetes Mellitus; Centro de Salud Sagrado Corazón, Trujillo 2020”. Que consta de 25 interrogantes con 3 alternativas cada una, según dimensiones formuladas: Régimen alimentario (1,2,3,4,5,6 y 7 preguntas), Dimensión actividad física (8,9,10 y 11), dimensión tratamiento farmacológico (12,13,14 y 15), dimensión cuidado de la piel y pies (16,17,18,19,20,21,22,23,24 y 25); Clasificándolo con los siguientes puntajes:

Clasificación	Puntaje
Bueno	(34 a 50 puntos)
Regular	(17 a 33 puntos)
Deficiente	(0 a 16 puntos)

- Después de que el instrumento fue validado por cuatro jueces o profesionales de enfermería y modificado para mantener un nivel de confianza, el instrumento fue aplicado a 20 individuos seleccionados aleatoriamente y los datos fueron procesados con el software estadístico SPSS versión 25.0. Según el alfa de Cronbach, la variable práctica de autocuidado tiene un nivel de confianza de 0,872, 5, por lo que se considera que el coeficiente alfa de Cronbach es mayor de 0,7 y menor de 0,8, y si el coeficiente es mayor de 0,8 y menor de 0,9, considerado bueno. El instrumento se considera confiable para su aplicación.
- Tras lo cual se procedió a elaborar el informe final de tesis con los datos obtenidos para su posterior defensa en la sustentación.
- Finalmente, se sustentó el trabajo de investigación realizado.

## Técnica.

Se utilizó una encuesta aplicada a pacientes atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, en el periodo enero- junio, 2022.

## Instrumentos:

Se utilizó el cuestionario de Quiroz D, Vásquez S. (9). con la investigación titulada: “Efecto de la intervención educativa en el autocuidado del paciente con Diabetes Mellitus; Centro de Salud Sagrado Corazón, Trujillo 2020”. que consiste en un formulario tipo Escala Likert.

### 3.3.1 Objetivo específico 1

Identificar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, 2022, según dimensión régimen alimentario. Instrumento utilizado por los autores: Quiroz D, Vásquez S. con la investigación titulada: “Efecto de la intervención educativa en el autocuidado del paciente con Diabetes Mellitus; Centro de Salud Sagrado Corazón, Trujillo 2020”. Que consta de 7 interrogantes con 3 alternativas cada una, según dimensión formulada: Régimen alimentario (1,2,3,4,5,6 y 7 preguntas). Siendo el siguiente puntaje (9):

Clasificación	Puntaje
Bueno	(10 a 14 puntos)
Regular	(5 a 9 puntos)
Deficiente	(0 a 4 puntos)

**Tabla 1.** Descripción de variables – Objetivo específico 1

Objetivo específico № 1: Identificar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria. Centro de Salud Morales, 2022, según dimensión régimen alimentario.			
Variable abstracta	Variable concreta	Medio de registro	Unidad de medida
Efectividad de la promoción del autocuidado	- Régimen alimentario	La variable abstracta se medirá a través del estudio y análisis de sus variables concretas. Se empleará la técnica de la encuesta y el instrumento del cuestionario.	Ordinal

Fuente. Elaboración propia a partir de Quiroz et al.

### a). Actividades y tareas

Como primer propósito se realizó la aplicación de la encuesta para poder identificar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, según dimensión régimen alimentario

### b). Descripción de procedimientos

Se aplicó el instrumento del cuestionario a los 140 pacientes atendidos en el PROFAM en los periodos de enero - junio, 2022.

### c). Técnica de procesamiento y análisis de datos

La técnica empleada fue la encuesta y el análisis de datos fue descriptivo.

#### 3.3.1 Objetivo específico 2

Identificar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, 2022, según dimensión actividad física. Instrumento utilizado por los autores: Quiroz D, Vásquez S. con la investigación titulada: “Efecto de la intervención educativa en el autocuidado del paciente con Diabetes Mellitus; Centro de Salud Sagrado Corazón, Trujillo 2020”. Que consta de 4 interrogantes con 3 alternativas cada una, según dimensión formulada: Dimensión actividad física (8,9,10 y 11); Clasificándolo con los siguientes puntajes (9):

Clasificación	Puntaje
Bueno	(6 a 8 puntos)
Regular	(3 a 5 puntos)
Deficiente	(0 a 2 puntos)

**Tabla 2.** Descripción de variables – Objetivo específico 2

<b>Objetivo específico № 2:</b> Identificar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria. Centro de Salud Morales, 2022, según dimensión actividad física.			
Variable abstracta	Variable concreta	Medio de registro	Unidad de medida
Efectividad de la promoción del autocuidado	- Actividad física	La variable abstracta se medirá a través del estudio y análisis de sus variables concretas. Se empleará la técnica de la encuesta y el instrumento del cuestionario.	Ordinal

Fuente. Elaboración propia a partir de Quiroz et al.

### a). Actividades y tareas

En el segundo propósito del estudio se identificó el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, según dimensión actividad física.

### b). Descripción de procedimientos

Se aplicó el instrumento del cuestionario a los 140 pacientes atendidos en el PROFAM en los periodos de Enero- Junio, 2022.

### c). Técnica de procesamiento y análisis de datos

La técnica empleada fue la encuesta y el análisis de datos fue descriptivo.

### 3.3.3. Objetivo específico 3

Identificar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, 2022, según dimensión tratamiento farmacológico. Instrumento utilizado por los autores: Quiroz D, Vásquez S. con la investigación titulada: “Efecto de la intervención educativa en el autocuidado del paciente con Diabetes Mellitus; Centro de Salud Sagrado Corazón, Trujillo 2020”. Que consta de 4 interrogantes con 3 alternativas cada una, según dimensión formulada: tratamiento farmacológico (12,13,14 y 15), Clasificándolo con los siguientes puntajes (9):

Clasificación	Puntaje
Bueno	(6 a 8 puntos)
Regular	(3 a 5 puntos)
Deficiente	(0 a 2 puntos)

**Tabla 3.** Descripción de variables – Objetivo específico 3

<b>Objetivo específico Nº 3:</b> Identificar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria. Centro de Salud Morales, 2022, según dimensión tratamiento farmacológico.			
Variable abstracta	Variable concreta	Medio de registro	Unidad de medida
Efectividad de la promoción del autocuidado	- Tratamiento farmacológico	La variable abstracta se medirá a través del estudio y análisis de sus variables concretas. Se empleará la técnica de la encuesta y el instrumento del cuestionario.	Ordinal

Fuente. Elaboración propia a partir de Quiroz et al.

**a) Actividades y tareas**

En el tercer propósito del estudio se identificó el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, según tratamiento farmacológico.

**b). Descripción de procedimientos**

Se aplicó el instrumento del cuestionario a los 140 pacientes atendidos en el PROFAM en los periodos de enero - junio, 2022.

**c). Técnica de procesamiento y análisis de datos**

La técnica empleada fue la encuesta y el análisis de datos fue descriptivo.

**3.3.4. Objetivo específico 4**

Identificar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, 2022, según dimensión cuidado de la piel y pies. Se utilizó el instrumento de: Quiroz D, Vásquez S. con la investigación titulada: “Efecto de la intervención educativa en el autocuidado del paciente con Diabetes Mellitus; Centro de Salud Sagrado Corazón, Trujillo 2020”. Que consta de 10 interrogantes con 3 alternativas cada una, según dimensión cuidado de la piel y pies (16,17,18,19,20,21,22,23,24 y 25); Clasificándolo con los siguientes puntajes (9):

Clasificación	Puntaje
Bueno	(14 a 20 puntos)
Regular	(7 a 13 puntos)
Deficiente	(0 a 6 puntos)

**Tabla 4.** Descripción de variables – Objetivo específico 4

<b>Objetivo específico Nº 4:</b> Identificar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria. Centro de Salud Morales, 2022, según dimensión cuidado de la piel y pies.			
Variable abstracta	Variable concreta	Medio de registro	Unidad de medida
Efectividad de la promoción del autocuidado	- Cuidado de la piel y pies	La variable abstracta se medirá a través del estudio y análisis de sus variables concretas. Se empleará la técnica de la encuesta y el instrumento del cuestionario.	Ordinal

Fuente. Elaboración propia a partir de Quiroz et al.

**a). Actividades y tareas**

En el cuarto propósito del estudio se identificó el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, según cuidado de la piel y pies.

**b). Descripción de procedimientos**

Se aplicó el instrumento del cuestionario a los 140 pacientes atendidos en el PROFRAM en los periodos de enero- junio, 2022.

**c). Técnica de procesamiento y análisis de datos**

La técnica empleada fue la encuesta y el análisis de datos fue descriptivo.



## CAPÍTULO IV RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### 4.1 Identificar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, 2022, según dimensión régimen alimentario

**Tabla 5.** Nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, 2022, según dimensión régimen alimentario.

Nivel de efectividad (Dimensión: Régimen alimentario)	Frecuencia (fi) (n=140)	Porcentaje (%)
Bueno (10 a 14 puntos)	13	9.3%
Regular (5 a 9 puntos)	59	42.1%
Deficiente (0 a 4 puntos)	68	48.6%
<b>Total:</b>	<b>140</b>	<b>100 %</b>

Fuente: Propia de los resultados encuestados.

#### Interpretación

En la tabla 5, el nivel de efectividad de pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, 2022, según dimensión régimen alimentario, es deficiente en un 48.6% como refieren 68 pacientes, es regular en un 42.1% como señalan 59 pacientes y es bueno en un 9.3% como indican 13 pacientes.

#### Discusión

En el primer objetivo específico se identificó el nivel de de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, 2022, según dimensión régimen alimentario. Después de aplicar el cuestionario, se logró identificar que el nivel de efectividad es deficiente en un 48.6% como refieren 68 pacientes, es regular en un 42.1% como señalan 59 pacientes y es bueno en un 9.3% como indican 13 pacientes.

Esto se debe a que no todos los pacientes cuentan con un horario alimenticio, raras veces consumen frutas y verduras, la mayoría de los pacientes no cuentan con consultas al especialista en nutrición y no tienen costumbre de ingerir líquidos. Tales resultados guardan coherencia con Quiroz y Vásquez, investigaron: "Efecto de la intervención educativa en el autocuidado del paciente con Diabetes Mellitus; Centro de Salud Sagrado Corazón, Trujillo 2020", donde señalan que el 53% muestran nivel deficiente sobre el régimen con base en estos

hallazgos, se realizó una intervención educativa a pacientes adultos, y se encontró que la mayoría obtuvo un puntaje post-test de 76 por ciento, lo que indica un buen nivel, y la minoría obtuvo un puntaje regular de 24 por ciento. Por lo tanto; mostrando una mejora sustancial. Como respalda el trabajo de investigación de Yibby A, et al; titulado: “Alimentación para pacientes con diabetes mellitus de tipo 2”, donde los resultados indican que los pacientes generalmente carecen de una nutrición adecuada, consejos nutricionales y una dieta balanceada, los resultados favorecen el desarrollo de estrategias de prevención y manejo de la diabetes, potenciando y mejorando el entorno del paciente. (32).

#### 4.2. Identificar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, enero a junio 2022, según dimensión actividad física

**Tabla 6:** Nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, enero a junio 2022, según dimensión actividad física.

<b>Nivel de efectividad (Dimensión: Actividad Física)</b>	<b>Frecuencia (fi) (n=140)</b>	<b>Porcentaje (%)</b>
Bueno (6 a 8 puntos)	9	6.4%
Regular (3 a 5 puntos)	77	55.0 %
Deficiente (0 a 2 puntos)	54	38.6 %
<b>Total:</b>	<b>140</b>	<b>100 %</b>

Fuente: Propia de los resultados encuestados.

#### Interpretación

En la tabla 6 se aprecia que el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, enero a junio 2022, según dimensión actividad física es regular en un 55.0% como indican 77 pacientes, es deficiente en un 38.6% como refieren 54 pacientes y es bueno en un 6.4% como refieren 9 pacientes. Tales resultados se deben a los pacientes no acostumbran a realizar actividad física de manera adecuada.

## Discusión

En el segundo objetivo específico se identificó el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, enero a junio 2022, según dimensión actividad física es regular en un 55.0% como indican 77 pacientes, es deficiente en un 38.6% como refieren 54 pacientes y es bueno en un 6.4% como refieren 9 pacientes. Los resultados muestran similitud con la investigación realizada por Quiroz y Vásquez en la investigación titulada: "Efecto de la intervención educativa en el autocuidado del paciente con Diabetes Mellitus; Centro de Salud Sagrado Corazón, Trujillo 2020, donde señalan que en el pre test respecto al autocuidado de la dimensión actividad física encontraron que en su mayoría un 65% muestran nivel deficiente y en su minoría un 35% regular; es por ello que en base a estos resultados realizaron intervención educativa a los pacientes adultos; hallando que en el post test obtuvieron en su mayoría un 80% que muestran un nivel bueno y en su minoría un 20% regular. Indicando así una mejoría significativamente (9).

### 4.3. Identificar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, enero a junio 2022, según dimensión tratamiento farmacológico.

**Tabla 7:** Nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, enero a junio 2022, según dimensión tratamiento farmacológico

<b>Nivel de efectividad (Dimensión: Tratamiento farmacológico)</b>	<b>Frecuencia (fi) (n=140)</b>	<b>Porcentaje (%)</b>
Bueno (6 a 8 puntos)	15	10.7%
Regular (3 a 5 puntos)	71	50.7%
Deficiente (0 a 2 puntos)	54	38.6%
<b>Total:</b>	<b>140</b>	<b>100 %</b>

Fuente: Propia de los resultados encuestados.

## Interpretación

En la tabla 7 se observa que el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, enero a junio 2022, según dimensión tratamiento farmacológico es regular en un 50.7% como explican 71 pacientes, es deficiente en un 38.6% como sostuvieron 54 pacientes y es bueno en un 10.7% como refieren 15 pacientes. Los resultados se deben a que los pacientes que son atendidos en el PROFAM en el Centro de Salud Morales muchas veces faltan a sus consultas medica mensuales, no realizan de manera periódicas sus controles de glucosa, sobre todo no revisan las reacciones secundarias de los medicamentos.

## Discusión

En el tercer objetivo específico se identificó el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, enero a junio 2022, según dimensión tratamiento farmacológico es regular en un 50.7% como explican 71 pacientes, es deficiente en un 38.6% como sostuvieron 54 pacientes y es bueno en un 10.7% como refieren 15 pacientes. Los resultados guardan relación con los autores Cachique y López en el trabajo de investigación: Estilo de vida y factores socioculturales del adulto mayor con diabetes mellitus Tipo II. Programa del Adulto Mayor. Hospital II - E - Banda de Shilcayo, donde señalan que el 75.2% (109), presentan no saludable, seguido de un 13.1% (19) es poco saludables y el 11.7% (17) presentan responsabilidad sobre su salud saludable. poco saludable (11).

### 4.4. Identificar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, enero a junio 2022, según dimensión cuidado de la piel y pies.

**Tabla 8:** Nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, enero a junio 2022, según dimensión cuidado de la piel y pies.

<b>Nivel de efectividad (Dimensión: Cuidado de la piel y pies)</b>	<b>Frecuencia (fi) (n=140)</b>	<b>Porcentaje (%)</b>
Bueno (14 a 20 puntos)	6	4.3%
Regular (7 a 13 puntos)	51	36.4 %
Deficiente (0 a 6 puntos)	83	59.3 %
<b>Total:</b>	<b>140</b>	<b>100 %</b>

**Fuente:** Propia de los resultados encuestados.

## Interpretación

En la tabla 8 se observa que el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, enero a junio 2022, según dimensión cuidado de la piel y pies es deficiente en un 59.3% como explican 83 pacientes, es regular en un 36.4% como sostuvieron 51 pacientes y es bueno en un 4.3% como refieren 6 pacientes. Esto se debe a que los pacientes que son atendidos en el PROFAM en el Centro de Salud Morales muchas veces no suelen revisar diariamente sus pies en busca de lesiones, no realizan el corte de uñas en forma recta, no utilizan cremas para hidratar su piel.

## Discusión

En el cuarto objetivo específico se identificó el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, enero a junio 2022, según dimensión cuidado de la piel y pies es deficiente en un 59.3% como explican 83 pacientes, es regular en un 36.4% como sostuvieron 51 pacientes y es bueno en un 4.3% como refieren 6 pacientes. Los resultados guardan relación concordando con la investigación de Viramontes y González (33). Intervención educativa de enfermería para el autocuidado de los pies en personas que viven con diabetes tipo 2; concluyendo que la intervención educativa con un buen fundamento científico influye satisfactoriamente en el desarrollo del autocuidado de los pies de las personas que viven con diabetes, donde la Enfermería cumple un papel importante como educador, orientador en su desarrollo. Del mismo modo; la investigación de Huisachan, Lazo, Alves y Silva Intervenciones educativas en las prácticas de autocuidado en la prevención de complicaciones de miembros inferiores y conocimiento de la enfermedad en pacientes con diabetes mellitus”. Concluyó que el programa educativo mejoró mucho el notorio incremento en el conocimiento y la práctica de los pacientes. Resaltando los resultados obtenidos, estos cambios fueron perjudiciales porque se descuidaron estas partes del cuerpo y hay signos de mayor cuidado de la piel y los pies en vista de poner en peligro a los humanos. la vida. Sin embargo, la mayoría de los participantes fueron sensibles a las mejoras en su salud y demostraron lograr un autocuidado adecuado (34).

#### 4.5. Determinar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria, Centro de Salud Morales, enero – junio 2022.

**Tabla 9:** Nivel de efectividad de la promoción del autocuidado del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria, Centro de Salud Morales, enero – junio 2022.

Nivel de efectividad	Frecuencia (fi) (n=140)	Porcentaje (%)
Bueno (34 a 50 puntos)	8	5.7%
Regular (17 a 33 puntos)	60	42.9 %
Deficiente (0 a 16 puntos)	72	51.4 %
<b>Total:</b>	<b>140</b>	<b>100 %</b>

**Fuente:** Propia de los resultados encuestados.

#### Interpretación

Tal como se puede apreciar en la tabla 9 el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, enero a junio 2022, es deficiente en un 51.4% como explican 72 pacientes, es regular en un 42.9% como sostuvieron 60 pacientes y es bueno en un 5.7% como refieren 8 pacientes.

#### Discusión

En el objetivo general del estudio fue determinar el nivel de efectividad de la promoción del autocuidado programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria, Centro de Salud Morales, enero – junio 2022, los resultados dieron a conocer que el nivel de efectividad es deficiente en un 51.4% como explican 72 pacientes, es regular en un 42.9% como sostuvieron 60 pacientes y es bueno en un 5.7% como refieren 8 pacientes. Los resultados tienen similitud con el estudio realizado por Quiroz y Vásquez en la investigación titulada: “Efecto de la intervención educativa en el autocuidado del paciente con Diabetes Mellitus; Centro de Salud Sagrado Corazón, Trujillo 2020”, Las prácticas de autocuidado en personas con diabetes tipo 2 promediaron 16,5 puntos en el pretest (nivel normal), pero el postest mostró un aumento de 18 puntos para llegar a 34,5 (buen nivel). Hemos visto una mejora significativa. La desviación estándar es de 5,05 puntos para el pretest y de 34 puntos para el postest (9).

## CONCLUSIONES

1. El nivel de efectividad de pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, 2022, **según dimensión régimen alimentario**, es deficiente en un 48.6% como refieren 68 pacientes, es regular en un 42.1% como señalan 59 pacientes y es bueno en un 9.3% como indican 13 pacientes.
2. El nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, enero a junio 2022, según **dimensión actividad física** es regular en un 55.0% como indican 77 pacientes, es deficiente en un 38.6% como refieren 54 pacientes y es bueno en un 6.4% como refieren 9 pacientes.
3. El nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, enero a junio 2022, según **dimensión tratamiento farmacológico** es regular en un 50.7% como explican 71 pacientes, es deficiente en un 38.6% como sostuvieron 54 pacientes y es bueno en un 10.7% como refieren 15 pacientes.
4. El nivel efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, enero a junio 2022, según **dimensión cuidado de la piel y pies** es deficiente en un 59.3% como explican 83 pacientes, es regular en un 36.4% como sostuvieron 51 pacientes y es bueno en un 4.3% como refieren 6 pacientes.
5. El nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos, atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, enero a junio 2022, es deficiente en un 51.4% como explican 72 pacientes, es regular en un 42.9% como sostuvieron 60 pacientes y es bueno en un 5.7% como refieren 8 pacientes.

## RECOMENDACIONES

1. Realizar capacitaciones y cursos de perfeccionamiento al profesional de Enfermería con la finalidad de que puedan sensibilizar a los pacientes con diagnóstico de diabetes Mellitus sobre los cuidados que deben de tener.
2. Todos los profesionales de salud deberían realizar valoración permanente del estilo de Vida de los pacientes y promover la salud mediante sesiones educativas con el objeto de prevenir enfermedades y mantener o mejorar la salud.
3. A los pacientes, enseñar a mejorar el control de la glucosa en la sangre para poder reducir el riesgo de comorbilidades que incluyen hiperlipidemia, hipertensión y cardiopatía isquémica.
4. Incluir la participación de familia del usuario, tanto en los controles como en la educación terapéutica, con el fin de aumentar la adherencia a la terapia farmacológica y no farmacológica.
5. A las autoridades de los diferentes establecimientos de salud, gestionar el incremento de presupuesto para contratación de profesionales de Enfermería para abordaje en el área preventivo promocional en el seguimiento y control al paciente diabético como actividad de monitoreo en su autocuidado.
6. A las autoridades de la Escuela Profesional de Enfermería, incluir en los silabos de las diferentes asignaturas temas referentes a la promoción, prevención, recuperación y rehabilitación de los pacientes con enfermedades crónicas.



## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Guevara M, Marrufo M. La Promoción de la Salud en el contexto de la Pandemia de COVID 19. *Espac Abierto* [Internet]. 2021 Dec [cited 2022 Sep 4];30(2):383–90. Available from: <https://www.redalyc.org/journal/122/12267447004/html/>
2. Organización Mundial de la Salud. *Informe mundial sobre la diabetes* [Internet]. 2018 [cited 2022 Sep 3]. Available from: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254649/9789243565255-spa.pdf>
3. Sánchez L. Conocimientos, Actitudes y Prácticas en Cuidados del Pie Diabético en Pacientes con Diabetes tipo 2, Honduras | *Revista Hispanoamericana de Ciencias de la Salud*. *Rev Hispanoam Ciencias La Salud* [Internet]. 2019 [cited 2022 Sep 3];5(4):136–44. Available from: <https://uhsalud.com/index.php/revhispano/article/view/410>
4. Goyzueta A, Cervantes S. Nivel de autocuidado de los pies en pacientes diabéticos de un hospital de Lima Norte. *Univ Ciencias y Humanidades, Perú* [Internet]. 2020 [cited 2022 Sep 4];4(2):1–15. Available from: <http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/579/5792436004/html/>
5. Fernández C, Mansilla B, De La Hoz V. Autoeficacia y satisfacción de los usuarios con diabetes tipo 2 de un centro de salud chileno. *Rev Cuid* [Internet]. 2020 May 1 [cited 2022 Sep 3];11(2):1–13. Available from: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2216-09732020000200301](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2216-09732020000200301)
6. Aríztegui A, San Martín L, Marín B. Efectividad de las intervenciones enfermeras en el control de la diabetes mellitus tipo 2. *An Sist Sanit Navar* [Internet]. 2020 [cited 2022 Sep 3];43(2):159–67. Available from: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1137-66272020000200005](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272020000200005)
7. Parada D, Castillo A, Zapata K. Autocuidado en usuarios diabéticos en centros de salud urbanos. *Rev Cuba Med Gen Integr* [Internet]. 2019 Dec 16 [cited 2022 Sep 3];35(4):1–5. Available from: <http://www.revmgj.sld.cu/index.php/mgj/article/view/1034/296>

8. Suárez T. Autocuidado en pacientes diabéticos de 35 a 65 años que asisten al centro de salud Roberto Astudillo, Milagro 2021 [Internet]. [La Libertad]: Unviersidad Estatal Península de Santa Elena; 2021 [cited 2022 Sep 3]. Available from: <https://repositorio.upse.edu.ec/xmlui/handle/46000/6472#:~:text=Esta investigaci3n tiene Evaluar el, enfoque cuantitativo y m3todo deductivo.>
9. Quiroz D, Vasquez S. Efecto de la intervenci3n educativa en el autocuidado del paciente con Diabetes Mellitus Centro de Salud "Sagrado Coraz3n", Trujillo 2020 [Internet]. [Trujillo]: Unviersidad C3sar Vallejo; 2020 [cited 2022 Sep 3]. Available from: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/55655/Quiroz\\_MDM-Vasquez\\_CSK-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/55655/Quiroz_MDM-Vasquez_CSK-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
10. Sobrado L. Efectividad del programa educativo en mejora del conocimiento de pacientes con hiperglicemia atendidos en la cartera del adulto mayor –Hospital I Essalud Tingo María 2018 [Internet]. Universidad de Huánuco; 2019 [cited 2022 Sep 3]. Available from: [http://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/123456789/2350/T047\\_70247417\\_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/123456789/2350/T047_70247417_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
11. Cachique G, L3pez L. Estilo de vida y factores socioculturales del adulto mayor con diabetes mellitus Tipo II. Programa del Adulto Mayor. Hospital II - E - Banda de Shilcayo. Julio - diciembre a3o 2020 [Internet]. Universidad Nacional de San Mart3n - Tarapoto. [Tarapoto]: Universidad Nacional de San Mart3n - Tarapoto; 2021 [cited 2022 Sep 3]. Available from: <http://repositorio.unsm.edu.pe/handle/11458/3930>
12. Mart3nez J, Pino R. Manual pr3ctico de enfermer3a comunitaria [Internet]. 1st ed. Vol. 2. Elsevier Health Sciences; 2020 [cited 2022 Sep 3]. 1–752 p. Available from: [https://books.google.com.pe/books?id=tZIEAAAQBAJ&dq=cuidado+de+pacientes+con+diabetes&hl=es&source=gbs\\_navlinks\\_s](https://books.google.com.pe/books?id=tZIEAAAQBAJ&dq=cuidado+de+pacientes+con+diabetes&hl=es&source=gbs_navlinks_s)
13. Instituto de rehabilitaci3n funcional. ¿Por qu3 es importante el autocuidado? 20 (2), 119-138. Disponible en: <https://www.irflasalle.es/por-que-es-importante-el-autocuidado/#:~:text=El%20autocuidado%20y%20Fo%20cuidado,de%20bienestar%20f%C3%ADsico%20y%20psicol%C3%B3gico.>
14. Diaz M, Riffo A. Importancia de la dieta en pacientes diab3ticos. Revista Hospital

- Clínico Universidad de Chile. Disponible en: [https://redclinica.cl/Portals/0/Users/014/14/14/Publicaciones/Revista/importancia\\_dieta\\_diabeticos.pdf](https://redclinica.cl/Portals/0/Users/014/14/14/Publicaciones/Revista/importancia_dieta_diabeticos.pdf)
15. Fundación Española del corazón. Diabetes y ejercicios. Disponible en: <https://fundaciondelcorazon.com/ejercicio/59-para-enfermos/980-diabetes-y-ejercicio.html>
  16. Orthoinfo. Cuidado del pie diabetico. Academia Americana de Cirujanos Ortopedicos. Disponible en: <https://orthoinfo.aaos.org/es/treatment/cuidado-del-pie-diabetico-care-of-the-diabetic-foot/>
  17. Vilchez J, Romani L, Reategui S. Factores asociados a la realización de actividades de autocuidado en pacientes diabéticos en tres Hospitales de Ucayali. Rev la Fac Med Humana [Internet]. 2020 Mar 27 [cited 2022 Sep 3];20(2):254–60. Available from: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2308-05312020000200254&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2308-05312020000200254&script=sci_arttext)
  18. Mendoza G, Gallegos E, Gutiérrez J. Autocuidado del hombre con diabetes mellitus tipo 2: impacto del machismo. Enfermería Glob [Internet]. 2018 [cited 2022 Sep 3];17(51):1–25. Available from: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1695-61412018000300001](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412018000300001)
  19. Fang Z, Suhonen R, Katajisto J. Association between diabetes-related self-care activities and positive health: a cross-sectional study. BMJ Open [Internet]. 2019 Jul 1 [cited 2022 Sep 3];9(7):1–15. Available from: <https://bmjopen.bmj.com/content/9/7/e023878>
  20. Tineli F, Nahara B, Domingues De Oliveira N, Ribeiro A. Self-care activities in patients with type 2 Diabetes Mellitus: a cross-sectional study. Rev Enferm UERJ [Internet]. 2020 [cited 2022 Sep 3];1(1):1–7. Available from: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2021/01/1146306/atividades-de-autocuidado-52728-en.pdf>
  21. Paudel G, Vandelanotte C, Dahal P. Self-care behaviours among people with type 2 diabetes mellitus in South Asia: A systematic review and meta-analysis. J Glob

- Health [Internet]. 2022 Aug 3 [cited 2022 Sep 3];12(1):1–15. Available from: <https://jogh.org/2022/jogh-12-04056>
22. Sarpooshi D, Taghipour A, Mahdizadeh M, Peyman N. Enablers of and Barriers to Effective Diabetes Self-Care in Iran: A Qualitative Study. Patient Relat Outcome Meas [Internet]. 2020 Apr 17 [cited 2022 Sep 3];11(1):109–18. Available from: <https://www.dovepress.com/enablers-ofnbspand-barriers-to-effective-diabetes-self-care-in-iran-a-peer-reviewed-fulltext-article-PROM>
  23. Fung J. El código de la diabetes : prevenir y revertir la diabetes tipo 2 de manera natural [Internet]. 2nd ed. Vol. 3. Editorial Sirio; 2018 [cited 2022 Sep 3]. 1–368 p. Available from: [https://books.google.com.pe/books?id=IDNpDwAAQBAJ&dq=diabetes&hl=es&source=gbs\\_navlinks\\_s](https://books.google.com.pe/books?id=IDNpDwAAQBAJ&dq=diabetes&hl=es&source=gbs_navlinks_s)
  24. Hernández J, Jaramillo L, Villegas J. La educación en salud como una importante estrategia de promoción y prevención. Arch Med [Internet]. 2020 [cited 2022 Sep 3];20(2):1–20. Available from: <https://www.redalyc.org/journal/2738/273863770021/273863770021.pdf>
  25. De La Guardia M, Ruvalcaba J. La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria. J Negat No Posit Results [Internet]. 2020 [cited 2022 Sep 3];5(1):81–90. Available from: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2529-850X2020000100081](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2529-850X2020000100081)
  26. Falcón I, Martínez A, Macías M. Procedimiento para evaluar programas de salud desde un enfoque gerencial. Retos la Dir [Internet]. 2021 [cited 2022 Sep 3];15(1):187–215. Available from: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2306-91552021000300187](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2306-91552021000300187)
  27. PROFAM. Programa de Educación Continua en Salud Familiar, Ambulatoria y Comunitaria [Internet]. 2020 [cited 2022 Sep 3]. p. 1–3. Available from: <https://www.fundacionmf.org.ar/profamweb/profam.html>
  28. Dirección General de Gestión y Desarrollo de Recursos Humanos en Salud. Programa Nacional de Formación en Salud Familiar y Comunitaria [Internet]. 2016 [cited 2022 Sep 3]. Available from: <https://www.aics.gov.it/wp->

content/uploads/2018/07/PERU\_profam\_2016.pdf

29. Gallardo E. Metodología de la Investigación [Internet]. 1st ed. Vol. 1. Universidad Continental; 2017 [cited 2022 May 22]. 1–98 p. Available from: [https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/4278/1/DO\\_UC\\_EG\\_MAI\\_UC0584\\_2018.pdf](https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/4278/1/DO_UC_EG_MAI_UC0584_2018.pdf)
30. Fuentes D, Toscano A, Malvaceda E, Díaz J, Díaz L. Metodología de la investigación: Conceptos, herramientas y ejercicios prácticos en las ciencias administrativas y contables [Internet]. Editorial Universidad Pontificia Bolivariana; 2020 [cited 2022 May 22]. 1–115 p. Available from: [https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/6201/Metodologia de la investigacion.pdf?sequence=1](https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/6201/Metodologia%20de%20la%20investigacion.pdf?sequence=1)
31. Hernández R, Fernández C, Baptista P. Metodología de la investigación. Editorial Mc; 2014.
32. Yibby F, Hernández A, Rodríguez S, Romero J. La alimentación para pacientes con diabetes mellitus de tipo 2 en tres hospitales públicos de Cundinamarca, Colombia Rev. Miomedica. Vol 38Núm. 3 (2018). Disponible en: <https://revistabiomedica.org/index.php/biomedica/article/view/3816>
33. Viramontes E, González J. Intervención educativa de enfermería para el autocuidado de los pies en personas que viven con diabetes tipo 2. Colombia 2018. [consultado 13 de diciembre del 2022] Disponibles en: <http://www.scielo.org.co/pdf/aqui/v18n3/1657-5997-aqui-18-03-00343.pdf>
34. Huisachan F, Aguilar Y, Flores A, Ninahuaman L. y Yupanqui R. Efectividad de un programa educativo sobre autocuidado en la prevención de complicaciones de miembros inferiores en pacientes con diabetes mellitus, hospital santa María del socorro Lima. Rev. Enferm.Vanguard.2016;4(2):4147.Disponible en:<http://www.unica.edu.pe/alavanguardia/index.php/revan/article/view/9pdf>.



## ANEXOS

## Anexo N° 1. Matriz de consistencia

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA GENERAL	HIPÓTESIS GENERAL	OBJETIVO GENERAL	ASPECTOS TEÓRICOS
<p>¿Cuál es el nivel de efectividad de la promoción del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria, Centro de Salud Morales, 2022?</p> <p><b>PROBLEMAS ESPECÍFICOS</b></p> <p>P.1. ¿Cuál es el nivel de efectividad de la promoción del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria, Centro de Salud Morales, 2022, según dimensión régimen alimentario?</p> <p>P.2. ¿Cuál es el nivel de efectividad de la promoción del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria, Centro de Salud Morales, 2022, según dimensión actividad física?</p> <p>P.3. ¿Cuál es el nivel de efectividad de la promoción del programa de educación continua en salud</p>	<p>Hi: El nivel de efectividad de la promoción del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria, Centro de Salud Morales, 2022, es bajo.</p> <p><b>Hipótesis específicas</b></p> <p>H1: El nivel de efectividad de la promoción del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria, Centro de Salud Morales, 2022, según dimensión régimen alimentario, es alto.</p> <p>H2: El nivel de efectividad de la promoción del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria, Centro de Salud Morales, 2022, según dimensión actividad física, es medio.</p> <p>H3: El nivel de efectividad de la promoción del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria, Centro de Salud Morales, 2022, según dimensión tratamiento farmacológico, es alto.</p> <p>H4: El nivel de efectividad de la promoción del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria, Centro de Salud Morales, 2022, según dimensión cuidado de la piel y pies, es medio.</p>	<p>Determinar el nivel de efectividad de la promoción del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria, Centro de Salud Morales, 2022.</p> <p><b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b></p> <p>O1. Identificar el nivel de efectividad de la promoción del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria, Centro de Salud Morales, 2022, según dimensión régimen alimentario.</p> <p>O2. efectividad de la promoción del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria, Centro de Salud Morales, 2022, según dimensión actividad física.</p> <p>O3. Identificar el nivel de efectividad de la promoción del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria, Centro de Salud Morales, 2022, según dimensión tratamiento farmacológico.</p> <p>O4. Identificar el nivel de efectividad de la promoción del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria, Centro de Salud Morales, 2022,</p>	<p><b>V1: Efectividad de la promoción del autocuidado</b></p> <p>Es el conjunto de acciones intencionadas que realiza la persona para controlar los factores internos o externos, que pueden comprometer su vida y desarrollo posterior. El autocuidado por tanto, es una conducta que realiza o debería realizar la persona para sí misma, de manera que el individuo pueda preservar su salud (5).</p>

<p>familiar ambulatoria y comunitaria, Centro de Salud Morales, 2022, según dimensión tratamiento farmacológico?</p> <p>P.4. ¿Cuál el nivel de efectividad de la promoción del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria, Centro de Salud Morales, 2022, según dimensión cuidado de la piel y pies?</p>		<p>según dimensión cuidado de la piel y pies.</p>								
<p><b>DISEÑO DE INVESTIGACIÓN</b></p>	<p><b>VARIABLES DE ESTUDIO</b></p>	<p><b>POBLACIÓN Y MUESTRA</b></p>	<p><b>INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS</b></p>							
<div data-bbox="73 808 382 899" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> </div> <p><b>Donde:</b>  M: Representa todos los pacientes diabéticos, atendidos en el Programa de Educación Continua en Salud Familiar, Ambulatoria y Comunitaria en el centro de salud de Morales, enero - junio, 2022.  X: Nivel de efectividad de la promoción del autocuidado en pacientes diabéticos.</p>	<p style="text-align: center;"><b>VARIABLE 1</b></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: left;">Variable I</th> <th style="text-align: left;">Dimensiones</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="4" style="vertical-align: top;">Efectividad de la promoción de autocuidado</td> <td>Régimen alimentario</td> </tr> <tr> <td>Actividad física</td> </tr> <tr> <td>Tratamiento farmacológico</td> </tr> <tr> <td>Cuidado de la piel y pies</td> </tr> </tbody> </table>	Variable I	Dimensiones	Efectividad de la promoción de autocuidado	Régimen alimentario	Actividad física	Tratamiento farmacológico	Cuidado de la piel y pies	<p><b>Población</b>  Estará conformada por los pacientes atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, en el periodo Enero-Junio, 2022.</p> <p><b>Muestra</b>  Estará constituida por 140 pacientes atendidos en el PROFAM en el centro de salud Morales, en el periodo Enero-Junio, 2022.</p>	<p style="text-align: center;"><b>Técnica</b>  Encuesta</p> <p style="text-align: center;"><b>Instrumento</b>  Cuestionario</p>
Variable I	Dimensiones									
Efectividad de la promoción de autocuidado	Régimen alimentario									
	Actividad física									
	Tratamiento farmacológico									
	Cuidado de la piel y pies									

**Anexo N° 02. Solicitud de permiso**

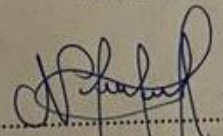
 UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTIN-TARAPOTO   
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA


**Solicitud de Permiso**  
**Oficio S/N-2022-/SMPG.**  
**Sra. Directora del Centro de Salud de Morales**  
**Obst. Lenny Yudith Diaz Narba**


**SD.** Natally Cecilia Cerna Fasabi Egresada de la Escuela Profesional de Enfermería, me encuentro realizando el proyecto de investigación titulado: **“Efectividad: promoción del autocuidado del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria. Centro de Salud Morales, 2022”**, a fin de poder optar el título profesional de Licenciado en Enfermería. Para lo cual solicito el permiso y/o autorización para aplicar el instrumento de investigación a los paciente que forman parte del PROFAM del Centro de Salud de Morarles con previo consentimiento informado.

**Por lo expuesto.**  
Solicito, acceda a mi petición por ser de justicia.

Tarapoto, 27 de Octubre de 2021

Atentamente:  
  
.....  
**Natally Cecilia Cerna Fasabi**  
Egresado de Enfermería







**Anexo N° 03: Consentimiento Informado**

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTIN  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA**



Natally Cecilia Cerna Fasabi, Bachiller en Enfermería de la Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto; estoy realizando un estudio de investigación que lleva por título: **“Efectividad: promoción del autocuidado del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria. Centro de Salud Morales, 2022”**,

Después de leer el consentimiento informado, me proporcionará su respuesta si desea o no participar en el estudio, de aceptar participar en el estudio solicito conteste con sinceridad las preguntas de la encuesta, marcando con una (x) la respuesta que considere adecuada.

Hago de su conocimiento que la información es absolutamente confidencial y anónima, solo será de uso exclusivo del autor con fines científicos; sin antes recordarle que nadie le obliga a ser parte de ella; y no hay ningún inconveniente si decide no participar o retirarse del estudio.

**Fecha:**

|



.....

**Firma del Investigador**

.....

**Firma del (la) Participante**

**Anexo N° 04: Solicitud de aceptación**



  
**DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD DE SAN MARTÍN**
  
 "AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL"

Morales, 21 de diciembre de 2022

**CARTA N° 054 – 2022-D-MICRORED-MORALES**



Señorita:  
**Bach. NATALLY CECILIA CERNA FASABI**  
**ESTUDIANTE DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD – ENFERMERIA**  
**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTIN**  
**Tarapoto.-**

**ASUNTO : ACEPTACIÓN DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

Es grato dirigirme a usted, para saludarlo cordialmente a nombre de la Micro Red de Salud de Morales y a nombre propio, al mismo tiempo se da respuesta a la solicitud S/n de fecha 27 de octubre del presente año; que mediante el Artículo 53° del Reglamento General de Investigación de la UNSM-T; establece que: "Los estudiantes de pregrado deberán realizar un trabajo de investigación para la obtención del bachillerato y una tesis o trabajo de suficiencia para el título profesional. En tal sentido se le aprueba el proyecto de investigación titulado **"EFECTIVIDAD: PROMOCIÓN DEL AUTOCUIDADO DEL PROGRAMA DE EDUCACIÓN CONTINUA EN SALUD FAMILIAR AMBULATORIA Y COMUNITARIA EN EL CENTRO DE SALUD DE MORALES - 2022;** para ser desarrollado a partir del 14 al 21 de diciembre del presente año.

Propicia es la oportunidad para reiterar las muestras de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente;


  
 Geraldine Sanchez Rojas  
 MÉDICO CIRUJANO  
 C.M.P. 1864

GSR/yag  
 C.C.  
 Archivo

---

Jr. Primero de Mayo N° 500 – Distrito de MORALES  
 Correo electrónico: [mrumorales@hotmail.com](mailto:mrumorales@hotmail.com)

**Anexo N° 05: Instrumentos de recolección de datos**

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA**



**Cuestionario – Efectividad de la promoción de autocuidado**

El presente instrumento tiene como finalidad dar a conocer la efectividad de la promoción de autocuidado en pacientes de diabetes en el distrito de Morales. En donde se le pide que conteste de forma verídica, y cierta marcando con una (x) en el recuadro que crea correspondiente.

Nunca (1)	A veces (2)	Siempre (3)
--------------	----------------	----------------

<b>Efectividad de la promoción de autocuidado</b>		<b>Escala</b>		
<b>Dimensión: Régimen alimentario</b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
1	Usted tiene un horario establecido de comidas			
2	Consume carnes saludables			
3	Usted consume frutas, verduras en su dieta			
4	Realiza controles con la nutricionista			
5	Con qué frecuencia recibe información sobre su alimentación			
6	Consume al día al menos dos litros de agua			
7	Usted realiza un control adecuado de su peso			
<b>Dimensión: Actividad física</b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
8	Realiza ejercicio como mínimo 30 minutos al día			
9	Usted realiza una rutina adecuada de ejercicios activos			
10	Realiza caminatas de al menos 20 a 30 minutos			
11	Realiza de forma adecuada ejercicios pasivos, activos de flexión en casa			
<b>Dimensión: Tratamiento farmacológico</b>		<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
12	Toma sus medicamentos según indicación médica			
13	Asiste a sus consultas médicas mensuales			
14	Realiza su control de glucosa periódicamente			
15	Revisa las reacciones secundarias de los medicamentos			
<b>Dimensión: Cuidado de la piel y pies</b>				
16	Realiza lavado y secado de sus pies teniendo cuidado de los dedos. Sin friccionar			
17	Inspecciona diariamente sus pies en busca de lesiones, emplea espejo			
18	Utiliza zapatos cómodos, punta ovalada o cuadrada			
19	Realiza el corte de uñas en forma recta			
20	Utiliza medias sin banda superior elástica, costura y arrugas			
21	Si tiene una herida lava con agua y jabón, la protege con gasa.			
22	Evita rasguños, pinchazos en la piel			
23	Se baña y seca con cuidado en las zonas de pliegue ingle y ombligo			
24	Utiliza cremas para hidratar su piel			
25	Usa guantes para proteger sus manos cuando está en riesgo de lesionarse			

## Anexo N° 06: Grado de confiabilidad del instrumento

### Escala: ALL VARIABLES

		N	%
Casos	Válido	20	100,0
	Excluido	0	,0
	Total	20	100,0

Alfa de Cronbach	N de elementos
0,872	25

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
Item01	19,55	66,576	,482	,866
Item02	19,55	64,787	,673	,861
Item03	19,40	63,833	,681	,860
Item04	20,10	69,147	,220	,873
Item05	20,10	65,147	,588	,863
Item06	19,60	66,568	,527	,865
Item07	20,00	68,833	,239	,873
Item08	19,75	72,187	-,039	,878
Item09	20,10	69,568	,218	,873
Item10	19,75	66,618	,426	,868
Item11	20,25	68,618	,319	,870
Item12	19,65	64,239	,520	,865
Item13	19,75	66,513	,489	,866
Item14	19,75	66,187	,484	,866
Item15	19,80	67,958	,396	,868
Item16	19,55	63,734	,688	,860
Item17	20,15	69,292	,245	,872
Item18	19,50	66,158	,506	,865
Item19	19,90	64,095	,589	,862
Item20	19,80	64,274	,553	,864
Item21	19,65	62,239	,818	,855
Item22	19,70	66,011	,466	,869
Item23	19,80	66,695	,360	,870
Item24	20,45	69,183	,317	,870
Item25	20,00	72,833	-,088	,878

# Efectividad: promoción del autocuidado del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria. Centro de Salud Morales, 2022.

*por* Natally Cecilia Cernafasabi

---

**Fecha de entrega:** 27-ene-2023 09:59a.m. (UTC-0500)

**Identificador de la entrega:** 2000540531

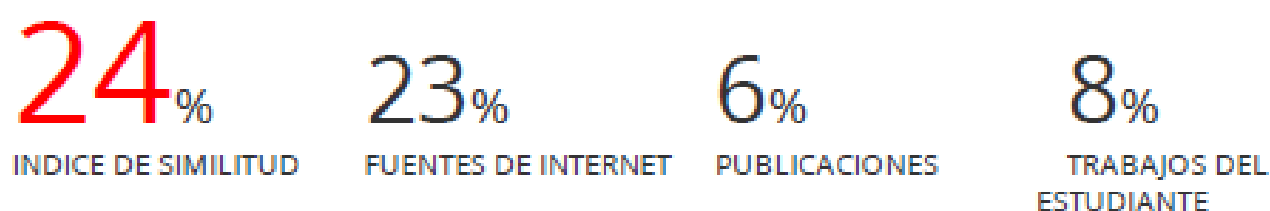
**Nombre del archivo:** Informe\_final\_de\_tesis\_Natally\_Cerna\_Fasabi\_27\_01\_23.docx (2.92M)

**Total de palabras:** 11826

**Total de caracteres:** 66475

## Efectividad: promoción del autocuidado del programa de educación continua en salud familiar ambulatoria y comunitaria. Centro de Salud Morales, 2022.

### INFORME DE ORIGINALIDAD



### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<a href="https://repositorio.uma.edu.pe">repositorio.uma.edu.pe</a> Fuente de Internet	<b>3%</b>
<b>2</b>	<a href="https://repositorio.unsm.edu.pe">repositorio.unsm.edu.pe</a> Fuente de Internet	<b>3%</b>
<b>3</b>	<a href="https://preemp.medicapanamericana.com">preemp.medicapanamericana.com</a> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>4</b>	<a href="https://repositorio.ucv.edu.pe">repositorio.ucv.edu.pe</a> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>5</b>	Submitted to Universidad Nacional de San Martín Trabajo del estudiante	<b>2%</b>
<b>6</b>	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>7</b>	<a href="https://tesis.unsm.edu.pe">tesis.unsm.edu.pe</a> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>8</b>	<a href="https://hdl.handle.net">hdl.handle.net</a> Fuente de Internet	<b>1%</b>