

# PROYECTO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

## CARRERA DE TECNICATURA SUPERIOR EN ENFERMERÍA

### TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE TÉCNICO EN ENFERMERÍA

---

CONOCIMIENTO ACERCA DE LAS VARICES EN MIEMBROS  
INFERIORES EN ADULTOS MAYORES DE 65 AÑOS: REVISION SISTEMATICA

---

Modalidad Presencial

**Autores:** Guevara López Anthony Ismael, Pualasin Cosquillo Jose Ismael

**Directora:** Médico Cirujano María Gabriela González Chico Máster Universitario  
en Prevención de Riesgos Laborales y Medicina en el Trabajo

Ambato - Ecuador

2024

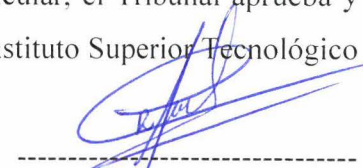
 095 888 5323

ESTUDIA DIFERENTE

[www.iste.edu.ec](http://www.iste.edu.ec)

A la Unidad Académica de Titulación de la Carrera de Tecnicatura Superior en Enfermería.

El Tribunal receptor del Trabajo de integración curricular, presidido por el Doctor en Fisioterapia y Administración de los Servicios de la Salud Jorge Humberto Cárdenas Medina Magister en Pedagogía en Ciencias de la Salud, e integrado por los señores Licenciada en Enfermería Amanda Yadira Analuisa Sisalema Magister en Administración y Gestión de la Epidemiología y Salud Pública, Médico Paulina Jacqueline Moyano Sailema Magister en Salud Ocupacional y Médico Cirujano María Gabriela González Chico Máster Universitario en Prevención de Riesgos Laborales y Medicina en el Trabajo, designados por el Colectivo Académico de Carrera del Instituto Superior Tecnológico España, para receptor el Trabajo de Integración Curricular con el tema: “CONOCIMIENTO ACERCA DE LAS VARICES EN MIEMBROS INFERIORES EN ADULTOS MAYORES DE 65 AÑOS: REVISIÓN SISTEMÁTICA”, elaborado y presentado por los señores Anthony Ismael Guevara López y Jose Ismael Pualasin Cosquillo, para optar por el Grado Académico de Técnico en Enfermería; una vez escuchada la defensa oral del Trabajo de Integración Curricular, el Tribunal aprueba y remite el trabajo para uso y custodia en las bibliotecas del Instituto Superior Tecnológico España.



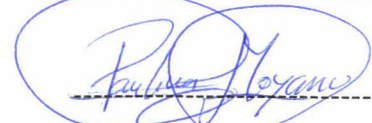
Dr. Jorge Humberto Cárdenas Medina Mg.

**Presidente del Tribunal**



Lic. Amanda Yadira Analuisa Sisalema Mg.

**Miembro del Tribunal**



Md. Paulina Jacqueline Moyano Sailema Mg.

**Miembro del Tribunal**

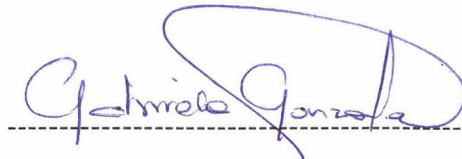
## APROBACIÓN DEL DIRECTOR

Md. María Gabriela González Chico Mg.

### CERTIFICA:

En mi calidad de Director del trabajo de integración curricular: “CONOCIMIENTO ACERCA DE LAS VARICES EN MIEMBROS INFERIORES EN ADULTOS MAYORES DE 65 AÑOS: REVISIÓN SISTEMÁTICA”, presentado por los señores Anthony Ismael Guevara López y Jose Ismael Pualasin Cosquillo, para optar por el Título de Técnico Superior en Enfermería CERTIFICO, que dicho proyecto ha sido prolijamente revisado y considero que responde a las normas establecidas en el reglamento de títulos y grados de la Carrera, suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del tribunal examinador que se designe.

Ambato, 08 de agosto de 2024.



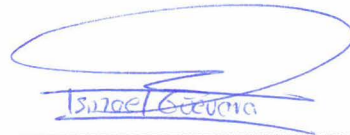
Md. María Gabriela González Chico Mg.

c.c. 1722184247

**DIRECTORA**

## AUTORÍA DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

La responsabilidad de las opiniones, comentarios y críticas emitidas en el Trabajo de Integración Curricular presentado con el tema: “CONOCIMIENTO ACERCA DE LAS VARICES EN MIEMBROS INFERIORES EN ADULTOS MAYORES DE 65 AÑOS: REVISIÓN SISTEMÁTICA”, le corresponde exclusivamente a: Anthony Ismael Guevara López y Jose Ismael Pualasin Cosquillo, Autores bajo la Dirección de la Médico Cirujano María Gabriela González Chico Máster Universitario en Prevención de Riesgos Laborales y Medicina en el Trabajo Directora del Trabajo de integración curricular; y el patrimonio intelectual al Instituto Superior Tecnológico España.



---

Anthony Ismael Guevara López

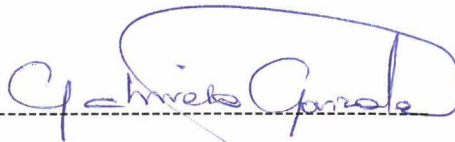
**AUTOR**



---

Jose Ismael Pualasin Cosquillo

**AUTOR**



---

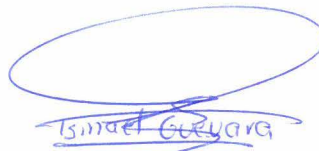
Md. María Gabriela González Chico Mg.

**DIRECTORA**

## DERECHOS DE AUTOR

Autorizo al Instituto Superior Tecnológico España, para que el Trabajo de integración curricular, sirva como un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación, según las normas de la Institución.

Cedo los Derechos de mi Trabajo de integración curricular, con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de este, dentro de las regulaciones del Instituto.



---

Anthony Ismael Guevara López  
c.c. 1850917285



---

Jose Ismael Pualasin Cosquillo  
c.c. 1805711775

## ÍNDICE

APROBACIÓN DEL DIRECTOR.....	ii
AUTORÍA DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR.....	iii
DERECHOS DE AUTOR.....	iv
ÍNDICE .....	v
INDICE DE TABLAS .....	vii
AGRADECIMIENTO.....	viii
DEDICATORIA .....	ix
AGRADECIMIENTO.....	x
DEDICATORIA .....	xi
TEMA: .....	xii
RESUMEN EJECUTIVO .....	xiii
INTRODUCCIÓN .....	1
CAPITULO I.....	2
ANTECEDENTES Y BASES TEORICAS .....	2
1.1 Antecedentes.....	2
1.2 Planteamiento del Problema.....	4
1.3 Justificación.....	6
1.4 Objetivos .....	8
1.4.1 Objetivo General .....	8
1.4.2 Objetivos Específicos.....	8
1.5 Marco Referencial .....	9
2.1 Diseño metodológico.....	17
2.2 Enfoque de investigación.....	17

2.3	Cuestionario o Instrumentos Utilizados .....	17
2.4	Población .....	18
2.5	Muestreo.....	18
2.6	Recursos .....	18
CAPÍTULO III .....		20
3. ANALISIS DE RESULTADOS .....		20
3.1	Tabulación e Interpretación de Encuestas.....	20
CAPÍTULO IV .....		29
4. DISCUSIONES.....		29
4.1	Discusiones de resultados .....	29
CAPÍTULO V .....		31
5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....		31
5.1	Conclusiones del estudio.....	31
5.2	Recomendaciones.....	32
6.	Referencias .....	33
7.	Anexo .....	38

## INDICE DE TABLAS

Tablas.1 Búsqueda y Revisión de Artículos. ....	21
Tabla.2.....	22
Tabla 3.....	25
Tabla 4.....	26

## AGRADECIMIENTO

Quiero expresar mi más profundo agradecimiento a todos aquellos que me han apoyado en este largo y gratificante camino de investigación. A mi tutor, por su guía y orientación constante, por creer en mí y en mi capacidad para llevar a cabo este proyecto. A mis familiares y amigos, por su amor y apoyo incondicional, por estar siempre allí para motivarme. A los participantes de este estudio, por su disposición y colaboración, sin ellos no hubiera sido posible llevar a cabo esta investigación. Y a todos aquellos que han contribuido de alguna manera a este trabajo, gracias por su tiempo, esfuerzo y dedicación. Este logro es también suyo, gracias por ayudarme a hacerlo realidad.

Anthony Ismael Guevara López

## DEDICATORIA

A mis seres queridos, que me han apoyado en cada paso del camino, que me han dado fuerza y motivación para seguir adelante. A mis padres, por su amor y sacrificio, que me han permitido crecer y desarrollarme. A mi familia, por su paciencia y comprensión, que me han acompañado en los momentos difíciles. A mis amigos, por su alegría y compañía, que me han hecho sentir que no estaba solo. Y a todos aquellos que han creído en mí, que me han inspirado a seguir mis sueños. Esta tesis es un reflejo de mi esfuerzo y dedicación, pero también es un tributo a todos ustedes, que me han hecho posible llegar hasta aquí. Gracias por estar en mi vida.

Anthony Ismael Guevara López

### AGRADECIMIENTO

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento a todas las personas que hicieron posible la realización de esta tesis. En primer lugar, a mis padres, cuyo apoyo incondicional, tanto emocional que, me permitió concentrarme en mis estudios y culminar este proyecto. Su amor y sacrificio han sido la base de mi éxito. A mis hermanos, por su constante aliento y comprensión durante los momentos de mayor esfuerzo. Su compañía y palabras de ánimo me impulsaron a seguir adelante. A mi directora de tesis, por su guía, paciencia y sabiduría. Sus consejos y críticas constructivas han sido fundamentales para el desarrollo de este trabajo. A mis compañeros de clase y amigos, por los momentos compartidos, las risas y el apoyo mutuo durante este viaje académico. Finalmente, agradezco a todos aquellos que, de una u otra manera, contribuyeron a la culminación de esta tesis. Sin su apoyo, este logro no habría sido posible.

Jose Ismael Pualasin Cosquillo

## DEDICATORIA

A Dios, por ser mi guía y darme la fortaleza para seguir adelante en cada paso de mi vida. A mis padres, por su amor incondicional, apoyo constante y por enseñarme el valor del esfuerzo y la perseverancia. A mis hermanos, por su compañía, palabras de ánimo y por creer en mí en todo momento. A mis amigos, por su comprensión, amistad y por estar a mi lado en los momentos difíciles. A mis profesores y mentores, por su paciencia, enseñanzas y por inspirarme a alcanzar mis metas. Y a todos aquellos que de alguna manera contribuyeron a la culminación de este proyecto, muchas gracias.

Jose Ismael Pualasin Cosquillo

## **CARRERA DE TECNICATURA SUPERIOR EN ENFERMERÍA**

### **TEMA:**

**CONOCIMIENTO ACERCA DE LAS VARICES EN MIEMBROS  
INFERIORES EN ADULTOS MAYORES DE 65 AÑOS: REVISION SISTEMATICA**

**AUTORES:** Anthony Ismael Guevara López/Jose Ismael Pualasin Cosquillo

**DIRECTOR:** Médico Cirujano María Gabriela González Chico especialista  
primaria en salud y medicina familiar

**FECHA:** 8 de agosto de 2024

## RESUMEN EJECUTIVO

Las varices en miembros inferiores son un problema común y doloroso que enfrentan muchos adultos mayores. A medida que envejecemos, las venas de nuestras piernas pueden debilitarse, causando que la sangre se acumule y provoque hinchazón, dolor y pesadez, esto puede afectar nuestra calidad de vida, limitando nuestra capacidad para realizar actividades cotidianas. **Objetivo:** Conocer acerca de las venas varicosas en miembros inferiores en adultos mayores de 65 años a través la revisión sistemática. **Material y método:** En la presente investigación se revisaron en bases de datos académicas como Google académico, PubMed, Scielo, Dialnet artículos de los últimos 5 años, las cuales tienen información sobre las intervenciones para úlceras venosas. Se utilizaron diversos criterios de exclusión, como artículos de revisión, especificando la enfermedad o el tema de interés, archivos confiables en idiomas como el español e inglés **Resultados:** En la presente investigación mediante el método PRISMA se logró obtener como resultados que los factores de riesgo de varices que inciden en esta condición están relacionada con el sedentarismo y la mala circulación, con respecto a la comorbilidad se asocia con la tromboflebitis y úlceras venosas y la atención de enfermería está centrada en mejorar la calidad de vida de los pacientes mayores. **Conclusión:** Se logro conocer más acerca de las venas varicosas y con ello poder aumentar los conocimientos para nuestro desarrollo profesional ya que se puede mencionar que es muy importante educar a los adultos mayores sobre hábitos de vida saludables para que ayuden a prevenir la aparición y recurrencia de estas lesiones, así como proporcionar un tratamiento adecuado de las lesiones, teniendo en cuenta el momento de su desarrollo y sus características, como la importancia y la comprensión del paciente.

**Palabras clave:** calidad de vida, ulcera venosas, atención, enfermería, adultos mayores

## INTRODUCCIÓN

Las úlceras venosas han sido consideradas durante mucho tiempo una herida de difícil curación debido a patologías subyacentes que afectan a este proceso, como la circulación sanguínea, infección, úlceras, provocando heridas que pueden causar supuración, olor desagradable y dolor, impidiéndoles realizar actividades sociales. etc. Por otro lado, la condición física que provoca esta condición puede afectar el estado mental y emocional.

Según estudios previos, esta enfermedad es común en las extremidades inferiores, más común en mujeres en la edad de 65 años. Es importante enfatizar que el tratamiento es largo y costoso para el paciente y hay pocas opciones, lo que hace que la recuperación sea un asunto solitario.

En el contexto de esta revisión de la literatura, buscamos determinar el cuidado a los pacientes a través de intervenciones destinadas a mejorar la calidad de vida. Luego, la atención se centra en enseñar el cuidado de las heridas provocada por las varices, la nutrición y la hidratación adecuada para minimizar el tiempo de curación y evitar que los malos olores afecten la herida.

Estas lesiones suelen tener un impacto significativo en el estado emocional de los pacientes y sus familias, por lo que es importante brindar una atención global que tenga en cuenta las emociones del paciente. La enfermería puede abordar las necesidades reales sin descuidar las necesidades físicas, guiarlas a través de intervenciones para garantizar una práctica segura, eficaz y fortalecer el vínculo entre el paciente y el personal de salud.

## CAPITULO I

### ANTECEDENTES Y BASES TEORICAS

#### 1.1 Antecedentes

En las personas mayores, se producen etapas más graves de la enfermedad debido a enfermedades venosas crónicas preexistentes, como edema en las piernas y cambios en la dieta Dueñas (2022). Los factores de riesgo más importantes para la progresión de la enfermedad son la obesidad, las limitaciones de actividad y las comorbilidades. El diagnóstico diferencial debe considerar las causas sistémicas del edema de las extremidades inferiores, como insuficiencia cardíaca, disfunción renal o hepática y uso de medicamentos hipertensivos. Otros diagnósticos diferenciales incluyen linfedema, trombosis venosa subclínica y dolor crónico en las extremidades inferiores.

Debido a la existencia de enfermedad venosa crónica, los adultos mayores suelen presentar formas más graves de la enfermedad, como edema y cambios traumáticos en las extremidades. Los principios de riesgo de que la enfermedad progrese como la movilidad limitada y la obesidad. Las varices en las extremidades inferiores son comunes en la población general y afectan incluso a mujeres y hombres adultos. Esto se manifiestan con síntomas diversos y debilitantes que incluyen dolor, edema de los casos y síntomas más graves, los usuarios con varices superficiales se asociación con trombosis venosa profunda y con dificultades de ulceración. (Toaquiza, 2023)

Según Cadena (2022) en la presente investigación se va a presentar las comorbilidades de la insuficiencia venosa crónica ya que es una patología vascular que comúnmente afecta a los adultos mayores y causa dificultades en el diagnóstico y tratamiento con el fin de que los resultados muestran que los adultos mayores con mayores niveles de actividad física también tienen mayores capacidades para caminar, mientras que los adultos mayores con menores niveles de actividad física tienen menores capacidades para caminar, que son fenómenos específicamente institucionalizados. Finalmente, se cree que envejecer con actividad física mejora la capacidad para caminar

y, por lo tanto, mejora la independencia funcional y la calidad de vida en los adultos mayores.

Las varices son un problema común que afecta a muchas personas, especialmente a los adultos mayores. A medida que envejecemos, las venas pierden elasticidad y se vuelven frágiles, lo que hace que se dilaten y se vuelvan visibles debajo de la piel. Aunque no todos los adultos mayores desarrollan varices, el problema está estrechamente relacionado con la edad. Las varices también pueden ser causadas por otros factores de riesgo como la obesidad, el sedentarismo y el embarazo. La obesidad, en particular, ejerce una presión adicional sobre las venas, lo que dificulta que la sangre circule de regreso al corazón, lo que aumenta el riesgo de venas varicosas. A medida que envejecemos, nuestro cuerpo pierde gradualmente su capacidad de reparar el daño celular y tisular. Esto puede incluir vasos sanguíneos que pueden dañarse con el tiempo y volverse menos resistentes a la presión del flujo sanguíneo. (Mejía, 2022)

Este artículo explica cómo las varices pueden afectar la calidad de vida en los adultos mayores de 65 años. Las complicaciones incluyen insuficiencia venosa crónica, úlceras y trombosis venosas superficial. Además, el impacto psicológico de las varices puede provocar una disminución de la autoestima y un impacto negativo en la calidad de vida general del paciente. Las varices más comunes son las que se producen en las piernas, aunque no hay que olvidar que también pueden aparecer en otras partes del cuerpo. En las personas mayores, esta afección ocurre con mayor frecuencia debido a una circulación sanguínea más lenta y, a veces, más complicada. Como hemos mencionado anteriormente, otros factores también pueden afectar a su apariencia, como el sedentarismo o pasar mucho tiempo sentado o de pie. (Carradice, 2021)

## 1.2 Planteamiento del Problema

Según Espinola (2020) las venas varicosas son una enfermedad común que afecta a millones de personas en todo el mundo se estima que 1 de cada 20 adultos tiene insuficiencia venosa crónica (enfermedad de las venas). Según la Sociedad de Cirugía Vasculard, hasta el 40 % de la población estadounidense padece la enfermedad ya que es posible que tenga esta enfermedad crónica.

Estas venas hinchadas y tortuosas suelen ser de color azul o morado y pueden causar dolor, picazón, sensibilidad e hinchazón. El tratamiento para las varices puede variar desde cambios en el estilo de vida (incluyendo pérdida de peso, ejercicio, levantamiento de piernas sentado o acostado), uso de medias de compresión e incluso tratamiento en una clínica. Los procedimientos venosos incluyen escleroterapia, ablación por radiofrecuencia, ablación con láser y flebectomía ambulatoria. Estos procedimientos médicos pueden eliminar o eliminar las venas problemáticas. (Baxt, 2023)

En el Ecuador existe una parte de la atención a estos pacientes ya que fue posible concluir que la presencia de úlceras varicosas, de acuerdo con los datos analizados, tiene trascendencia en su mayoría, en las personas con más de 56 años con una fracción de 79 personas 61%. Esta circunstancia se asocia normalmente, a la reducción de la movilidad física debida al aumento de edad, por lo que no se conserva la función de bomba de los músculos. (Ango, 2023)

Las varices en miembros inferiores en adultos mayores de 65 años en la ciudad de Ambato de la provincia de Tungurahua se va a promover la prevención antes mencionada todas las personas que se integren, especialmente masaje profundo en la parte inferior del cuerpo, así como el ejercicio adicional para prevenir el desarrollo de varices y la importancia de la buena salud en la prevención de enfermedades como la enfermedad vascular periférica, pero no afecta su curación. (López Córdova, 2023)

Es por ello, que se implementa el presente estudio debido a que las venas varicosas constitución un problema a nivel global, por lo que el estudio intentara responder a la siguiente pregunta de investigación ¿Identificar los factores de riesgo que desencadenan varices en miembros inferiores en adultos mayores desde los 65 años?

### 1.3 Justificación

El interés de este trabajo surge la necesidad de mostrar la prevención de las varices, ya que puede reducir los síntomas asociados, por ejemplo, hinchazón del tobillo, calambres nocturnos, fatiga, dolor intenso y reducir las limitaciones funcionales, en resumen, se puede determinar una investigación sobre la terapia de masaje profundo y sus implicaciones para el tratamiento de venas varicosas. Este trabajo de investigación se centra dirigido a grupos vulnerables, como las personas mayores, que tienen mayor riesgo de sufrir complicaciones, en este grupo ya tiene un componente social suficiente, por lo que los resultados de este trabajo supondrán una enorme aportación científica que puede ayudar a los médicos que tratan a este grupo a comprender las causas de esta enfermedad desde el punto de vista epidemiológico y de factores metodológicos desarrollo de la ciencia; planificar estrategias de manera a medio y largo plazo los resultados son negativos.

La propuesta de investigación es factible debido a la disponibilidad de recursos de información y estudios previos, así como casos clínicos y estudios estadísticos de problemas vasculares, además, este estudio brinda orientación para innovar e incrementar mercados existentes, pero mejora la práctica médica, la importancia de la innovación y sin duda una de las áreas más influyentes y mutuamente beneficiosas en la calidad de vida humana. Estas heridas son atacadas desde una perspectiva física, sin considerar otros factores que enfrenta el cuidador, como las condiciones sociales, ocupacionales y patológicas. Debido a la alta prevalencia de la enfermedad, aspectos relacionados con la percepción, evaluación y deterioro de la salud del paciente tienen consecuencias sociales, aunque no sean evidentes, que afectan el funcionamiento físico, derivando el deterioro funcional o impotencia si existen problemas con la imagen corporal, también esperamos aumentar la conciencia de los pacientes sobre la prevención de las varices y mejorar su calidad de vida, ya que este estudio ayudara a comprender los cambios en la actitud y el comportamiento de los cuidadores para desarrollar actividades preventivas dirigidas a

prevenir las complicaciones o riesgos a su salud y calidad de vida, incluyendo enfermedades crónicas, incapacidad permanente, ausentismo y gasto excesivos.

## **1.4 Objetivos**

### **1.4.1 Objetivo General**

- Conocer acerca de las venas varicosas en miembros inferiores en adultos mayores de 65 años a través la revisión sistemática.

### **1.4.2 Objetivos Específicos**

- Investigar la prevalencia de factores de riesgo específicos como edad avanzada, sexo, obesidad, antecedentes familiares de venas varicosas y estilo de vida sedentario en adultos mayores con venas varicosas en las extremidades inferiores.

- Evaluar las comorbilidades asociadas a la aparición de venas varicosas de las extremidades inferiores en ancianos.

- Establecer el proceso de atención de enfermería que permita una adecuada intervención para mejorar la calidad de vida del paciente.

## 1.5 Marco Referencial

### Definiciones y Conceptos

#### Venas Varices

Son venas que están debajo de la piel que se define como varices donde aparecen y son retorcidas y agrandadas justo debajo de la piel al principio, puede causar molestias visuales a la persona, pero luego puede causar dolor esta es la expansión de las venas provoca hinchazón en el cuerpo pero aumentando la llegada con estos síntomas se pueden observar incluso grandes haces y grietas vasculares, aunque las varices son más comunes en mujeres que en hombres, la incidencia de esta enfermedad aumenta con la edad. Para muchas personas las varices y las arañitas, una variación leve frecuente de las varices, son simplemente un problema estético, para otras personas, las varices pueden causar dolor y malestar. (Martínez, 2020)

#### Sistema venoso

Se encarga de transportar la sangre desde los capilares hasta la aurícula derecha debido al gradiente de presión entre el sistema venoso y la aurícula, esta función la realiza una amplia red de capilares (venas pequeñas), formando venas de diámetro que se fusionan en dos grandes troncos: la vena cava. Esta sangre fluye directamente desde la aurícula derecha del corazón, por lo que el sistema venoso participa en la regulación del gasto cardíaco. La presión venosa y el caudal sanguíneo son menores que en el sistema arterial, a diferencia del sistema arterial, las paredes de las venas son más delgadas y fáciles de expandir, por lo que tienen una enorme capacidad para almacenar y expulsar grandes cantidades de sangre. (Cortes, 2024)

#### Circulación sistemática

Es una función secundaria del sistema venoso es regular el volumen sanguíneo, actuando como un reservorio sanguíneo dinámico. El sistema venoso también participa en la regulación de la temperatura corporal. Las venas ubicadas en la dermis, las áreas subcutáneas, contribuyen al intercambio de calor entre el cuerpo y el ambiente externo,

además, el sudor contribuye a la pérdida de calor corporal por evaporación y los pulmones contribuyen al intercambio de calor con el ambiente externo, las venas están enfermas. (Cortes, 2024)

Las venas son los conductos por los que circula la sangre desde los órganos, las piernas, los brazos y la cabeza, y regresa al corazón una vez que los tejidos han consumido el oxígeno y los nutrientes transportados por las arterias. La sangre fluye desde el corazón a los pulmones, los llena de oxígeno y luego regresa a los pulmones. Las contracciones del corazón son responsables de empujar la sangre oxigenada a los tejidos, repitiendo el ciclo una y otra vez con cada latido del corazón. Las varices son causadas por una serie de factores aleatorios, algunos de los cuales son controlables, como la obesidad, mientras que otros son menos controlables, como la genética. (Campos, 2023)

### **Factores de Riesgo de Varices**

La edad como factor importante, se ha observado que la progresión de la enfermedad venosa inicia a partir de los 20 años, alcanza a los 40 y 50 años y disminuye a los 70 años, actividades relacionadas con el movimiento y La postura es fundamental. Las mujeres que se sientan y trabajan tienen más probabilidades de desarrollar las varices que las que están de pie porque los vasos sanguíneos se comprimen y dificultan el drenaje del agua hacia las extremidades inferiores. La incidencia de varices aumenta gradualmente con la edad, por lo que las varices son poco frecuentes en la infancia, comienzan a aparecer en la adolescencia, y son muy frecuentes en la edad adulta y en la vejez, afectando al 70-80%. La edad es el factor de riesgo más importante, porque con la edad se producen cambios estructurales en las paredes de las venas que contribuyen a su existencia. (Marquez, 2022)

Los trabajadores profesionales, especialmente los que están de pie, tienen más probabilidades de desarrollar venas varicosas porque las contracturas musculares pueden impedir el flujo y el retorno de la sangre, provocando venas varicosas. Por tanto, las profesiones que implican estar de pie durante mucho tiempo, como camareros, profesores, dibujantes, esteticistas y vendedores, tienen mayor riesgo de desarrollar varices. Esta

asociación se produjo cuando la duración de la caminata fue de 5 a 8 horas o más. Los factores ocupacionales se refieren a actividades laborales que requieren un tiempo significativo de pie o sentado. En todos estos casos, la postura y la inmovilidad de las piernas interfieren en una correcta circulación sanguínea. (Marquez, 2022)

### **Anatomía y fisiología de varices**

El sistema venoso se encuentra en las venas ya que son responsables de transportar la sangre desde los tejidos de regreso al corazón. Las venas superficiales, las venas profundas y las venas perforantes son los tres tipos de venas que pueden verse afectadas. Las válvulas venosas son venas tienen válvulas unidireccionales que impiden que la sangre fluya hacia atrás. Cuando estas válvulas fallan, la sangre puede acumularse en las venas y provocar venas varicosas. (Cadena, 2022)

### **Causa de varices**

Los factores genéticos es la herencia juega un papel importante en la susceptibilidad a las venas varicosas. Los Factores de riesgo son edad avanzada, sexo femenino debido a cambios hormonales, embarazo, obesidad, sedentarismo, permanecer de pie o sentado durante mucho tiempo. (López Córdova, 2023)

### **Síntomas de varices**

Los síntomas o pesadez en las piernas, hinchazón y ardor en las pantorrillas, calambres musculares, picazón alrededor de una o más venas, decoloración de la piel y úlceras en la piel cerca de los tobillos. El diagnóstico es un examen físico, ecografía Doppler para evaluar el flujo sanguíneo y, en algunos casos, estudios de imagen adicionales. (Kabbani, 2019)

### **Diagnóstico de varices**

Este estudio aporta un aporte teórico a toda la evidencia científica más reciente, que nos permite afirmar categóricamente que existen factores que afectan a los familiares y que tomen medidas preventivas ante una enfermedad incurable en una etapa temprana de detección, ya que a estas alturas está claro que es necesario educar a quienes son vulnerables a sufrir daños mientras realizan actividades profesionales. Este estudio se basa

en la teoría de Virginia Henderson de que la contribución del conocimiento fisiológico ayuda a integrar la atención al paciente con los cuidados paliativos. (Campos, 2023)

### **Tratamiento**

El tratamiento preventivo debe iniciarse lo antes posible, ya que esta enfermedad puede desarrollarse significativamente, causando diversas complicaciones, como hinchazón de las piernas. Además, a medida que avanza la enfermedad, problemas de la piel como dermatitis o úlceras, en cuyo caso estos problemas de la piel pueden ser limitados que resulta en baja por enfermedad. Otra sugerencia es tomar medicamentos para ayudar a evitar y/o reducir, además, los síntomas ayudan a reducir las varices a medida que se intensifican, sin embargo, la tensión de la pared venosa puede prevenir o reducir la dilatación venosa. Las medias elásticas se deben utilizar al mismo tiempo que la medicación, estas son una de las medidas más efectivas en el tratamiento y prevención de las varices, porque ayudan al retorno venoso. (Gong, 2020)

Como segunda dimensión de la calidad de vida en estos pacientes con úlcera venosa, son efectos sobre las actividades familiares que pueden conducir también a otras actividades como la limpieza o comida porque tienen que desplazarse para cubrir sus necesidades básicas a continuación, la tercera dimensión de la calidad de vida se refiere a la influencia de la estética. Tiene que ver con la autoestima y la confianza, a las que afecta directamente, la cuarta y última dimensión de la calidad de vida implica el impacto en la vida. Interacción social porque la apariencia y la salud dificultan la creación de otras nuevas. Relaciones amistosas o sociales. (Vasquez, 2022)

### **Definición de enfermería de varices**

La enfermería comprende los cambios en las etapas de la vida y los factores que afectan la salud y la enfermedad de los cuidados que diariamente entran en contacto con ellos, las personas afectadas por úlceras venosas pierden gradualmente su independencia. La enfermería tiene como objetivo identificarlos y prevenir su desarrollo mediante la promoción y prevención de la salud entre otras medidas importantes. Proporciona una

evaluación holística del paciente con el fin de desarrollar un plan de cuidados específicos y adecuados a los trastornos funcionales observados en el paciente, para lo cual el personal de enfermería debe tener conocimientos y soporte teórico de los procesos de salud y enfermedad. (Dueñas, 2022)

La teoría se basa en 5 conceptos claves, las actividades de la vida son centrales en el modelo de atención y guían la evaluación del paciente, la vida es vista como continua y siempre tiene un final, el ámbito depende del manejo además de factores que afectan las actividades vitales. A esto se le suma la interdependencia, que marca los logros del individuo, muestra su grado de independencia y finalmente el cuidado personal, a partir de una evaluación de las capacidades de quien recibe el cuidado. (Amorocho, 2022)

### **1.5.1. Variables**

Conocimiento de las varices en miembros inferiores, Adultos mayores de 65 años, Revisión sistemática

### **1.5.2. Marco Conceptual**

#### **Venas Varicosas**

Expansión de venas debajo de la piel que se define como varices aparecen azules, retorcidas y agrandadas justo debajo de la piel al principio, puede causar molestias visuales a la persona, pero luego puede causar dolor esta es la expansión de las venas provoca hinchazón en el cuerpo pero aumentando la llegada con estos síntomas se pueden observar incluso grandes haces y grietas vasculares, aunque las varices son más comunes en mujeres que en hombres, la incidencia de esta enfermedad aumenta con la edad. Para muchas personas las varices y las arañitas, una variación leve frecuente de las varices, son simplemente un problema estético, para otras personas, las venas varicosas pueden causar dolor y malestar y a veces, las venas varicosas causan. (Martínez, 2020)

### ***Factor de riesgo: Edad y Sexo***

El envejecimiento puede causar un desgaste natural de las válvulas en las venas que ayudan a controlar el flujo sanguíneo, lo que puede llevar a la acumulación de sangre y la dilatación de las venas. Las mujeres tienen una mayor tendencia a desarrollar varices debido a la debilidad en las paredes y válvulas de las venas superficiales, lo que puede ser heredado. La incidencia de varices aumenta con la edad y es más común en mujeres debido a los cambios hormonales asociados a la pubertad, el embarazo, la menopausia y el uso de anticonceptivos hormonales, que debilitan las paredes y válvulas de las venas, contribuyendo así a la aparición de estas venas agrandadas. (Cortes, 2024)

### ***Heredabilidad***

La herencia genética también puede jugar un papel significativo en el desarrollo de varices, ya que contar con antecedentes familiares con varices aumenta las probabilidades de padecerlas. Si uno o ambos padres tienen venas varicosas, sus hijos también tendrán muchas más probabilidades de desarrollar venas varicosas. Además, los factores genéticos pueden afectar la estructura y función de las venas, haciendo que algunas personas sean más susceptibles a la insuficiencia venosa y al desarrollo de venas varicosas. Sin embargo, la herencia no es el único factor. También influyen factores como el estilo de vida, el empleo, el peso y el nivel de actividad física. (Almeida, 2019)

### ***Sedentarismo***

El sedentarismo es uno de los principales factores de riesgo para el desarrollo y empeoramiento de las varices, especialmente en personas de edad avanzada en los adultos mayores y la falta de actividad física y la permanencia prolongada en posición de pie pueden contribuir al desarrollo de venas varicosas en personas predispuestas. Este estancamiento de la sangre aumenta la presión venosa y debilita las paredes de las venas y las válvulas internas que regulan el flujo sanguíneo. Además, un estilo de vida sedentario se asocia con un aumento de peso, lo que ejerce una presión adicional sobre las venas y agrava el problema. Por tanto, mantener una actividad física adecuada y evitar la

inactividad prolongada son medidas importantes para prevenir la aparición o empeoramiento de las varices. (Toaquiza, 2023)

### ***Obesidad***

El aumento de peso puede aumentar la presión en las venas, lo que puede contribuir a su dilatación la obesidad es un factor fundamental para el desarrollo de varices la grasa acumulada ejerce presión sobre las venas y sus válvulas, lo que dificulta el bombeo de la sangre hacia el corazón esto puede causar un fallo en las válvulas, lo que a su vez lleva a la dilatación de las venas y la formación de varices. Esta presión adicional puede debilitar las válvulas venosas, provocando que la sangre se acumule y las venas se dilaten, lo que conduce a la formación de venas varicosas. Mantener un peso saludable mediante una dieta equilibrada y ejercicio regular puede ayudar a reducir el riesgo de desarrollar esta condición. (Akbaba, 2020)

### ***Insuficiencia venosa crónica***

La debilidad en las paredes y válvulas de las venas superficiales puede causar una acumulación anormal de sangre, lo que puede llevar a la dilatación e hinchazón de las venas en la cual eso permite una mayor causa más venerable en el adulto mayor. Si no se trata, la IVC puede llevar a complicaciones más graves como úlceras venosas y cambios en la piel. El tratamiento puede incluir medidas como cambios en el estilo de vida, uso de medias de compresión y, en casos más avanzados, procedimientos médicos o quirúrgicos. (Guzmán, 2020)

### ***Complicación***

La tromboflebitis es inflamación de las venas debido a la formación de coágulos de sangre.

La ulcera venosa es una llaga abierta en la piel que puede ocurrir cerca de una vena varicosa. El sangrado en las venas varicosas puede estallar y provocar un sangrado

abundante. Estas complicaciones pueden provocar que la sangre se acumule en las venas varicosas, lo que daña las válvulas venosas y el tejido circundante. (Montero, 2019)

### ***Prevención***

La actividad física regula y mejora la circulación sanguínea y fortalece las venas. El control de peso reduce la presión sobre las venas de las piernas. La elevación de las piernas ayuda a reducir la presión venosa. Evite estar de pie o sentado durante largos períodos de tiempo para promover el flujo sanguíneo adecuado. Varias medidas diseñadas para reducir el riesgo de venas varicosas incluyen mantener un peso saludable, hacer ejercicio con regularidad, evitar permanecer de pie o sentado durante mucho tiempo, usar medias de compresión cuando sea necesario y elevar las piernas con regularidad para mejorar la circulación. (Baxt, 2023)

### ***Bases teóricas***

La teoría hemodinámica destaca la importancia del flujo sanguíneo y la presión en el sistema venoso. La teoría genética es el estudio de las predisposiciones genéticas y la importancia de determinadas mutaciones en el desarrollo de las varices. La teoría biomecánica estudia la relación entre el estilo de vida, la postura y el desarrollo de las varices. (Vasquez, 2022)

### ***Impacto psicosocial***

La calidad de vida en el paciente las venas varicosas pueden afectar significativamente la calidad de vida debido al dolor, el malestar y las limitaciones en la actividad física. Pueden provocar problemas de autoestima y ansiedad por problemas estéticos. Este marco proporciona una visión integral de las venas varicosas, desde su definición y características hasta el diagnóstico, tratamiento y prevención. (Marquez, 2022)

## CAPÍTULO II

### METODOLOGÍA Y TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN

#### 2.1 Diseño metodológico

La presente investigación será de diseño no experimental, ya que no intervendremos en ninguna dirección sino va hacer de tipo narrativo-bibliográfico en el que se ha recopilado información de diferentes fuentes bibliográficas, incluyendo una búsqueda exhaustiva en base de datos académicas electrónicas como Google académico, PubMed, Scielo, Dialnet y Revistas científicas, utilizando palabras claves, permitiendo observar los acontecimientos tal y como se dan su contexto natural para después analizarlos ya que permitirá describir basado en la búsqueda de la base de datos en la cual es la prevalencia de los factores asociados en las venas varicosas.

#### 2.2 Enfoque de investigación

El estudio utiliza enfoque cualitativo, utilizando una revisión sistemática, recopila y analizan datos cualitativos siguiendo el modelo PRISMA sobre las comprensiones más profundas, de los factores asociados a las venas varicosas que luego se analizan utilizando métodos de literatura. Es descriptivo porque el estudio puede describir los factores atenuantes de la insuficiencia venosa periférica y las medidas preventivas en las varices de las extremidades inferiores.

#### 2.3 Cuestionario o Instrumentos Utilizados

En la presente investigación se utilizará los instrumentos como anotaciones y revistas científicas donde permitirá recopilar y sintetizar los artículos científicos encontrados en las siguientes bases de datos Revistas científicas, Google académico, PubMed, Dialnet, Scielo. De tal manera se analizará informes de organizaciones mundiales como la OMS y OPS, ya que este tipo de fuentes nos va a ayudar a buscar todo lo que nosotros queramos en la presente investigación y así tener una evaluación integral y posiblemente rigurosa de la información obtenida.

## 2.4 Población

En el presente estudio no se realizará con una población ya que se realizará un estudio cualitativo utilizando la revisión de investigaciones de artículos, revistas, páginas web en los últimos 5 años. La revisión se centra en comprender las narrativas y los significados subyacentes en las experiencias de los adultos mayores de 65 años, así como identificar patrones emergentes y temas claves que pueden informar a la práctica y mejorar la calidad de vida en los adultos mayores.

## 2.5 Muestreo

Debido a que el estudio no se realiza una muestra solamente se realizará un estudio de revisión sistemática utilizando el método PRISMA para seguir los siguientes criterios de búsqueda:

### Criterios de inclusión

- Artículos de los últimos 5 años (2019-2024) para hacer una revisión actual lo más posible.

- Artículos en inglés y español

- Artículos que hablen sobre los factores asociados a las varices en los adultos mayores.

### Criterios de exclusión

- Se excluirá revisiones de artículos que sean menores o desactualizados del 2019 para atrás.

- Artículos duplicados de las diferentes bases de datos consultados.

- Artículos de metaanálisis

## 2.6 Recursos

Los recursos tecnológicos que se utilizaron en esta investigación es una búsqueda exhaustiva de la literatura se realizó en diversas bases de datos académicas, utilizando términos específicos. La calidad de los estudios cualitativos se evaluará como herramientas de evaluación crítica y reconocidas. El análisis de los datos cualitativos se realizará mediante síntesis de método PRISMA. Estos recursos permitirán realizar una

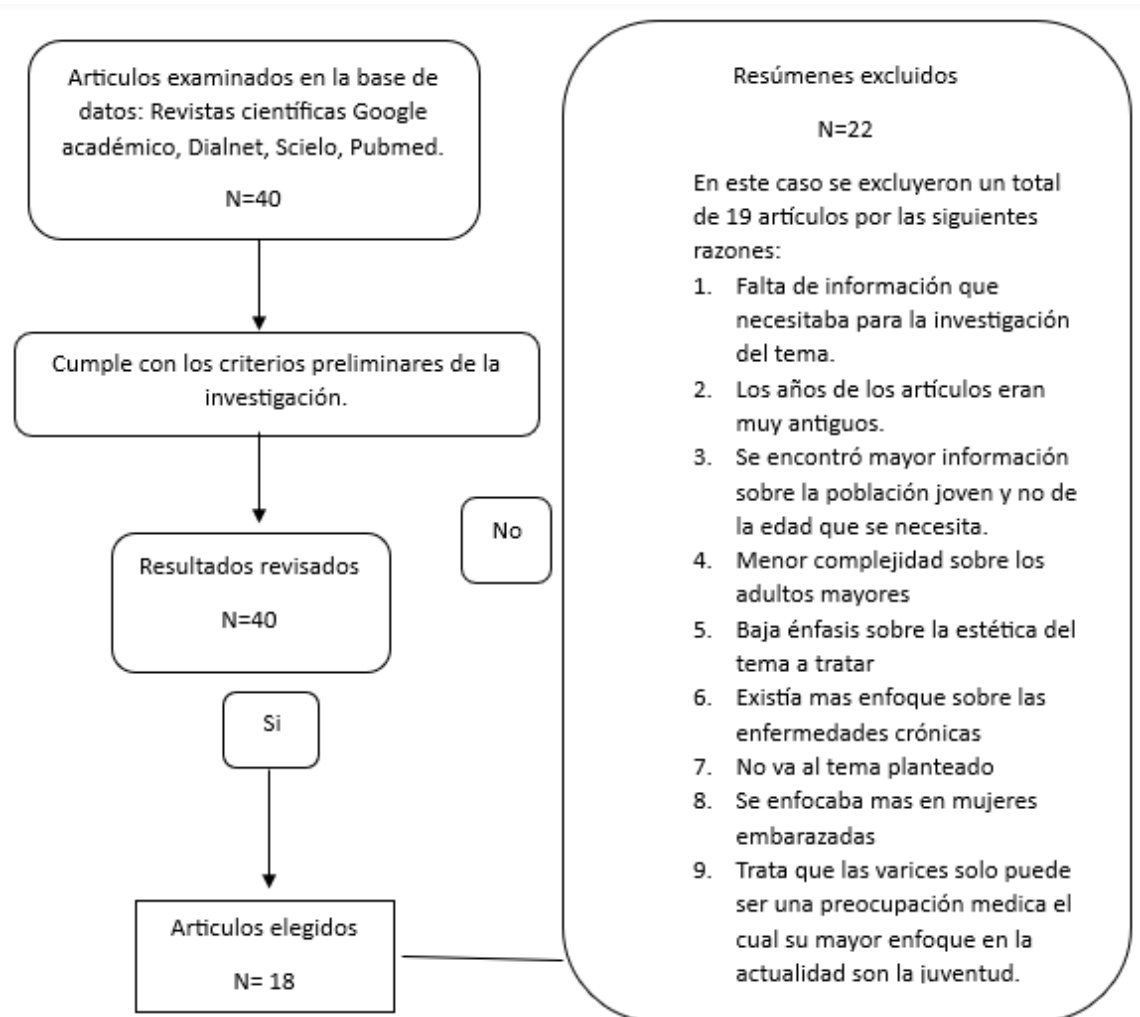
revisión rigurosa y basada en evidencia cualitativa sobre los factores asociados a las varices en el adulto mayor.

## CAPÍTULO III

### 3. ANALISIS DE RESULTADOS

#### 3.1 Tabulación e Interpretación de Encuestas

**Figura 1.** Diafragma de flujo de la metodología de búsqueda, según la recomendación del método Prisma para revisión sistemática.



*Fuente:* Elaboración propia

Se realizó una revisión sistemática del tema Conocimiento acerca de las varices en miembros inferiores en adultos mayores de 65 años: revisión sistemática, por ende, se decidió investigar con el fin de aumentar el conocimiento, debido a que en la actualidad

se puede observar que existe gran cantidad de pacientes con esta patología que prevalece con mayor intensidad en los adultos mayores.

Finalmente se puede mencionar que la elaboración del PRISMA ayuda a verificar cuantas revistas o sitios web acertó más al trabajo de investigación sobre las varices en la cual fueron 40 artículos científicos preliminares consultados y durante el proceso de investigación se iba descartando información que no hablaba sobre el tema y no tenía relevancia de este. Los criterios de búsqueda fueron de acuerdo con los descriptores en ciencias de la salud que fueron las siguientes palabras claves: varicose veins, Adulto mayor, treatment, Calidad de vida y/o Envejecimiento.

**Tablas.1 Búsqueda y Revisión de Artículos.**

Nombre de la base de datos	Artículos encontrados	Artículos seleccionados	Palabras clave o descriptores
Dialnet	5	4	''Varices'', ''Complicaciones Adulto Mayor''
Scielo	8	4	''Varices'', ''Adulto Mayor''
Google académico	8	4	''Varices'', ''Obesidad''
Pubmed	9	3	''Varices'', ''Sedentario''
Revistas científicas	10	3	''Varices'', ''Tratamiento''
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>18</b>	

*Elaboración propia*

Como se observa en la tabla 1 siguiente tabla se pudo encontrar 18 acertados de acuerdo con nuestro tema se realizó una búsqueda de la literatura científica se siguieron las recomendaciones por el método PRISMA, para ofrecer una descripción general acerca del conocimiento de las varices en miembros inferiores en adultos mayores de 65 años

publicadas en las diferentes revistas científicas. Se examinaron 5 bases de datos científicas las cuales fueron: Dialnet, Pubmed, Scielo y Google académico. Los criterios de búsqueda fueron de acuerdo con los descriptores en ciencias de la salud. Sinónimos, términos relacionados, variación ortográfica, abreviaturas y comodines, combinados (“Varices” “Calidad de vida” “Factores de riesgo” “Enfermería”)

*Objetivo 1.* Investigar la prevalencia de factores de riesgo específicos como edad avanzada, sexo, obesidad, antecedentes familiares de venas varicosas y estilo de vida sedentario en adultos mayores con venas varicosas en las extremidades inferiores.

**Tabla.2**

Base de Datos	Autor(es) y Año	Nombre del artículo	Resultados de las varices en los adultos mayores de 65 años
Google académico	Campos y Astrid. (2023)	Factores de riesgo de las varices	Uno de los factores de riesgo sería el género que se da más en mujeres que en hombres, la incidencia de esta enfermedad aumenta además con la edad. (Campos, 2023)
Google académico	(Mejía, 2022)	Generalidades de las varices en miembros inferiores y su tratamiento durante el embarazo: una revisión narrativa	La enfermedad varicosa es un problema común que afecta principalmente en mujeres agravado por una condición de embarazo.
Scielo	(Marquez, 2022)	Enfermedad varicosa, un análisis basado en los tratamientos	La insuficiencia venosa crónica se define como la inhabilidad de las venas de condescender un retorno adecuado de la sangre al corazón

		mínimamente invasivos en el sexo femenino.	producida por un daño en la estructura de la pared y de las válvulas.
Scielo	(Baxt, 2023)	Caracterización de los pacientes hospitalizados por úlceras flebotáticas.	Se caracteriza en pacientes hospitalizados por úlceras flebotáticas es aceptado que dichas úlceras son frecuentemente graves en todo el mundo.
Dialnet	(Marquez, 2022)	Factores de riesgo para úlceras venosas a pacientes geriátricos con insuficiencia venosa	La insuficiencia venosa crónica es una patología vascular frecuente en el adulto mayor, y genera dificultades en su diagnóstico y tratamiento debido a la presencia de comorbilidades que producen síntomatología similar o empeoran la severidad de la insuficiencia venosa.
Dialnet	(Guzmán, 2020)	Insuficiencia venosa en adultos mayores de 65 años	Los factores de riesgo incluyen la obesidad, que aumenta la presión en las venas, y el sexo femenino, ya que los cambios hormonales pueden ser que afecten la circulación también pueden contribuir al desarrollo de varices en este grupo etario.

Scielo	(Akbaba, 2020)	Venas varicosas	Es una manifestación común de la insuficiencia venosa crónica, donde las venas superficiales de las piernas se dilatan y se vuelven tortuosas debido a la debilidad de las paredes venosas y la disfunción de las válvulas que regulan el flujo sanguíneo.
Scielo	(Almeida, 2019)	Sedentarismo	El sedentarismo en adultos mayores de 65 años con varices agrava la condición al reducir la actividad muscular de las piernas, lo que disminuye la eficiencia del retorno venoso y favorece la acumulación de sangre en las venas.

*Fuente:* Elaboración propia

En esta tabla 2 se observa que 8 artículos fueron encontrados, basado en el objetivo 1, el análisis de esta tabla se refiere a los factores de riesgo de las varices, generalidades de las varices en miembros inferiores, varices en pacientes hospitalizados, factores que condicionan las varices y sus medidas de prevención ya que se puede observar incluso grandes grietas vasculares, aunque las varices son más comunes en mujeres que en hombres, la incidencia de esta enfermedad aumenta con la edad, así como llevan a cabo una vida no controlada en cual los pacientes sufren con esta enfermedad ya que no controlan a tiempo.

*Objetivo 2.* Evaluar las comorbilidades asociadas a la aparición de venas varicosas de las extremidades inferiores en ancianos.

**Tabla 3**

Base de Datos	Autor(es) y Año	Nombre del artículo	Resultados de las varices en los adultos mayores de 65 años
Pubmed	Raquel Montero. (2019)	Comorbilidad de las varices en adultos mayores	La tromboflebitis es inflamación de las venas debido a la formación de coágulos de sangre. La ulcera venosa es una llaga abierta en la piel que puede ocurrir cerca de una vena varicosa. (Melen, 2020)
Dialnet	(Toaquiza, 2023)	Embolización venosa provocada por varices	Los espirales de la embolización son los agentes más comúnmente usados con éxito lo que permite acomodarse a los vasos y ser liberados con precisión.
PubMed	(Vasquez, 2022)	Varices en miembros inferiores	Es una dilatación de la vena más allá de lo normal por deficiencias estructurales habitualmente de sus válvulas.
Dialnet	(Montero, 2019)	Enfermedad varicosa un análisis basado en los tratamientos en el sexo femenino	La enfermedad varicosa desencadena múltiples síntomas que incluyen el dolor, pesadez, ardor y sensación de cansancio que suelen desencadenar algún grado de discapacidad.

*Fuente:* Elaboración propia

Nota: En esta tabla 3 se observó que 4 artículos diferentes fueron encontrados, basado en el objetivo 2, el análisis de esta tabla refiere a las comorbilidades de las varices

en adultos mayores la embolización venosa también la enfermedad varicosa basado en los tratamientos en el sexo femenino en la cual la tromboflebitis es inflamación de las venas debido a la formación de coágulos de sangre. La ulcera venosa es una llaga abierta en la piel que puede ocurrir cerca de una vena varicosa ya que hay paciente no se da cuenta que esta enfermedad puede ser grave o hasta veces mortal ya que pierde la circulación de la sangre en los miembros inferiores.

Objetivo 3. Establecer el proceso de atención de enfermería que permita una adecuada intervención para mejorar la calidad de vida del paciente.

**Tabla 4**

Base de Datos	Autor(es) y Año	Nombre del artículo	Resultados de las varices en los adultos mayores de 65 años
Revista Científica	Ante Toaquiz, Jefferson Alexander. (2023)	Atención y calidad de vida en enfermería de las varices	La actividad física regula y mejora la circulación sanguínea y fortalece las venas. El control de peso reduce la presión sobre las venas de las piernas. La elevación de las piernas ayuda a reducir la presión venosa. (Baxt, 2023) TRIBUNAL
Revista Científica	(López Córdova, 2023)	Cuidados de Enfermería dirigidos a una paciente con Insuficiencia Venosa Crónica	Los cuidados de enfermería para una paciente con Insuficiencia Venosa Crónica se centran en mejorar la circulación sanguínea, aliviar síntomas y prevenir complicaciones.

Revista Científica	(Gong, 2020)	Cuidados de enfermería sobre las varices en el hogar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evite estar sentado o de pie durante períodos prolongados.</li> <li>• Mantenga un peso saludable. Baje de peso si lo necesita.</li> <li>• Trate de hacer varias caminatas cortas todos los días.</li> </ul>
PubMed	(Cortes, 2024)	Varices y plan de cuidados	Se debe realizar una valoración que incluya antecedentes médicos al igual que se examina los cambios cutáneos en los tobillos y se evalúa el edema y los resultados de exploración.
Google académico	(Cadena, 2022)	Valoración y cuidados de enfermería en el síndrome varicoso	La valoración de enfermería en el síndrome varicoso incluye la evaluación del grado de dilatación venosa, la presencia de edema, dolor, cambios en la coloración de la piel, y posibles complicaciones como úlceras o dermatitis.
Google académico	(Martínez, 2020)	Descripción de la capacidad de marcha de los adultos mayores con diferentes	La marcha es una necesidad básica para desplazarse de un lugar a otro. Caminar es una de las actividades que más hace la gente a diario para el ser humano, la marcha es la condición y testimonio de su libertad

---

niveles de actividad física	individual, ya que sin ella pierde su autonomía y se convierte en dependiente de otros.
-----------------------------	---

---

*Fuente:* Elaboración propia

*Nota:* En la tabla 4 se observó que 6 artículos diferentes fueron encontrados, basado en el objetivo 3, el análisis de esta tabla refiere a la atención y calidad de vida en enfermería de las varices, así como la actividad física regula y mejora la circulación sanguínea y fortalece las venas. El control de peso reduce la presión sobre las venas de las piernas. La elevación de las piernas ayuda a reducir la presión venosa tal como llevar a cabo algunos ejercicios terapéuticos para que así el paciente lleve una vida controlada o chequeada por algún médico que sepa de esta enfermedad.

## CAPÍTULO IV

### 4. DISCUSIONES

#### 4.1 Discusiones de resultados

En la presente revisión sistemática se investigó el conocimiento de las varices en miembros inferiores en adultos mayores como edad avanzada, sexo, obesidad, antecedentes familiares de varices y estilo de vida sedentario en adultos mayores con varices en las extremidades inferiores, en base en él estudió la teoría de las varices en adultos mayores en la cual puede afectar o ser afectados por ciertas acciones.

Los resultados encontrados en la presente investigación se observaron que la mayoría de las personas adultas no asisten a las casas de salud para cierto chequeo de varices en la cual presenta un nivel de irresponsabilidad ya que no se quieren cuidar o por descuido no se chequean.

Los resultados de la presente investigación coinciden con lo obtenido por Espinola (2020) y Dueñas (2022) quienes encontraron que esta enfermedad es un factor importante, por lo cual se orienta a las personas a cuidarse ya que no existe mucha información clara y precisa así que se ejecutaría un programa para la sociedad como adultos mayores.

Los antecedentes y coincidencias en la presente investigación, se evidenciará que los adultos mayores podrán asistir de manera gratuita a los centros de salud, no obstante, estas actividades podrán ser orientadas como tal, sino como acciones propias en la búsqueda sobre la enfermedad, así como vincular ciertas acciones que orientan a desarrollar algunos resultados en la presente investigación.

Como objetivo específico se consideró evaluar las comorbilidades asociadas a la aparición de varices en las extremidades inferiores en ancianos en la cual implica identificar y analizar condiciones como la hipertensión, diabetes, obesidad, enfermedad arterial periférica, y sedentarismo, que pueden agravar la insuficiencia venosa y

predisponer al desarrollo de varices. (Toaquiza, 2023) quien señalo que la importancia de factores como la bipedestación prolongada y la falta de descanso, que tienen un impacto significativo en la aparición de varices. es menor en el grupo estudiado, las condiciones ergonómicas y los factores laborales son importantes, lo que hace que sean necesarias estrategias de prevención adaptadas a los riesgos específicos de esta población.

- Estas comorbilidades no solo aumentan el riesgo de aparición de venas varicosas, sino que también complican su manejo y tratamiento en la población anciana.

Según Vásquez (2022) señala que el conocimiento de las varices en adultos mayores de 65 años debe al bajo perfil de riesgo y rápida recuperación, el tratamiento endovascular de las varices incluye la salud general y las características de las venas afectadas.

Como resultados de la presente investigación coinciden con lo obtenido por Toaquiza (2023)

## CAPÍTULO V

### 5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 5.1 Conclusiones del estudio

Una revisión sistemática muestra que el conocimiento sobre las varices en adultos mayores de 65 años es variable, y pocas palabras importan sobre las causas, síntomas y opciones de tratamiento de las venas varicosas. Estos hallazgos indican la necesidad de programas educativos específicos dirigidos a esta población para mejorar su calidad de vida e incentivarlos a buscar atención médica oportuna.

La edad avanzada, el sexo femenino, la obesidad, los antecedentes familiares y el sedentarismo son los principales factores de riesgo de aparición de varices en personas mayores y es importante identificar y controlar estos factores de riesgo para prevenir la aparición o progresión de las varices.

Las varices pueden estar asociadas a las diversas comorbilidades como, por ejemplo, la insuficiencia venosa crónica, la trombosis venosa profunda, por lo general es importante identificar o tratar estas comorbilidades y poder mejorar la salud general del paciente.

Un proceso de enfermería bien estructurado es esencial para garantizar una atención adecuada a los pacientes con varices, así como las intervenciones de enfermería ya que también deben centrarse en la educación del paciente, el cuidado de la piel, el ejercicio y los cambios en el estilo de vida con el objetivo principal de mejorar la calidad de vida del paciente.

## 5.2 Recomendaciones

Para profundizar en el conocimiento de las varices en el anciano a través de una revisión sistemática, es necesario definir la población a evaluar, la experiencia y el tipo de conocimiento, establecer criterios estrictos de inclusión y exclusión y seleccionar bases de datos relevantes. Evaluar la calidad metodológica de los estudios incluidos y sintetizar los resultados mediante análisis narrativo o metanálisis son pasos importantes. Además, se recomienda considerar el sesgo de publicación y las implicaciones clínicas de los resultados del estudio.

Como recomendación sería enfocarnos como la edad, el sexo, la obesidad, los antecedentes familiares de venas varicosas y el estilo de vida sedentario es alta en los adultos mayores con venas varicosas en las extremidades inferiores ya que puede haber factores de riesgo que aumenten la probabilidad de sufrir venas varicosas y pueden contribuir al desarrollo y progresión de comorbilidades asociadas, como enfermedades cardiovasculares, diabetes y trastornos de la coagulación sanguínea.

Es fundamental implementar un proceso de enfermería que permita tomar las medidas adecuadas para mejorar la calidad de vida del paciente a lo igual que incluye identificar y evaluar cuidadosamente los factores de riesgo y las comorbilidades asociadas, educar a los pacientes sobre la importancia de un estilo de vida saludable y tomar medidas preventivas para reducir el riesgo de complicaciones.

Se debe brindar una atención integral y personalizada, que incluya el manejo de los síntomas, el control de las comorbilidades y la promoción de la autonomía del paciente y la salud general, así como las intervenciones de enfermería que puedan mejorar la parte afectiva entre paciente y cuidadores con el fin de evitar el deterioro emocional que estos enfrentan durante el proceso de la enfermedad de igual manera utilizar los recursos que se tienen al alcance para fortalecer las relaciones familiares y de la red de apoyo de las personas con esta condición.

## 6. Referencias

Akbaba, K. T. (1 de Mayo de 2020). *Pubmed*. Obtenido de Pubmed:

<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1534734620917911>

Almeida, J. (14 de Diciembre de 2019). *Pubmed*. Obtenido de Pubmed:

[https://www.jvsvenous.org/article/S2213-333X\(19\)30541-4/fulltext](https://www.jvsvenous.org/article/S2213-333X(19)30541-4/fulltext)

Amorocho, M. M. (03 de 06 de 2022). *Universidad Cooperativa de Colombia, Facultad de Enfermería, Campus Bucaramanga*. Obtenido de Universidad Cooperativa de Colombia, Facultad de Enfermería, Campus Bucaramanga:

<https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/c4ea6698-4f90-471e-a642-469efec2fcc7/content>

Ango, T. B. (20 de Octubre de 2023). *Revista Científica Dominio de las Ciencias*.

Obtenido de Revista Científica Dominio de las Ciencias:

<https://dominiodelasciencias.com/ojs/index.php/es/article/view/3681>

Baxt, B. D. (6 de Marzo de 2023). *Center for lein Restoration*. Obtenido de Center for

lein Restoration: <https://www.centerforvein.com/es/blog/can-varicose-veins-come-back-after-treatment>

Cadena, C. D. (6 de Julio de 2022). *Revista Médica Herediana*. Obtenido de Revista

Médica Herediana: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1018-](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1018-130X2022000200145&script=sci_arttext&tlng=pt)

[130X2022000200145&script=sci\\_arttext&tlng=pt](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1018-130X2022000200145&script=sci_arttext&tlng=pt)

Campos, A. (30 de abril de 2023). *Universidad Norbert Wiener*. Obtenido de

Universidad Norbert Wiener:

[https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/10089/T061\\_43972198\\_S.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/10089/T061_43972198_S.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Carradice, D. e. (08 de Noviembre de 2021). *Vasculine*. Obtenido de Vasculine:

<https://clinicavasculine.es/casos-varices-aumentan-personas-mayores/>

Cortes, V. S. (enero de 2024). *UNIVERSIDAD VERACRUZANA*. Obtenido de

UNIVERSIDAD VERACRUZANA:

<https://cdigital.uv.mx/bitstream/handle/1944/53110/MesaCortesVictoria.pdf?sequence=3>

Domínguez, E. (25 de Mayo de 2023). *Universisdad de Valladolid*. Obtenido de

Universisdad de Valladolid:

<https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/67849/TFG-O-2531.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Dueñas, G. (03 de 06 de 2022). *Universidad Cooperativa de Colombia, Facultad de*

*Enfermería, Campus Bucaramanga*. Obtenido de Universidad Cooperativa de Colombia, Facultad de Enfermería, Campus Bucaramanga:

<https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/c4ea6698-4f90-471e-a642-469efec2fcc7/content>

Espinola, B. A. (Octubre de 2020). *Scielo*. Obtenido de Scielo:

[https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-40262007000500006#:~:text=La%20OMS%20ha%20definido%20a,venoso%20superficial%2C%20safeno%20interno%20y](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-40262007000500006#:~:text=La%20OMS%20ha%20definido%20a,venoso%20superficial%2C%20safeno%20interno%20y)

Flores, P. (27 de Enero de 2022). *Universidad privada San Juan Bautista* . Obtenido de

Universidad privada San Juan Bautista :

<https://repositorio.upsjb.edu.pe/handle/20.500.14308/3560>

Gong, J. M. (28 de Abril de 2020). *Pubmed*. Obtenido de Pubmed :

<https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0231218>

Guadalupe, S. (22 de Diciembre de 2022). *UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO*

*LEÓN*. Obtenido de UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN:

<http://eprints.uanl.mx/25006/1/1080328755.pdf>

Guzmán, R. (29 de Abril de 2020). *Pubmed*. Obtenido de Pubmed:

[https://www.jvsvenous.org/article/S2213-333X\(20\)30228-6/abstract](https://www.jvsvenous.org/article/S2213-333X(20)30228-6/abstract)

James, H. (29 de Marzo de 2024). *Scielo*. Obtenido de Scielo:

[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2308-](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2308-)

[05312024000100026](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2308-05312024000100026)

Jimenez, H. y. (25 de Julio de 2020). *Universidad el bosque* . Obtenido de Universidad

el bosque : [https://repositorio.unbosque.edu.co/items/266df6e0-70a5-4408-9989-](https://repositorio.unbosque.edu.co/items/266df6e0-70a5-4408-9989-9467029bd641)

[9467029bd641](https://repositorio.unbosque.edu.co/items/266df6e0-70a5-4408-9989-9467029bd641)

Kabbani, L. (20 de Septiembre de 2019). *Pubmed*. Obtenido de Pubmed:

<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1357633X18797181>

López Córdova, A. (Abril de 2023). *UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO*. Obtenido

de UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO:

<https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/3646/1/L%C3%B3pez%20>

[%C3%B3rdova%20Andrea%20Mercedes.pdf](https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/3646/1/L%C3%B3pez%20%C3%B3rdova%20Andrea%20Mercedes.pdf)

Marquez, D. (18 de 8 de 2022). *UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA*.

Obtenido de UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA:

<https://repositorio.upsjb.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14308/3919/T-TPMC-MARQUEZ%20VALDIVIA%20DANIEL%20EMILIO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Martínez, C. H. (15 de Julio de 2020). *Pubmed*. Obtenido de Pubmed:

[https://www.jvsvenous.org/article/S2213-333X\(19\)30541-4/fulltext](https://www.jvsvenous.org/article/S2213-333X(19)30541-4/fulltext)

Mejía. (25 de Julio de 2022). *Centro vascular del lago*. Obtenido de Centro vascular del

lago: <https://www.centrovasculardellago.com/noticias/la-relacion-entre-la-edad-avanzada-y-la-aparicion-de-venas-varicosas/>

Melen, G. (20 de Noviembre de 2020). *Pubmed*. Obtenido de Pubmed:

<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.2217/rme-2020-0139>

Montero, R. (12 de Diciembre de 2019). *Universidad Nacional Mayor de San Marcos*.

Obtenido de Universidad Nacional Mayor de San Marcos:

[https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/21042/Acu%  
c3%b1a\\_ui.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/21042/Acu%c3%b1a_ui.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Ramiro, A. (20 de Abril de 2022). *Repositorio institucional*. Obtenido de Repositorio institucional:

[https://repositorio.ucaldas.edu.co/bitstream/handle/ucaldas/17563/RamiroAlexander\\_RomeroMunoz\\_CarlosEduardo\\_GomezVera\\_2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucaldas.edu.co/bitstream/handle/ucaldas/17563/RamiroAlexander_RomeroMunoz_CarlosEduardo_GomezVera_2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Rivera, E. (20 de Enero de 2020). *Repositorio institucional* . Obtenido de Repositorio institucional : <https://repositorio.urp.edu.pe/handle/20.500.14138/4646>

Taipe, C. (14 de Junio de 2024). *revistas unica edu pe*. Obtenido de revistas unica edu pe: <https://revistas.unica.edu.pe/index.php/vanguardia/article/view/582/932>

Toaquiza, A. (Septiembre de 2023). *UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO*. Obtenido de UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO:

<https://revista.saludcyt.ar/ojs/index.php/sct/article/view/494/982>

Vasquez, S. (15 de 05 de 2022). *UNIVERSIDAD PRIVADA NORBERT WIENER*.

Obtenido de UNIVERSIDAD PRIVADA NORBERT WIENER:

[https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/6671/T061\\_29559007\\_S.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/6671/T061_29559007_S.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

**7. Anexo**  
 Variable

Definición

<p>Conocimiento</p>	<p>El conocimiento siempre ha sido un área de mayor interés para académicos y profesionales y es visto como una esperanza de mejora en las organizaciones, el propósito de este estudio es proporcionar una visión teórica del concepto de gestión del conocimiento y sus orígenes para resaltar su importancia e impacto en las organizaciones. (James, 2024)</p>
<p>Venas varicosas</p>	<p>Las venas varicosas son un problema común que afecta a gran parte de la población mundial, principalmente a las mujeres, y la afección empeora durante el embarazo, los síntomas más comunes son dolor, hinchazón, pesadez, picazón y calambres en las extremidades inferiores. (Rivera, 2020)</p>
<p>Miembros inferiores</p>	<p>La función de los miembros inferiores es dar soporte al cuerpo peso de pie también disponible, movilidad humana para desarrollar estas funciones, tienen elementos como fémur, tibia y algunas estructuras como el cuerpo que proporciona</p>

	<p>movimiento al resto del cuerpo de los diferentes segmentos de las extremidades inferiores. (Flores, 2022)</p>
Adulto Mayor	<p>El envejecimiento se puede definir como la reducción de la capacidad del organismo para adaptarse al entorno, lo que requiere cuidados especiales, así como el deterioro como disfunción mitocondrial y disfunción metabólica. (Jimenez, 2020)</p>
Provincia	<p>Las provincias más pobladas de Ecuador tienen un nivel de desarrollo muy alto en adultos mayores con problemas de venas varicosas ya que no existe mucho tratamiento por lo cual hay personas mayores que no se tratan a tiempo. (Guadalupe, 2022)</p>
Grupo etario	<p>Se compararon tres muestras: adultos jóvenes, adultos y adultos mayores las respuestas se clasificaron según el tipo de descriptor utilizado. (Ramiro, 2022)</p>
Sexo	<p>El sexo se refiere a un conjunto de características biológicas en humanos y animales que están relacionadas con características físicas y fisiológicas, existen múltiples identidades y expresiones de género que determinan cómo los individuos se</p>

---

identifican y expresan su género.

(Domínguez, 2023)

**Fuente:** Referencia Bibliográficas

**Elaboración:** *Propia*