

UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA



TESIS

“Conocimientos y prácticas de prevención de varices en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023”

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA

AUTORA: Villalobos Aranda, Silvia Felicita

ASESORA: Lazarte y Avalos, Ana Gardenia

HUÁNUCO – PERÚ

2024

U

TIPO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:

- Tesis (X)
- Trabajo de Suficiencia Profesional ()
- Trabajo de Investigación ()
- Trabajo Académico ()

LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN: Promoción de salud – prevención de enfermedad – recuperación del individuo, familia y comunidad

AÑO DE LA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN 2020

CAMPO DE CONOCIMIENTO OCDE:

Área: Ciencias médicas, Ciencias de la salud.

Sub área: Medicina Clínica.

Disciplina: Enfermedad vascular periférica.

D

DATOS DEL PROGRAMA:

Nombre del Grado/Título a recibir: Título Profesional de Licenciada en Enfermería

Código del Programa: P03

Tipo de Financiamiento:

- Propio (X)
- UDH ()
- Fondos Concursables ()

DATOS DEL AUTOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 47684353

DATOS DEL ASESOR:

Documento Nacional de Identidad (DNI): 22419815

Grado/Título: Doctor en ciencias de la salud

código orcid: 0000-0002-4296-0005

DATOS DE LOS JURADOS:

H

Nº	APELLIDOS Y NOMBRES	GRADO	DNI	Código ORCID
1	Leiva Yaro, Amalia Verónica	Doctora en ciencias de la salud	19834199	0000-0001-9810-207X
2	Medrano Cespedes, Ahida	Doctora en ciencias de la educación	22463245	0000-0003-2094-0799
3	Serna Roman, Bertha	Título de segunda especialidad profesional en enfermería en pediatría	22518726	0000-0002-8897-0129



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la ciudad de Huánuco, siendo las 11:00 horas del día 21 del mes de octubre del año dos mil veinticuatro, en Auditorio de la Facultad de Ciencias de la Salud en cumplimiento de lo señalado en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad de Huánuco, se reunió el Jurado Calificador integrado por los docentes:

- DRA. AMALIA VERONICA LEIVA YARO (PRESIDENTE)
- DRA. AHÍDA MEDRANO CESPEDES (SECRETARIA)
- LIC. ENF. ENF. BERTHA SERNA ROMAN (VOCAL)
- MG. MELY MELENI RUIZ AQUINO (ACCESITARIA)
- MG. ANA GARDENIA LAZARTE Y AVALOS (ASESORA)

Nombrados mediante Resolución N° 2722-2024-D-FCS-UDH, para evaluar la Tesis intitulado: "CONOCIMIENTOS Y PRACTICAS DE PREVENCION DE VARICES EN LOS PROFESIONALES DE ENFERMERÍA DEL HOSPITAL REGIONAL HERMILO VALDIZÁN MEDRANO, HUÁNUCO 2023"; presentado por el Bachiller en Enfermería **Bachiller. VILLALOBOS ARANDA, SILVIA FELICITA**, se desarrolló en dos etapas: exposición y absolución de preguntas, procediéndose luego a la evaluación por parte de los miembros del Jurado.

Habiendo absuelto las objeciones que le fueron formuladas por los miembros del jurado y de conformidad con las respectivas disposiciones reglamentarias, procedieron a deliberar y calificar, declarándolo (a) *Aprobado*..... Por *unanimidad*., con el calificativo cuantitativo de *15/15* y cualitativo de *Bueno*.....

Siendo las, *12:15*... horas del día *21*... del mes de *octubre*... del año 2024, los miembros del Jurado Calificador firman la presente Acta en señal de conformidad.

SECRETARIA

DRA. AHÍDA MEDRANO CESPEDES
Cod. 0000-0002-7949-7421
DNI: 22463245

PRESIDENTE

DRA. AMALIA VERONICA LEIVA YARO
Cód. 0000-0001-9810-2007X
DNI: 19834199

VOCAL

LIC. ENF. ENF. BERTHA SERNA ROMAN
Cod. 0000-0002-8897-0129
DNI: 22518726



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El comité de integridad científica, realizó la revisión del trabajo de investigación del estudiante: SILVIA FELICITA VILLALOBOS ARANDA, de la investigación titulada "Conocimientos y prácticas de prevención de varices en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023", con asesora ANA GARDENIA LAZARTE Y AVALOS, designada mediante documento: RESOLUCIÓN N° 497-2021-D-FCS-UDH, del P. A. de ENFERMERÍA.

Puede constar que la misma tiene un índice de similitud del 23 % verificable en el reporte final del análisis de originalidad mediante el Software Turnitin.

Por lo que concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con todas las normas de la Universidad de Huánuco.

Se expide la presente, a solicitud del interesado para los fines que estime conveniente.

Huánuco, 17 de julio de 2024



RICHARD J. SOLIS TOLEDO
D.N.I.: 47074047
cod. ORCID: 0000-0002-7629-6421



FERNANDO F. SILVERIO BRAVO
D.N.I.: 40618286
cod. ORCID: 0009-0008-6777-3370

18. Villalobos Aranda, Silvia Felicita.docx

INFORME DE ORIGINALIDAD

23%

INDICE DE SIMILITUD

24%

FUENTES DE INTERNET

1%

PUBLICACIONES

5%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.udh.edu.pe

Fuente de Internet

15%

2

distancia.udh.edu.pe

Fuente de Internet

4%

3

Submitted to Universidad de Huanuco

Trabajo del estudiante

1%

4

docplayer.es

Fuente de Internet

1%

5

mail.revistas.unica.edu.pe

Fuente de Internet

1%



RICHARD J. SOLIS TOLEDO,
D.N.I.: 47074047
cod. ORCID: 0000-0002-7629-6421



FERNANDO F. SILVERIO BRAVO
D.N.I.: 40618286
cod. ORCID: 0009-0008-6777-3370

DEDICATORIA

A Dios, mis padres y mis hermanos, por sus palabras de aliento y nunca bajar los brazos aun cuando todo se complicaba, los quiero.

A mi mascota mi compañero fiel en los buenos y malos momentos tu presencia a mi lado me da el coraje y la fuerza para enfrentar cualquier desafío.

AGRADECIMIENTOS

A la asesora del presente estudio, Mg. Ana Gardenia Lazarte y Avalos por otorgarme el apoyo pedagógico necesario para realizar este estudio.

A mi familia por el apoyo proporcionado a lo largo de mi carrera profesional y ser un sostén importante en el desarrollo de esta investigación

ÍNDICE

DEDICATORIA	II
AGRADECIMIENTOS	III
ÍNDICE.....	IV
ÍNDICE DE TABLAS	VII
ÍNDICE DE ANEXOS.....	IX
RESUMEN.....	X
ABSTRACT.....	XI
INTRODUCCIÓN.....	XII
CAPÍTULO I.....	14
EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	14
1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA.....	14
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	18
1.2.1. PROBLEMA GENERAL.....	18
1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS.....	19
1.3. OBJETIVOS.....	19
1.3.1. OBJETIVO GENERAL.....	19
1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	19
1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO.....	20
1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA.....	20
1.4.2. JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA.....	20
1.4.3. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA.....	21
1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN.....	21
1.6. VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN.....	22
CAPÍTULO II.....	23
MARCO TEÓRICO.....	23
2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.....	23
2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES.....	23
2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES.....	24
2.1.3. ANTECEDENTES LOCALES.....	25
2.2. BASES TEÓRICAS.....	26
2.2.1. MODELO DE LOS NIVELES DE PREVENCIÓN DE LEAVELL Y CLARK.....	26

2.2.2. MODELO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD.....	27
2.2.3. TEORÍA DEL AUTOCUIDADO DE DOROTHEA OREM	27
2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES.....	28
2.3.1. CONCEPTO DE CONOCIMIENTO	28
2.3.2. CONCEPTO DE PRÁCTICAS	29
2.3.3. DEFINICIÓN DE VÁRICES	29
2.3.4. PREVENCIÓN DE VÁRICES EN PROFESIONALES DE ENFERMERÍA.....	30
2.3.5. CONOCIMIENTOS SOBRE PREVENCIÓN DE VÁRICES	30
2.3.6. DIMENSIONES DE CONOCIMIENTOS SOBRE PREVENCIÓN DE VÁRICES.....	31
2.3.7. PRÁCTICAS DE PREVENCIÓN DE VÁRICES	36
2.4. HIPÓTESIS	37
2.4.1. HIPÓTESIS GENERAL.....	37
2.4.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS	37
2.5. VARIABLES	38
2.5.1. VARIABLE INDEPENDIENTE	38
2.5.2. VARIABLE DEPENDIENTE	38
2.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	38
CAPÍTULO III.....	41
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....	41
3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	41
3.1.1. ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN	41
3.1.2. NIVEL DE INVESTIGACIÓN.....	41
3.1.3. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	41
3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA	42
3.2.1. POBLACIÓN	42
3.2.2. MUESTRA	42
3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS..	43
3.3.1. PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS	43
3.3.2. PARA LA PRESENTACIÓN DE DATOS	48
3.3.3. PARA EL ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS	48
3.4. ASPECTOS ÉTICOS	48
CAPÍTULO IV.....	50

RESULTADOS.....	50
4.1. PROCESAMIENTO DE DATOS	50
4.2. CONTRASTACIÓN Y PRUEBA DE HIPÓTESIS	64
CAPÍTULO V.....	69
DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	69
5.1. CONTRASTACIÓN DE RESULTADOS.....	69
CONCLUSIONES	74
RECOMENDACIONES.....	75
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	78
ANEXOS.....	85

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Características sociodemográficas de los profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023.....	50
Tabla 2. Características laborales de los profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023.....	51
Tabla 3. Características informativas en profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023.....	52
Tabla 4. Distribución de los conocimientos sobre los aspectos generales de las várices en profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023.....	53
Tabla 5. Distribución de los conocimientos sobre los factores de riesgo de várices en profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023.....	54
Tabla 5. Distribución de los conocimientos sobre la prevención primaria de várices en profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023.....	55
Tabla 7. Distribución de los conocimientos sobre la prevención secundaria de várices en profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023.....	56
Tabla 8. Dimensiones de los conocimientos sobre prevención de várices en profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023	57
Tabla 9. Conocimientos sobre prevención de várices en profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023.....	58
Tabla 10. Distribución de las prácticas de prevención de várices en la dimensión alimentación de los profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023.....	59
Tabla 11. Distribución de las prácticas de prevención de várices en la dimensión actividad física de los profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023.....	60

Tabla 12. Distribución de las prácticas de prevención de várices en la dimensión cuidados personales de los profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023.....	61
Tabla 13. Dimensiones de las prácticas de prevención de várices en la dimensión cuidados personales de los profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023.....	62
Tabla 14. Prácticas de prevención de várices en la dimensión cuidados personales de los profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023.....	63
Tabla 15. Relación entre los conocimientos y prácticas de prevención de várices en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023.....	64
Tabla 16. Relación entre los conocimientos sobre los aspectos generales de várices y prácticas de prevención de várices en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023.....	65
Tabla 17. Relación entre los conocimientos sobre factores de riesgo de várices y prácticas de prevención de várices en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023.....	66
Tabla 18. Relación entre los conocimientos sobre prevención primaria de várices y prácticas de prevención de várices en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023.....	67
Tabla 19. Relación entre los conocimientos sobre prevención secundaria de várices y prácticas de prevención de várices en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023.....	68

ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO 1 MATRIZ DE CONSISTENCIA	86
ANEXO 2 INSTRUMENTOS ANTES DE LA VALIDACIÓN	91
ANEXO 3 INSTRUMENTOS DESPUÉS DE LA VALIDACIÓN	95
ANEXO 4 CONSENTIMIENTOS INFORMADOS	102
ANEXO 5 CONSTANCIAS DE VALIDACIÓN.....	111
ANEXO 6 DOCUMENTOS SOLICITANDO PERMISO PARA EJECUCIÓN DE ESTUDIO	119
ANEXO 7 DOCUMENTOS DE AUTORIZACIÓN DEL ÁMBITO DE ESTUDIO	120
ANEXO 8 BASE DE DATOS.....	121
ANEXO 9 CONSTANCIA DE REPORTE DE TURNITIN	129

RESUMEN

Objetivo. Determinar la relación entre los conocimientos y prácticas de prevención de várices en profesionales de Enfermería. **Métodos.** Estudio cuantitativo, analítico, nivel y diseño relacional efectuado en 195 profesionales de Enfermería encuestados con un cuestionario de conocimientos y prácticas de prevención de várices; el contraste de hipótesis se hizo con el Chi Cuadrado y una $p < 0,05$ aplicándose los principios bioéticos. **Resultados.** En el conocimiento sobre prevención de várices, 67,2% de profesionales de Enfermería tuvieron conocimientos buenos y 37,8% mostraron malos conocimientos, 73,3% tuvieron conocimiento bueno sobre los aspectos generales de varices; 58,5% mostraron conocimiento bueno sobre los factores de riesgo de várices; 68,7% exhibieron conocimiento bueno en prevención primaria de várices y 69,7% tuvieron conocimiento bueno en prevención secundaria de várices. En la evaluación de prácticas, 55,4% presentaron prácticas adecuadas y 44,6% prácticas inadecuadas en prevención de várices. Estadísticamente, los conocimientos mostraron relación con las prácticas de prevención de várices en los profesionales de Enfermería con un valor $p = 0,000$; y en las dimensiones se encontró que los conocimientos sobre aspectos generales ($p = 0,000$), factores de riesgo ($p = 0,000$), prevención primaria ($p = 0,000$) y prevención secundaria de várices ($p = 0,002$) se relacionaron con las prácticas de prevención de várices. **Conclusión.** Los conocimientos se relacionaron con las prácticas de prevención de várices en los profesionales de Enfermería del Hospital Hermilio Valdizán de Huánuco.

Palabras clave: Conocimiento; Práctica; Prevención Primaria; Prevención Secundaria; Várices; Enfermeras (Fuente: DECS – BIREME)

ABSTRACT

Objective: Determine the relationship between knowledge and practices of prevention of varicose veins in nursing professionals. **Methods:** Quantitative, analytical, level and relational design study carried out in 195 nursing professionals evaluated with a questionnaire of knowledge and practices of prevention of varicose veins; the hypothesis contrast was made with the Chi Square and a $p < 0,05$ applying the bioethical principles. **Results.** In the knowledge on prevention of varicose veins, 67.2% of nursing professionals surveyed showed good knowledge and 37.8% bad knowledge; in the dimensions, 73.3% had good knowledge on general aspects of varicose veins; 58.5% showed good knowledge about risk factors of varicose veins; 68.7% had good knowledge about primary prevention of varicose veins and 69.7% had good knowledge about secondary prevention of varicose veins. In the practices, 55.4% had good practices and 44.6% had inadequate prevention practices. Inferentially, the knowledge was related to the practices of prevention of varicose veins in nursing professionals with a value $p = 0.000$; and in the evaluation by dimensions it was found that the knowledge on the general aspects ($p = 0.000$), risk factors ($p = 0.000$), primary prevention ($p = 0.000$) and secondary prevention of varicose veins ($p = 0.002$) were related to the prevention practices of varicose veins in the analysis sample. **Conclusions:** The knowledge related to the practices of prevention of varicose veins in the nursing professionals of the Hospital Hermilio Valdizán de Huánuco.

Key words: Knowledge; Practice; Primary Prevention; Secondary Prevention; Varicose Veins, Nurses (Source: MeSH-NLM)

INTRODUCCIÓN

Las várices actualmente son consideradas como un dilema sanitario de creciente magnitud a nivel mundial pues debido a que cada año se incrementan el número de personas que la padecen representando una de las principales causas de ausentismo laboral e impactando negativamente en su bienestar en el entorno socioeconómico y laboral¹.

Al respecto, existen estudios que reconocen que el desarrollo de várices es más frecuente en las personas que pasan varias de pie en su trabajo siendo los profesionales de Enfermería uno de los grupos laborales más afectados con esta problemática debiendo aplicar las medidas de prevención necesarias para tener una buena calidad de vida laboral².

Por ello es importante que los profesionales de Enfermería tengan conocimientos idóneos sobre la prevención de las várices para que puedan aplicarlas en su vida cotidiana; sin embargo, ello muchas veces no es considerado por estas personas quienes efectúan intervenciones de riesgo que elevan las tasas de incidencia de várices en este grupo laboral³.

En este sentido este trabajo de tesis se desarrolla con el propósito de determinar la relación entre los conocimientos y prácticas de prevención de várices en los profesionales de Enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano de Huánuco 2023; constituyéndose en un estudio importante porque permite conocer la situación real de esta problemática en el ámbito de análisis para que puede ser utilizada por los encargados del departamento de Enfermería de esta entidad hospitalaria para implementar protocolos y estrategias institucionales que promuevan la prevención de las várices en el personal de salud y su tratamiento adecuado en aquellos que se encuentran aquejados con esta patología.

Por ello se cumple con presentar esta tesis dividida estructuralmente en 5 capítulos que empieza con el capítulo uno donde se describe y formula los problemas de estudio y los objetivos de la tesis; seguido del segundo capítulo que se relaciona con el marco teórico de la investigación.

Luego en el tercer capítulo se detalla la metodología aplicada en el estudio describiendo datos relacionados a la población, muestra, técnicas e instrumentos de recolección de datos, incluyendo los procedimientos de recolección de información, control y análisis de datos para finalmente detallar los aspectos éticos aplicados en la tesis.

A continuación, en el cuarto capítulo se describe los resultados descriptivos según variables evaluadas y el contraste de hipótesis, para finalmente en el quinto capítulo realizar la discusión de los resultados más significativos del informe.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

En la actualidad las várices de miembros inferiores son consideradas como una patología de gran magnitud en la sociedad contemporánea por sus altos costos de tratamiento y representar una causa importante de ausentismo laboral identificándose con preocupación que sus casos se están incrementando de manera alarmante en la población⁴.

En este sentido Espínola et al⁵ manifiestan que esta patología representa la hinchazón o dilatación de venas ubicadas en las piernas que impiden el retorno sanguíneo hacia el corazón provocado porque las principales válvulas circulatorias están funcionando mal y afectan el bienestar de las personas afectadas con esta patología cardiovascular.

Arias et al⁶ señalan que las várices en miembros inferiores tienden a afectar a una gran cantidad de personas representando un problema sanitario que ocupa una de las diez primeras causas de mortalidad en el mundo siendo también uno de los principales motivos de discapacidad y amputación no traumática en las poblaciones de riesgo.

Al respecto, Vásquez y Acevedo⁷ señalan que las várices de miembros inferiores representan actualmente la patología de mayor frecuencia entre las patologías de la zona periférica vascular con una elevada prevalencia en la población, siendo su incidencia en personas que paran varias horas de pie en su jornada de trabajo afectando principalmente a los profesionales de la salud.

En este sentido Rodríguez et al⁸ menciona que el personal profesional de Enfermería representa uno de los grupos laborales que presentan mayor incidencia de varices debido a hábitos pocos saludables y porque en sus turnos de trabajo tienden a pasar varias horas de pie cuidando a los pacientes favoreciendo que tengan problemas de insuficiencia periférica en las piernas.

Figuroa y Vergaray⁹ señalan que las enfermeras que trabajan en los

hospitales son los que tienen un alto riesgo de presentar várices en sus piernas porque en su trabajo se encuentran más de seis horas de pie brindando cuidados terapéuticos en los pacientes sin realizar descansos o pausas laborales aumentando el riesgo de presentar esta patología.

Ante¹⁰ señala que a ello se le suma que en la actualidad se ha apreciado que una proporción mayoritaria de enfermeros(as) tienden a tener dos trabajos que incrementa el número de horas que tienen que mantenerse de pie durante el día aumentando también el riesgo de presentar várices en las piernas, afectando a más del 50% de profesionales de Enfermería.

Ello es reconocido por Jaramillo y Torres¹¹ quienes manifiestan que hay prevalencia elevada de várices en los profesionales de Enfermería que laboran en las unidades hospitalarias estimando que entre el 40% y 60% de ellos tienden a desarrollar várices en algún momento de su vida siendo esta condición clínica más frecuente en mujeres.

Al respecto, Silva et al³ manifiestan que reportes publicados por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en el 2022 indicaron que casi el 60% de enfermeros(as) presentan problemas de várices en las piernas con una incidencia mayor en aquellos que laboran en unidades quirúrgicas y pasan varias horas del día de pie.

En los países de América Latina, Joya et al¹² afirma que estudios realizados en el año 2022 evidencian que la prevalencia de várices en enfermeros(as) es alta, señalando que entre el 50% y 70% de ellos presentan problemas de insuficiencia venosa periférica por laborar varias horas del día de pie y realizar actividades sedentarias.

En el Perú, Márquez¹³ señala que las várices son consideradas como una patología ocupacional destacando que el MINSA en el 2022 reportó que cerca del 65% de profesionales de Enfermería de las entidades hospitalarias presentan problemas de várices por una inadecuada aplicación de sus medidas preventivas en el entorno laboral.

Sin embargo Sánchez¹⁴ menciona que esto muchas veces no es

considerado por los enfermeros(as) quienes no aplican las medidas preventivas de las várices por el limitado o conocimiento que tienen sobre este aspecto que provoca que tengan prácticas inadecuadas en su trabajo incrementándose los casos de presencia de várices en este grupo ocupacional.

Al respecto Aliaga et al¹⁵ sostienen que existe una proporción importante de enfermeros(as) que desconocen sobre los factores que predisponen el desarrollo de las várices causando que no apliquen las medidas preventivas en su jornada de trabajo y que se incrementen las tasas de incidencia de insuficiencia venosa periférica en los ambientes hospitalarios.

En este sentido, Apaza¹⁶ señala que es prudente reconocer que la información sobre los conocimientos y prácticas de prevención de várices en los profesionales de Enfermería es limitada por ser un problema poco analizado en el ámbito científico sin embargo existen algunas investigaciones que vislumbran la situación de este problema en este grupo profesional.

Silva et al³ en el 2023 en México demostró que 90,9% de enfermeros(as) mostraron conocimientos inadecuados sobre el autocuidado de las várices teniendo mayoritariamente aplicación incorrecta de las prácticas preventivas de las várices en sus actividades cotidianas.

En el Perú, Márquez¹³ en Ica en el 2022 evidenció que 54,3% de enfermeros(as) tenía conocimiento insuficiente sobre la prevención de las várices mostrando más del 60% de ellos una práctica incorrecta de prevención de la insuficiencia venosa periférica en su entorno de trabajo.

En Lima, Pimentel¹⁷ en el 2019 demostró que 70% de profesionales de Enfermería mostraron limitado conocimiento sobre los factores predisponentes de las várices y sus estrategias de prevención, provocando que una proporción mayoritaria de ellos tengan una aplicación inadecuada de estas medidas en el contexto laboral.

En Huánuco, Flores¹⁸ en el 2019 demostró que 52,4% de enfermeros(as) de un nosocomio materno infantil presentaron várices mostrando la mayoría

de ellos un conocimiento insuficiente y aplicación incorrecta de los hábitos de prevención de las várices en su periodo de trabajo.

En este sentido, Escobal¹⁹ señala que esta situación es provocada por la escasa sensibilización que tienen los enfermeros(as) sobre la prevención de las várices asociado también al déficit de actividades informativas sobre esta temática en las entidades hospitalarias que condicionan para que estas medidas no sean aplicadas adecuadamente en el ámbito asistencial.

Al respecto, Vásquez²⁰ manifiesta que ello también es causado porque en la mayoría de los hospitales no se cuenta con un área de salud ocupacional que se encargue de brindar actividad de capacitación e información a los enfermeros(as) sobre las actividades preventivas de las várices, provocando que este problema sea álgido en este grupo laboral.

En cuanto a las consecuencias de este problema Cruz²¹ señala que el limitado conocimiento y aplicación práctica de hábitos preventivos de las várices provoca que aumente el riesgo de que los enfermeros(as) presenten várices, incrementando las tasas de ausentismo laboral debido a complicaciones relacionadas a esta enfermedad.

Acuña²² sostiene que las complicaciones más frecuentes de las várices son la presencia de úlceras varicosas, tromboflebitis que pueden ocasionar el desarrollo de embolia a nivel pulmonar y producir el deceso de las personas que padecen esta patología.

Frente a ello, Flores²³ manifiesta que las alternativas de solución deben estar enfocadas a la realización o implementación de programas de capacitación en las entidades hospitalarias donde se brinde información al personal de Enfermería sobre los factores predisponentes de las várices y sus estrategias de prevención para que puedan aplicarlo adecuadamente en su turno laboral.

Cortez²⁴ también señala que es importante que en los hospitales se realicen actividades preventivo-promocionales encaminadas a mejorar los conocimientos del personal de Enfermería sobre la prevención de las várices

sugiriendo la implementación de estrategias como los descansos o pausas laborales para reducir la incidencia de casos de várices en este grupo profesional.

En este sentido, se reconoce que la situación problemática expuesta previamente también ha sido identificada en los enfermeros(as) del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano de Huánuco pues la mayoría de ellos tiende a realizar turnos de 6 a 12 horas, pasando varias horas del día en bipedestación prolongada, no alternando periodos de descanso durante su turno laboral no utilizan medidas elásticas y tienen tendencia a tener una alimentación no saludable que incrementa el riesgo de desarrollo de várices, identificándose también que un grupo de enfermeros(as) no tienen conocimiento adecuado sobre la prevención de esta patología en el ámbito ocupacional.

Al conversar con los profesionales de Enfermería respecto a la situación de este problema manifiestan: “no conozco mucho sobre la prevención de las várices no me he preocupado por buscar información sobre este tema”, “sé que algunos de mis colegas sufren de várices pero no conozco exactamente porque se produce ello ni cómo se evita”; otros afirman “en ocasiones las piernas se me hinchan y siento que se me adormece esa zona”, “siento pesadez, ardor y cansancio en mis piernas cuando estoy mucho tiempo de pie”; “al final de turno siempre elevo mis piernas para que descansen un rato”, entre otras expresiones que conllevan a evaluar la situación del problema en esta entidad hospitalaria.

Por ello fue realizado esta tesis buscando identificar la relación entre los conocimientos y prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del Hospital Hermilio Valdizán.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. PROBLEMA GENERAL

¿Cuál es la relación entre los conocimientos y prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del Hospital

1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS

1. ¿Cuál es la relación entre los conocimientos sobre los aspectos generales de las várices y las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del HRHVM?
2. ¿Cuál es la relación entre los conocimientos sobre los factores de riesgo de las várices y las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del HRHVM?
3. ¿Cuál es la relación entre los conocimientos sobre la prevención primaria de las várices y las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del HRHVM?
4. ¿Cuál es la relación entre los conocimientos sobre la prevención secundaria de las várices y las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del HRHVM?

1.3. OBJETIVOS

1.3.1. OBJETIVO GENERAL

Determinar la relación entre los conocimientos y prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del HRHVM, Huánuco 2023.

1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Identificar la relación entre los conocimientos sobre los aspectos generales de las várices y las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del HRHVM.
2. Analizar la relación entre los conocimientos sobre los factores de riesgo de las várices y las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del HRHVM.
3. Evaluar la relación entre los conocimientos sobre la prevención primaria de las várices y las prácticas de prevención de las várices

en profesionales de Enfermería del HRHVM.

4. Establecer la relación entre los conocimientos sobre la prevención secundaria de las várices y las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del HRHVM.

1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA

La realización de este estudio fue trascendente porque las várices representan un importante problema sanitario que está aumentando exponencialmente a nivel mundial siendo Enfermería una de las profesiones más afectadas con esta problemática porque, durante su turno de trabajo, pasan varias horas del día de pie sin alternar periodos de descanso debiendo conocer sobre los hábitos de prevención de las várices para que tengan la capacidad de aplicarlo adecuadamente en su desempeño laboral, situación que mayormente no es considerada en el ámbito hospitalario.

Por ello estudio justifica su relevancia en el ámbito teórico porque permitirá conocer los conocimientos y prácticas de los enfermeros(as) del HRHVM aplicándose este proceso los principios establecidos en la “Teoría de autocuidado” desarrollado por Dorothea Orem”; el “Modelo de Promoción de la Salud” establecido por Nola Pender y también el “Modelo de los niveles de prevención” formulado por Leavell y Clark que permitieron realizar un adecuado análisis de este problema y brindar aportes científicos importantes que pueden contribuir a la implementación de políticas públicas de afrontamiento de este problema en la parte sanitaria.

1.4.2. JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA

La justificación práctica de nuestro estudio radica en que las várices constituyen una condición clínica que tiene alta incidencia en los profesionales de Enfermería por lo que su análisis se ubica en la línea de “promoción de la salud – prevención de la enfermedad – recuperación

del individuo, familia y comunidad” siendo un estudio importante porque hizo posible que se identifique el grado de información de los enfermeros(as) sobre las várices y las prácticas preventivas que efectúan en su jornada de trabajo para su adecuado abordaje en el entorno hospitalario.

Además relevancia práctica del estudio se manifiesta en que los resultados de esta tesis pueden ser empleados por los encargados de la dirección ejecutiva y jefatura de Enfermería del nosocomio para implementar programas de capacitación, directivas institucionales, protocolos clínicos y diversas actividades de educativas orientadas a informar a los enfermeros(as) y otros personales asistenciales del área de la salud sobre las medidas de prevención de prevención de las várices para que puedan ser aplicadas idóneamente en su turno de trabajo, reduciendo la incidencia de casos y mejorando su calidad de vida en el área laboral.

1.4.3. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA

Esta investigación fue relevante porque se aplicaron métodos y técnicas acordes al nivel del estudio, aplicándose criterios metodológicos para la evaluación de los profesionales de Enfermería participantes del estudio quienes fueron encuestados con instrumentos que fueron validados de manera pertinente por especialista en la temática de estudio y alcanzaron un alto valor de confiabilidad garantizando una medida idónea de los conocimientos y practicas sobre prevención de las várices en la muestra de análisis.

1.5. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

Las limitaciones que se presentaron en el estudio radican teóricamente en que en los últimos cinco años hubieron escasos antecedentes relacionados a al conocimiento y aplicación práctica de los hábitos de prevención de várices en los profesionales enfermeros pues la mayoría de estudio relacionados previamente estuvieron más enfocados al abordaje de los factores predisponentes para la presencia de várices en esta profesión dificultando que

se realice la caracterización del problema analizado en el nivel local, limitación que fue subsanada considerando antecedentes que tengan cierta similitud del estudio para su abordaje en este informe.

Otra limitante fue el acceso a la muestra evaluada porque inicialmente algunos profesionales de Enfermería no aceptaron participar del estudio aduciendo que no tenían tiempo por tener mucha sobrecarga en su trabajo, situación que fue resuelta entregándoles los instrumentos o cuestionarios a cada uno de ellos para que lo lleven a su hogar y lo resuelvan en su tiempo libre siendo recogido cada uno de los instrumentos en el turno siguiente de trabajo; no teniéndose otras dificultades en este proceso de la investigación.

1.6. VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Este estudio fue viable operativamente debido a que se tuvo el apoyo de las autoridades del HRVM de Huánuco quienes dieron las facilidades para la ejecución del estudio.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES

En México, 2023, Silva et al³ presentaron la investigación: “Insuficiencia venosa periférica en personal de Enfermería Quirúrgica”; mostrando sus resultados que, globalmente, 90,9% de profesionales de Enfermería encuestados no conocían sobre el autocuidado de las várices o insuficiencia venosa periférica, identificándose también que el 100% de enfermeras(as) no acataban las estrategias preventivas de las várices, identificando que mayoritariamente los profesionales de Enfermería no conocen sobre esta enfermedad y tienen prácticas inadecuadas de prevención de las várices; evidenciando relación significativa entre estas variables.

En Cuba, 2023, Rodríguez et al⁸ desarrollaron la investigación: “Incidencia de insuficiencia venosa periférica en enfermeros(as)”; mostrando sus resultados mostraron que 59,9% de mujeres y 15% de varones presentaron várices en sus piernas, identificando también que 58,8% presentaron cansancio en las piernas y 72,2% tuvieron telangiectasia; siendo los factores de riesgo más frecuentes la bipedestación prolongada con 92,9%, hipertensión arterial con 33,8%, asimismo 52,2% tuvieron limitado conocimiento sobre las actividades de prevención de las várices y 57,4% presentaron aplicación incorrecta de estos hábitos, pues solo 40,3% manifestó utilizar las medias compresivas para impedir la presencia de esta patología vascular periférica.

En México, 2019, Vásquez y Acevedo⁷ realizaron el estudio: “Prevalencia de insuficiencia venosa periférica en el personal de enfermería” corroborando sus resultados que hubo una prevalencia de 68% de várices en el personal enfermero que se asoció a una edad

media de 39 años, ingesta de bebidas alcohólicas y tabaco, exceso de peso y embarazos múltiples; en las características laborales, 91% se mantienen en bipedestación prolongada, 79% tenía una vida sedentaria, 49% usaba ropa entallada de manera frecuente y 62% no utilizaba medias compresivas en su turno de trabajo; identificando como conclusión que prevalencia elevada de varices en los enfermeros(as) que se asocia a una inadecuada aplicación de las medidas preventivas.

2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES

En la región Ica, 2022, Márquez¹³ desarrolló la investigación: “Factores de riesgo asociados a várices en miembros inferiores en pacientes del Hospital de Apoyo Palpa”; evidenciando sus resultados que hubo una prevalencia de várices en el 50% de las personas encuestadas, identificándose que 43,1% tuvieron una edad mayor de 50 años; asimismo 52,5% fueron mujeres, 46,9% tuvieron exceso de peso, 14,4% tuvieron familiares con antecedentes de várices, 25,6% presentaron el hábito de consumir tabaco; 54,3% desconocían sobre la prevención de las varices y 58,5% tuvieron aplicación incorrecta de los hábitos de prevención de las várices; concluyendo que la edad, el exceso de peso, antecedentes familiares de várices, desconocimiento sobre medidas de prevención y la inadecuada aplicación de las medidas preventivas de várices fueron los aspectos asociados a la presencia de várices en la muestra analizada en esa investigación.

En Cusco, 2020, Bellido y Huamán² realizaron el estudio: “Factores condicionantes de las várices y medidas preventivas en profesionales de Enfermería del Hospital Regional de Cusco”; siendo sus resultados que 97,6% fueron del sexo femenino, 56,4% tuvieron várices de segundo grado; identificando como principales factores predisponentes de várices tener antecedentes familiares de várices en 56,4%, trabajar más de cinco años en áreas asistenciales con 83,6%; estar en periodos de bipedestación prolongada con 94,5%; en cuanto a las prácticas preventivas de várices, 54,4% realizaban caminatas de 30 minutos diarios, 63,6% utilizaba un calzado adecuado y 72,8% empleaba

vestimenta cómoda y holgada; concluyendo que existe una alta prevalencia de las várices en los enfermeros(as) que se asoció a la presencia de factores que condicionan su desarrollo en este grupo profesional.

En Lima, 2019, Pimentel¹⁷ realizó el estudio: “Conocimientos de insuficiencia venosa y medidas preventivas en profesionales de Enfermería del Hospital Marino Molina Scippa – EsSalud”, evidenciando sus reportes que 86% mostraron conocimientos altos sobre los aspectos generales de las várices, 89% conocían sobre la sintomatología de las várices, 82% conocían sobre los factores predisponentes de la enfermedad y 73% conocían sobre las medidas de prevención de las várices; en cuanto a las prácticas preventivas, identificó que 82% de enfermeras a veces realizaba pausas para descansar en su turno de trabajo, 86% a veces levantaba las piernas durante por lo menos 15 minutos, 84% a veces realizaba ejercicios de actividad física, 89% no se realizaban masajes circulares en su pie, 86% casi siempre utilizaba ropa cómoda y suave; concluyendo que hubo predominio de profesionales enfermeros con conocimiento bueno y prácticas preventivas correctas de várices, presentándose relación significativa entre estas variables.

En Lima, 2019, Sánchez¹⁴ efectuó el estudio: “Efectividad de una intervención educativa sobre prevención de várices en enfermeros(as) del Hospital Mariano Molina Scipa”; reflejando sus reportes que, en la evaluación inicial, 50% de profesionales enfermeros mostraron conocimiento medio sobre la prevención de várices y 50% tuvieron conocimiento bajo; mientras que después de la intervención educativa, 75% de enfermeros(as) presentaron conocimiento alto y 25% tuvieron conocimiento medio sobre la prevención de las várices; estableciendo que el programa educativo permitió incrementar el conocimiento de los enfermeros(as) sobre la prevención de las várices.

2.1.3. ANTECEDENTES LOCALES

En Amarilis, 2019, Flores¹⁸ desarrolló el estudio que tuvo como

título: “Bipedestación prolongada y su relación con la presencia de várices en enfermeros(as) del Hospital Materno Infantil Carlos Showing Ferrari”, cuyos reportes estadísticos mostraron que 69% de enfermeras encuestados presentaron bipedestación prolongada; 66,7% pasaban más de 3 horas de pie durante su turno de trabajo, 54,7% tenían un tiempo de descanso menor a 30 minutos; 59,5% refirieron que laboran en inadecuadas condiciones laborales; asimismo 55,2% presentaron várices de los cuales 21,4% recibieron tratamiento para várices; concluyendo que existe relación significativa entre estas variables.

2.2. BASES TEÓRICAS

2.2.1. MODELO DE LOS NIVELES DE PREVENCIÓN DE LEAVELL Y CLARK

Málaga²⁵ sostiene que este modelo establece que las acciones preventivas de las patologías se encuentran influenciadas por el deseo frecuente de conseguir el bienestar biopsicosocial de los individuos, que los conlleva a adoptar decisiones y realizar actividades que permitan mantener y cuidar su salud previniendo la incidencia de patologías como la insuficiencia venosa periférica conocida como várices.

En este sentido, Arouca²⁶ manifiesta que esta teoría afirma que existen tres niveles de prevención de las patologías; el primero es la prevención en el ámbito primario que abarca la realización hábitos orientados a evitar la instauración de la enfermedad así como controlar los aspectos que incrementan la probabilidad de presentar la patología.

En el segundo nivel Cuba y Morera²⁷ sostienen que está la prevención secundaria que se encuentra dirigida a evitar o control el avance del proceso patológico e implementar el régimen terapéutico; y la prevención terciaria, que se ubica en el tercer nivel y está orientada a evitar las secuelas del proceso patológico y promover la rehabilitación y reinserción social.

Este modelo teórico aportó nuestro porque permitió que se

reconozca que la aplicación de control de factores de riesgos, medidas de prevención en el contexto primario y secundario son aspectos importantes para evitar la incidencia de várices en los profesionales de Enfermería

2.2.2. MODELO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD

Según Aristizábal et al el²⁸ modelo de Enfermería propuesto por Nola Pender postula que promocionar la salud es un proceso que promueve el bienestar de las personas sosteniendo que sus comportamientos de protección de la salud están influenciados por el afán de conseguir el potencial humano y desarrollo personal adoptando comportamientos promotores de salud.

Bejarano y Tarazona²⁹ señalan que estas conductas son dependientes de factores actitudinales, conductuales y cognitivos que permitan que los seres humanos controlen los factores de riesgo e incrementen los aspectos protectores de la salud, priorizando el fortalecimiento del potencial humano para la consecución de un buen estado de salud en el ámbito biopsicosocial.

Al respecto, Martínez³⁰ indica que las intervenciones promocionales de la salud representan una herramienta estratégica efectiva empleada por el personal sanitario para la difusión y aplicación de las medidas preventivas de las enfermedades, destacando la importancia de tener hábitos saludables para mejorar la salud de las personas en los diversos niveles de atención.

El aporte de la teoría al estudio fue que permitió reconocer que la adopción de comportamientos saludables son aspectos importantes para fortalecer el conocimiento y aplicación prácticas de medidas de prevención en enfermeros(as) del HRHVM.

2.2.3. TEORÍA DEL AUTOCUIDADO DE DOROTHEA OREM

Según señala Rodríguez³¹ esta teoría de Enfermería fundamenta que el autocuidado es una comportamiento aprendido y efectuado por

las personas para alcanzar una meta determinada en el cuidado de su salud y fortalecimiento de su bienestar en los diversos escenarios de intervención.

Al respecto, Naranjo et al³² manifiestan que el autocuidado representa un aspecto importante para la salud pues implica efectuar actividades que permitan conservar una buena salud y prevenir diversas patologías; realizándose ello en función a tres requisitos esenciales de autocuidado: los requisitos universales que se basa en satisfacer necesidades importantes para la supervivencia de las personas.

Luego Inicio³³ indican que están los requisitos de autocuidado de desarrollo, donde se aplican las estrategias necesarias para prevenir la presencia de patologías en el organismo y por último están los requisitos de desviación de la salud que se enfocan a la conservación de la salud en todos los escenarios relacionados a su quehacer cotidiano.

La contribución de este modelo teórico a nuestra investigación fue que permitió reconocer que el autocuidado es un aspecto relevante para que los enfermeros(as) del hospital puedan efectuar intervenciones para evitar la presencia de várices en las piernas.

2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES

2.3.1. CONCEPTO DE CONOCIMIENTO

Según la OMS³⁴ representa la información confiable que es adquirido mediante el aprendizaje y la evidencia empírica para prevenir, comprender y realizar el abordaje de dilemas que se suscitan en el ámbito sanitario.

Ramírez³⁵ lo conceptualiza como el proceso gradual y progresivo de adquisición de información para aprehender al mundo y lograr la realización personal para solucionar los dilemas e inconvenientes que se manifiestan en el entorno cotidiano.

Cañedo³⁶ sostiene que representa las ideas e información que los

seres humanos obtienen mediante el aprendizaje científico y la experiencia práctica para poder solucionar los procesos que se presentan en su vida diaria.

2.3.2. CONCEPTO DE PRÁCTICAS

El MINSA³⁷ indica que las prácticas pueden ser consideradas como las actividades que realizan las personas de modo permanente y rutinario respecto a sucesos o circunstancias de riesgo en el cuidado del estado de salud.

Yagui et al³⁸ sostienen que son las acciones que se realizan de manera frecuente y continuada siguiendo parámetros normativos en su aplicación en todos los escenarios de su entorno cotidiano.

Tamariz³⁹ afirma que son todas aquellas habilidades innatas que tienen las personas para realizar de manera continuada o pertinente una actividad que les permite conseguir la consolidación de una determinada destreza o aptitud.

2.3.3. DEFINICIÓN DE VÁRICES

Según el MINSA⁴⁰ son consideradas como la dilatación progresiva y permanente de las venas subcutáneas que se caracterizan fundamentalmente por tener venas hinchadas, dilatadas y retorcidas que pueden ser visualizadas bajo la piel y que surgen por la insuficiencia del retorno sanguíneo desde las extremidades inferiores al corazón.

Rojas et al⁴¹ afirman que son un conjunto de venas que se caracterizan por ser tortuosas o longitudinales que se presentan en los miembros inferiores debido a la insuficiencia para el retorno venoso sanguínea desde las piernas hacia el corazón afectando el bienestar de las personas que lo padecen.

Castillo⁴² manifiesta que representan una dilatación anormal de las venas que están situadas en la superficie de las extremidades inferiores y que impiden el retorno sanguíneo venoso al corazón.

2.3.4. PREVENCIÓN DE VÁRICES EN PROFESIONALES DE ENFERMERÍA

Según el MINSA⁴⁰ son las intervenciones, estrategias y actividades que realizan los enfermeros(as) para evitar la presencia de várices en sus miembros inferiores y mejorar su bienestar biopsicosocial.

López et al⁴³ manifiestan que representan todas aquellas medidas, estrategias y acciones que realizan los profesionales de Enfermería para el control de los factores de riesgo y evitar el desarrollo de várices en las extremidades inferiores.

Flores¹⁸ sostiene que son las intervenciones que los enfermeros(as) realizan intencionalmente para adoptar hábitos saludables y prevenir los problemas de insuficiencia venosa periférica conocido coloquialmente como várices.

2.3.5. CONOCIMIENTOS SOBRE PREVENCIÓN DE VÁRICES

Figuroa y Vergaray⁹ manifiestan que son los conceptos e ideas los profesionales de Enfermería tienen sobre las medidas que debe realizar en su hogar o trabajo para prevenir la presencia de várices en piernas.

Aliaga et al¹⁵ afirman que son todas las nociones e información que los profesionales de Enfermería han ido adquiriendo en su vida cotidiana para reducir la incidencia de várices en su actividad laboral, brindar el tratamiento adecuado y evitar la presencia de complicaciones en caso de presentar dicha enfermedad.

Apaza¹⁶ postula que es la información que los profesionales enfermeros han adquirido mediante el aprendizaje adquirido en diversas actividades educativas o de capacitación y las experiencias vividas en su vida diaria para prevenir las várices.

2.3.6. DIMENSIONES DE CONOCIMIENTOS SOBRE PREVENCIÓN DE VÁRICES

Según Aliaga et al¹⁵ las dimensiones de los conocimientos sobre prevención de las várices se realizan mediante el análisis de estos conceptos:

a) Conocimientos aspectos generales de várices

Apaza¹⁶ señala que esta dimensión está enfocada al grado de información que estos tienen sobre el concepto de las varices manifestada en la presencia de venas, hinchadas, tortuosas o dilatadas que provoca que la sangre sea estancada en zonas declives del cuerpo impidiendo el retorno sanguíneo de los miembros inferiores hacia el corazón.

Con relación al aspecto etiológico de las várices, Mendoza⁴⁴ manifiesta que las várices en piernas son provocadas esencialmente por mantener de pie por horas prolongadas y el incremento de la estasis venosa que impide el adecuado retorno sanguíneo de las piernas hacia el corazón.

En cuanto la clasificación de las várices, Alvear⁴⁵ sostiene que las várices pueden ser clasificadas de este modo: várices de grado I, donde se visualizan las venas en algunos sitios anatómicos, apareciendo en forma estrellada o arañitas vasculares que causan problemas de cansancio y pesadez en la zona del pie; luego siguen las várices de grado II, donde se visibilizan más las venas y comienzan a presentarse otras sintomatologías como el escozor, hormigueo y calambres.

Luego Navarro⁴⁶ afirma que se encuentran las várices de tercer grado, donde las venas están más dilatadas, hinchadas o tortuosos, caracterizándose porque los síntomas se incrementan de manera progresiva apareciendo problemas de cambios de color de la piel y edemas en zonas determinadas; y por último están las várices de grado IV donde surgen las áreas eczematosas produciendo las úlceras

varicosos que tienen la propiedad de ser difíciles de tratar e infectarse con mucha facilidad.

Respecto a las manifestaciones clínicas de las várices, Del Águila⁴⁷ sostiene que esto incluye la sensación de dolor y pesadez en la zona de las piernas, presentándose también calambres, edema, venas dilatadas y sensación de hormigueo, ardor y picor constante en las piernas que son característicos de la insuficiencia que existe en el retorno sanguíneo de los miembros inferiores hacia el corazón.

Y finalmente, con relación a las complicaciones de las várices, Correa et al⁴⁸ señalan que estas se manifiestan en la presencia de varicorragia donde existe rotura venosa mediante traumatismo directo; encontrándose también la varicoflebitis donde existe una inflamación de carácter no infeccioso que puede provocar la presencia de febrículas, dolor en zona comprometida y enrojecimiento de la piel.

Entre otras complicaciones Alvear⁴⁵ señala que se encuentra la tromboflebitis donde se presenta induración en la zona comprometida y la sensación de discomfort en la zona afectada que si no es tratada adecuadamente puede producir problemas de embolia pulmonar; y finalmente la complicación más severa es la úlcera varicosa en la que desarrollan heridas de difícil cicatrización como consecuencia de los problemas de várices.

b) Factores de riesgo de várices

Gómez y Salazar⁴⁹ afirman que entre los factores que incrementan el riesgo para la incidencia de várices en los profesionales de Enfermería se encuentra la edad, destacando que a medida que la edad aumenta se incrementa el riesgo de que tengan várices por desgaste de las válvulas de las venas y reducción del riego sanguíneo; sosteniendo también que esta condición es frecuente en mujeres.

Sánchez¹⁴ afirma que los antecedentes familiares de várices también predisponen el desarrollo de várices comprobándose la

presencia del aspecto hereditario en el desarrollo de esta patología; otro factor de riesgo es la gestación donde el crecimiento del feto ocasiona que se incremente la presión en venas de los miembros inferiores produciendo las várices.

Águila⁴⁷ afirma que otro aspecto que condiciona la presencia de várices es el exceso de peso donde se establece que el incremento del peso corporal tiende a producir que se aumente la presión sanguínea en las venas de las piernas provocando el estancamiento venoso; señalando también que el sedentarismo es otro factor que favorece el desarrollo de várices, así como permanecer periodos prolongados de tiempo de pie o sentados, la ingesta frecuente de bebidas con contenido alcohólico, fumar cigarro y también presentar problemas de estreñimiento.

c) Prevención primaria de várices

Figuroa y Vergaray⁹ manifiestan que son todas aquellas actividades que los profesionales de Enfermería realizan para evitar la presencia de varices en sus miembros inferiores, encontrándose entre estas medidas la realización de actividad física regular por lo menos durante 30 minutos diarios efectuando ejercicios que ayudan el movimiento activo de las piernas impulsando el retorno sanguíneo de las piernas hacia el corazón.

Bellido y Huamán² señala que se debe efectuar caminatas debido a que ayudan a mejorar la capacidad muscular y la circulación sanguínea, favoreciendo un adecuado funcionamiento del cuerpo, también se recomienda la natación porque ayuda a que el proceso de circulación de la sangre funcione de modo adecuado ayudando a fortalecer y construir los músculos corporales logrando bajar la presión arterial y aumento el flujo de la sangre por las venas

Cruz²¹ indica que otros requisitos recomendados acostarse boca arriba, poner sobre el piso la espalda y colocar las piernas apoyadas o elevadas en la pared por lo menos cinco minutos; siendo beneficioso

porque poner las piernas en esta posición favorece el retorno sanguíneo de las venas inflamadas, tortuosas e hinchadas.

Sánchez¹⁴ también señala que se deben alternar periodos de pie y descanso siendo recomendable saltar varias veces para que haya un mejor proceso de circulación, y que al final del día se debe elevar las piernas para favorecer el flujo de la sangre se realice de manera adecuada en las venas.

Aliaga et al¹⁵ aseveran que debe evitarse el uso de calzados plano o tacones altos evitando que estos sean ajustados pues obstaculizan el retorno sanguíneo venoso y quitan vigor a los músculos de la piernas; especificando que si se nota una sensación de pesadez en los pies puede ser aliviado utilizando medias elásticas compresivas.

Vásquez y Acevedo⁷ destaca que se debe utilizar ropa cómoda y holgada pues esto ayuda a la mejora de la circulación sanguínea, evitando estar mucho tiempo en posición sentada evitando cruzar las piernas y dormir con las piernas ligeramente levantadas para favor el retorno sanguíneos.

Asimismo, Correa et al⁴⁸ refieren que se debe evitar estar en ambiente que tengan elevadas temperaturas o fuentes de calor excesivas, realizándose también masajes diarios en la zona de las piernas y mantenerse con un peso normal evitando la obesidad y consumiendo una dieta saludable, limitando el consumo de sal porque provoca retención de líquidos que incrementa el volumen sanguínea facilitando la presencia de edemas e hinchazón en la zona de las piernas.

Acuña²² sostiene que se debe limitar también el consumo de comida chatarra y grasas saturadas incrementan los niveles de colesterol y triglicéridos en el torrente sanguíneo espesando la sangre y favoreciendo que los trombos surjan, debiendo también evitar la ingesta de chocolate, café, tabaco y bebidas alcohólicas que producen dilatación de las venas favoreciendo el desarrollo de las várices en las áreas de las

extremidades inferiores.

Flores¹⁸ afirma que también se debe evitar los problemas de estreñimiento porque produce un incremento progresivo en la presión de venas que están ubicadas en el área rectal y que indirectamente provoca presión mayor en aquellas venas ubicadas en las zonas de los pies, debiéndose por ello consumir una dieta rica en cereales, legumbres, frutas y verduras que favorecen el movimiento intestinal y las fibras permiten captar líquidos y hacer las heces más blandas para facilitar el tránsito en la zona intestinal.

Finalmente, Cruz²¹ señala que debe evitar rascarse la zona afectada con los picores pues puede favorecer la rotura de la varices provocando la presencia de heridas que tienden a infectarse con facilidad y suelen ser dificultosas de curar, debiendo emplearse cremas hidratantes que debe ser prescritas por un personal sanitario capacitado como el médico flebólogo.

d) Prevención secundaria de várices

Aliaga et al¹⁵ mencionan que abarca los hábitos que realizan los profesionales de Enfermería durante la presencia de las várices para brindar la terapéutica respectiva y evitar la presencia de complicaciones encontrándose entre estas medidas al acudir a consulta a un médico flebólogo para que realice una adecuada valoración de la zona infectada y el tratamiento recomendado para el abordaje de las várices.

En este sentido, Hernández et al⁵⁰ mencionan que la escleroterapia constituye el mejor tratamiento para las várices que son de pequeño calibre y que tienen disminución del flujo sanguíneo, que abarca la inyección de una sustancia química en las venas que causa irritación de la zona vascular para posteriormente cerrarla y convertirla en un cordón de naturaleza fibrosa que tiende a reabsorberse dentro de dos o tres semanas para favorecer la desaparición total de las várices, recomendándose también el vendaje compresivo para un adecuado tratamiento de las várices.

Figuroa y Vergaray⁹ sostienen que otra medida de tratamiento es la cirugía que representa la opción más recomendada en el abordaje de várices grandes y de úlceras difíciles de cicatrizar abarcando la cirugía convencional donde se efectúa la flebo extracción de las safenas externas e internas.

Águila⁴⁷ señala que también se considera la cirugía laser porque se ha incorporado para el tratamiento del tronco safeno, causando el cierre del conducto por vía endovascular y finalmente está la microcirugía que se realiza cuando las várices son muchas y también como complemento de la cirugía convencional o la cirugía laser en el tratamiento de las várices en los miembros inferiores.

2.3.7. PRÁCTICAS DE PREVENCIÓN DE VÁRICES

Flores¹⁸ señala que representan las actividades e intervenciones que realizan los enfermeros para evitar tener várices en sus piernas que se relacionan fundamental con una alimentación saludable rica en fibras y proteínas, realización de actividad física y cuidados personales para prevenir los problemas de insuficiencia venosa periférica y várices.

Alvear⁴⁵ afirma que son las medidas e intervenciones que se efectúan en su vida cotidiana para evitar la incidencia de várices en sus miembros inferiores que incluye aspectos relacionados a la alimentación donde se prioriza el consumo de frutas, verduras, fibras, cereales y legumbres así como la limitación de alimentos ricos en sal y comidas chatarra para evitar la presencia de las várices.

Luego Aliaga et al¹⁵ mencionan que está la práctica permanente de actividad física que favorece el funcionamiento sanguíneo priorizando la realización de ejercicios que promuevan el funcionamiento activo de las piernas para un adecuado retorno venoso; y por último están los cuidados personales que abarca el uso de calzados cómodos, elevación de piernas, realizar masajes en las piernas, hidratarlas, evitar exponerse a temperaturas elevadas y limitar la ingesta de alcohol y tabaco.

2.4. HIPÓTESIS

2.4.1. HIPÓTESIS GENERAL

Hi: Los conocimientos se relacionan significativamente con las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del HRHVM, Huánuco 2023.

Ho: Los conocimientos no se relacionan significativamente con las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del HRHVM, Huánuco 2023.

2.4.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS

Hi₁: Los conocimientos sobre los aspectos generales de las várices se relacionan significativamente con las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del HRHVM.

Ho₁: Los conocimientos sobre los aspectos generales de las várices no se relacionan significativamente con las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del HRHVM.

Hi₂: Los conocimientos sobre los factores de riesgo de las várices se relacionan significativamente con las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del HRHVM.

Ho₂: Los conocimientos sobre los factores de riesgo de las várices no se relacionan significativamente con las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del HRHVM.

Hi₃: Los conocimientos sobre la prevención primaria de las várices se relacionan significativamente con las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del HRHVM.

Ho₃: Los conocimientos sobre la prevención primaria de las várices no se relacionan significativamente con las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del HRHVM.

Hi4: Los conocimientos sobre la prevención secundaria de las várices se relacionan significativamente con las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del HRHVM.

Ho4: Los conocimientos sobre la prevención secundaria de las várices no se relacionan significativamente con las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del HRHVM.

2.5. VARIABLES

2.5.1. VARIABLE INDEPENDIENTE

Conocimientos sobre prevención de várices.

2.5.2. VARIABLE DEPENDIENTE

Prácticas de prevención de várices.

2.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DIMENSIÓN	TIPO DE VARIABLE	INDICADOR	ESCALA DE MEDICIÓN
VARIABLE INDEPENDIENTE				
Conocimiento sobre prevención de várices	Conocimiento General	Cualitativa	Buenos 13 a 24 puntos Malos 0 a 12 puntos	Nominal
	Conocimiento aspectos generales de várices	Cualitativa	Buenos 3 a 4 puntos Malos 0 a 2 puntos	Nominal
	Conocimiento factores de riesgo de várices	Cualitativa	Buenos 5 a 9 puntos Malos 0 a 4 puntos	Nominal

	Conocimiento prevención primaria de várices	Cualitativa	Buenos 4 a 6 puntos Malos 0 a 3 puntos	Nominal
	Conocimiento prevención secundaria de várices	Cualitativa	Buenos 3 a 5 puntos Malos 0 a 2 puntos	Nominal
VARIABLE DEPENDIENTE				
Prácticas de prevención de várices	Prácticas General	Cualitativa	Adecuadas: 49 a 72 puntos Inadecuadas. 24 a 48 puntos	Nominal
	Prácticas Alimentación Saludable	Cualitativa	Adecuadas: 19 a 27 puntos Inadecuadas. 9 a 18 puntos	Nominal
	Prácticas Actividad Física	Cualitativa	Adecuadas: 13 a 18 puntos Inadecuadas. 6 a 12 puntos	Nominal
	Prácticas Cuidados Personales	Cualitativa	Adecuadas: 19 a 27 puntos Inadecuadas. 9 a 18 puntos	Nominal
VARIABLES DE CARACTERIZACIÓN				
Características sociodemográficas	Grupo etario	Cuantitativa	Joven Adulto Adulto Mayo	Ordinal
	Género	Cualitativa	Masculino Femenino	Nominal
	Grado académico	Cualitativa	Licenciado Segunda Especialidad Maestría Doctorado	Ordinal

Características laborales	Condición Laboral	Cualitativa	Nombrado Contratado	Nominal
	Función que realiza en el hospital	Cualitativa	Asistencial Administrativo	Nominal
	Años de trabajo en el hospital	Numérica	Menos de 5 años De 5 a 10 años Más de 10 años	De razón
	Trabajo en otra institución	Cualitativa	Si No	Nominal
Características informativas	Permanece varias horas de pie en su turno de trabajo	Cualitativa	Si No	Nominal
	Antecedentes de familiares con várices	Cualitativa	Si No	Nominal
	Presenta exceso de peso	Cualitativa	Si No	Nominal
	Problemas de estreñimiento en el último mes	Cualitativa	Si No	Nominal
	Tenencia de venas visibles y dilatadas en las piernas	Cualitativa	Si No	Nominal
	Sensación de dolor, pesadez y cansancio en las piernas	Cualitativa	Si No	Nominal

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN

Este estudio de acuerdo con el método de intervención fue observacional, en base al número de ocasiones que las variables fueron medidas fue transversal, considerando la fuente de información, fue una investigación prospectiva y según el número variables, fue un estudio analítico pues se analizaron dos variables buscando relacionarlas mutuamente.

3.1.1. ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN

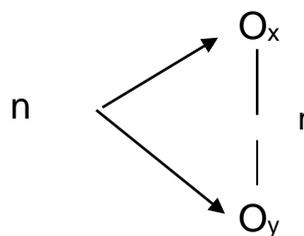
Fue cuantitativo dado que se basó en la aplicación de parámetros relacionados a la estadística para la medición de las variables y el contraste de hipótesis formuladas del estudio.

3.1.2. NIVEL DE INVESTIGACIÓN

Fue relacional porque su propósito se orientó a relacionar los conocimientos y prácticas de prevención de várices en enfermeros del HRHVM durante la ejecución del estudio.

3.1.3. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

Se aplicó el diseño transversal relacional que se esquematizó de esta forma:



Donde:

n: Profesionales de Enfermería

Ox: Conocimientos sobre prevención de várices.

Oy: Prácticas de prevención de várices.

r: Relación entre las variables.

3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA

3.2.1. POBLACIÓN

Fue de 202 enfermeros(as) que estuvieron laborando en el Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano de Huánuco según información obtenida de la jefatura de personal de este nosocomio aplicándose estos criterios investigativos:

a) CRITERIOS DE INCLUSIÓN

Se incluyeron a los enfermeros(as) que estuvieron laborando en el HRHVM, contaron con contrato vigente con la institución y aceptaron formar parte del estudio con la firma del consentimiento informado.

b) CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

Fueron excluidos 7 profesionales de Enfermería por estas razones: 4 no quisieron ser parte de la aplicación de instrumentos y 2 se encontraron con licencia laboral y 1 estuvo de vacaciones.

c) UBICACIÓN DE LA POBLACIÓN EN ESPACIO

El estudio se desarrolló en las unidades o áreas de hospitalización y consultorios externos del HRHVM con sede estandarizada en el Jr. Hermilio Valdizán N° 900 en Huánuco.

d) UBICACIÓN DE LA POBLACIÓN EN TIEMPO

Se realizó entre los meses de enero a julio del 2023.

3.2.2. MUESTRA

a) UNIDAD DE ANÁLISIS Y MUESTREO

Profesionales de Enfermería.

b) MARCO MUESTRAL

Registro de profesionales de Enfermería del Hospital Regional

Hermilio Valdizán Medrano.

c) POBLACIÓN MUESTRAL

Fue de 195 profesionales de Enfermería que laboraron en los servicios de hospitalización y consultorios externos del HRHVM.

a) TIPO DE MUESTREO

No se aplicó ningún tipo de selección muestral porque se trabajó con todos los profesionales de Enfermería que aceptaron ser parte del trabajo investigativo.

3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

3.3.1. PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS

a) Técnicas

Se aplicó la técnica de la encuesta para efectuar el recojo de información sobre las variables de análisis.

b) Instrumentos

FICHA TÉCNICA DEL INSTRUMENTO Nº 01	
Nombre del instrumento	Cuestionario de características generales
Autor	Instrumento auto elaborado
Descripción	Caracterizar a los enfermeros(as) del HRHVM.
Estructura (dimensiones, ítems)	Presentó 13 ítems divididos en 3 dimensiones: datos sociodemográficos (3 ítems), laborales (4 ítems) e informativas (6 ítems).
Técnica de administración	Encuesta
Momento de aplicación	Después del turno de trabajo en el hospital
Tiempo de aplicación	20 minutos por profesional de Enfermería en estudio.

FICHA TÉCNICA INSTRUMENTO 2	
Nombre	Cuestionario de conocimientos sobre prevención de várices

Autor	Pimentel ¹⁷
Técnica	Encuesta
Objetivo.	Evaluar los conocimientos sobre la prevención de várices en los enfermeros(as) del HRHVM.
Estructura	Tuvo 24 ítems clasificados en 4 dimensiones: aspecto general de las várices (4 ítems); factores de riesgo de las várices (9 ítems); prevención primaria de várices (6 ítems) y prevención secundaria de várices (5 ítems).
Medición de instrumentos de instrumento	Conocimientos sobre prevención de várices: <ul style="list-style-type: none"> • Conocimientos buenos: 13 a 24 puntos. • Conocimientos malos: 0 a 12 puntos
Medición por dimensiones	Conocimientos aspectos generales várices: <ul style="list-style-type: none"> • Buenos: 3 a 4 puntos. • Malos: 0 a 2 puntos Conocimientos factores de riesgo de várices: <ul style="list-style-type: none"> • Buenos: 5 a 9 puntos. • Malos: 0 a 4 puntos. Conocimientos prevención primaria de várices: <ul style="list-style-type: none"> • Buenos: 4 a 6 puntos. • Malos: 0 a 3 puntos. Conocimientos prevención secundaria de várices: <ul style="list-style-type: none"> • Buenos: 3 a 5 puntos. • Malos: 0 a 2 puntos
Momento de aplicación.	Después del turno de trabajo en el hospital
Tiempo de aplicación.	20 minutos por enfermero(a) en estudio.

FICHA TÉCNICA INSTRUMENTO 2

Nombre	Cuestionario de prácticas de prevención de várices
Autor	Pimentel ¹⁷
Técnica	Encuesta
Objetivo.	Evaluar las prácticas de prevención de várices en enfermeros(as) del HRHVM.
Estructura	Tuvo 24 ítems clasificados en 3 dimensiones: alimentación saludable (9 ítems) actividad física (6 ítems) y cuidados personales (9 ítems).

Medición de instrumentos de instrumento	Prácticas de prevención de várices: <ul style="list-style-type: none"> • Adecuadas: 49 a 72 puntos. • Inadecuadas: 24 a 48 puntos
Medición por dimensiones	Prácticas alimentación saludable: <ul style="list-style-type: none"> • Adecuadas: 49 a 72 puntos. • Inadecuadas: 24 a 48 puntos Prácticas actividad física: <ul style="list-style-type: none"> • Adecuadas: 49 a 72 puntos. • Inadecuadas: 24 a 48 puntos Prácticas cuidados personales <ul style="list-style-type: none"> • Adecuadas: 49 a 72 puntos. • Inadecuadas: 24 a 48 puntos
Momento de aplicación.	Después del turno de trabajo en el hospital
Tiempo de aplicación.	20 minutos por profesional de Enfermería.

c) Validez y confiabilidad de instrumentos

Este proceso se realizó mediante la ejecución metódica de estas actividades:

- **Validez por juicio de expertos**

Se desarrolló mediante la consulta ocho jueces expertos quienes se encargaron de efectuar la evaluación del cuestionario de conocimientos sobre prevención de várices y del cuestionario de prácticas de prevención de várices, concordando todos los expertos consultados en señalar que ambos cuestionarios eran idóneos para medir los conocimientos y prácticas de prevención de várices refrendando su opinión en la firma de la constancia de validación correspondiente (Anexo 5) como se presenta a continuación:

Validez por juicio de expertos

Nº	Datos del experto	Cuestionario de conocimientos sobre prevención de várices	Prácticas de prevención de várices
1	Mg. Eler Borneo Cantalicio	Aplicable	Aplicable

2	Mg. Fulgencio Aranda Retis	Aplicable	Aplicable
3	Med. Aníbal Guerrero Noriega	Aplicable	Aplicable
4	Med. Jhon Nación Chávez	Aplicable	Aplicable
5	Med. Raúl Lau Alarcón	Aplicable	Aplicable
6	Med. Percy Agüero Espinoza	Aplicable	Aplicable
7	Med. Germán Guisasola Lobón	Aplicable	Aplicable
8	Med. Elías Cáceres Colque	Aplicable	Aplicable

Fuente: Constancias de validación (Anexo 5).

- **Confiabilidad estadística de instrumentos**

Se estableció mediante la realización de un estudio piloto efectuado el día 14 de enero del 2023 en 10 enfermeros(as) que estuvieron laborando en el Hospital Materno Infantil Carlos Showing Ferrari seleccionados no probabilísticamente, en quienes se aplicó los cuestionarios según protocolos expuestos en la planificación de la prueba piloto, desarrollándose este periodo sin mayores dificultades ni contratiempos.

Luego se realizó la codificación de respuestas de cada instrumento aplicado el estudio piloto elaborándose una base de datos que fue extrapolada al SPSS 25.0 donde con el KR 20 de Kuder Richardson se determinó la confiabilidad del cuestionario de conocimientos sobre prevención de várices encontrándose una confiabilidad de 0,843 puntos y luego con la aplicación del alfa de Cronbach se halló la confiabilidad del Cuestionario de prácticas de prevención de várices identificándose una confiabilidad de 0,852 puntos; demostrando la viabilidad de utilizar ambos instrumentos en la ejecución del estudio.

d) Recolección de datos

En esta etapa de la investigación se efectuaron las siguientes actividades:

- Este periodo comenzó el día 27 de enero del 2023 donde, vía mesa de partes, se presentó una solicitud dirigida al director del HRHVM solicitando el permiso correspondiente para aplicar los cuestionarios en los profesionales de Enfermería que laboran en esta entidad hospitalaria (Anexo 6)
- Luego de ser recepcionado y realizar los trámites correspondientes se recogió el documento de autorización emitido por las autoridades correspondientes el 20 de febrero del 2023 donde se permitía realizar la ejecución del estudio en los enfermeros(as) de este hospital.
- Posteriormente durante los días 22 y 23 de febrero del 2023 se efectuaron los trámites respectivos para acceder a la muestra de análisis, efectuándose también la dotación de los materiales que se requerían para desarrollar la investigación.
- La capacitación del equipo de investigación se desarrolló entre el 25 y 26 de febrero del 2023.
- El día 2 de marzo del 2023 se inició la aplicación de instrumentos en la que el personal encargado de esta actividad debidamente acreditado con un fotocheck y debidamente uniformados ingresó al hospital en estudio y se apersonaron a cada uno de sus ambientes para encuestar a los enfermeros en estudio.
- A continuación se explicó a cada uno de los enfermeros(as) los objetivos del estudio y se le entregó las hojas de consentimiento informado para su rúbrica correspondiente; entregándoles luego los instrumentos de investigación para que puedan responderlos en un tiempo medio de 25 minutos por cada enfermero(a) encuestado(a).
- Se agradeció a cada enfermero(a) por la información brindada previamente y se continuo con el proceso de recolección de información aplicándose un promedio de 4 a 5 profesionales de Enfermería por día, siendo culminado este proceso el día 28 de mayo del año citado anteriormente.

3.3.2. PARA LA PRESENTACIÓN DE DATOS

Este momento comenzó efectuando el control de calidad de cada cuestionario aplicado a los profesionales de Enfermería durante la ejecución de la investigación donde se comprobó que todas las respuestas planteadas en los instrumentos fueron contestadas correctamente, siendo estas codificadas numéricamente y representadas en la base de datos del informe de tesis (Ver Anexo 8).

Esta base fue extrapolada al SPSS 25.0 donde la información fue procesada estadísticamente y presentada finalmente en tablas de acuerdo con la normativa vigente en el reglamento de la Universidad de Huánuco.

3.3.3. PARA EL ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS

Este proceso se efectuó en dos tipos de análisis: el primero fue el análisis descriptivo que se realizó mediante el uso de medidas categóricas descriptivas de frecuencias y porcentajes que se interpretó en base a la información relacionada a la prevención de várices en el ámbito sanitario.

Y en cuanto al análisis inferencial, se realizó aplicando los cinco pasos de significancia, empleando el estadístico del Chi Cuadrado de Independencia en el contraste de hipótesis considerando también el p valor $<0,05$ como un criterio estandarizado para la toma de decisiones estadísticas, siendo efectuado el análisis con el programa SPSS 25.0.

3.4. ASPECTOS ÉTICOS

Se aplicaron los preceptos establecidos en el código de ética de la Universidad de Huánuco respetando los criterios de integridad científica y conductas responsables en investigación, aplicando los principios bioéticos reconocidos en la declaración de Helsinki basándose esencialmente en el cumplimiento del precepto de autonomía otorgándole a cada enfermero(a) encuestado(a) la potestad de formar parte del estudio firmando el consentimiento informado.

Asimismo se cumplió con aplicar el precepto de beneficencia porque en todo momento se garantizó el bienestar de los profesionales de Enfermería evaluados en este estudio, destacándose también que los datos presentados pueden ser utilizados para efectuar programas y medidas que promuevan la prevención de várices; cumpliéndose con aplicar la no maleficencia porque no se causó ningún tipo de daño en los participantes y se aplicó la justicia dándoles a todos los enfermeros(as) una atención justa e imparcial.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1. PROCESAMIENTO DE DATOS

Tabla 1. Características sociodemográficas de profesionales de enfermería del HRHVM, Huánuco 2023

Características sociodemográficas	n = 195	
	fi	%
Grupo etario		
Joven (27 – 30 años)	60	30,8
Adulto (31 – 60 años)	116	59,5
Adulto mayor (Más de 60 años)	19	9,7
Género		
Masculino	34	17,4
Femenino	161	82,6
Grado académico		
Licenciado(a)	67	34,4
Segunda especialidad	84	43,0
Maestría	39	20,0
Doctorado	5	2,6

Al analizar las características sociodemográficas de la muestra de análisis se encontró que prevalecieron los enfermeros(as) adultos(as), sobresaliendo las mujeres y predominando los que tiene el título de segunda especialización profesional.

Tabla 2. Características laborales de los profesionales de enfermería del HRHVM, Huánuco 2023

Características laborales	n = 195	
	fi	%
Condición laboral		
Nombrado(a)	62	31,8
Contratado(a)	133	68,2
Tipo de función que realiza en el hospital		
Asistencial	146	74,1
Administrativa	49	25,9
Tiempo de trabajo en el hospital		
Menos de 5 años	43	22,1
De 5 a 10 años	64	32,8
Más de 10 años	88	45,1
Trabajo en otra institución		
Si	66	33,8
No	129	66,2

Respecto a las características relacionadas al ámbito laboral de los enfermeros(as) del HRHVM se encontró que un porcentaje mayoritario de encuestados(as) fueron nombrados(as), apreciándose que sobresalieron los que desempeñan funciones asistenciales en su servicio de trabajo con predominio de enfermeros(as) con un tiempo mayor de diez años trabajando en este nosocomio y siendo prevaletentes los que únicamente laboran en esta entidad hospitalaria.

Tabla 3. Características informativas en profesionales de enfermería del HRHVM, Huánuco 2023

Características informativas	n = 195	
	fi	%
Pasa varias horas de pie en el trabajo		
Si	156	80,0
No	39	20,0
Antecedentes de familiares con várices		
Si	83	42,6
No	112	57,4
Tenencia de exceso de peso		
Si	68	34,9
No	127	65,1
Tuvo problemas de estreñimiento en el último mes		
Si	52	26,7
No	143	73,3
Tiene venas visibles y dilatadas en las piernas		
Si	104	53,3
No	91	46,7
Presenta pesadez y cansancio en piernas		
Si	121	62,1
No	74	37,9

Al analizar los rasgos informativos de la muestra encuestada se halló que la mayoría de los enfermeros(as) encuestados(as) manifestaron que pasan varias horas de pie en su servicio de trabajo, prevaleciendo aquellos que no tienen antecedentes familiares de várices, identificándose también que cerca de la tercera parte de ellos tuvieron problemas de exceso de peso y casi la cuarta parte de encuestados refirieron haber tenido problemas de estreñimiento el último mes.

También se evidenció que hubo ligero predominio de profesionales de Enfermería que afirman tener venas visibles y dilatadas en las piernas y finalmente sobresalieron aquellos que señalaron que con frecuencia presenta signos de cansancio y pesadez en miembros inferiores.

Tabla 4. Distribución de los conocimientos sobre los aspectos generales de las várices en profesionales de enfermería del HRHVM, Huánuco 2023

Conocimientos aspectos generales de várices	n = 195			
	Si conoce		No conoce	
	fi	%	fi	%
Definición de várices	175	89,7	20	10,3
Agente etiológico de las várices	168	86,2	27	13,8
Clasificación de las várices	102	52,3	93	47,7
Complicación más frecuente de las várices	140	71,8	55	28,2

Al analizar las características de los conocimientos de los profesionales enfermeros(as) en esta dimensión se apreció que, en general, predominaron aquellos que conocían sobre la definición y agente etiológico de las várices, sobresaliendo también los que tenían conocimiento sobre la complicación más frecuente de las várices y en menor porcentaje, más de la mitad de los profesionales de Enfermería conocían sobre la complicación más frecuente de las várices.

Tabla 5. Distribución de los conocimientos sobre los factores de riesgo de várices en profesionales de enfermería del HRHVM, Huánuco 2023

Conocimientos sobre factores de riesgo de várices	n = 195			
	Si conoce		No conoce	
	fi	%	fi	%
Las várices pueden ser hereditarias	178	91,3	17	8,7
Las personas con exceso de peso tienen mayor riesgo de presentar várices	165	84,6	30	15,4
Permanecer de pie por tiempo prolongado favorece el desarrollo de várices	170	87,2	25	12,8
Las mujeres presentan riesgo mayor de tener várices que los varones	128	65,6	67	34,4
El uso de pastillas anticonceptivas incrementa el riesgo de presentar várices	88	54,9	107	45,1
El embarazo incrementa el riesgo que las mujeres tengan várices	136	69,7	59	30,3
El estreñimiento es un factor de riesgo para la presencia de várices	70	35,9	125	64,1
El consumo de bebidas alcohólicas es un factor que incrementa el riesgo de tener várices	52	26,7	143	73,3
Fumar cigarrillos es un factor de riesgo para tener várices	40	20,5	155	79,5

Al evaluar los conocimientos de los enfermeros(as) sobre los factores de riesgo de las várices se encontró que un alto porcentaje de ellos conocían que las várices pueden ser hereditarias así que permanecer de pie por mucho tiempo y tener exceso de peso favorece el desarrollo de várices en este grupo laboral.

También sobresalieron los enfermeros(as) que conocían que las mujeres tenían mayor de tener várices que los varones, así como también tenían conocimiento que el embarazo y el uso de pastillas anticonceptivas incrementaba el riesgo de desarrollo de esta patología.

En contraste, se identificó que predominaron los enfermeros(as) que no conocían que el estreñimiento, ingesta de bebidas con alcohol y fumar cigarro incrementaba el riesgo de presentar várices.

Tabla 6. Distribución de los conocimientos sobre la prevención primaria de várices en profesionales de enfermería del HRHVM, Huánuco 2023

Conocimientos sobre prevención primaria de várices	n = 195			
	Si conoce		No conoce	
	fi	%	fi	%
Tener una alimentación saludable ayuda a prevenir las várices	142	72,8	53	27,2
La práctica de actividad física frecuente permite prevenir las várices	158	81,0	19	16,4
Utilizar un calzado cómodo y suave ayuda a evitar las várices	123	63,1	72	36,9
Realizarse masajes en los pies favorece la prevención de las várices	125	64,1	70	35,9
El uso de medias de compresión ayuda a prevenir las várices	134	68,7	61	31,3

Al evaluar los conocimientos de los profesionales de Enfermería se halló que, en general, prevalecieron los enfermeros(as) que conocían que realizar ejercicios físicos y tener alimentación balanceada o saludable ayudaba a prevenir las várices; identificándose también que sobresalieron los que conocían que el uso de medias de compresión ayudaba a prevenir la presencia de várices.

Además se encontró que sobresalieron los enfermeros(as) que conocían que el uso de calzados suaves, cómodos y realizarse masaje en la zona de los pies y tobillos permitían prevenir las várices.

Tabla 7. Distribución de los conocimientos sobre la prevención secundaria de várices en profesionales de enfermería del HRHVM, Huánuco 2023

Conocimientos sobre prevención secundaria de várices	n = 195			
	Si conoce		No conoce	
	fi	%	fi	%
Acudir a un flebólogo es una medida importante en el tratamiento de las várices	158	81,0	37	19,0
La escleroterapia ayuda a tratar las várices	146	74,9	49	25,1
El vendaje de las piernas es una medida de tratamiento de las várices	118	69,5	77	30,5
La cirugía es el tratamiento recomendado en várices grandes y úlceras de difícil cicatrización	131	67,2	64	32,8
Las várices pueden tratarse con cirugía laser	140	71,8	55	28,2

Al evaluar la distribución por ítems respecto al conocimiento sobre la prevención secundaria de las várices se identificó que, del total de enfermeros(as) encuestados(as), un porcentaje mayoritario conocía que acudir al flebólogo era una medida importante para el tratamiento de las várices, sobresaliendo también que tenían conocimiento que las várices podían tratarse con escleroterapia y cirugía laser.

Asimismo, se encontró que hubo predominio de los profesionales de Enfermería que conocían que el vendaje compresivo de piernas ayudaba al tratamiento de las várices y sobresalieron los que conocían que la cirugía es la terapéutica recomendada en los casos de várices de gran tamaño y de úlceras de difícil cicatrización.

Tabla 8. Dimensiones de los conocimientos sobre prevención de várices en profesionales de enfermería del HRHVM, Huánuco 2023

Dimensiones conocimientos prevención de várices	n = 195	
	fi	%
Conocimientos aspectos generales de las várices		
Buenos	143	73,3
Malos	52	26,7
Conocimientos factores de riesgo de várices		
Buenos	114	58,5
Malos	81	41,5
Conocimientos prevención primaria de várices		
Buenos	134	68,7
Malos	61	31,3
Conocimiento prevención secundaria de várices		
Buenos	136	69,7
Malos	59	30,3

Al evaluar la información relacionada a las dimensiones del conocimiento de los enfermeros(as) sobre la prevención de las várices se halló que un porcentaje mayoritario de personas encuestadas mostraron conocimiento bueno sobre los aspectos generales y factores de riesgo de las várices, prevaleciendo también aquellos que conocían sobre la prevención primaria y secundaria de las várices en el ámbito de análisis.

Tabla 9. Conocimientos sobre prevención de várices en profesionales de enfermería del HRHVM, Huánuco 2023

Conocimientos Prevención de Várices	Fi	%
Buenos	131	67,2
Malos	64	32,8
Total	195	100,0

Al analizar el conocimiento de los profesionales de Enfermería sobre la prevención de las várices se encontró que, en forma general, la mayoría ellos mostraron conocimientos buenos sobre la prevención de las várices; y en contraste, cerca de la tercera parte de enfermeros(as) presentaron conocimiento malos sobre las intervenciones preventivas de las várices en el área de análisis.

Tabla 10. Distribución de las prácticas de prevención de várices en la dimensión alimentación de los profesionales de enfermería del HRHVM, Huánuco 2023

Prácticas de prevención de várices Dimensión alimentación	n = 195					
	Nunca		A veces		Siempre	
	fi	%	fi	%	fi	%
Tiene una alimentación saludable	20	10,3	119	61,0	56	28,7
Consume frutas y verduras con frecuencia	31	15,9	112	57,4	52	26,7
Consumes alimentos ricos en fibra (arroz, quinua, trigo, etc.)	38	19,5	97	49,7	60	30,8
Incluye legumbres (garbanzo, lentejas, frijoles, etc.) en tu alimentación	43	22,1	103	52,8	49	25,1
Limita el consumo de alimentos salados	83	42,6	80	41,0	32	16,4
Limita el consumo de comidas picantes y muy sazonados	64	32,8	92	47,2	39	20,0
Limita el consumo de comidas chatarras (salchipapas, golosinas etc.)	71	36,4	94	48,2	30	15,4
Consume más de 8 vasos de agua al día	116	59,5	60	30,8	19	9,7
Acompaña sus comidas con agua o refrescos.	25	12,8	74	37,9	96	49,2

Al analizar la distribución de las prácticas que realizan los profesionales de Enfermería en la alimentación se encontraron que sobresalieron los que a veces tenían alimentación saludable consumiendo frutas, verduras e incluyendo alimentos ricos en fibras y legumbres en su alimentación; apreciándose también que predominaron los enfermeros(as) encuestados(as) que a veces limitaban la ingesta de alimentos salados y comidas chatarras; también fueron predominantes los que siempre acompañaban sus comidas con agua o algún tipo de refresco.

Por otra parte se encontró que sobresalieron los profesionales de Enfermería que nunca limitaban el consumo de alimentos saladas y tampoco consumían más de 8 vasos diarios de agua.

Tabla 11. Distribución de las prácticas de prevención de várices en la dimensión actividad física de los profesionales de enfermería del HRHVM, Huánuco 2023

Prácticas de prevención de várices Dimensión actividad física	n = 195					
	Nunca		A veces		Siempre	
	fi	%	fi	%	fi	%
Realiza ejercicios de actividad física.	37	19,0	95	48,7	63	32,3
Realiza caminatas en su tiempo libre	50	25,6	89	45,6	56	28,8
Maneja bicicleta en su tiempo libre	69	35,4	82	42,1	44	22,5
Práctica la natación en su tiempo libre	74	37,9	84	43,1	37	19,5
Tiene la costumbre de subir y bajar escaleras	65	33,3	78	40,0	52	26,7
Realiza ejercicios que estimulan el movimiento activo de las piernas	67	34,4	80	41,0	48	24,6

Al evaluar descriptivamente las prácticas de prevención de las várices que efectúan los profesionales de Enfermería participantes del estudio en la dimensión actividad física se encontró que, en general, predominaron los que a veces efectuaban ejercicios físicos o tenían la costumbre de realizar caminatas en su tiempo libre; sobresaliendo también los enfermeros(as) que a veces manejaban bicicleta y practicaban la natación en su tiempo libre; y finalmente sobresalieron los que a veces tenían la costumbre de subir y bajar escaleras así como también realizar ejercicios que estimulan el movimiento activo de las piernas como medida de prevención de las várices.

Tabla 12. Distribución de las prácticas de prevención de várices en la dimensión cuidados personales de los profesionales de enfermería del HRHVM, Huánuco 2023

Prácticas de prevención de várices Dimensión cuidados personales	n = 195					
	Nunca		A veces		Siempre	
	fi	%	fi	%	fi	%
Utiliza calzado cómodo y suave durante tu turno de trabajo	21	10,7	98	50,3	76	39,0
Descansa elevando tus pies por lo menos una vez al día	28	14,4	119	61,0	48	24,6
Se viste con ropa holgada y cómoda	15	7,7	85	43,6	95	48,7
Evitas estar mucho tiempo parado o sentado en tu turno de trabajo	86	44,1	91	46,7	18	9,2
Utilizas medias de compresión en tu turno de trabajo	74	37,9	82	42,1	39	20,0
Realizas masajes en tus piernas desde el tobillo al muslo	60	30,8	90	46,1	45	23,1
Hidratas tus piernas después de tu turno de trabajo	69	35,4	94	48,2	32	16,4
Evitas exponerte a temperaturas altas en tu hogar y trabajo	26	13,3	70	35,9	99	50,8
Limitas la ingesta de cigarrillos y bebidas alcohólicas	53	28,2	67	34,4	73	37,4

Al evaluar las prácticas de prevención de las várices que desarrollan los profesionales de Enfermería en la dimensión cuidados personales se identificó que la mayoría de ellos a veces descansaba elevando sus pies por lo menos una vez al día, y cerca de la mitad de enfermeros(as) a veces utilizaba un zapato cómodo y suave durante su turno de trabajo.

También se encontró que una proporción ligeramente mayoritaria de profesionales de Enfermería refirieron que a veces utilizan medias de compresión y evitaba estar mucho tiempo de pie en su jornada laboral, realizando también a veces masajes en la zona de las piernas e hidratándolas luego de su horario de trabajo; y prevalecieron los(as) enfermeros(as) que siempre se vestían con ropa holgada o cómoda, evitaba exponerse a temperaturas altas y limitaban el consumo de bebidas alcohólicas.

Tabla 13. Dimensiones de las prácticas de prevención de várices en la dimensión cuidados personales de los profesionales de enfermería del HRHVM, Huánuco 2023

Dimensiones prácticas de prevención de várices	n = 195	
	fi	%
Prácticas alimentación		
Adecuadas	113	57,9
Inadecuadas	82	42,1
Prácticas actividad física		
Adecuadas	102	52,3
Inadecuadas	93	47,7
Prácticas cuidados personales		
Adecuadas	116	59,5
Inadecuadas	79	40,5

Al evaluar las dimensiones de las prácticas preventivas de várices se encontró que la mayoría de los enfermeros(as) tenían prácticas preventivas adecuadas en la dimensión alimentación, con ligero predominio de los enfermeros que mostraron prácticas preventivas adecuadas de várices en la actividad física; y finalmente, se identificó que prevalecieron los enfermeros(as) con prácticas preventivas adecuadas en los cuidados personales.

Tabla 14. Prácticas de prevención de várices en la dimensión cuidados personales de los profesionales de enfermería del HRHVM, Huánuco 2023

Prácticas Prevención de várices	Fi	%
Adecuadas	108	55,4
Inadecuadas	87	44,6
Total	195	100,0

Al evaluar descriptivamente las prácticas de prevención de várices realizadas por los profesionales de Enfermería participante de la aplicación de las encuestas se halló que un porcentaje mayoritario de enfermeros(as) encuestados(as) presentaron prácticas adecuadas en la prevención de várices en su vida diaria; y en contraste, el porcentaje restante de enfermeros(as) tuvieron prácticas inadecuadas de prevención de várices.

4.2. CONTRASTACIÓN Y PRUEBA DE HIPÓTESIS

a) Contraste de hipótesis general

Tabla 15. Relación entre los conocimientos y prácticas de prevención de várices en los profesionales de enfermería del HRHVM, Huánuco 2023

Conocimientos prevención de várices	Prácticas Prevención de várices				Total		Chi Cuadrado (χ^2)	P (valor)
	Adecuadas		Inadecuadas		fi	%		
	fi	%	fi	%				
Buenos	84	45,1	47	22,1	131	67,2	12,33	0,000
Malos	24	10,3	40	22,5	64	32,8		
TOTAL	108	55,4	87	44,6	195	100.0		

Al realizar el análisis estadístico inferencial de la relación de estas variables en los enfermeros encuestados se encontró que los reportes de la realización del contraste de hipótesis con el Chi Cuadrado de Independencia se encontró que el procesamiento de información mostró un valor de $\chi^2 = 12,33$ encontrándose relación estadística entre las variables estudiadas con una $p = 0,000$ que permite aceptar la hipótesis de análisis, estableciéndose que los conocimientos se relacionaron con las prácticas de prevención de várices en los enfermeros(as) del HRHVM.

b) Contraste de hipótesis específica 1

Tabla 16. Relación entre los conocimientos sobre los aspectos generales de várices y prácticas de prevención de várices en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023

Conocimientos aspectos generales de várices	Prácticas Prevención de várices				Total		Chi Cuadrado (χ^2)	P (valor)
	Adecuadas		Inadecuados		fi	%		
	fi	%	fi	%				
Buenos	90	46,2	53	27,1	143	73,3	12,38	0,000
Malos	18	9,2	34	17,5	52	26,7		
TOTAL	108	55,4	87	44,6	195	100.0		

En evaluar los conocimientos sobre los aspectos generales de las várices y su relación con las prácticas de prevención de los enfermeros(as) se halló que los reportes del proceso de comprobación de hipótesis mostraron un resultado de $\chi^2 = 12,38$ con una probabilidad de error $p = 0,000$ que demuestran que las variables evaluadas están asociadas, aceptándose la hipótesis de análisis que afirma que el conocimiento sobre los aspectos generales de las várices mostraron relación significativa con las prácticas de prevención de las várices en los enfermeros del HRHVM.

c) Contraste de hipótesis específica 2

Tabla 17. Relación entre los conocimientos sobre factores de riesgo de várices y prácticas de prevención de várices en los profesionales de enfermería del HRHVM, Huánuco 2023

Conocimientos factores de riesgo de várices	Prácticas Prevención de várices				Total		Chi Cuadrado (X ²)	P (valor)
	Adecuadas		Inadecuados		fi	%		
	fi	%	fi	%				
Buenos	78	40,0	36	18,5	114	58,5	18,88	0,000
Malos	30	15,4	51	26,1	81	41,5		
TOTAL	108	55,4	87	44,6	195	100.0		

Al relacionar los conocimientos sobre factores de riesgo de várices con prácticas de prevención de esta enfermedad en los participantes se encontró que los resultados de la comprobación de hipótesis mostró un $X^2 = 18,88$ encontrándose relación estadística entre las variables analizadas con un margen de error probabilístico $p = 0,000$ que viabiliza la aceptación de la hipótesis que establece que existe relación entre los conocimientos de los factores de riesgo de las várices y las prácticas preventivas de esta enfermedad en los profesionales de Enfermería del HRHVM.

d) Contraste de hipótesis específica 3

Tabla 18. Relación entre los conocimientos sobre prevención primaria de várices y prácticas de prevención de várices en los profesionales de enfermería del HRHVM, Huánuco 2023

Conocimientos prevención primaria de várices	Prácticas Prevención de várices				Total		Chi Cuadrado (X ²)	P (valor)
	Adecuadas		Inadecuados		fi	%		
	fi	%	fi	%				
Buenos	86	44,1	48	24,6	134	68,7	13,41	0,000
Malos	22	11,3	39	20,0	61	31,3		
TOTAL	108	55,4	87	44,6	195	100.0		

Al efectuar estadísticamente el análisis inferencial de la relación entre el conocimiento sobre prevención primaria de las várices y las prácticas preventivas de los participantes se encontró que el contraste de hipótesis arrojó un valor de $X^2 = 13,41$ encontrándose asociación significativa entre las variables evaluadas con una $p = 0,000$ que permite aseverar que los conocimientos sobre la prevención primaria de las várices se relaciona con las prácticas preventivas de várices en los enfermeros(as) del HRHVM.

e) Contraste de hipótesis específica 4

Tabla 19. Relación entre los conocimientos sobre prevención secundaria de várices y prácticas de prevención de várices en los profesionales de enfermería del HRHVM, Huánuco 2023

Conocimientos prevención secundaria de várices	Prácticas Prevención de várices				Total		Chi Cuadrado (X ²)	P (valor)
	Adecuadas		Inadecuados		fi	%		
	fi	%	fi	%				
Buenos	80	41,0	46	23,5	116	59,5	9,47	0,002
Malos	28	14,4	41	21,1	79	40,5		
TOTAL	108	55,4	87	44,6	195	100.0		

Al realizar el análisis estadístico de la relación entre estas variable en los profesionales de Enfermería participantes se encontró que la información del contraste de hipótesis evidenció un valor de $X^2 = 9,47$ corroborándose la existencia de relación entre las variables evaluadas con un valor $p = 0,000$ que hace posible que se acepte la hipótesis que formula que los conocimientos sobre la prevención secundaria de las varices se relaciona estadísticamente con las prácticas preventivas en los enfermeros(as) del HRHVM de Huánuco.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

5.1. CONTRASTACIÓN DE RESULTADOS.

Esta investigación se realizó buscando identificar la relación entre los conocimientos y prácticas de prevención de várices en los profesionales de Enfermería del HRHVM de Huánuco durante el año 2023, en la que se pudo demostrar mediante la ejecución del estudio y contraste de hipótesis efectuado con el Chi Cuadrado de Independencia que estas variables se relacionan significativamente con un valor estadístico de significancia $p = 0,000$ que permite aceptar la hipótesis propuesta en esta tesis.

Estos reportes permiten inferir que los conocimientos se relacionan significativamente con las prácticas de prevención de las várices en los profesionales de Enfermería en estudio, pudiéndose identificar que aquellos que tenían conocimientos buenos sobre las varices presentaron mayoritariamente prácticas preventivas adecuadas de esta patología; y en contraposición, en los profesionales de Enfermería que tuvieron conocimientos limitados sobre las várices predominaron los que presentaron prácticas inadecuadas de prevención de várices.

También se destaca que en el contraste de hipótesis específicas se encontró relación entre los conocimientos sobre aspectos generales de várices ($p = 0,000$) factores de riesgo ($p = 0,000$); prevención primaria ($p = 0,000$) y prevención secundaria de las várices ($p = 0,002$) con las prácticas de prevención de las várices en los enfermeros(as) del HRHVM.

Estos resultados concuerdan con los postulados del “Modelo de promoción de la salud” y la “Teoría del autocuidado” donde establecen que la adopción de conductas saludables constituye el principal eje para adquirir información sobre una determinada patología como las várices y realizar comportamientos promotores de salud y autocuidado para evitar su incidencia en el ámbito laboral concordando con nuestra información.

También coincide con lo establecido en la teoría postulada por Leavell y Clark que, según indica Flores¹⁸, postula que toda patología implica la realización de hábitos preventivos para evitar su presencia en el organismo y brindar el tratamiento correspondiente, que fue evidenciado en este estudio donde se demostró que el uso de estrategias de prevención primaria y secundaria fueron esenciales para promover la prevención y tratamiento de várices en los profesionales de Enfermería.

Del mismo modo, los reportes expuestos en esta tesis coinciden con los expuestos por Silva et al³ quienes también indican que los conocimientos se relacionan con las prácticas preventivas de várices que los enfermeros(as) realizan en su ambiente de trabajo, sosteniendo que cuanto más información reciban sobre esta problemática mayor preocupación tendrán por aplicar los hábito preventivos en el ámbito hospitalario concordando con nuestros reportes.

Rodríguez et al⁸ también concuerda en afirmar que los conocimientos tienen relación con las prácticas de prevención de las várices que aplican los profesionales de Enfermería en su vida cotidiana, enfatizando que si estos son sensibilizados adecuadamente mejora su compromiso para aplicar estas medidas en su área de trabajo, pero que si al contrario tienen una información limitada sobre esta tema es más frecuente que apliquen inadecuadamente las medidas preventivas afectando su bienestar laboral, como se demuestran en nuestros reportes.

En este mismo orden de ideas Márquez¹³ también sostiene que los conocimientos que los enfermeros(as) tienen sobre las várices y estrategias preventivas tienden a relacionarse directamente con las prácticas que aplican en sus ambientes de trabajo, señalando que los tienen conocimientos inadecuados o insuficientes sobre la prevención de las várices son los que mayormente tienen incorrecta aplicación de los hábitos preventivos de esta enfermedad vascular periférica en su entorno de trabajo.

Pimentel¹⁷ coincide en señalar que los conocimientos tienden a relacionarse de modo significativa con las prácticas que los profesionales de

Enfermería adoptan para prevenir las várices en su vida cotidiana; afirmando que aquellos que tienen mayor información sobre la etiología, factores de riesgo, medidas de prevención primaria y secundaria de las várices son los que muestran mayor predisposición a aplicar las medidas preventivas en su trabajo, concordando con lo establecido en esta investigación.

En este aspecto, Sánchez¹⁴ también resalta la importancia de las intervenciones educativas informativas y de capacitación en la mejora de los conocimientos y prácticas de las varices en los profesionales enfermeros, señalando que una adecuada sensibilización sobre esta problemática y las consecuencias en el estado favorece para que los profesionales de Enfermería mejoren su compromiso en el uso de los hábitos preventivos de las várices en el ámbito asistencial.

No obstante Vásquez y Acevedo⁷ mostraron información diferente a lo mostrado en este estudio dado que no evidenciaron asociación significativa entre estas variables porque a pesar de que la mayoría presentó conocimientos buenos sobre los hábitos preventivos de las várices estas mayormente no eran aplicadas correctamente en su entorno laboral por olvido o sus recargadas laborales asistenciales favoreciendo el incremento de casos de várices en este grupo ocupacional.

Bellido y Huamán² también presentan resultados distintos pues tampoco encontraron relación estadística entre las variables evaluadas en los profesionales enfermeros indicando que a pesar de que sobresalieron aquellos que tuvieron conocimientos suficientes sobre el contexto general, factores de riesgo y prevención de las várices no tuvieron una aplicación adecuada de las medidas preventivas provocando que haya una elevada prevalencia de várices en los profesionales de Enfermería.

En consecuencia, la discusión realizada en esta tesis permite establecer que los conocimientos que los enfermeros tienen sobre la prevención de las várices tienden a incidir en su aplicación práctica en su vida cotidiana; resaltándose que en este estudio la mayoría de participantes tuvieron conocimientos buenos y prácticas adecuadas para prevenir esta patología en

su jornada laboral; sin embargo es preocupante identificar que 44,6% de profesionales de Enfermería muestran una aplicación inadecuada de las medidas preventivas de las várices que aumentan la posibilidad que tengan signos clínicos de esta patología que si no es tratada adecuadamente puede afectar su calidad de vida laboral, debiéndose implementar medidas que sensibilicen a los profesionales enfermeros respecto a la importancia de la prevención de las várices en su estado de salud.

Asimismo, se destaca que las fortalezas de esta investigación se encuentran dadas porque se logró obtener la participación de casi la totalidad de los profesionales de Enfermería del nosocomio en estudio quienes brindaron información importante sobre las variables evaluadas respondiendo las preguntas de un instrumento que fue validado cualitativamente por especialistas en el tema de análisis y que alcanzaron valores aceptables de confiabilidad estadística para una medición idónea de los conocimientos y prácticas preventivas de las várices en los participantes del estudio.

En cuanto a las limitaciones de esta investigación se destaca la escasa existencia de estudios relacionados a las variables de análisis que limitaron la caracterización de este dilema en el área de análisis reconociendo también que el diseño relacional del estudio únicamente permitió establecer relaciones de asociación o correspondencia entre estas variables sin identificarse relaciones de dependencia entre estas.

También se reconoce que hubiera sido importante analizar los factores predisponente para el desarrollo de várices en esta profesión que hubieran contribuido a un a mayor conocimiento de esta problemática, que puede ser considerado en la realización de futuros estudios afines a nuestra línea investigativa, destacándose que los datos presentados son válidos únicamente para la muestra evaluada en esta investigación.

Se culmina recalando la importancia que tiene que los enfermeros(as) estén adecuadamente informados sobre los hábitos preventivos de las várices siendo importante que se implementen programas estratégicos, talleres de capacitación y otras actividades preventivos promocional en los hospitales

para sensibilizar a los enfermeros sobre la relevancia de prevenir las várices en su trabajo para que mejoren sus conocimientos, estén adecuadamente concientizados y apliquen correctamente las medidas preventivas en su hogar y entorno laboral contribuyendo a la disminución de casos de várices en este grupo ocupacional y mejorando su calidad de vida en el entorno laboral.

CONCLUSIONES

En este trabajo de tesis se llegaron a las siguientes conclusiones de análisis:

1. Los conocimientos se relacionaron significativamente con las prácticas de prevención de las várices en los enfermeros(as) del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano con un valor $p = 0,000$ que demuestra la significancia estadística de los resultados y que se acepte la hipótesis de investigación formulada en este trabajo de investigación.
2. Se evidenció que los conocimientos sobre los aspectos generales de las várices se relacionaron con las prácticas de prevención de las várices en los enfermeros(as) del HRHVM con una $p = 0,000$ que permitió aceptar la hipótesis de análisis en esta área de evaluación.
3. Se demostró que los conocimientos sobre los factores de riesgo de las várices tuvieron relación significativa con las prácticas de prevención de las várices los enfermeros(as) del HRHVM con una $p = 0,000$, que hace viable que se acepte la hipótesis formulada en esta dimensión de estudio.
4. Se identificó relación entre los conocimientos sobre la prevención primaria de las várices y las prácticas de prevención de várices en los enfermeros(as) del HRHVM con una significancia $p = 0,000$ que permitió la aceptación de la hipótesis de investigación en el área de evaluación.
5. Y para concluir, se evidenció relación entre los conocimientos sobre medidas de prevención secundaria de las várices y las prácticas de prevención de esta enfermedad en los profesionales de Enfermería en estudio con una $p = 0,002$ que hizo viable que se acepte la hipótesis en esta dimensión de análisis.

RECOMENDACIONES

A la Diresa Huánuco

- Difundir información sobre los hábitos preventivos de las várices en los principales medios de comunicación (radio, televisión, redes sociales, internet, etc.) para que la población y diferentes grupos ocupacionales conozcan sobre esta temática y puedan aplicarlas en su jornada laboral.
- Brindar capacitaciones a los enfermeros(as) de los hospitales de Huánuco donde se fomente una cultura saludable de autocuidado en la prevención de las várices para que puedan fortalecer sus conocimientos y aplicar las medidas preventivas en su trabajo.

Al Colegio de Enfermeros de Huánuco

- Desarrollar foros de discusión, congresos y programas de capacitación encaminados a mejorar el conocimiento de los profesionales enfermeros y sensibilizarlos respecto a la importancia de la utilización de estrategias preventivas en el entorno hospitalario.
- Efectuar alianzas estratégicas con los directores de los hospitales y establecimientos sanitarios de la región para el desarrollo de intervenciones que permitan incrementar el conocimiento y prácticas de prevención de las várices en los profesionales de Enfermería.

Al director del Hospital Hermilio Valdizán

- Encargar al responsable de salud ocupacional del hospital que desarrollen actividades informativas y de capacitación dirigidas al personal de salud sobre las várices y su prevención para que puedan mejorar sus conocimientos y aplicar las medidas preventivas en su jornada laboral.
- Implementar políticas institucionales donde se promueva que el personal de salud realice pausas activas en su horario de trabajo alternando la postura de pie o sentado de manera periódica para evitar la presencia de várices en los trabajadores de esta entidad hospitalaria.
- Desarrollar actividades deportivas de fraternidad entre todos los servicios del hospital para promover la actividad física como estrategia importante

para prevenir las várices en el personal de salud de esta entidad hospitalaria.

A la jefatura de Enfermería del Hospital Hermilio Valdizán

- Brindar capacitaciones a los enfermeros(as) donde se brinde educación sobre las várices, factores predisponentes, prevención y complicaciones de esta enfermedad para que tengan conocimientos correctos y apliquen las medidas de prevención de várices en su trabajo.
- Incluir a los enfermeros(as) en un programa de prevención de várices donde se les informe sobre las medidas preventivas de esta enfermedad para que puedan controlar los factores de riesgo y aplicarlas adecuadamente en su desempeño laboral.
- Dar seguimiento al tratamiento de los profesionales de Enfermería que presentan várices para promover el control de esta enfermedad y apliquen medidas para evitar complicaciones en su salud.
- Brindar información a los enfermeros (as) sobre la importancia de la alimentación, actividad física periódico y cuidados personales en la prevención de las várices para incrementar sus conocimientos y mejorar la aplicación de medidas preventivas en sus funciones laborales.

A los profesionales de Enfermería del Hospital Hermilio Valdizán

- Acudir a las actividades y programas educativos que se realicen en el hospital sobre las estrategias y hábitos preventivo de las várices para que puedan un mayor conocimiento sobre este problema y aplicar adecuadamente las medidas preventivas en su trabajo y vida cotidiana.
- Evitar permanecer de pie por periodos prolongados de tiempo, realizando pausas activas y alternando con momentos de reposo para favorecer un adecuado retorno venoso en las piernas y evitar los problemas de varices en los pies.
- Realizar caminatas y ejercicios de actividad física con frecuencia donde se promuevan el movimiento activo de las piernas como medida esencial para prevenir las várices.

- Adoptar una alimentación balanceada, nutritiva y saludable rica en fibras y proteínas para evitar tener exceso de peso y mediante ello evitar el desarrollo de várices en los miembros inferiores.
- Aplicar otras estrategias preventivas de las várices en su trabajo como elevar los pies en momentos de descanso, utilizar medias comprensivas y evitar exponerse a altas temperaturas para evitar problemas de insuficiencia venosa periférica.

A los estudiantes de Enfermería de la Universidad de Huánuco

- Desarrollar investigaciones de naturaleza cuasi experimental donde se evalúe la efectividad de la capacitación técnica en el fortalecimiento de conocimientos y prácticas de prevención de várices en los profesionales de Enfermería.
- Efectuar estudios cualitativos donde se analizan las experiencias de los enfermeros diagnosticados con várices en su entorno laboral para conocer la influencia que tiene la presencia de este problema en su desempeño laboral y estado de salud.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Castillo L. Insuficiencia venosa crónica en el adulto mayor. *Rev. Med Hered.* [Internet] 2022 [Consultado 2023 may 16]. 33: 145-154. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/rmh/v33n2/1729-214X-rmh-33-02-145.pdf>
2. Bellido R, Huamán M. Factores condicionantes de la insuficiencia venosa periférica y medidas preventivas de los profesionales de Enfermería en los servicios críticos del Hospital Regional del Cusco. [Internet] Cusco; Universidad Nacional de San Antonio de Abad; 2019 [Consultado 2023 may 16]. Disponible en: https://repositorio.unsaac.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12918/4445/253T20190478_TC.pdf?sequence=1
3. Silva G, Hilerio A, Jiménez A, Andrade X, Suárez A, Monje M. Insuficiencia venosa periférica en personal de enfermería quirúrgica: importancia del autocuidado. *Cysa* [Internet]. 2023 [Consultado 2023 may 16];7(1):17-26. Disponible en: <https://revistas.intec.edu.do/index.php/cisa/article/view/2769>
4. Sánchez H. Efectividad de una intervención educativa sobre prevención de várices en miembros inferiores en el personal de Enfermería del Hospital Mariano Molina Scipa. [Internet] Lima: Universidad César Vallejo; 2019 [Consultado 2023 may 16]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/28013/S%C3%A1nchez_VHJ.pdf?sequence=1
5. Espínola C, Bernal A, Villalba J. Prevalencia de várices en miembros inferiores en el personal del Hospital de Clínicas. *Rev. Chil Cir* [Internet]. 2007 Oct [Consultado 2023 may 16]; 59(5): 342-347. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-40262007000500006&Ing=es
6. Arias F, Benalcázar S, Bustamante Bo, Esparza J, López A, Maza G et al. Diagnóstico y tratamiento de enfermedad vascular periférica. Revisión bibliográfica. *Angiología* [Internet]. 2022 Dic [Consultado 2023 may 16]; 74(6): 292 – 304. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0003-31702022000600005&Ing=es
7. Vázquez I, Acevedo M. Prevalencia de insuficiencia venosa periférica en el personal de enfermería. *Enferm. Univ* [Internet]. 2016 Sep [Consultado 2023 may 16]; 13(3): 166 – 170. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632016000300166&Ing=es
8. Rodríguez R, Pérez Y, Ticí B, Estrada N. Incidencia de la insuficiencia venosa periférica en profesionales de la enfermería. *Rev. Cubana Angiol*

- Cir Vasc [Internet]. 2023 Abr [Consultado 2023 may 16]; 24(1): . Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1682-00372023000100002&lng=es
9. Figueroa M, Vergaray C. Conocimientos sobre várices y medidas preventivas en miembros inferiores en el profesional enfermero de centro quirúrgico de una clínica privada. [Internet] Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2017 [Consultado 2023 may 16]. Disponible en: https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/922/Conocimiento_FigueroaPerez_Melissa.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 10. Ante J. Insuficiencia venosa periférica. [Internet] Ecuador: Universidad Técnica de Ámbato; 2023 [Consultado 2023 may 16]. Disponible en: <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/40002/1/Ante%20Jeferson.pdf>
 11. Jaramillo R, Torres G. Factores asociados a la prevalencia de insuficiencia venosa periférica con bipedestación prolongada en el personal de salud en el servicio de cirugía del HSVP, Ibarra. [Internet] Ecuador: Universidad Técnica del Norte; 2016 [Consultado 2023 may 16]. Disponible en: <https://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/6186/2/06%20ENF%20700%20ARTICULO.pdf>
 12. Joya K, Matuk M, García D, Gallegos M, Ochoa C. Prevalencia de la insuficiencia venosa periférica en profesional de las áreas quirúrgicas en una institución de segundo nivel. Revista Sanitaria de Investigación. [Internet]. 2023 [Consultado 2023 may 16]; 23(1). Disponible en: <https://revistasanitariadeinvestigacion.com/prevalencia-de-la-insuficiencia-venosa-periferica-en-profesional-de-las-areas-quirurgicas-en-una-institucion-de-segundo-nivel/>
 13. Márquez D. Factores de riesgo asociados a la insuficiencia venosa periférica en miembros inferiores de pacientes atendidos en el Hospital de Apoyo de Palpa. [Internet] Lima: Universidad Privada San Juan Bautista; 2022 [Consultado 2023 may 16]. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.14308/3919>
 14. Sánchez H. Efectividad de una intervención educativa sobre prevención de várices en miembros inferiores en el personal de Enfermería del Hospital Mariano Molina Scipa, [Internet] Lima: Universidad César Vallejo; 2018 [Consultado 2023 may 16]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/28013/S%20C3%A1nchez_VHJ.pdf?sequence=1
 15. Aliaga K, Maguiña R, Pérez L. Conocimiento y práctica de medidas preventivas de las complicaciones de la insuficiencia venosa periférica del enfermero del centro quirúrgico en un instituto de salud. [Internet] Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2019 [Consultado 2023

- may 16]. Disponible en:
https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/6592/Conocimiento_AliagaCerron_Kattia.pdf?sequence=1
16. Apaza Y. Conocimiento y medidas de autocuidado del profesional de enfermería de centro quirúrgico en la prevención de varices de miembros inferiores en un hospital del estado. [Internet] Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2021 [Consultado 2023 may 16]. Disponible en: https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/22108/Apaza_hy.pdf?sequence=1
 17. Pimentel E. Nivel de conocimientos de insuficiencia venosa y medidas preventivas que practican las(os) enfermeras(os) de centro quirúrgico y emergencia del Hospital Marino Molina Scippa – EsSalud. [Internet] Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2019 [Consultado 2023 may 16]. Disponible en: <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/7043>
 18. Flores L. Bipedestación prolongada y su relación con el desarrollo de várices en enfermeras del Hospital Materno Infantil Carlos Showing Ferrari. [Internet] Huánuco: Universidad de Huánuco; 2019 [Consultado 2023 may 16]. Disponible en: <http://repositorio.udh.edu.pe/123456789/1841>
 19. Escobal C. Efectividad de la cirugía láser y convencional en el tratamiento de várices de miembros inferiores. [Internet] Trujillo: Universidad Privada Antenor Orrego; 2019 [Consultado 2023 may 16]. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12759/5445>
 20. Vásquez V. Factores que condicionan las várices y medidas de prevención en las enfermeras del servicio de centro quirúrgico y emergencia del Hospital Regional de Ica. [Internet] Ica: Universidad Privada San Juan Bautista; 2017 [Consultado 2023 may 16]. Disponible en: <https://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14308/1374/T-TPLE-Valeria%20Elizabeth%20Vasquez%20Rojas.pdf?sequence=1>
 21. Cruz A. Factores asociados a las varices en miembros inferiores en el Hospital Nacional Adolfo Guevara Velasco del Cusco. [Internet] Cusco: Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco; 2020 [Consultado 2023 may 16]. Disponible en: <http://hdl.handle.net/20.500.12918/5383>
 22. Acuña I. Estilos de autocuidado para prevenir la formación de varices en miembros inferiores en enfermeras de centro quirúrgico de un Hospital Nacional. [Internet] Cusco: Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco; 2023 [Consultado 2023 may 16]. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12672/21042>
 23. Flores A. Factores de Riesgo para Várices en Miembros Inferiores Presentes en Personal Policial de la Región Policial Sur – Arequipa.

- [Internet] Arequipa: Universidad Católica de Santa María; 2016 [Consultado 2023 may 16]. Disponible en: <https://repositorio.ucsm.edu.pe/items/88456d88-a842-4108-baab-945cfe5a2fa9/full>
24. Cortez M. Labor educativa de la enfermera en la prevención de las varices en mujeres de 30-50 años en la localidad de Ñaña – Distrito De Chaclacayo [Internet] Lima: Universidad Peruana Alas Peruanas; 2018 [Consultado 2023 may 16]. Disponible en: https://repositorio.uap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12990/9198/tesis_labor_enfermera_varices.pdf?sequence=1
 25. Málaga H. Medidas y estrategias para la prevención y control de los accidentes de tránsito: experiencia peruana por niveles de prevención. Rev. Perú. Med. Exp. Salud Publica [Internet]. 2010 Jun [Consultado 2023 may 16]; 27(2): 231 – 236. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342010000200011&lng=es
 26. Arouca S. La historia natural de las enfermedades. Revista Cubana de Salud Pública. [Internet]. 2018 [Consultado 2023 may 16]; 44(4): 220 – 228. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/214/21458870018/html/>
 27. Cuba M, Morera L. Reformando la salud desde la prevención cuaternaria. Acta méd. peruana [Internet]. 2016 Ene [Consultado 2023 may 16]; 33(1): 65-69. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1728-59172016000100010&lng=es
 28. Aristizábal G, Blanco D, Sánchez A, Ostiguín R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender: Una reflexión en torno a su comprensión. Enferm. Univ [Internet]. 2011 dic [Consultado 2023 may 16]; 8(4): 16-23. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003&lng=es
 29. Bejarano A, Tarazona L. Intervención de Enfermería en le prevención de la parasitosis en madres de niños de 3 a 6 años, Centro Poblado de Pilcocancha, Huánuco 2017. [Internet] Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín; 2018. [Consultado 2023 may 16] Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/8215>
 30. Martínez M. Modelo de promoción de salud dirigido a la población con riesgo de cardiopatía isquémica. Rev. Med. Electrón. [Internet]. 2018 ago. [Consultado 2023 may 16]; 40(4): 1070-1082. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242018000400014&lng=es

31. Rodríguez M, Trespalacios V, Gutiérrez M, Villamizar M, Torres C. Agencia de autocuidado, conocimientos, actitudes y prácticas de riesgo biológico en estudiantes de enfermería. *Revista Cuidarte*. [Internet] 2019 [Consultado 2022 set 12]; 10(1): 1 – 9. Disponible en: <https://revistacuidarte.udes.edu.co/index.php/cuidarte/article/view/622/1077>
32. Naranjo I, Concepción J, Rodríguez M. La teoría déficit de autocuidado: Dorothea Elizabeth Orem. *Rev. Gac Méd Espirit*. [Internet] 2017 [Consultado 2022 set 15]; 19(3): 89 – 100 Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1608-89212017000300009&lng=es
33. Incio S. Teoría del autocuidado aplicado a riesgos laborales a los que se expone la enfermera del Hospital Las Mercedes, 2019. [Internet] Pimentel; Universidad Señor de Sipán; 2019. [Consultado 2022 set 14] Disponible en: http://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6974/Incio%20Carpio%20C%20Sandra%20Flor%20de%20Maria_.pdf?sequence=1&isAllowed=y
34. Organización Mundial de la Salud. Gestión del conocimiento. [Internet] Ginebra: OMS; 2020. [Consultado 2023 may 16]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/evidencia-e-inteligencia-para-accion-salud/gestion-conocimiento>
35. Ramírez A. La teoría del conocimiento en investigación científica: una visión actual. *An. Fac. Med.* [Internet]. 2009 Sep [Consultado 2023 may 16]; 70(3): 217 – 224. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832009000300011&lng=es
36. Cañedo R. Análisis del conocimiento, la información y la comunicación como categorías reflejas en el marco de la ciencia. *ACIMED* [Internet]. 2003 Ago [Consultado 2023 may 16]; 11(4). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1024-94352003000400002&lng=es
37. Ministerio de Salud. Promoción de prácticas saludables frente al dengue y la fiebre de Chikunguña. [Internet] Lima: MINSA; 2019 [Consultado 2023 may 16]. Disponible en: <https://bvs.minsa.gob.pe/local/minsa/3171.pdf>
38. Yagui M, Vidal M, Rojas L, Sanabria H. Prevención de infecciones asociadas a la atención de salud: conocimientos y prácticas en médicos residentes. *An. Fac. Med.* [Internet]. 2021 Abr [Consultado 2023 may 16]; 82(2): 131-139. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832021000200131&lng=es

39. Tamariz F. Nivel de conocimiento y práctica de medidas de bioseguridad: Hospital San José, 2016. *Horiz. Med.* [Internet]. 2018 Oct [Consultado 2023 may 16]; 18(4): 42-49. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-558X2018000400006&lng=es
40. Ministerio de Salud. El 50% de mayores de 40 años puede presentar síntomas de várices durante su vida. [Internet] Lima: MINSA; 2019 [Consultado 2023 may 16]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/41495-el-50-de-mayores-de-40-anos-puede-presentar-sintomas-de-varices-durante-su-vida>
41. Rojas L. Escobar H, Cárdenas P, González J. Generalidades de las venas varicosas en miembros inferiores y su tratamiento durante el embarazo: una revisión narrativa. *Enfermería Actual en Costa Rica.* [Internet]. 2018 [Consultado 2023 may 16]; 35(1): 1-15. Disponible en: <https://www.scielo.sa.cr/pdf/enfermeria/n35/1409-4568-enfermeria-35-144.pdf>
42. Castillo L.. Insuficiencia venosa crónica en el adulto mayor. *Rev Med Hered* [Internet]. 2022 Abr [Consultado 2023 may 16]; 33(2): 145-154. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1018-130X2022000200145&lng=es
43. López L. Factores de riesgo ocupacional asociados a las várices en extremidades inferiores. *Rev. Méd. La Paz* [Internet]. 2015 [Consultado 2023 may 16]; 21(1): 5 – 14. Disponible en: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-89582015000100002&lng=es
44. Mendoza D. Nivel de información y grado de autocuidado en adultos con varices en miembros inferiores. Hospital Víctor Lazarte Echegaray-EsSalud Trujillo. [Internet] Trujillo: Universidad Privada Antenor Orrego; 2015 [Consultado 2023 may 16]. Disponible en: <https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/1693>
45. Alvear D. El ortostatismo prolongado y su incidencia en la formación de várices en miembros inferiores del personal de enfermería que labora en el centro quirúrgico del Hospital General de Latacunga. [Internet] Ecuador: Universidad Técnica de Ámbato; 2015 [Consultado 2023 may 16]. Disponible en: <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/9497/1/ALVEAR%20JIM%C3%89NEZ%20DANIELA%20STEFAN%C3%8DA%20.pdf>
46. Navarro R. Prevalencia y factores de riesgo en la aparición de várices en miembros inferiores en el personal de enfermería de los hospitales de la ciudad de Loja. [Internet] Ecuador: Universidad de Loja; 2016 [Consultado 2023 may 16]. Disponible en:

<https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/16459/1/TESIS%20DIGITAL%20BIBLIOTECA.pdf>

47. Del Águila L. Várices de Miembros Inferiores. [Internet] Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2018. [Consultado 2023 may 16] Disponible en: https://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtual/libros/medicina/cirugia/Tomo_I/Cap_24-2_Varices%20de%20miembros%20inferiores.htm
48. Correa M, Contreras L, García J. Factores asociados con la enfermedad venosa crónica: estudio en 1.136 pacientes tratados por várices de miembros inferiores en una clínica especializada en Colombia. J Vasc Bras. [Internet] 2022 [Consultado 2023 may 16];21: e202200. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/jvb/a/Xwjd9SPwgyZsDb7xNcL6VKD/?format=pdf>
49. Gómez V, Salazar Y: Factores de Riesgo en el Desarrollo de Vena Várice en Instrumentadores Quirúrgicos. [Internet] Colombia: Universidad de Santander; 2022 [Consultado 2023 may 16]. Disponible en: <https://repositorio.udes.edu.co/server/api/core/bitstreams/6e0b013a-b828-43e3-808c-c5e1899c4a68/content>
50. Hernández M, Suárez A, Machado Y. Escleroterapia con espuma, tratamiento para las várices de miembros inferiores en pacientes de la tercera edad. Rev Cubana Med Gen Integr. [Internet]. 2010 [Consultado 2023 may 16]; 26(2) Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252010000200020&lng=es&tlng=es

COMO CITAR ESTE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Huamán E. Conocimientos y prácticas de prevención de varices en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023 [Internet] Huánuco: Universidad de Huánuco; 2024 [Consultado]. Disponible en: <http://...>

ANEXOS

ANEXO 1

MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título del estudio: “CONOCIMIENTOS Y PRACTICAS DE PREVENCION DE VARICES EN LOS PROFESIONALES DE ENFERMERÍA DEL HOSPITAL REGIONAL HERMILIO VALDIZÁN MEDRANO, HUÁNUCO 2023”.						
Problema general	Objetivo general	Hipótesis general	Variables e indicadores			Escala de medición
			Variable independiente: Conocimientos prevención de várices			
			Dimensiones	Indicadores	Ítems	
¿Cuál es la relación entre los conocimientos y prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023?	Determinar la relación entre los conocimientos y prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023	<p>Hi: Los conocimientos se relacionan significativamente con las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023.</p> <p>Ho: Los conocimientos no se relacionan significativamente con las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023.</p>	Conocimiento general	<p>Buenos 13 a 24 puntos</p> <p>Malos 0 a 12 puntos</p>	Del ítem 1 al ítem 24 del cuestionario de conocimientos sobre prevención de várices	Nominal
Problemas específicos ¿Cuál es la relación entre los conocimientos sobre los aspectos generales de las várices y las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del hospital en estudio?	Objetivos Específicos Identificar la relación entre los conocimientos sobre los aspectos generales de las várices y las prácticas de prevención de las várices en profesionales de	Hipótesis Específicas <p>Hi1: Los conocimientos sobre los aspectos generales de las várices se relacionan significativamente con las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del Hospital en estudio.</p> <p>Ho1: Los conocimientos sobre los aspectos generales de las várices no se relacionan significativamente con las prácticas de prevención de las</p>	Conocimiento aspectos generales várices	<p>Buenos 3 a 4 puntos</p> <p>Malos 0 a 2 puntos</p>	Del ítem 1 al ítem 4 del cuestionario de conocimientos sobre prevención de várices	Nominal

	Enfermería del hospital en estudio.	várices en profesionales de Enfermería del Hospital en estudio				
¿Cuál es la relación entre los conocimientos sobre los factores de riesgo de las várices y las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del hospital en estudio?	Analizar la relación entre los conocimientos sobre los factores de riesgo de las várices y las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del hospital en estudio.	<p>Hi2: Los conocimientos sobre los factores de riesgo de las várices se relacionan significativamente con las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del Hospital en estudio.</p> <p>Ho2: Los conocimientos sobre los factores de riesgo de las várices no se relacionan significativamente con las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del Hospital en estudio.</p>	Conocimiento factores de riesgo de várices	<p>Buenos 5 a 9 puntos</p> <p>Malos 0 a 4 puntos</p>	Del ítem 5 al ítem 13 del cuestionario de conocimientos sobre prevención de várices	Nominal
¿Cuál es la relación entre los conocimientos sobre la prevención primaria de las várices y las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del hospital en estudio?	Evaluar la relación entre los conocimientos sobre la prevención primaria de las várices y las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del hospital en estudio	<p>Hi3: Los conocimientos sobre la prevención primaria de las várices se relacionan significativamente con las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del Hospital en estudio.</p> <p>Ho3: Los conocimientos sobre la prevención primaria de las várices no se relacionan significativamente con las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del Hospital en estudio</p>	Conocimiento prevención primaria várices	<p>Buenos 4 a 6 puntos</p> <p>Malos 0 a 3 puntos</p>	Del ítem 14 al ítem 19 del cuestionario de conocimientos sobre prevención de várices	Nominal

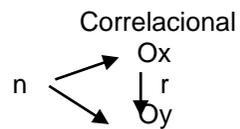
¿Cuál es la relación entre los conocimientos sobre la prevención secundaria de las várices y las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del hospital en estudio?	Establecer la relación entre los conocimientos sobre la prevención secundaria de las várices y las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del hospital en estudio	<p>Hi4: Los conocimientos sobre la prevención secundaria de las várices se relacionan significativamente con las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del Hospital en estudio.</p> <p>Ho4: Los conocimientos sobre la prevención secundaria de las várices no se relacionan significativamente con las prácticas de prevención de las várices en profesionales de Enfermería del Hospital en estudio.</p>	Conocimiento prevención secundaria várices	<p>Buenos 3 a 5 puntos</p> <p>Malos 0 a 2 puntos</p>	Del ítem 20 al ítem 24 del cuestionario de conocimientos sobre prevención de várices	Nominal
---	--	--	--	--	--	---------

Variable dependiente: Prácticas de prevención de várices

Prácticas general	<p>Adecuadas 49 a 17 puntos</p> <p>Inadecuadas 24 a 48 puntos</p>	Del ítem 1 al ítem 24 del cuestionario de conocimientos sobre prevención de várices.	Nominal
Prácticas alimentación	<p>Adecuadas 19 a 27 puntos</p> <p>Inadecuadas 9 a 18 puntos</p>	Del ítem 1 al ítem 9 del cuestionario de conocimientos sobre prevención de várices.	Nominal

Prácticas Actividad física	Adecuadas 13 a 18 puntos Inadecuadas 6 a 12 puntos	Del ítem 10 al ítem 15 del cuestionario de conocimientos sobre prevención de várices.	Nominal
Prácticas Cuidados Personales	Adecuadas 19 a 27 puntos Inadecuadas 9 a 18 puntos	Del ítem 16 al ítem 24 del cuestionario de conocimientos sobre prevención de várices.	Nominal

Tipo de estudio	Población y muestra	Técnicas e instrumentos	Aspectos éticos	Estadística descriptiva e inferencial
Según intervención Observacional	Población 202 profesionales de Enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano.	Técnicas: Encuesta y psicometría instrumentos: Cuestionario de características generales	Se aplicará el consentimiento informado a cada profesional de Enfermería participante del estudio considerándose	Estadística descriptiva: Se aplicaron medidas descriptivas de frecuencia y proporciones en la descripción de la variable en estudio. Estadística inferencial: Las hipótesis de estudio se comprobaron aplicando el coeficiente de correlación de Spearman considerando el p valor < 0.05 como criterio para rechazar la hipótesis nula y establecer las conclusiones del estudio
Según planificación Prospectivo.				
Según mediciones Transversal				
Según variables: Analítico				
Nivel estudio Relacional	Muestra			

Diseño del estudio

195 profesionales de
Enfermería del
Hospital Regional
Hermilio Valdizán
Medrano

Cuestionario de conocimientos de
prevención de várices

Cuestionario de prácticas de
prevención de várices

también la
aplicación de los
principios
bioéticos de
autonomía,
justicia,
maleficencia y
beneficencia

Donde:

n₁ = Profesionales de
Enfermería del Hospital
Regional Hermilio Valdizán

O_x = Conocimientos sobre
prevención de várices

O_y = Prácticas de
prevención de várices

r = Relación entre variables.

ANEXO 2
INSTRUMENTOS ANTES DE LA VALIDACIÓN
GUÍA DE ENTREVISTA DE CARACTERÍSTICAS
GENERALES

TITULO: “Conocimientos y prácticas de prevención de várices en profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023”

INSTRUCCIONES. Estimado (a) Enfermero(a): La presente guía de entrevista forma parte de un estudio orientado a obtener información respecto a sus características generales, por lo que se le solicita responder de manera apropiada las preguntas que se le plantean, marcando con un aspa (x) dentro de los paréntesis según considere pertinente. Sus respuestas serán anónimas por lo cual le solicitamos responder con veracidad las preguntas planteadas.

I. CARACTERÍSTICAS GENERALES:

1. ¿Cuántos años tiene Ud.?

_____ Años

2. ¿Cuál es su género?

a) Masculino ()

b) Femenino ()

3. ¿Cuál es su condición laboral?

a) Nombrado ()

b) Contratado ()

4. ¿Cuál es el tipo de labor que realiza en esta institución?

a) Asistencial ()

b) Administrativa ()

CUESTIONARIO DE CONOCIMIENTOS SOBRE PREVENCIÓN DE VÁRICES

TITULO: “Conocimientos y prácticas de prevención de várices en profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023””

INSTRUCCIONES. Estimado (a) Enfermero(a): el presente cuestionario forma parte de un estudio orientado a identificar sus conocimientos sobre la prevención de várice por lo que a continuación se le presenta algunas preguntas relacionadas a la problemática estudiada, que usted deberá responder marcando con un aspa (x) según considere pertinente; sus respuestas serán manejadas con confidencialidad, agradezco su gentil colaboración.

I. PREVENCIÓN PRIMARIA DE VÁRICES.

- 1. ¿Tener una alimentación saludable es una medida que permite prevenir las várices?**
a) Si
b) No
- 2. ¿Realizar actividad física con frecuencia es una medida que permite prevenir las várices?**
a) Si
b) No
- 3. ¿Utilizar un calzado adecuado es una medida que permite prevenir las várices?**
a) Si
b) No
- 4. ¿Utilizar ropa holgada y como es una medida que permite prevenir las várices?**
a) Si
b) No
- 5. ¿Evitar el consumo bebidas alcohólicas permite prevenir el desarrollo de várices en los pies?**
a) Si
b) No
- 6. ¿Evitar fumar es una medida que permite prevenir el desarrollo de várices en los pies?**
a) Si
b) No
- 7. ¿Realizarse masajes en los pies es una medida que permite prevenir las várices?**
a) Si
b) No

8. ¿Utilizar medias de compresión es una medida que permite prevenir las várices?

- a) Si
- b) No

II. PREVENCIÓN SECUNDARIA DE VÁRICES.

9. ¿Acudir a un médico especialista (flebólogo) es una medida que permite tratar adecuadamente las várices?

- a) Si
- b) No

10. ¿La escleroterapia es un procedimiento que permite tratar las varices?

- a) Si
- b) No

11. ¿Vendar las piernas es una medida de tratamiento de las várices?

- a) Si
- b) No

12. ¿La cirugía es el tratamiento más recomendado en casos de várices más grandes y úlceras de difícil cicatrización?

- a) Si
- b) No

13. ¿Las várices se pueden tratar mediante la cirugía laser?

- a) Si
- b) No

Gracias por tu colaboración...

CUESTIONARIO DE PRÁCTICAS DE PREVENCIÓN DE VÁRICES

TÍTULO: “Conocimientos y prácticas de prevención de várices en profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023”.

INSTRUCCIONES: Estimado (a) colaborador: la presente guía de observación forma parte de un estudio orientado a identificar las prácticas de prevención de las várices en los profesionales de Enfermería de la institución en estudio; por lo que se le solicita marcar con un aspa (X) según los hallazgos que usted observe en las actividades realizadas por los internos de Enfermería en su desempeño asistencial.

N°	REACTIVOS	SI	NO
I.	PREVENCIÓN PRIMARIA DE VÁRICES		
1.	Descansa elevando su pierna por lo menos una vez al día.		
2.	Usa medias elásticas de compresión para trabajar		
3.	Realiza ejercicios diariamente.		
4.	Tiene una alimentación saludable		
5.	Realiza masajes e hidrata sus pies		
6.	Utiliza un calzado cómodo y holgado		
II.	PREVENCIÓN SECUNDARIA DE VÁRICES		
7.	Acude al médico especialista en várices (flebólogo) para su atención respectiva.		
8.	Recibe sesiones de escleroterapia.		
9.	Mantiene vendada sus piernas		
10.	Aplica hielo en las zonas afectadas con várices		
11.	Consume medicamentos analgésicos para tratar el dolor que causa las várices.		
12.	Utiliza betametasona u otro medicamento para tratar el escozor o comezón que causa las várices.		

Gracias por su colaboración...

ANEXO 3

INSTRUMENTOS DESPUÉS DE LA VALIDACIÓN

CUESTIONARIO DE CARACTERÍSTICAS GENERALES

TITULO: “Conocimientos y prácticas de prevención de várices en profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023”

INSTRUCCIONES. Estimado (a) Enfermero(a): La presente guía de entrevista forma parte de un estudio orientado a obtener información respecto a sus características generales, por lo que se le solicita responder de manera apropiada las preguntas que se le plantean, marcando con un aspa (x) dentro de los paréntesis según considere pertinente. Sus respuestas serán anónimas por lo cual le solicitamos responder con veracidad las preguntas planteadas.

I. CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS:

1. **¿A qué grupo etario perteneces?**
 - a) Joven (27 a 30 años) ()
 - b) Adulto (31 a 60 años) ()
 - c) Adulto mayor (Más de 60 años) ()
2. **¿Cuál es su género?**
 - a) Masculino ()
 - b) Femenino ()
3. **¿Cuál es su grado académico?**
 - a) Licenciado(a) ()
 - b) Segunda especialidad ()
 - c) Maestría ()
 - d) Doctorado ()

II. CARACTERÍSTICAS LABORALES:

4. **¿Cuál es su condición laboral?**
 - a) Nombrado ()
 - b) Contratado ()
5. **¿Cuál es el tipo de función que realiza en el hospital?**
 - a) Asistencial ()
 - b) Administrativa ()
6. **¿Cuántos años se encuentra laborando en este hospital?**
 - a) Menos de 5 años ()
 - b) De 5 a 10 años ()
 - c) Más de 10 años ()

7. Aparte de trabajar en este hospital ¿Laboras en otra institución?

a) Si ()

b) No ()

III. CARACTERÍSTICAS INFORMATIVAS

8. ¿Pasas varias horas del día de pie en tu turno de trabajo?

a) Si ()

b) No ()

9. ¿Tienes familiares que han padecido de várices?

a) Si ()

b) No ()

10. ¿Consideras que actualmente tienes exceso de peso?

a) Si ()

b) No ()

11. En el último mes ¿Has presentado problemas de estreñimiento?

a) Si ()

b) No ()

12. ¿Tienes venas visibles y dilatadas en las piernas (muslo, tobillo, etc.)?

a) Si ()

b) No ()

13. En el último mes ¿Has tenido sensación de dolor, pesadez o cansancio en las piernas?

a) Si ()

b) No ()

CUESTIONARIO DE CONOCIMIENTOS SOBRE PREVENCIÓN DE VÁRICES

TITULO. “Conocimientos y prácticas de prevención de várices en profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023”

INSTRUCCIONES. Estimado (a) Enfermero(a): el presente cuestionario forma parte de un estudio orientado a identificar sus conocimientos sobre la prevención de várice por lo que a continuación se le presenta algunas preguntas relacionadas a la problemática estudiada, que usted deberá responder marcando con un aspa (x) según considere pertinente; sus respuestas serán manejadas con confidencialidad, agradezco su gentil colaboración.

I. ASPECTO GENERALES DE LAS VÁRICES.

- 1. ¿Cómo define usted las várices?**
 - a) Son venas dilatadas por aumento de la presión intraluminal ()
 - b) Son venas dilatadas por aumento de la presión arterial ()
 - c) Son venas dilatadas por aumento de la frecuencia sanguínea ()

- 2. ¿Cuál es el agente etiológico de las várices?**
 - a) Estasis venosa ()
 - b) Tromboflebitis ()
 - c) Varicoflebitis ()

- 3. ¿Cómo se clasifican las várices?**
 - a) Várices de grado I, II; III y IV ()
 - b) Várices primarias y secundarias ()
 - c) Várices superficiales y profundas ()

- 4. ¿Cuál es la complicación más frecuente de las várices?**
 - a) Pie diabético ()
 - b) Tromboflebitis ()
 - c) Úlcera varicosa ()

II. FACTORES DE RIESGO DE LAS VÁRICES.

- 5. ¿Consideras que las várices pueden ser hereditarias?**
 - a) Si ()
 - b) No ()

- 6. ¿Consideras que las personas con exceso de peso son las que tienen mayor riesgo de presentar las várices?**
 - a) Si ()
 - b) No ()

- 7. ¿Permanecer de pie por periodos de tiempo prolongado es un factor de riesgo para presentar las várices?**

- a) Si ()
- b) No ()

8. ¿Crees que las mujeres tienen mayor riesgo para presentar várices?

- a) Si ()
- b) No ()

9. ¿Consideras que el uso de pastillas anticonceptivas aumenta el riesgo de presentar várices?

- a) Si ()
- b) No ()

10. ¿Consideras que el embarazo incrementa el riesgo de presentar várices?

- a) Si ()
- b) No ()

11. ¿Conoces si sufrir de estreñimiento incrementa el riesgo de presentar várices?

- a) Si ()
- b) No ()

12. ¿Crees que consumir bebidas alcohólicas es un factor de riesgo para el desarrollo de várices?

- a) Si ()
- b) No ()

13. ¿Consideras que fumar es un factor de riesgo para el desarrollo de várices?

- a) Si ()
- b) No ()

III. PREVENCIÓN PRIMARIA DE VÁRICES.

14. ¿Consideras que tener una alimentación saludable ayuda a prevenir las várices?

- a) Si ()
- b) No ()

15. ¿Crees que la práctica de actividad física con frecuencia permite prevenir las várices?

- a) Si ()
- b) No ()

16. ¿Consideras que utilizar un calzado adecuado es una medida que permite prevenir las várices?

- a) Si ()
- b) No ()

17. ¿Crees que utilizar ropa holgada y como es una medida que permite prevenir las várices?

- a) Si ()
- b) No ()

18. ¿Consideras que realizarse masajes en los pies ayuda a prevenir las várices?

- a) Si ()
- b) No ()

19. ¿Conoces si el uso de medias de comprensión ayuda a prevenir las várices?

- a) Si ()
- b) No ()

IV.PREVENCIÓN SECUNDARIA DE VÁRICES.

20. ¿Crees que acudir a un flebólogo es una medida que permite tratar adecuadamente las várices?

- a) Si ()
- b) No ()

21. ¿Conoces si la escleroterapia ayuda a tratar las varices?

- a) Si ()
- b) No ()

22. ¿Consideras que vendar las piernas es una medida de tratamiento de las várices?

- a) Si ()
- b) No ()

23. ¿Consideras que la cirugía es el tratamiento más recomendado en casos de várices más grandes y úlceras de difícil cicatrización?

- a) Si ()
- b) No ()

24. ¿Conoces si las várices se pueden tratar con cirugía laser?

- a) Si ()
- b) No ()

CUESTIONARIO DE PRÁCTICAS DE PREVENCIÓN DE VÁRICES

TITULO: “Conocimientos y prácticas de prevención de várices en profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023”.

INSTRUCCIONES: Estimado (a) colaborador: la presente guía de observación forma parte de un estudio orientado a identificar las prácticas de prevención de las várices en los profesionales de Enfermería de la institución en estudio; por lo que se le solicita marcar con un aspa (X) según los hallazgos que usted observe en las actividades realizadas por los internos de Enfermería en su desempeño asistencial.

N°	REACTIVOS	Nunca	A veces	Siempre
I.	ALIMENTACIÓN			
1.	Tienes una alimentación saludable			
2.	Consumes frutas y verduras con frecuencia			
3.	Consumes alimentos ricos en fibra (arroz, quinua, trigo, etc.)			
4.	Incluyes legumbres (garbanzo, lentejas, frijoles, etc.) en tu alimentación			
5.	Limitas el consumo de alimentos salados			
6.	Limitas el consumo de comidas picantes y muy sazonados			
7.	Limitas el consumo de comidas chatarras (salchipapas, golosinas etc.)			
8.	Consumes más de 8 vasos de agua al día			
9.	Acompañas tus comidas con agua o refrescos.			
II.	ACTIVIDAD FÍSICA			
10.	Realizas ejercicios de actividad física.			
11.	Realizas caminatas en tu tiempo libre			
12.	Manejas bicicleta en tu tiempo libre			
13.	Prácticas la natación en tu tiempo libre			

14.	Tienes la costumbre de subir y bajar escaleras			
15.	Realizas ejercicios que estimulan el movimiento de las piernas			
III.	CUIDADOS PERSONALES			
16.	Utilizas un calzado cómodo y suave durante tu turno de trabajo			
17.	Descansas elevando tus pies por lo menos una vez al día			
18.	Te vistes con ropa holgada y cómoda			
19.	Evitas estar mucho tiempo parado o sentado en tu turno de trabajo			
20.	Utilizas medias de comprensión en tu turno de trabajo			
21.	Realizas masajes en tus piernas desde el tobillo al muslo			
22.	Hidratas tus piernas después de tu turno de trabajo			
23.	Evitar exponerte a temperaturas altas en tu hogar y ambiente de trabajo			
24.	Limitas el consumo de cigarros y bebidas alcohólicas			

ANEXO 4

CONSENTIMIENTOS INFORMADOS

CONSENTIMIENTO INFORMADO

- **Título del proyecto.**

"Conocimientos y prácticas de prevención de várices en profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023".

- **Responsable de la investigación.**

Villalobos Aranda, Silvia Felicita; alumna de la Escuela Académica Profesional de Enfermería de la Universidad de Huánuco, celular N° 989617708.

- **Introducción / Propósito.**

El propósito de esta investigación es determinar la relación que existe entre los conocimientos y las prácticas de prevención de várices en las enfermeras que laboran en este establecimiento de salud, para que mediante los resultados obtenidos se puedan proponer estrategias de intervención desde el contexto ocupacional orientadas a promover las prácticas de medidas preventivas de las várices en los ambientes hospitalarios.

- **Participación**

Participarán las enfermeras que laboran en el Hospital ESSALUD HUÁNUCO.

- **Procedimientos**

Se aplicará una guía de entrevista de características generales, un cuestionario de conocimientos sobre prevención de várices y una guía de observación de prácticas de prevención de várices; solo se tomará un tiempo aproximado de 30 minutos por cada enfermera considerada en el estudio.

- **Riesgos / incomodidades**

No habrá ninguna consecuencia desfavorable para usted ni para su niño, en caso de no aceptar la invitación. No tendrá que hacer gasto alguno durante el estudio.

- **Alternativas**

La participación en el estudio es voluntaria. Usted puede escoger no participar o puede abandonar el estudio en cualquier momento. El retirarse del estudio no le representará ninguna penalidad o pérdida de beneficios a los que tiene derecho.

Se le notificará sobre cualquiera nueva información que pueda afectar su salud, así como también el bienestar o su interés por continuar participando el estudio.

- **Compensación**

No recibirá pago alguno por su participación, ni de parte de la investigadora ni de las instituciones participantes. En el transcurso del estudio usted podrá solicitar información actualizada sobre el mismo, a la investigadora responsable.

- **Confidencialidad de la información**

La información recabada se mantendrá confidencialmente en los archivos de la universidad de procedencia.

- **Problemas o preguntas**

Escribir al email: silviafabivillalobos@gmail.com; o comunicarse con el N° de celular : N° 989617708.

- **Consentimiento / Participación voluntaria**

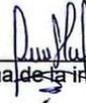
Acepto participar en el estudio: He leído la información proporcionada, o me ha sido leída. He tenido la oportunidad de preguntar dudas sobre ello y se me ha respondido satisfactoriamente, entiendo que tengo el derecho de retirarme en cualquier momento de la investigación sin que me afecte de ninguna manera.

- **Nombres y firmas del participante o responsable legal**



Firma del enfermero(a)

Acasto Burkome Guaike



Firma de la investigadora

Amarilis, a los 06 días del mes de 09 del 2023.

ANEXO 04**CONSENTIMIENTO INFORMADO****• Título del proyecto.**

"Conocimientos y prácticas de prevención de várices en profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023".

• Responsable de la investigación.

Villalobos Aranda, Silvia Felicita; alumna de la Escuela Académica Profesional de Enfermería de la Universidad de Huánuco, celular N° 989617708.

• Introducción / Propósito.

El propósito de esta investigación es determinar la relación que existe entre los conocimientos y las prácticas de prevención de várices en las enfermeras que laboran en este establecimiento de salud, para que mediante los resultados obtenidos se puedan proponer estrategias de intervención desde el contexto ocupacional orientadas a promover las prácticas de medidas preventivas de las várices en los ambientes hospitalarios.

• Participación

Participaran las enfermeras que laboran en el Hospital ESSALUD HUÁNUCO.

• Procedimientos

Se aplicará una guía de entrevista de características generales, un cuestionario de conocimientos sobre prevención de várices y una guía de observación de prácticas de prevención de várices; solo se tomará un tiempo aproximado de 30 minutos por cada enfermera considerada en el estudio.

- **Riesgos / incomodidades**

No habrá ninguna consecuencia desfavorable para usted ni para su niño, en caso de no aceptar la invitación. No tendrá que hacer gasto alguno durante el estudio.

- **Alternativas**

La participación en el estudio es voluntaria. Usted puede escoger no participar o puede abandonar el estudio en cualquier momento. El retirarse del estudio no le representará ninguna penalidad o pérdida de beneficios a los que tiene derecho.

Se le notificará sobre cualquiera nueva información que pueda afectar su salud, así como también el bienestar o su interés por continuar participando el estudio.

- **Compensación**

No recibirá pago alguno por su participación, ni de parte de la investigadora ni de las instituciones participantes. En el transcurso del estudio usted podrá solicitar información actualizada sobre el mismo, a la investigadora responsable.

- **Confidencialidad de la información**

La información recabada se mantendrá confidencialmente en los archivos de la universidad de procedencia.

- **Problemas o preguntas**

Escribir al email: silviafabivillalobos@gmail.com; o comunicarse con el N° de celular : N° 989617708.

- **Consentimiento / Participación voluntaria**

Acepto participar en el estudio: He leído la información proporcionada, o me ha sido leída. He tenido la oportunidad de preguntar dudas sobre ello y se me ha respondido satisfactoriamente, entiendo que tengo el derecho de retirarme en cualquier momento de la investigación sin que me afecte de ninguna manera.

- **Nombres y firmas del participante o responsable legal**


Firma de enfermero(a)
Santamaría Paredillo Marly


Firma de la investigadora

Amarilis, a los 13 días del mes de 09 del 2023.

ANEXO 04

CONSENTIMIENTO INFORMADO

- **Título del proyecto.**

“Conocimientos y prácticas de prevención de várices en profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023”.

- **Responsable de la investigación.**

Villalobos Aranda, Silvia Felicita; alumna de la Escuela Académica Profesional de Enfermería de la Universidad de Huánuco, celular N° 989617708.

- **Introducción / Propósito.**

El propósito de esta investigación es determinar la relación que existe entre los conocimientos y las prácticas de prevención de várices en las enfermeras que laboran en este establecimiento de salud, para que mediante los resultados obtenidos se puedan proponer estrategias de intervención desde el contexto ocupacional orientadas a promover las prácticas de medidas preventivas de las várices en los ambientes hospitalarios.

- **Participación**

Participaran las enfermeras que laboran en el Hospital ESSALUD HUÁNUCO.

- **Procedimientos**

Se aplicará una guía de entrevista de características generales, un cuestionario de conocimientos sobre prevención de várices y una guía de observación de prácticas de prevención de várices; solo se tomará un tiempo aproximado de 30 minutos por cada enfermera considerada en el estudio.

Escaneado con CamScanner

- **Riesgos / incomodidades**

No habrá ninguna consecuencia desfavorable para usted ni para su niño, en caso de no aceptar la invitación. No tendrá que hacer gasto alguno durante el estudio.

- **Alternativas**

La participación en el estudio es voluntaria. Usted puede escoger no participar o puede abandonar el estudio en cualquier momento. El retirarse del estudio no le representará ninguna penalidad o pérdida de beneficios a los que tiene derecho.

Se le notificará sobre cualquiera nueva información que pueda afectar su salud, así como también el bienestar o su interés por continuar participando el estudio.

- **Compensación**

No recibirá pago alguno por su participación, ni de parte de la investigadora ni de las instituciones participantes. En el transcurso del estudio usted podrá solicitar información actualizada sobre el mismo, a la investigadora responsable.

- **Confidencialidad de la información**

La información recabada se mantendrá confidencialmente en los archivos de la universidad de procedencia.

- **Problemas o preguntas**

Escribir al email: silviafabivillalobos@gmail.com; o comunicarse con el N° de celular : N° 989617708.

- **Consentimiento / Participación voluntaria**

Acepto participar en el estudio: He leído la información proporcionada, o me ha sido leída. He tenido la oportunidad de preguntar dudas sobre ello y se me ha respondido satisfactoriamente, entiendo que tengo el derecho de retirarme en cualquier momento de la investigación sin que me afecte de ninguna manera.

- **Nombres y firmas del participante o responsable legal**


Firma del enfermero(a)
Lic. R. Nolas


Firma de la investigadora

Amarilis, a los 13... días del mes de 09... del 2023.

ANEXO 5

CONSTANCIAS DE VALIDACIÓN



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

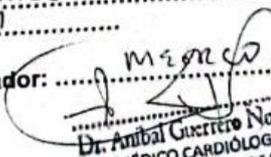
Yo, ANIBAL GUERRERO NOMEGA
De profesión MÉDICO CARDIÓLOGO, actualmente ejerciendo el cargo de MÉDICO ASISTENTE - ESPECIALISTA por medio del presente hago constar que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la Srta. VILALBA DORA SILVIA, con DNI 47684353, aspirante al título de Lic. en Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar información necesaria para la tesis titulado "CONOCIMIENTOS Y PRACTICAS DE PREVENCIÓN DE VARICES EN LOS PROFESIONALES DE ENFERMERIA EN EL HOSPITAL REGIONAL HERMILIO VALDIZAN MEDRANO – HUANUCO 2023".

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1 GUIA DE ENTREVISTA DE CARACTERISTICAS GENERALES	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 2 CUESTIONARIO DE CONOCIMIENTOS SOBRE PREVENCIÓN DE VÁRICES	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 3 GUIA DE OBSERVACIÓN DE PRACTICAS DE PREVENCIÓN DE VARICES	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Dr/ Mg:
GUERRERO NOMEGA ANIBAL
DNI: 25369591

Especialidad del validador: MÉDICO CARDIÓLOGO


 Dr. Anibal Guerrero Nomega
 MÉDICO CARDIÓLOGO
 CEAR 30010 RNE 16411
 Firma/sello



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
 PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA
 UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Juan Manuel Marcos Chávez
 De profesión Médico, actualmente ejerciendo el cargo de
Médico - Cardiólogo, por medio del presente hago constar
 que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la
 Srta. Silvia Villanueva Aranda con DNI 4763423, aspirante al título
 de Lic. en Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar
 información necesaria para la tesis titulado "CONOCIMIENTOS Y PRACTICAS DE
 PREVENCIÓN DE VARICES EN LOS PROFESIONALES DE ENFERMERIA EN EL
 HOSPITAL REGIONAL HERMILIO VALDIZAN MEDRANO - HUÁNUCO 2023".

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1 GUIA DE ENTREVISTA DE CARACTERISTICAS GENERALES	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 2 CUESTIONARIO DE CONOCIMIENTOS SOBRE PREVENCIÓN DE VÁRICES	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 3 GUIA DE OBSERVACIÓN DE PRACTICAS DE PREVENCIÓN DE VARICES	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Dr/ Mg:
Juan Manuel Marcos Chávez

DNI: 74776672

Especialidad del validador:

FIRMAS/SELLO
 H. NACIÓN CHÁVEZ
 MÉDICO CARDIÓLOGO
 RNE 36493



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
 PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA
 UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Rosie Lau Alarcon
 De profesión Monia Interamista, actualmente ejerciendo el cargo de
Monia Interamista por medio del presente hago constar
 que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la
 Srta. Silvia Felicita Villalobos Arcanda, con DNI 43684353, aspirante al título
 de Lic. en Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar
 información necesaria para la tesis titulado "CONOCIMIENTOS Y PRACTICAS DE
 PREVENCIÓN DE VARICES EN LOS PROFESIONALES DE ENFERMERIA EN EL
 HOSPITAL REGIONAL HERMILIO VALDIZAN MEDRANO - HUANUCO 2023".

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1 GUIA DE ENTREVISTA DE CARACTERISTICAS GENERALES	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 2 CUESTIONARIO DE CONOCIMIENTOS SOBRE PREVENCIÓN DE VÁRICES	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 3 GUIA DE OBSERVACIÓN DE PRACTICAS DE PREVENCIÓN DE VARICES	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Dr/ Mg:
Carla Alejandra Rosal Ordoñez
 DNI: 41635597
 Especialidad del validador: Monica Interamista

Firma/sello
 Dr. Raul Lau Alarcon
 MEDICO INTERAMISTA
 C.O.P. 48020 RUC 30015



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
 PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA
 UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Dr. Percy Agüero Espinoza.....
 De profesión Médico....., actualmente ejerciendo el cargo de
Médico Internista - ESSALUD..... por medio del presente hago constar
 que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la
 Srta. Silvia Felicitá Villalobos Aranda....., con DNI 47684323..., aspirante al título
 de Lic. en Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar
 información necesaria para la tesis titulado "CONOCIMIENTOS Y PRACTICAS DE
 PREVENCIÓN DE VARICES EN LOS PROFESIONALES DE ENFERMERIA EN EL
 HOSPITAL REGIONAL HERMILIO VALDIZAN MEDRANO - HUANUCO 2023".

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1 CUESTIONARIO DE CARACTERISTICAS SOCIODEMOCRATICAS	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 2 CUESTIONARIO DE CONOCIMIENTOS SOBRE PREVENCIÓN DE LA OBESIDAD	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 3 ESCALA DE ACTITUDES HACIA LA PREVENCIÓN DE LA OBESIDAD	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Dr/ Mg:
Dr. Percy Agüero Espinoza.....
 DNI: 42.128.593.....

Especialidad del validador: Médico Internista.....

Firma/sello



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
 PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA
 UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Mg. Fulgencia Eduarda Aranda Retis.....
 De profesión Mg. Salud Pública y Gestión Sanitaria, actualmente ejerciendo el cargo de
 Lic. Asistente en Investigación - GSSAUP por medio del presente hago constar
 que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la
 Srta. Silvia Felicitá Villalobos Aranda....., con DNI ...43684353..., aspirante al título
 de Lic. en Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar
 información necesaria para la tesis titulado "CONOCIMIENTOS Y PRACTICAS DE
 PREVENCIÓN DE VARICES EN LOS PROFESIONALES DE ENFERMERIA EN EL
 HOSPITAL REGIONAL HERMILO VALDIZAN MEDRANO – HUANUCO 2023".

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1 GUIA DE ENTREVISTA DE CARACTERISTICAS GENERALES	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 2 CUESTIONARIO DE CONOCIMIENTOS SOBRE PREVENCIÓN DE VÁRICES	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 3 GUIA DE OBSERVACIÓN DE PRACTICAS DE PREVENCIÓN DE VARICES	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Dr/ Mg:
 Fulgencia Eduarda Aranda Retis

DNI: 22498856

Especialidad del validador: Mg. Salud Pública y Gestión Sanitaria

Lic. Fulgencia Eduarda Retis
 Exp. Decano Em. en Pac. Crític
 EsSalud



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
 PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA
 UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Corman Cesarado Lopez
 De profesión Médico, actualmente ejerciendo el cargo de
Medico Internista, por medio del presente hago constar
 que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la
 Srta. Silvia Leticia Pilsalobos Aranda con DNI 47624353, aspirante al título
 de Lic. en Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar
 información necesaria para la tesis titulado "CONOCIMIENTOS Y PRACTICAS DE
 PREVENCIÓN DE VARICES EN LOS PROFESIONALES DE ENFERMERIA EN EL
 HOSPITAL REGIONAL HERMILO VALDIZAN MEDRANO - HUANUCO 2023".

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1 GUIA DE ENTREVISTA DE CARACTERISTICAS GENERALES	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 2 CUESTIONARIO DE CONOCIMIENTOS SOBRE PREVENCIÓN DE VÁRICES	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 3 GUIA DE OBSERVACIÓN DE PRACTICAS DE PREVENCIÓN DE VARICES	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Dr/ Mg:
Cesarado Lopez Corman
 DNI: 47624353

Especialidad del validador: Médico Internista


 Firma/sello



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
 PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA
 UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, FERRER BARRERO CANTALICIO
 De profesión ENFERMERO, actualmente ejerciendo el cargo de
DECANO UNIVACUARIANO por medio del presente hago constar
 que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la
 Srta. Silvia Felicia Villalobos Acuña, con DNI 43689353, aspirante al título
 de Lic. en Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar
 información necesaria para la tesis titulado "CONOCIMIENTOS Y PRACTICAS DE
 PREVENCIÓN DE VARICES EN LOS PROFESIONALES DE ENFERMERIA EN EL
 HOSPITAL REGIONAL HERMILIO VALDIZAN MEDRANO – HUANUCO 2023".

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1 GUIA DE ENTREVISTA DE CARACTERISTICAS GENERALES	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 2 CUESTIONARIO DE CONOCIMIENTOS SOBRE PREVENCIÓN DE VÁRICES	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 3 GUIA DE OBSERVACIÓN DE PRACTICAS DE PREVENCIÓN DE VARICES	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. Dr/ Mg:
BARRERO CANTALICIO FERRER
 DNI: 40612272

Especialidad del validador: INVESTIGACION


 Firma/sello



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
 PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA
 UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN

Yo, Elias Victor Caseres Colque.....
 De profesión Médico Internista....., actualmente ejerciendo el cargo de
Médico Internista, ESSAHD - HCO.....por medio del presente hago constar
 que he revisado y validado los instrumentos de recolección de datos, presentado por la
 Sra. Silvia Felicitá Villabos Aranda, con DNI 22519061, aspirante al título
 de Lic. en Enfermería de la Universidad de Huánuco; el cual será utilizado para recabar
 información necesaria para la tesis titulado "CONOCIMIENTOS Y PRACTICAS DE
 PREVENCIÓN DE VARICES EN LOS PROFESIONALES DE ENFERMERIA EN EL
 HOSPITAL REGIONAL HERMILIO VALDIZAN MEDRANO – HUANUCO 2023".

OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

Instrumento 1 GUIA DE ENTREVISTA DE CARACTERISTICAS GENERALES	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 2 CUESTIONARIO DE CONOCIMIENTOS SOBRE PREVENCIÓN DE VÁRICES	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable
Instrumento 3 GUIA DE OBSERVACIÓN DE PRACTICAS DE PREVENCIÓN DE VARICES	<input type="checkbox"/> Aplicable después de corregir <input checked="" type="checkbox"/> Aplicable <input type="checkbox"/> No aplicable

Apellidos y nombres del juez/experto validador. ^(Dy) ^(Mg)
Elias Victor Caseres Colque.....

DNI: 22519061.....

Especialidad del validador: Médico Internista.....

Dr. Elias Victor Caseres Colque
 MEDICO INTERNISTA
 TIT. CMP. 18521 - RNE 10331

Firma/sello

ANEXO 6
DOCUMENTOS SOLICITANDO PERMISO PARA EJECUCIÓN
DE ESTUDIO



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA



"año de la unidad, la paz y el desarrollo"

SOLICITO: RECOLECCIÓN DE DATOS
DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

SR.DR.PAVEL CARLOS QUIÑONEZ BENEDETTI
DIRECTOR EJECUTIVO DEL HOSPITAL REGIONAL HERMILO VALDIZAN
MEDRANO

De mi consideración:

Visto la solicitud presentado por la alumna **SILVIA FELÍCITA VILLALOBOS ARANDA**, para recolección de datos del proyecto investigación de tesis titulado: **"CONOCIMIENTOS Y PRACTICAS DE PREVENCIÓN DE VARICES EN PROFESIONALES DE ENFERMERÍA DEL HOSPITAL REGIONAL HERMILO VALDIZAN MEDRANO, HUÁNUCO 2022"**, según se considera que es factible y procedente aceptar la autorización para realizar el trabajo de Investigación.

Se comunica a la interesada para su trámite correspondiente.

Atentamente,



[Signature]
Dr^a. Amalia V. Leiva Yaro
COORDINADORA DE LA A.P. DE
ENFERMERÍA



C.c.: Archivo

Jr. Hermilio Valdizán N°871 – Jr. Progreso N° 650 – Teléfono La Esperanza: (062) 518452 – (062) 515151 Anexo 331
Telefax: 062 513154 – E-mail: ud.ocv@terra.com.pe

HUÁNUCO - PERÚ

ANEXO 7

DOCUMENTOS DE AUTORIZACIÓN DEL ÁMBITO DE ESTUDIO



2018 - 2027 Decenio de la Igualdad de Oportunidades para Mujeres y Hombres

"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"



Huánuco, 20 de febrero de 2023.

CARTA N° 013 -2023-GRH-GRDS-DIRESA-HHVM/UADI-SDCA-DE.

Sra.

VILLALOBOS ARANDA, Silvia

Alumna de la E.A.P. Enfermería, de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la Universidad de Huánuco.

Presente. -

ASUNTO : AUTORIZACIÓN para realizar Trabajo de INVESTIGACIÓN.

REFERENCIA: a) SOLICITUD S/N DE FECHA 31 DE ENERO DE 2023 TD 1286
b) INFORME N° 015 – 2023-GRH-DIRESA-HHVM/DF-JPCHR



Es grato dirigirme a Usted, para saludarle cordialmente y en respuesta al documento de la referencia inciso a), en la cual solicita recolección de datos de proyecto de investigación y contando con la opinión favorable del Jefe de Departamento de Enfermería, esta dirección **AUTORIZA** la realización del trabajo de investigación, Titulado: **"CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS DE PREVENCIÓN DE VARICES EN PROFESIONALES DE ENFERMERÍA DEL HOSPITAL REGIONAL HERMILIO VALDIZÁN MEDRANO DE HUÁNUCO 2022"**, para cuyo efecto debe de coordinar con el Jefe de Departamento, a fin de que le brinde las facilidades del caso. Debiendo ingresar a la institución con las medidas de protección según las normas sanitarias emitidas por el ministerio de salud (contar con 03 dosis de vacuna contra el Covid-19, equipo de protección personal, distanciamiento social).

Sin embargo, es pertinente recomendar que, del proceso de la investigación desarrollada, la información obtenida y los resultados alcanzados, deban ser de carácter **RESERVADO Y CONFIDENCIAL**, debiendo ser utilizado solo con fines estrictamente académicas, a responsabilidad única de la investigadora. Por otro lado, se le recuerda que debe alcanzar una copia del trabajo desarrollado a la Unidad de Apoyo a la Docencia.

Se remite la presente para su conocimiento y fines pertinentes.

Sin otro particular, hago propicia la ocasión para expresarle las muestras de mi consideración y deferencia personal.

Atentamente,

GOBIERNO REGIONAL HUÁNUCO
Dirección Regional de Salud
Hospital Regional "Herminio Valdizán Medrano" Nivel II-2

Med. Pavela Vililonez-Benedetti
DNI 28309 RNE: 18959
DIRECTOR EJECUTIVO

PCB/SC/ANVSA
C.E. HCVMS
HUÁNUCO

HOSPITAL REGIONAL HERMILIO VALDIZÁN MEDRANO - HUÁNUCO
Jr. Herminio Valdizán N° 950 – HUÁNUCO
<https://www.gob.pe/hrhvm>
<https://hrhvm.gob.pe/index.html>

Mesa de partes:
mesadepartes@hrhvm.gob.pe

ANEXO 8 BASE DE DATOS

N°	CUESTIONARIO DE CONOCIMIENTO SOBRE PREVENCIÓN DE VÁRICES																								CUESTIONARIO DE PRÁCTICAS DE PREVENCIÓN DE VARICES																								
	ASPECTOS GENERALES				FACTORES DE RIESGO								PREVENCIÓN PRIMARIA								PREVENCIÓN SECUNDARIA				ALIMENTACIÓN SALUDABLE								ACTIVIDAD FISICA						CUIDADOS PERSONALES										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	
1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	2	1	2	2	3	1	2	2	2	2	3	3	1	2	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2		
2	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	3	2	2	1	2	3	2	1	2	3	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	1	2	3	1		
3	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1		
4	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	2	3	2	3	2	2	2	1	1	2	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2			
5	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	2	1	2	2	1	2	1	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	3	1
6	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	2		
7	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	
8	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3		
9	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	3	1	3	1			
10	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	3	1		
11	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3		
12	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	2	1	2	2	3	1	2	2	2	2	3	3	1	2	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2			
13	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	3	2	2	1	2	3	2	1	2	3	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	1	2	3	1			
14	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	
15	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	2	3	2	3	2	2	2	2	1	1	2	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2		

16	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	2	1	2	2	1	2	1	3	2	3	2	3	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	3	1		
17	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	2			
18	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1			
19	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3			
20	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	3	1	3	1			
21	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	3	1			
22	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	1	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3			
23	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1		
24	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	2	3	2	3	2	2	2	2	1	1	2	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2			
25	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	2	1	2	2	1	2	1	3	2	3	2	3	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	3	1			
26	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	2			
27	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1		
28	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3				
29	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	3	1	3	1			
30	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	3	1			
31	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3			
32	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	2	1	2	2	3	1	2	2	2	2	2	3	3	1	2	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2		
33	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	3	2	2	1	2	3	2	1	2	3	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	1	2	3	1			
34	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1			
35	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	2	3	2	3	2	2	2	2	1	1	2	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2			
36	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	2	1	2	2	1	2	1	3	2	3	2	3	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	3	1			
37	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	2			
38	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1			
39	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3			
40	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	3	1	3	1			
41	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	2	1	2	2	1	2	1	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	3	1

42	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	2	
43	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1
44	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3	1	3	1
45	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	3	1	3	1		
46	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	3	1		
47	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3		
48	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	2	1	2	2	3	1	2	2	2	2	3	3	1	2	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2		
49	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	3	2	2	1	2	3	2	1	2	3	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	1	2	3	1		
50	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1		
51	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	2	3	2	3	2	2	2	2	1	1	2	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2		
52	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	2	1	2	2	1	2	1	3	2	3	2	3	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	3	1		
53	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	2		
54	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	
55	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3		
56	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	3	1	3	1		
57	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	3	1		
58	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3		
59	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1		
60	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3		
61	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	3	1	3	1		
62	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	3	1		
63	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3			
64	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	2	1	2	2	3	1	2	2	2	3	3	1	2	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3		
65	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	3	2	2	1	2	3	2	1	2	3	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	1	2	3	1		
66	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1		
67	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	2	3	2	3	2	2	2	2	1	1	2	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2		

68	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	2	1	2	2	1	2	1	3	2	3	2	3	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	3	1		
69	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	2		
70	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1		
71	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3
72	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	3	1	3	1	
73	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	2	1	2	2	1	2	1	3	2	3	2	3	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	3	1
74	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	2
75	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1
76	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3	
77	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1
78	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	2	3	2	3	2	2	2	2	1	1	2	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2
79	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	2	1	2	2	1	2	1	3	2	3	2	3	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	3	1
80	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	2	
81	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	
82	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3	
83	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	2	1	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	3	1	3	1
84	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	3	1	
85	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3		
86	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	2	1	2	2	3	1	2	2	2	2	3	3	1	2	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2	
87	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	3	2	2	1	2	3	2	1	2	3	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	1	2	3	1	
88	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1
89	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	2	3	2	3	2	2	2	2	1	1	2	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2	
90	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	2	1	2	2	1	2	1	3	2	3	2	3	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	3	1
91	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	2
92	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1
93	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3		

94	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	3	1	3	1	
95	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	2	1	2	2	1	2	1	3	2	3	2	3	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	3	1		
96	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	2	2	3	2	1	3	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	2		
97	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1		
98	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3	
99	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	3	1	3	1		
100	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	3	1	
101	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	1	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3
102	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	2	1	2	2	3	1	2	2	2	2	3	3	1	2	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2	
103	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	3	1	3	1		
104	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	3	1		
105	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	
106	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	2	1	2	2	3	1	2	2	2	2	3	3	1	2	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2	
107	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	3	2	2	1	2	3	2	1	2	3	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	1	2	3	1		
108	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1		
109	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	2	3	2	3	2	2	2	2	1	1	2	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2	
110	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	2	1	2	2	1	2	1	3	2	3	2	3	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	3	1		
111	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	2	
112	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1		
113	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3		
114	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	3	1	3	1	
115	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	2	1	2	2	1	2	1	3	2	3	2	3	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	3	1		
116	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	2		
117	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1		
118	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3	
119	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	3	1	3	1	

120	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	3	1	
121	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	
122	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	2	1	2	2	3	1	2	2	2	2	3	3	1	2	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2	
123	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	3	2	2	1	2	3	2	1	2	3	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	1	2	3	1	
124	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	2	1	2	1	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	
125	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	2	3	2	3	2	2	2	2	1	1	2	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2
126	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	2	1	2	2	1	2	1	3	2	3	2	3	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	3	1	
127	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1
128	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3	
129	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	3	1	3	1	
130	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	2	1	2	2	1	2	1	3	2	3	2	3	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	3	1		
131	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	2	
132	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	1
133	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3	
134	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	3	1	3	1	
135	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	3	1	
136	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	
137	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	2	1	2	2	3	1	2	2	2	2	3	3	1	2	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2	
138	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	3	2	2	1	2	3	2	1	2	3	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	1	2	3	1	
139	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	
140	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	2	3	2	3	2	2	2	2	1	1	2	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2	
141	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	2	1	2	2	1	2	1	3	2	3	2	3	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	3	1	
142	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	2		
143	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	
144	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3	
145	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	3	1	3	1	

146	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	3	1		
147	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3			
148	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	2	3	2	3	2	2	2	1	1	2	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2				
149	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	2	1	2	2	1	2	1	3	2	3	2	3	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	3	1			
150	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	2			
151	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1			
152	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3			
153	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	3	1	3	1			
154	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	3	1			
155	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3			
156	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	2	1	2	2	3	1	2	2	2	2	3	3	1	2	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2			
157	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	3	2	2	1	2	3	2	1	2	3	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	1	2	3	1			
158	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1			
159	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	2	3	2	3	2	2	2	2	1	1	2	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2			
160	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	2	1	2	2	1	2	1	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	3	1
161	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	2			
162	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	
163	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3			
164	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	3	1	3	1	3	1		
165	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	3	1			
166	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3			
167	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1		
168	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	2	3	2	3	2	2	2	2	1	1	2	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2			
169	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	2	1	2	2	1	2	1	3	2	3	2	3	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	3	1			
170	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	2	1	2	2	1	2	1	3	2	3	2	3	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	3	1			
171	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	2			

172	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1
173	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3
174	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	3	1	3	1
175	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	3	1	
176	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3
177	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1
178	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3
179	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	3	1	3	1
180	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	3	1	
181	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	
182	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	2	1	2	2	3	1	2	2	2	2	3	3	1	2	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2
183	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	3	2	2	1	2	3	2	1	2	3	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	1	2	3	1	
184	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1
185	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	1	2	2	3	
186	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	2	1	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	3	1	3	1	
187	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	2	1	2	1	2	3	1	
188	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	1	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	
189	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	2	1	2	2	3	1	2	2	2	2	3	3	1	2	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2	
190	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	3	2	2	1	2	3	2	1	2	3	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	1	2	3	1	
191	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	
192	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1
193	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	2	3	2	3	2	2	2	2	1	1	2	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2	
194	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	2	1	2	2	1	2	1	3	2	3	2	3	3	2	3	1	1	2	2	1	1	2	3	1	
195	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	2	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	3	1	3	2

ANEXO 9

CONSTANCIA DE REPORTE DE TURNITIN



UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO



CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El comité de integridad científica, realizó la revisión del trabajo de investigación del estudiante: SILVIA FELICITA VILLALOBOS ARANDA, de la investigación titulada "Conocimientos y prácticas de prevención de varices en los profesionales de enfermería del Hospital Regional Hermilio Valdizán Medrano, Huánuco 2023", con asesora ANA GARDENIA LAZARTE Y AVALOS, designada mediante documento: RESOLUCIÓN N° 497-2021-D-FCS-UDH, del P. A. de ENFERMERÍA.

Puede constar que la misma tiene un índice de similitud del 23 % verificable en el reporte final del análisis de originalidad mediante el Software Turnitin.

Por lo que concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con todas las normas de la Universidad de Huánuco.

Se expide la presente, a solicitud del interesado para los fines que estime conveniente.

Huánuco, 17 de julio de 2024



RICHARD J. SOLIS TOLEDO
D.N.I.: 47074047
cod. ORCID: 0000-0002-7629-6421



FERNANDO F. SILVERIO BRAVO
D.N.I.: 40618286
cod. ORCID: 0009-0008-6777-3370

Jr. Hermilio Valdizán N° 871 – Jr. Progreso N° 650 – Teléfonos: (062) 511-113
Telefax: (062) 513-154
Huánuco - Perú