

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

ESTILOS DE VIDA Y FACTORES
BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MAYORES DEL
PUEBLO JOVEN MIRAFLORES ALTO SECTOR
3_CHIMBOTE, 2017

TESIS PARA OPTAREL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN ENFERMERÍA

AUTOR

VILELA OBALLE, RAUL RONALDO

ORCID ID: 0000-0002-9455-0462

ASESOR

VÍLCHEZ REYES, MARÍA ADRIANA

ORCID: 0000-0002-4722-1025

CHIMBOTE-PERÚ

2020

EQUIPO DE TRABAJO

AUTOR

Vilela Oballe, Raúl Ronaldo

ORCID ID: 0000-0002-9455-0462

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Pregrado,
Chimbote, Perú

ASESOR

Vílchez Reyes, María Adriana

ORCID: 0000-0002-4722-1025

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de
la Salud, Escuela Profesional de Enfermería, Chimbote, Perú

JURADO

Urquiaga Alva, María Elena

ORCID: 0000-0002-4779-0113

Guillén Salazar, Leda María

ORCID: 0000-0003-4213-0682

Ñique Tapia, Fanny Rocío

ORCID: 0000-0002-1205-7309

HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR

DRA. ENF. URQUIAGA ALVA, MARÍA ELENA
PRESIDENTA

MGTR. GUILLÉN SALAZAR, LEDA MARÍA
MIEMBRO

MGTR. ÑÍQUE TAPIA, FANNY ROCÍO,
MIEMBRO

DRA. ENF. VÍLCHEZ REYES, MARÍA ADRIANA
ASESOR

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios, por ser mi guía y amigo incondicional, por brindarme la oportunidad de realizar esta investigación, a mis queridos padres por haberme brindado la educación para lograr mis objetivos y poder cumplir mis metas.

Con total gratitud a los adultos mayores del pueblo joven Miraflores alto sector 3, por brindarme la información necesaria, sin ellos no hubiera sido posible llegar a realizar esta investigación.

A mi docente tutora por su paciencia y entrega, por haberme guiado en todo el desarrollo de la presente investigación.

DEDICATORIA

En primer lugar, a Dios por brindarme la sabiduría masi mismo a mis queridos padres, hermanos por el deseo de superación y el grande amor que me brindan cada día, el cual han sabido guiar mi camino y convertirme en lo que ahora soy.

Un agradecimiento especial a mis familiares, quienes me han dado su apoyo y comprensión durante los momentos buenos y malos de mi vida animándome a no rendirme.

A aquellas personas especiales que me brindaron sus sabios consejos y conocimientos que me animaron a seguir adelante, no rendirme y ser una persona con provecho en la vida.

RESUMEN

El presente trabajo de investigación titulado estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores del Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3_Chimbote, 2017. De tipo cuantitativo, de corte transversal con diseño descriptivo correlacional. Tiene como objetivo general determinar la relación entre estilo de vida y los factores biosocioculturales en adultos mayores, como objetivo específico: Valorar el estilo de vida e identificar los factores biosocioculturales de los adultos mayores del Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3. La población estuvo constituida por 120 adultos mayores, a quienes se aplicó un instrumento, utilizando la técnica de la entrevista y la observación. Los datos fueron procesados en una base de datos de Microsoft Excel para luego ser exportados en software versión 18.0. Se presentó los datos en tablas simples y de doble para después representarlos en gráficos. La investigación llega a los siguientes resultados y conclusiones, que la mayoría de los adultos mayores del Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3– Chimbote, tiene un estilo de vida no saludable y menos de la mitad estilo de vida saludable. En relación a los factores biosocioculturales: La mayoría, tienen grado de instrucción primaria, ocupación: otros, de sexo masculino, profesan la religión católica. Más de la mitad con un ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles. Menos de la mitad con estado civil casados. Al realizar la prueba de Chi cuadrado, encontramos que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables edad, sexo, estado civil, religión, ocupación e ingreso económico con los estilos de vida

Palabras clave: Adultos mayores, estilos de vida, factores biosocioculturales.

ABSTRACT

The present research work entitled lifestyle and biosociocultural factors in older adults from the Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3-Chimbote, 2018. Quantitative, cross-sectional with a descriptive correlational design. Its general objective was to determine the relationship between lifestyle and biosociocultural factors in older adults, as a specific objective: To assess the lifestyle and identify biosociocultural factors of older adults in Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3. The population was made up by 120 older adults, to whom an instrument was applied, using the interview and observation technique. The data was processed in a Microsoft Excel database and then exported in software version 18.0. The data were presented in simple and double tables and later represented in graphs. The research reaches the following results and conclusions, the majority of the older adults of the Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3 - Chimbote, have an unhealthy lifestyle and less than half have a healthy lifestyle. In relation to biosociocultural factors: Most with primary education level, occupation: others, with male sex, Catholic religion, more than half with income of 650 to 850 soles, less than half, with married marital status. When performing the Chi square test, we found that there is no statistically significant relationship between the variables age, sex, marital status, religion, occupation and economic income with lifestyles.

Key words: Older adults, lifestyles, biosociocultural factors.

ÍNDICE

1. TÍTULO DE TESIS	i
2. HOJA DE EQUIPO DE TRABAJO	ii
3. HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR	iii
4. HOJA DE AGRADECIMIENTO Y/O DEDICATORIA	iv
5. RESUMEN Y ABSTRACT	vi
6. CONTENIDO	viii
7. ÍNDICE DE GRÁFICOS, TABLAS Y CUADROS	ix
I. INTRODUCCIÓN	1
II. REVISIÓN DE LITERATURA	9
III. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN	24
IV. METODOLOGÍA	25
4.1 Diseño de la investigación	25
4.2 Población y muestra	25
4.3 Definición y Operacionalización de Variables	26
4.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	29
4.5 Plan de análisis	31
4.6 Matriz de consistencia	33
4.7 Principios éticos	34
V. RESULTADOS	35
5.1 Resultados	35
5.2 Análisis de resultados	43
VI. CONCLUSIONES	80
ASPECTOS COMPLEMENTARIOS	81
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	82
ANEXOS	110

ÍNDICE DE TABLAS

PAG.

TABLA 1: ESTILO DE VIDA EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES ALTO SECTOR 3_CHIMBOTE, 2017.....	35
TABLA 2: FACTOR BIOSOCIOCULTURAL EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES ALTO SECTOR 3_ CHIMBOTE, 2017.....	36
TABLA 3: FACTOR BIOLÓGICO Y ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES ALTO SECTOR 3 _CHIMBOTE, 2017.....	40
TABLA 4: FACTOR CULTURAL Y ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES ALTO SECTOR 3_ CHIMBOTE, 2017.....	40
TABLA 5: FACTOR SOCIAL Y ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES ALTO SECTOR 3_CHIMBOTE, 2017.....	41

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Pag

GRÁFICO 1: ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES ALTO SECTOR 3_ CHIMBOTE, 2017.....	35
GRÁFICO 2: SEXO EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES ALTO SECTOR 3_ CHIMBOTE, 2017.....	37
GRÁFICO 3: GRADO DE INSTRUCCIÓN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES ALTO SECTOR 3_ CHIMBOTE, 2017.....	37
GRÁFICO 4: RELIGIÓN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES ALTO SECTOR 3_ CHIMBOTE, 2017.....	38
GRÁFICO 5: ESTADO CIVIL EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES ALTO SECTOR 3_ CHIMBOTE, 2017.....	38
GRÁFICO 6. OCUPACIÓN EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES ALTO SECTOR 3_ CHIMBOTE, 2017.....	39
GRÁFICO 7: INGRESO ECONÓMICO EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES ALTO SECTOR 3_ CHIMBOTE, 2017.....	39

I. INTRODUCCIÓN

En el mundo actualmente, las enfermedades son dadas debido a determinantes, hábitos y estilos de vida como el sedentarismo, el estrés, alimentación inadecuada y el consumo de sustancias tóxicas, en el caso de los adultos mayores fundamentalmente dadas por enfermedades circulatorias con un 21% así mismo el 15% por enfermedades respiratorias, el 12% por motivos de cáncer, seguidas de otras como la Diabetes, enfermedades digestivas, etc. Se estima que el 95% de los adultos mayores con edades de 75 años son casi en su totalidad que padecen de algún a enfermedad o molestia que los aquejan como enfermedades cardiovasculares, el 30% tienen algún problema respiratorio y el 29 % necesita hospitalización o dependen de oxígeno (1).

Según la Organización Mundial de la salud en el 2019, existe más adultos mayores que niños menos de 5 años, se estima que el 80% de los adultos mayores viven en países de ingresos bajos y medianos, en los países desarrollados el 4 a 6% de estos adultos mayores son maltratados en casa, así mismo en los asilos, se come ten actos abusivos como maniatar a los pacientes, el riesgo de padecer demencia aumenta netamente con la edad , se calcula que el 25% mayores de 85 padecen de cierto deterioro cognoscitivo (2).

En América latina, actualmente existe un alto índice de población adulta en Cuba, Argentina, Uruguay y Chile, el 22% representan la población femenina adulta y el 20% de la población masculina, en zonas rurales la población adulta representa un 10%, así mismo en zonas urbanas un 8,6%, el 11% de estas personas mayores viven solas en hogares unipersonales, la cual significa una situación vulnerable en situaciones emergencia o necesidad para satisfacer sus propias necesidades, el 28,7%

de estos adultos no saben leer, sin embargo la situación se empeora en zonas rurales donde el 50% de los adultos son analfabetas (3).

En Colombia se calcula que existe 5,970,956 las cuales son adultos mayores, en Bogotá existe mucha más cantidad de adultos, el 45% con discapacidad son adultos mayores, el 24% tienen problemas al movimiento del cuerpo, manos, brazos y piernas, el 12% problemas en los movimientos de los ojos, el 14% tienen problemas en la voz y el habla, el 66% están afiliados a algún tipo de seguro, así mismo el 78,1% viven en zonas urbanas, el 74,4% utilizó los servicios de salud ambulatorios en los últimos 30 días, el 24,3% no tienen transporte público cerca de la vivienda. (4).

En Chile en el 2019, el 30% de la población chilena representan al adulto mayor el 86% de las personas mayores es autovalente, el 15% situación dependiente, el 35% declara participar en organización sociales, el 56% tienen sobre peso, el 13% sufre de problemas cardiacos, el 21% padecen de problemas respiratorios, el 32% refieren no hacer actividad física, el 65% cuentan con algún tipo de seguro, el 24% refiere salir en sus tiempos libres a caminar, el 54% tienen problemas urinarias (5).

En Argentina en el año 2019, se estima que 6.983.377 representa a los adultos mayores, el 57% mujeres y el 43% varones, con un sueldo mínimo de \$9,309 pesos para los jubilados, en la mortalidad de los adultos mayores, el 44% se debe a aparato circulatorio, el 26% por tumores, el 21% a enfermedades respiratorias, solo el 5,5% de las muertes son por causas de enfermedades infecciosas y parasitarias, el 65% tienen algún tipo de seguro de vida, el 24% refiere que no realizan actividad física por el cansancio o porque no pueden realizarlos por su propia capacidad de tener los músculos esqueléticos adoloridos (6).

En Perú, actualmente, es un poco más radical, es decir que la problemática aumenta por la deficiencia de apoyo del estado, familia y el propio comportamiento

del adulto mayor. Ahora bien, si nos plasmamos en porcentajes podemos observar que el 12% de los adultos mayores viven en zonas rurales. Así mismo el 26% padecen de hipertensión arterial, de los adultos que viven en las zonas rurales el 3,1% padecen de Diabetes, Ahora bien, refiriéndose a la pensión 65 este beneficioso lastimosamente no aplica para todos los peruanos adultos, ya que el estado no rectifica que estas personas en verdad reciban este bono, algunas personas superan la edad y no cuentan con este beneficio (7).

Según la Instituto Nacional de Estadística e Informática en el 2019, el 10,7% aumento la población adulta mayor, el 44% de hogares de lima metropolitana tiene un adulto mayor en casa, el 27% de país, tiene como jefe de familia a un adulto mayor, el 15% no cuenta con un nivel educativo, el 38% alcanzo estudiar primaria, el 24% secundaria, el 22% nivel superior universitaria, el 7,5% superior no universitaria, el 17,8% de la población no sabe ni leer ni escribir, el 72% tiene como lengua materna el castellano, el 27% el quechua, aimara u otra lengua nativa, el 81% representan a una enfermedad crónica, el 82% representa algún seguro de salud (8).

Según la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar, actualmente cerca de 40% de hogares tienen un adulto mayor, así mismo en el área rural 81 de 1000 adultos mayores tienen seguro de salud, a nivel nacional 39 de cada 100 adultos mayores tienen seguro integral de salud, el 39% son hipertensos, el 72% tienen diabetes con tratamiento, el 15 tienen cataratas, el 23% tienen problemas cardiovasculares, el 13% problemas respiratorios, el 35% viven en zonas rurales, el 25% en zonas urbanas, así mismo se reporta que el 45% de adultos mayores tienen algún tipo de dolencia u malestar en general casi todos los días (9).

Según el Ministerio de Salud, actualmente el reporta que el 54% de los adultos mayores no asisten a un establecimiento de salud, así mismo el 24% prefiere usar el transporte urbano, el 12% sufre de enfermedades renales como consecuencia de sustancias nocivas en sus tiempos de adolescencia, así mismo el 35% tienen problemas respiratorios, el 28% representan a los adultos con problemas cardiacos, el sobre peso predomina con un 45% en estos adultos mayores, por causa del sedentarismo hace que cada año la tasa prevalezca e incluso aumente (10).

En Ancash en el año 2019, reporta que existe más adultos que adultas mayores, el 52% representan a los adultos mayores, así mismo el 45% viven en zonas urbanas, el 23% en zonas rurales, el 13% en zonas urbanas, reporta que solo el 43% tienen viviendas de material noble, ladrillos, el 45% tienen problemas cardiovasculares, el 33% tienen problemas respiratorios, el 3% enfermedades a los huesos, el 2% problemas dentales (11).

En Chimbote, actualmente en relación a los adultos mayores, refiere que el 27% de la Población Chimbotana, se confirmó de presencia de vectores en los hogares que producen el dengue. Así mismo se ha presentado una tasa más elevada con personas infectadas con tuberculosis, así mismos casos de problemas diarreicos, respiratorios. Así mismo se ha incrementado la promoción de la salud en la prevención de enfermedades en las instituciones educativas, hogares de estos adultos mayores con la finalidad de controlar o prevenir algún tipo de enfermedad, daño o molestia en general que puedan presentarse en la Población de Chimbote Provincial del Santa, en Áncash (12).

Frente a esta realidad no son ajenos los adultos mayores del Pueblo Joven Miraflores Alto-Sector 3, en relación al material de las viviendas, predomina el

material noble, losetas, también cuentan con todos los servicios básicos como: agua, luz, desagüe, así mismo cuentan con un puesto de salud, colegios, campo deportivo, zonas recreativas. Se ubica en la jurisdicción del Centro de Salud, Miraflores Alto, Distrito de Chimbote, provincia del Santa. Limita con Miraflores bajo, al frente se encuentra plaza de Madre campesina y el Puesto de salud Miraflores alto, esta comunidad cuenta con luz, agua, desagüe, la mitad de las viviendas son de material noble y las otras de material precaria, así mismo cuentan con pistas y veredas, también cuentan con un centro de salud, colegios, campo deportivo y mercado, parques de recreación, movilidad cercanas como moto-taxis, taxis.

Según los resultados obtenidos por el Centro de Salud, Miraflores Alto la problemática del adulto mayor está disminuyendo, ya que se emplea promoción de la salud, las enfermedades en el puesto de salud son las siguientes: Los adultos mayores padecen con enfermedades con el (30%) con Hipertensión Arterial, (20%) padecen con Diabetes, con el (30%) con 7 Obesidad, con el (10%) con Artrosis, con el (50%) con dentaduras incompletas, con el (5%) con Alzheimer (13).

Frente a lo expuesto se consideró pertinente la realización de la presente investigación, planteando el problema:

¿Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en los adultos mayores del pueblo joven Miraflores alto sector 3_Chimbote, 2017?

Para responder al problema de investigación se ha planteado el siguiente objetivo general:

- Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en los adultos mayores del pueblo joven Miraflores Alto Sector 3_Chimbote, 2017.

Para poder lograr el objetivo general, nos hemos planteado los siguientes objetivos específicos:

- Valorar el estilo de vida en los adultos mayores del pueblo joven Miraflores Alto Sector 3_Chimbote, 2017.
- Identificar los factores biosocioculturales: Sexo, Grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico biosocioculturales en los adultos mayores del pueblo joven Miraflores Alto Sector 3_Chimbote, 2017.

Finalmente la investigación se justificó por que en la actualidad en el Perú, la población adulta mayor, va en aumento y por lo tanto mayor demanda para las instituciones prestadoras de salud, es necesario que el usuario, reciba una atención de calidad conociéndose su problemática real; con esa motivación se realiza la investigación que busca identificar el estilo de vida y los factores biosocioculturales y en base a los resultados saber cómo se puede actuar como profesional de salud ante ello.

La presente investigación es importante, porque los resultados van a contribuir a mejorar la atención integral hacia los adultos del Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3, así mismo elevar la eficiencia del programa preventivo promocional de la salud del adulto, reducir los factores de riesgo y mejorar el estilo de vida de los adultos mayores.

Para el profesional de enfermería la investigación, será útil porque contribuirá con conocimientos acerca del estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto mayor y desde una perspectiva educativa, preventiva. En las personas de la tercera edad, el cuidado y autocuidado debe estar centrado en aspectos saludables que favorezcan el bienestar de las personas, familias, grupos o comunidades a las que

pertenecen, los valores culturales han de tenerse en cuenta, así como sus prácticas cotidianas, visión del mundo, lenguaje, tradiciones e idiosincrasia personal, familia y entorno.

Así también, la investigación permitirá que las instituciones formadoras de profesionales de la salud como la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, puedan obtener conocimiento de la problemática que esta afectan la comunidad, para que se pueda proponer estrategias y soluciones. Así mismo la calidad de vida de los adultos mayores es importante ya que requiere ser investigado minuciosamente para poder intervenir de forma correcta en todas sus extensiones: física, psicológica, espiritual y social lo que permitiría originar propuestas de intervención con la participación de distintos niveles y ejecutantes del sector salud.

El presente estudio, permite instar a los estudiantes a indagar más sobre estos temas y su aplicación en políticas para mejorar estos estilos de vida, siendo la única vía para salir de la esfera de la enfermedad e irresponsabilidad y llevarlos a construir un Perú cada día más saludable y responsable. Así también la investigación permitirá que las instituciones de formación profesional, los resultados de la investigación contribuyen en la ampliación de los contenidos curriculares referente a la salud del adulto mayor además de servir como fuente bibliográfica o de referencia que permita desarrollar futuros trabajos de investigación similares.

Así mismo el presente informe, tiene como metodología de tipo cuantitativo, de corte transversal, con diseño descriptivo y correlacional. La mayoría de los adultos mayores, presentaron un estilo de vida no saludable y menos de la mitad estilos de vida saludable. Al realizar la prueba de Chi cuadrado, encontramos que no existe

relación estadísticamente significativa entre las variables edad, sexo, estado civil, religión, ocupación e ingreso económico con los estilos de vida.

II. REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. Antecedentes de la investigación

A nivel internacional

Castro R, (14). En su trabajo de investigación titulado: “Estilos y Calidad de Vida de los Adultos Mayores de la Comunidad Patuco, Cantón Celica, en el Periodo Septiembre 2018 - Agosto 2019”. Se planteó como objetivo, conocer los estilos y calidad de vida del adulto mayor de la comunidad Patuco, cuya metodología fue de tipo Descriptivo-de corte transversal, se obtuvo los siguientes resultados, el 58% de la muestra en ambas ciudades realizaban actividad física, el 41% no ha acudido en 4 meses a consulta médica, solo un 5% y un 13% presentaron licencia médica en el mismo período y un 33% no ingiere ningún tipo de medicamentos, se concluye que más de la mitad de adultos mayores, tenían una calidad de vida adecuada, mientras que un porcentaje significativo una calidad de vida inadecuada.

Serrano M, (15). En su investigación titulada: “Estilos de Vida y Estado Nutricional del Adulto Mayor del Centro de Salud “Venezuela” de la Ciudad de Machala, Venezuela, 2018”. Se planteó como objetivo, determinar la relación que existe entre el estilo de vida y el estado nutricional del adulto mayor del centro de Salud “Venezuela”, cuya metodología fue de tipo descriptivo y de corte transversal, cuyos resultados fueron que el 54% eran de sexo femenino, el 74% tenían un grado de instrucción básico, la mitad de los adultos mayores practicaban estilos de vida saludable y la otra mitad, estilos de vida no saludables, por lo cual se

concluye que no existe relación estadísticamente significativa entre el estilos de vida y el estado nutricional de los adultos mayores en el centro de salud: Venezuela.

Tathum D, (16). En su investigación titulada: “Estilos de Vida de Pacientes Adultos Mayores del Centro de Salud Villa Libertad de Managua, en el Periodo de Julio a Septiembre del 2018, Nicaragua, 2018. Se planteó como objetivo: Identificar los estilos de vida del adulto mayor que asiste al centro de salud Villa Libertad de Managua, en el periodo de Julio a Septiembre del 2018”.Cuya metodología fue de tipo descriptiva de corte transversal, cuyos resultados fueron, que el 44% son de sexo femenino, el 67% son amas de casa. Al evaluar la alimentación, el 84% tienen estilos de vida saludables, el estado nutricional fue normal, por lo que se concluye que la mayoría de los adultos mayores, practican estilos de vida saludables relacionados con: La alimentación, sueño y descanso, no consumen sustancias psicoactivas, visitan el médico.

Peralta G, Tómalá J, (17). En su investigación titulada: “Promoción de un Estilo de Vida Saludable del Club de Adultos Mayores, Centro de Salud Tipo C Venus de Valdivia, 2017, Ecuador-2018.”.Se planteó como objetivo: Determinar la relación existente entre la promoción de un estilo de vida saludable y salud de los participantes del club de adultos mayores del Centro de Salud Tipo C Venus de Valdivia, 2017, cuya metodología fue de tipo cuantitativo, descriptivo y de corte transversal, con una muestra de 117 adultos mayores, obteniendo resultados tales como : El 43% padece sobre peso, el 62% tienen una higiene regular, el 63% realizar actividad física 1 a

2 veces por semana, el 59% refiere consumir de 4 a 5 comidas diarias, por lo tanto se concluye que si existe relación entre la promoción de un estilo de vida saludable y la salud en los adultos mayores.

Flores I, León I, (18). En su investigación titulada: “Estilos de Vida en Adultos que Asisten al Centro gerontológico del Cantón Yanzatza, Año, 2015, Ecuador, 2019. Se planteó como objetivo: Determinar los estilos de vida de los adultos mayores que asisten al centro Gerontológico del Cantón Yanzatza, año 2015, cuya metodología fue de tipo transversal, descriptivo, bibliográfico y campo, cuyos resultados fueron que el 54% estaban en edad de 75 a 90 años, el 93% en estado civil es viudo, el 42% es urbana, el 66% con nivel de escolaridad primaria incompleta, el 58% consumen proteínas, el 84% no realizan actividad física, el 77% tienen una dieta saludable, por lo tanto se llega a la conclusión que los adultos mayores no aplican un estilo de vida saludable y los factores principalmente son malas relaciones interpersonales con la familia y alimentación no saludable.

A nivel nacional

Segura L, Vega J, (19). En su investigación titulada: “Estilos de Vida del Adulto Mayor que Asiste al Centro de Salud San Luis-San Luis-2016”. Se planteó como objetivo, determinar los estilos de vida que tiene el adulto mayor que asiste al centro de Salud San Luis, 2016, cuya metodología fue de tipo cuantitativa con diseño no experimental, transversal, descriptivo, con una muestra de 95 adultos mayores, cuyos resultados fueron que el 58% tienen un estilo de vida saludable y un 42% un estilo de vida no saludable,

con respecto a la dimensión física el 58% tienen un estilo de vida saludable y el 42% estilo de vida no saludable, se concluye que el mayor porcentaje de los adultos mayores presentaban estilos de vida saludable y un porcentaje significativo, un estilos de vida no saludable, por lo que tienen que seguir llevando un estilo de vida adecuado, para evita el mal estado de su salud.

Dioses C, (20). En su investigación titulada “Estilos de vida y Factores Socioculturales en el Centro de Salud la Matanza Piura-2018”. Se planteó como objetivo, determinar la relación entre estilos de vida y factores socioculturales en pacientes adultos, centro de Salud, la matanza, Piura-2018, cuya metodología fue de tipo cuantitativa de cote transversal descriptiva, con una muestra de 80 adultos mayores, cuyos resultados fueron que el 58% son de sexo masculino, el 62% con nivel de instrucción secundaria, el 56% con creencias religiosas, católica, el 34,5% con un ingreso económico menores a 400 nuevos soles, el 79% no tienen vida saludable, por lo tanto se concluye que los factores socioculturales, si tienen relación estadísticamente significativa con los estilos de vida de los pacientes adultos del Centro de Salud.

Vilela R, (21). En su trabajo de investigación “Estilos de vida y Factores Biosocioculturales del Adulto Mayor que Asisten al Puesto de Salud de Mallaritos-Diciembre 2017-Abril 2018”. Se planteó como objetivo, la relación entre los factores biosocioculturales y los estilos de vida del Adulto Mayor en el Puesto de salud de Mallaritos, cuya metodología fue de tipo descriptivo y de corte transversal, obteniendo como resultados que el 75% eran de sexo masculino, el 67% son analfabetos, así mismo el 61% reciben

un sueldo de 100 a 300 nuevos soles, el 59% son jubilados, cuyo resultado fue según datos estadísticos de la prueba de chi cuadrado, con el 95% de confiabilidad y significancia de $<0,05$, se deduce que la mayoría tenían un estilo de vida no saludable y un porcentaje significativo, estilos de vida saludables.

Meza J, Paitan B, (22). En su investigación titulada: “Factores Socioeconómicos de la Situación de Abandono de los Adultos Mayores del Distrito de Chilca –2018” Se planteó como objetivo, identificar los factores socioeconómicos que reflejan la situación de abandono de los adultos mayores del Distrito de Chilca-2018, cuya metodología es de tipo descriptivo, con una muestra de 6 varones, con edades de 60 años, cuyos los resultados, el 55% viven en cuartos alquilados, el 54% están sin empleos, el 56% están en situación social y económica baja, el 76% asiste a un establecimiento de salud, por lo tanto se concluye que la situación social y económica de abandono de los adultos, se hallan en situación de pobreza y exclusión con escasa atención del estado y familiares., encontrándose realmente en condiciones precarias.

Echabautis A, Gómez Y, (23). En su investigación titulada: “Estilos de Vida Saludable y Factores Biooiculturales en los Adultos de la Agrupación Familiar Santa Rosa de San Juan de Lurigancho, 2019”. Se planteó como objetivo, determinar la relación que existe entre el estilo de vida y los factores Biosociculturales en los adultos en la Agrupación Familiar Santa Rosa, cuya metodología fue un estudio de enfoque cuantitativo, de nivel correlacional y de corte transversal, con una muestra de 60 adultos mayores,

cuyos resultados fueron que, el 61,7% eran de sexo masculino, el 41,7% con secundaria/superior, el 78% con religión católica, el 31,7% viudos, el 61,7% ocupados, por lo tanto se concluye que existen factores biosocioculturales que están relacionados con los estilos, los cuales deben ser considerados por el personal de salud en sus intervenciones.

A nivel local

Paredes E, (24). En su investigación titulada: “Estilo de vida y factores biosocioculturales del Adulto Mayor Asentamiento Humano Sanchez Milla. Nuevo Chimbote, 2015. Se planteó como objetivo, determinar la relación entre estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor, cuya metodología fue de tipo de tipo cuantitativo, descriptiva, correlacional, cuyos resultados fueron que, el 62% tienen estilo de vida no saludable, así mismo el 38% no saludable, el 73% son de sexo femenino, el 38% de nivel secundaria, el 37 de otras religiones, el 33% son de religión católicas, el 30% son amas de casa, el 58% con ingreso económico menor de 400 nuevos soles, por lo tanto se concluye que no existe relación significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: Sexo, religión, estado civil, grado de instrucción, ocupación.

Chero R, (25). En su investigación titulada “Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales en el Adulto, Asentamiento Humano Nuevo Eden- Nuevo Chimbote, 2016”. Se planteó como objetivo, determinar la relación entre el estilo de vida y los factores Biosocioculturales en los adultos del Asentamiento Humano Nuevo Eden –Chimbote, cuya metodología fue de

tipo cuantitativo de corte transversal con diseño descriptivo, correlacional, el 93% tienen estilos de vida no saludable, el 80% tienen grado de Instrucción secundaria, el 69% tienen religión católica, el 50% son casados, el 54% tienen un ingreso económico de 400 a 650 nuevos soles, se concluye que si existe relación significativa entre estilos de vida y factores biosocioculturales entre: Grado de instrucción, ingreso económico y no se cumple las condiciones con ocupación, religión, estado civil.

Chávez M, (26). En su investigación titulada: “Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto Mayor, Asentamiento Humano Santa Rosa del Sur, Chimbote, 2015”. Se planteó como objetivo: Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto mayor, cuya metodología fue de tipo cuantitativo-Descriptivo, correlacional, con una muestra de 217 adultos mayores, obteniendo como resultado que el 92% son estilos de vida no saludable, el 8% saludable, el 73% son de sexo femenino, el 77% tienen primaria, el 70% son amas de casa, el 69% tienen un ingreso económico de 400 a 650 soles, concluyendo que en los factores biosocioculturales no cumple relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: Sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico.

Escudero C, Vanesa P, (27). En su trabajo de investigación titulado: “Apoyo Familiar y Estilos de Vida en el Adulto Mayor del Asentamiento Humano "10 de Setiembre". Chimbote, 2015”. Se planteó como objetivo: Conocer la relación que existe entre el apoyo familiar y los estilos de vida en el adulto mayor del asentamiento humano “10 de Setiembre”. Chimbote,

2015. Metodología: tipo descriptivo correlacional y de corte transversal
Resultados: El 55,0% de los adultos presentan un estilo de vida saludable y el 45 % restante un nivel no saludable. Los adultos mayores con apoyo familiar alto presentan un estilo de vida saludable (81,3%) y los adultos mayores que perciben un nivel moderado (62, 5%). Conclusión: Por tanto, sí existe relación estadísticamente significativa entre el apoyo familiar y el estilo de vida ($p < 0.05$).

Cueva T, (28). En su investigación titulada: "Apoyo Familiar y Estilo de Vida en el Adulto Mayor del Puesto de Salud Satélite, Nuevo Chimbote. 2016" Se planteó como objetivo, determinar la relación que existe entre el apoyo familiar y los estilos de vida en el adulto del Puesto de Salud Satélite, Nuevo Chimbote, cuya metodología, cuya muestra fue de 45 adultos mayores, el 45% son de sexo femenino, el 55% de sexo masculino, el 51% presentaron un estilo de vida no saludable, el 49% restante estilo de vida saludable, así mismo el 60% percibe el nivel de apoyo familiar moderado, el 15% restante bajo, por lo tanto se concluye que si existe relación estadísticamente significativa ($X^2 = 15,271$; $gl = 2$; $p = 0,000$ (p) entre el apoyo familiar y el estilo de vida en el adulto mayor.

2.2. Bases teóricas y conceptuales de la investigación

El presente trabajo de investigación se fundamenta en las bases conceptuales de estilos de vida de Mark Lalonde y Nola Pender, en relación a los factores que influyen en el estilo de vida del Adulto mayor, siendo importante los para desarrollar conductas dirigidas a la conservación y promoción de la salud, a través

de la comprensión de cómo estas conductas se van implantando desde la infancia (29).

Lalonde Nació en 1929 en Canadá, uno de los informes más destacadas y revolucionarias fue de Marck Lalonde en 1974, elaborado en Canadá “Ministro de Sanidad”. En 1972 propuso propuestas, para una reforma del sistema de la seguridad social del sistema canadiense. Su labor liderando estas políticas públicas en su país, ha tenido una fuerte influencia en todo el hemisferio (30).

Así mismo en el año 1974 se publicó un informe realizado por Lalonde donde se expuso luego de un estudio epidemiológico las causas de muerte y enfermedad de los canadienses, donde se pudo descubrir y determinar cuatro grandes determinantes de la salud que marcaron un hito importante para la atención de la salud tanto individual como colectiva. Publicando un antológico informe que proporcione un moderno marco conceptual para analizar los problemas y determinar las necesidades de salud (31).

Lalonde M, (32). Menciona en su teoría que los estilos de vida, es un papel fundamental en la vida humana. Así mismo Lalonde, hizo una división en cuatro componentes así: la biología humana, el medio ambiente, el estilo de vida y la organización de los servicios de atención en salud; estos fueron identificados de acuerdo a estudios de morbilidad y mortalidad y se les denominó determinantes de la salud



Los comportamientos de las personas ya sean positivos o negativos influyen en las influencias sociales. Las organizaciones de las comunidades cuentan con indicadores poco sistema de apoyo para la persona de la sociedad en cuanto la escala social Marck Lalonde, aborda un estudio donde se basa que la causa de la muerte o enfermedad, es debido a los determinantes de la salud de la persona ya sea de forma individual o grupal.

Los determinantes según Lalonde son los siguientes (33).

Estilo de vida y sus conductas

Son las conductas, comportamientos de la persona, conductas inadecuadas afectando su salud en general.

El medio Ambiente:

Es el entorno que contamina la comunidad tanto física como química y biológica, este contaminante genera una gran cantidad de patologías, es por ello que es importante evitar este tipo de contaminación para no contraer enfermedades respiratorias y digestivas.

La biología Humana:

Son las características de la persona, desde que crecen hasta que envejecen, es un factor biológico del ser humano.

El sistema de cuidado de salud:

Es un conjunto carácter económico, tecnológico, humano con la finalidad de salvaguardar la salud.

También se sustenta por el modelo de Pender, nació en 1941 un 16 de agosto en estados unidos. Recibe su diploma de enfermera en el año 1962 y comienza a ejercer su labor en el área medico quirúrgica en un hospital ubicado en Michigan, posteriormente en el año 1964 complementa su título con el bachillerato en enfermería en la universidad del estado de Michigan donde en 1965 recibe también su título de maestría en el crecimiento y el desarrollo. En 1982 se publicó la primera edición del texto "Promoción de la salud en la práctica de enfermería", que planteó el concepto de promoción de la salud óptima y la prevención de la enfermedad donde aparece por primera vez el modelo de promoción de la salud (34).

Nola Pender, refiere al estilo de vida a la conducta motivada por el deseo de querer alcanzar el bienestar y su potencial humano, respuestas a la forma de como las personas se van adoptar a decisiones acerca del cuidado de su propia salud, relacionada con la reducción” de enfermedades no transmisibles, considerando en esa etapa a que las personas tomen decisiones diferentes en buenos hábitos (35).

El modelo de promoción a la salud, está basado en la concepción de la promoción de la salud, que es definida como aquellas actividades realizadas para el desarrollo de recursos que mantengan o intensifiquen el bienestar de la persona (36).

. El modelo surge, como una propuesta de integrar la enfermería a la ciencia del comportamiento, identificando los factores que influyen los comportamientos

saludables, además de una guía para explorar el complejo proceso biopsicosocial, que motiva a los individuos para que se comprometan en comportamientos promotores de la salud (37).

El modelo de promoción de Nola Pender, basado en la promoción de la salud, que a su vez se define como actividades para el desarrollo del bienestar de la persona, este modelo surge como propuesta para añadir a enfermería para adecuarlo a la carrera profesional para motivar a mejorar a través de la promoción de la salud.

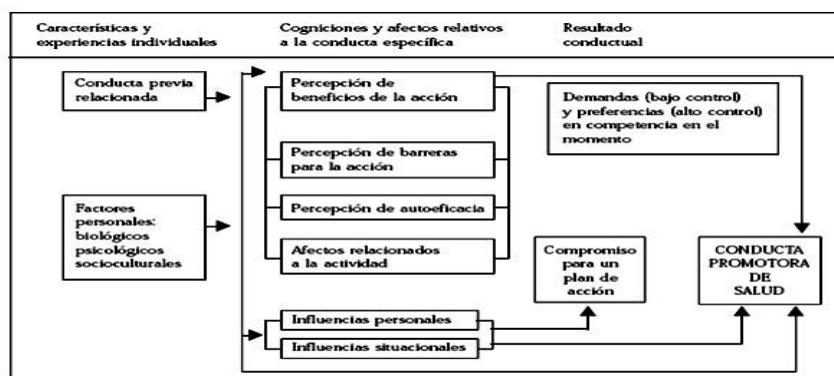


Figura 1. Modelo de Promoción de Salud de Nola Pender, 1996.

Características y experiencias individuales

Plasmados únicamente en los comportamientos o características que tiene la persona como defecto afectando su propia salud y en relación a las variables, son comportamientos que con acciones de enfermería puede llevar a un mejor camino.

Cogniciones y efectos específicos del comportamiento 3 factores personales:(38).

Factor psicológico:

Relacionado al estado de ánimo de la persona, estado de ánimo, autoevaluación personal, fuerza, agilidad.

Factores socioculturales personales:

Incluye a la variable de cultura, tradición, costumbres, estado económico, raza, etc.

Factor Biológico:

Incluido la agilidad, el tipo de defensas, agilidad, sangre, fortalezas, debilidades.

Resultados conductuales

Basados en las estrategias que opta la persona con la finalidad de mejorar su propia salud, las personas buscan crear condiciones de vida mediante las cuales puedan expresar su propio potencial de la salud humana.

Así mismo tiene 4 Meta paradigmas: (39).

Cuidado o Enfermería:

Relacionado al bienestar que brinda el profesional de enfermería, con cuidados sanitarios, motivando a los usuarios a que mantengan su salud de forma grupal y personal.

Salud:

Sirve para identificar las conductas de promoción de salud y en la educación a las personas para cuidarse y llevar una vida adecuada, mediante comportamientos saludables.

Entorno:

El personal de salud también engloba el entorno interpersonal, ya que el personal está presente a lo largo de la vida de la persona desde que nacen hasta que envejecen, necesitan de los cuidados necesarios del personal de salud.

Persona:

Es el individuo y el centro de la teoría de Nola Pender, ya que aplica el autocuidado en cada persona, en tener en cuenta los factores y variables que juegan papeles no adecuados para su propio cuidado de la persona (40).

Las dimensiones del estilo de vida consideradas por Nola Pender, son las siguientes:

Alimentación saludable: Cabe mencionar, que la alimentación saludable nos permite tener mejor calidad de vida, es decir una salud con gozo saludable libre de enfermedades como la anemia, diabetes y algunos tipos de cáncer, que nos pueden aquejar, en el transcurso de la vida (41).

Actividad y ejercicio: La actividad física, es de suma importancia para la prevención de distintas enfermedades, cardiovasculares, circulatorios, respiratorios, así mismo para mantener el cuerpo y obtener mejor calidad de vida (42).

Responsabilidad en Salud: Basado en la costumbres de la persona a lo largo de sus vidas, ya que lo toman como costumbres, tradiciones la cual son inadecuadas a largo plazo, es por ello que estas personas mayores deben ser orientados de forma correcta, para llevar una mejor calidad de vida (43).

Autorrealización: Es la tendencia a desarrollar al máximo los propios talentos y potenciales que contribuyen a tener un sentimiento de satisfacción hacia uno mismo (44).

Redes de apoyo social: Son instituciones privadas o públicas, las cuales actúan con una sola finalidad ayuda u apoyar el estado moral, físico de una persona (45).

Manejo del estrés: Manejar el estrés, es importante para no padecer de trastorno mental es decir algún tipo de alteración por alguna preocupación o situación que ponga en riesgo la salud física y mental (46).

Nivel educativo: Se muestra de manera casi similar al nivel de ingresos, debido a que existen ciertas enfermedades que pueden ser mucho más comunes en personas con poco nivel educativo pueden también afectar ciertos riesgos de contraer enfermedades debido a que en familias con pocos estudios (47).

2.3. Base Conceptual

Estilo de vida: Se Refiere que a la importancia de la alimentación, actividad física, autocuidado y el estilo de vida como ejes para la salud y el bienestar que van a proporcionar a las personas felicidad con el objetivo de difundir avances e investigaciones que han sido las perspectivas en la alimentación y los estilos de vida saludable (48).

El Adulto Mayor: Es toda persona mayor a partir de los 60 años, ocupa un lugar importante como la persona vulnerable en el mundo de contraer ciertas enfermedades de forma muy rápida, son personas que no siempre son independientes, si no dependientes de un cuidador para satisfacer sus necesidades (49).

Enfermería: Es el cuidado hacia la persona, con la finalidad de satisfacer las necesidades de la persona, el rol que cumple de enfermería en un establecimiento de salud, es fundamental ya que es el eje de la medicina, sin un cuidado adecuado por el personal de salud, la recuperación será inadecuado, o no lograra un adecuado progreso (50).

III.-HIPÓTESIS:

Si, Existe relación significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en los adultos mayores del Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3_Chimbote, 2017.

No, Existe relación significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en los adultos mayores del Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3_Chimbote, 2017.

IV. METODOLOGÍA

4.1. Tipo y diseño de la investigación

Tipo de investigación:

Estudio cuantitativo: Se midió en términos numéricos, los resultados (51).

Corte transversal: Se basó en la estimación de la magnitud y distribución de la población (52).

Descriptivo: Se describió las propiedades, características y rasgos importantes de los adultos mayores (53).

Correlacional: Se consideró así, ya que se relacionó con dos variables (54).

4.2. Población y muestra:

4.2.1. Universo muestral

El universo muestral estuvo constituido por 120 adultos mayores del Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3.

4.2.2. Unidad de análisis

Cada adulto mayor del Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3, que formó parte de la muestra y respondió a los criterios de la investigación.

4.2.3. Criterios de Inclusión

- Adulto mayor que vivió más de 3 años en el Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3.
- Adulto mayor de ambos sexos del Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3.
- Adultos mayores del Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3. que aceptaron participar en el estudio.

4.2.4. Criterios de Exclusión:

- Adultos mayores del Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3_Chimbote, que tuvieron algún trastorno mental.
- Adulto mayor del Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3_Chimbote, que presentaron algún problema de comunicación.
- Adulto mayor del Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3_Chimbote, que presentaron alguna alteración patológica.

4.2. Definición y operacionalización de variables.

ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MAYOR

Definición Conceptual

El envejecimiento es una etapa a la que todos llegaremos, es decir la salud de la persona y cuerpo depende de la decisión de la persona que acompañe al adulto mayor proporcionándoles así orientación y apoyo tanto físico como emocional (55)

Definición Operacional

Escala nominal

Estilo de vida saludable: 75 -100 puntos

Estilo de vida no saludable: 25 -74 puntos

FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO MAYOR

Definición conceptual

Son circunstancias no modificables, tales como el: Estado civil, escolaridad, ingreso económico, ocupación, religión (56).

FACTOR BIOLÓGICO

Sexo

Definición Conceptual.

Referido a lo genéticos u/o hormonal e incluso figuras anatómicas distintas que describen o determinan el sexo de la persona (varón, mujer) (57).

Definición Operacional

Escala nominal

- Masculino
- Femenino

FACTORES CULTURALES

Religión

Definición Conceptual

Doctrina basado en creencias, adoraciones, alabanzas a un Dios y seres divinos y superiores conocidos como dioses (58).

Definición Operacional

Escala nominal

- Católico
- Evangélico
- Otros

Grado de Instrucción

Definición Conceptual

Es la instrucción que cada persona alcanza a lo largo de su vida con todo su esfuerzo (59).

Definición Operacional

Escala ordinal

- Analfabeto(a)
- Primaria

- Secundaria
- Superior

FACTORES SOCIALES

Estado Civil

Definición Conceptual.

Condición particular que caracteriza a una persona en lo que hace a sus vínculos personales con individuos de otro sexo o de su mismo sexo (60).

Definición Operacional

Escala nominal

- Soltero(a)
- Casado
- Conviviente
- Separado
- Viudo

Ocupación

Definición Conceptual

Persona que dedica su tiempo, ya sea en un trabajo o en casa con la finalidad de obtener un salario, mensual, quincenal o anual (61).

Definición Operacional

Escala nominal

- Obrero
- Empleado
- Ama de casa
- Estudiante
- otros.

Ingreso Económico

Definición Conceptual

Cantidad de dinero que ingresa en la familia, de parte de todos los miembros de la familia que laboran (62).

Definición Operacional:

Escala de **intervalo**

- Menor de 400 nuevos soles
- De 400 a 650 nuevos soles
- De 650 a 850 nuevos soles
- De 850 a 1100 nuevos soles
- Mayor de 1100 nuevos soles

4.4. Técnicas e Instrumentos de la recolección de datos:

Técnicas

En el presente informe de investigación se utilizó la entrevista y la observación para la aplicación de los instrumentos.

Instrumentos

En el presente informe de investigación se utilizó 2 instrumentos para la recolección de datos que se detallan a continuación:

Instrumento No 01

Escala del Estilo de vida

Instrumento elaborado en base al Cuestionario de estilo de vida promotor de salud, de Walker E, Sechrist K y Pender, modificado por Delgado, R; Díaz, R; Reyna, E, para medir el estilo de vida a través de sus dimensiones: alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud. (Ver anexo N° 01).

Estuvo constituido por 25 ítems distribuidos en seis dimensiones que son las siguientes:

Alimentación saludable, actividad y ejercicio, manejo del estrés, responsabilidad en salud, apoyo interpersonal, y autorrealización.

Alimentación saludable, actividad y ejercicio, manejo del estrés, responsabilidad en salud, apoyo interpersonal y autorrealización. Ítems 1, 2, 3, 4, 5,6 constituidas por interrogantes sobre la alimentación que consume el adulto mayor

Actividad y Ejercicio: Ítems 7y 8, constituidas por interrogantes sobre la regularidad de ejercicio que realiza el adulto mayor.

Manejo del Estrés: Ítems 9, 10, 11,12 constituidas por interrogantes sobre las actividades que realiza para manejar situaciones de estrés.

Apoyo Interpersonal: 13, 14, 15,16 constituidas por interrogantes sobre las redes sociales que mantiene el adulto mayor y le proporcionan apoyo.

Autorrealización: 17, 18,19 constituidas por interrogantes sobre actividades que mejoran su satisfacción personal.

Responsabilidad en Salud: 20, 21, 22, 23, 24,25 constituidas por interrogantes sobre actividades que realiza el adulto mayor para favorecer su salud

Cada ítem tenía el siguiente criterio de calificación

NUNCA: N = 1

A VECES: V = 2

FRECUENTEMENTE: F= 3

SIEMPRE: S = 4

En el ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es N=4; V=3; F=2; S=1.

Los puntajes obtenidos para la escala total resultan del promedio de las diversas respuestas a los 25 ítems, de la misma manera se procedió en cada sub escala. Los

puntajes obtenidos para la escala total resultaron del promedio de las diversas respuestas a los 25 ítems, de la misma manera se procedió en cada sub escala.

Instrumento No 02

Cuestionario sobre factores biosocioculturales del Adulto Mayor.

Estuvo constituido por 8 ítems distribuidos en 4 partes:

- Datos de Identificación, donde se obtuvo las iniciales o seudónimo de los adultos mayores (1 ítems).
- Factores Biológicos, donde se determinó el sexo (2 ítems).
- Factores Culturales, donde se determinó la escolaridad y la religión (02 ítems)
- Factores Sociales, donde se determinó el estado civil, la ocupación y el ingreso económico (3 ítems).

Control de Calidad de los datos:

Validez externa:

Se aseguró la validez externa por juicio de expertos presentando el instrumento a cuatro expertos en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindaron mayor calidad y especificidad a los instrumentos (anexo 3)

Validez Interna

Para realizar la validez interna, se realizó ítem por ítem o ítem total a través de la prueba piloto a una muestra similar a la población en estudio.

Confiabilidad

Estuvo medida y garantizada mediante la prueba de Alpha de Crombach (Anexo 4)

4.5 Plan de Análisis.

4.5.1 Procedimientos de la recolección de datos:

Para la recolección de datos del presente trabajo de investigación se consideró los siguientes aspectos:

- Se informó y se pidió el consentimiento de los adultos mayores del Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3, haciendo hincapié que los datos recolectados y resultados obtenidos mediante su participación fueron estrictamente confidenciales.
- Se coordinó con los adultos mayores del Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3, para su disponibilidad y el tiempo para la fecha de la aplicación de los dos instrumentos.
- Se procedió y aplicó los instrumentos a cada adulto del Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3, Chimbote, 2017.
- Se realizó lectura del contenido o instrucciones de la escala y del cuestionario para llevar a cabo las respectivas entrevistas.
- Los instrumentos fueron aplicados en un tiempo de 20 minutos, las respuestas fueron marcadas de manera personal y directa.

4.6.2. Procesamiento y Análisis de datos:

Los datos fueron procesados en el paquete software versión 18.0, se presentaron los datos en tablas simples y de doble entrada, luego se elaboró sus respectivos gráficos.

Para establecer la relación entre variables de estudio se utilizó la prueba de independencia de criterios Chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de $p < 0.05$.

4.6. Matriz de Consistencia.

TITULO	ENUNCIADO DEL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECIFICOS	HIPOTESIS	METODOLOGIA
Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos del Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3_ Chimbote,2017.	¿Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en adultos mayores Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3_ Chimbote,2017	Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en adultos mayores Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3_Chimbote,2017.	<ul style="list-style-type: none"> • Valorar el estilo de vida en el adulto mayor Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3_ Chimbote,2017. • Identificar los factores biosocioculturales: sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico de los adultos mayores Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3_ Chimbote,2017. 	<p>SI: Existe relación estadísticamente significativa entre estilo de vida y los factores biosocioculturales en los adultos mayores del Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3_ Chimbote,2017</p> <p>.NO: Existe relación estadísticamente significativa entre estilo de vida y los factores biosocioculturales en los adultos mayores del Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3_Chimbote,2017.</p>	De tipo cuantitativo, de corte transversal con diseño descriptivo correlacional

4.7. Principios éticos

El presente estudio de investigación fue aplicado bajo los principios éticos que rigen la actividad investigativa ULADECH, Católica versión 002, Aprobado por acuerdo del Consejo Universitario. Los instrumentos se respetarán y cumplirán los criterios éticos de la investigación (63).

Anonimato: Se aplicó el cuestionario a los adultos mayores, indicándoles que la investigación será anónima y que será con fines de la investigación.

Protección a las personas: Se respetó la dignidad humana, la identidad, la diversidad, la confidencialidad y la privacidad de los adultos mayores de la investigación.

Beneficencia y no maleficencia: Se basó en el bienestar del entrevistado, sin causar daño y disminuir los posibles efectos adversos y maximizar los beneficios a los adultos mayores.

Justicia: Se tomó las precauciones necesarias, así mismo se reconoció la equidad y la justicia a los adultos que participaron en la investigación derecho a acceder a sus resultados.

Integridad científica: Se evaluó y declaro daños, riesgos y beneficios potenciales que pudieran afecta al adulto mayor.

Consentimiento informado y expreso. Se contó con la manifestación de voluntad, informada, libre, inequívoca y de los adultos mayores (Anexo 05).

V. RESULTADOS

5.1. Resultados:

TABLA N°01

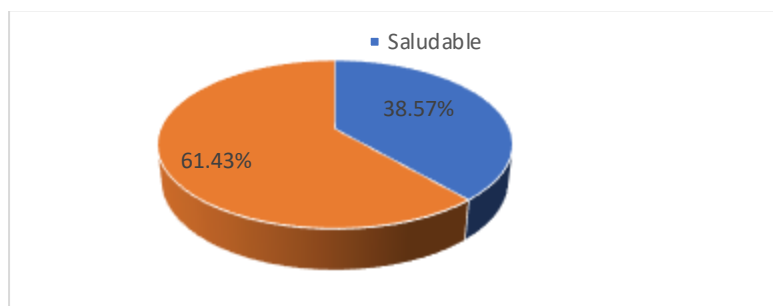
**ESTILO DE VIDA EN ADULTOS MAYORES MAYOR DEL PUEBLO
JOVEN MIRAFLORES ALTO SECTOR 3_ CHIMBOTE, 2017**

Estilo de vida	Frecuencia	Porcentaje
Saludable	54	38,57
No saludable	86	61,43
Total	140	100,0

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos mayores del pueblo joven Miraflores Alto Sector 3 - Chimbote, 2017.

GRÁFICO N°01

**ESTILO DE VIDA EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO
JOVEN MIRAFLORES ALTO SECTOR 3_ CHIMBOTE, 2017**



Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos mayores del pueblo joven Miraflores Alto Sector 3 - Chimbote, 2017.

TABLA N° 02

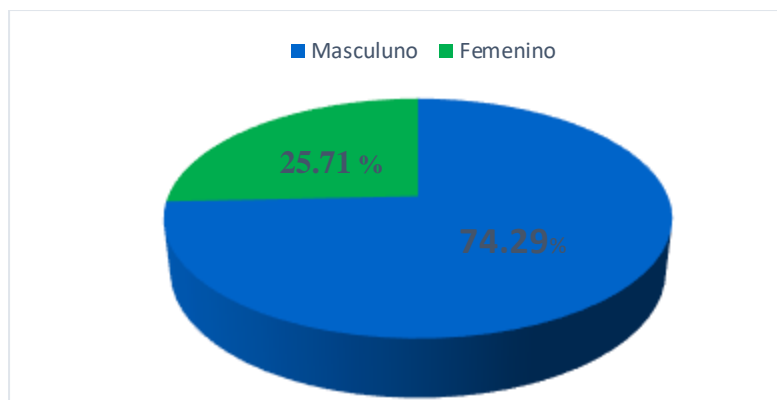
FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES ALTO SECTOR 3_ CHIMBOTE, 2017

FACTORES BIOLÓGICO		
Sexo	N°	F
Masculino	104	74,29
Femenino	36	25,71
Total	140	100,0
FACTORES CULTURALES		
Grado de Instrucción	N°	F
Analfabeto (a)	0	0,00
Primaria	125	89,29
Secundaria	13	9,29
Superior	2	1,42
Total	140	100,0
Religión	N°	F
Católica (a)	93	66,43
Evangélica	43	30,71
Otros	4	2,86
Total	140	100,0
FACTORES SOCIALES		
Estado Civil	N°	F
Soltero	3	2,14
Casado	68	48,58
Viudo	39	27,85
Conviviente	30	21,43
Separado	0	0,00
Total	140	100,0
Ocupación	N°	F
Obrero	08	5,71
Empleado	1	0,71
Ama de casa	20	14,29
Estudiante	0	0,00
Otros	111	79,29
Total	140	100,0
Ingreso Económico	N°	F
Menos de 400	17	12,14
De 400 a 650	17	12,14
De 650 a 850	79	56,43
De 850 a 1100	26	18,58
Mayor de 1100	1	0,71
Total	140	100,0

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos mayores del pueblo joven Miraflores Alto Sector 3 - Chimbote, 2017.

GRÁFICO N° 02

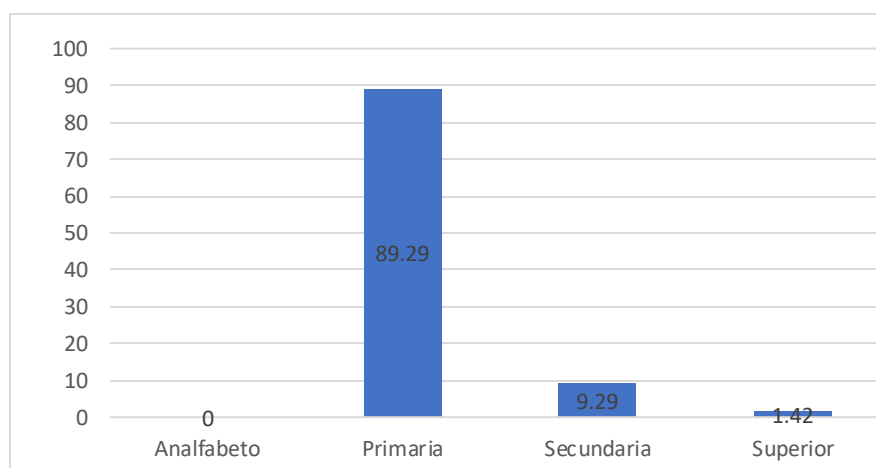
SEXO EN LOS ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES ALTO SECTOR 3 _CHIMBOTE, 2017



Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos mayores del pueblo joven Miraflores Alto Sector 3 - Chimbote, 2017.

GRÁFICO N° 03

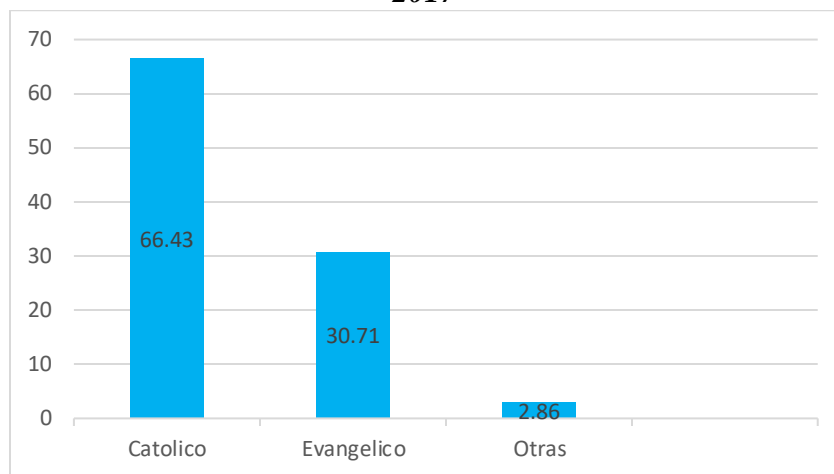
GRADO DE INSTRUCCIÓN EN LOS ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES ALTO SECTOR 3 _CHIMBOTE, 2017



Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos mayores del pueblo joven Miraflores Alto Sector 3 - Chimbote, 2017.

GRÁFICO N° 04

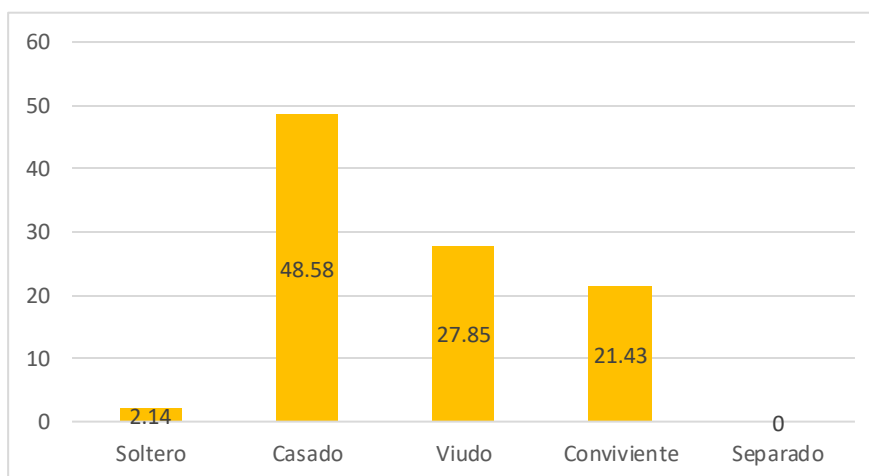
RELIGIÓN EN LOS ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES ALTO SECTOR 3 _ CHIMBOTE, 2017



Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos mayores del pueblo joven Miraflores Alto Sector 3 - Chimbote, 2017.

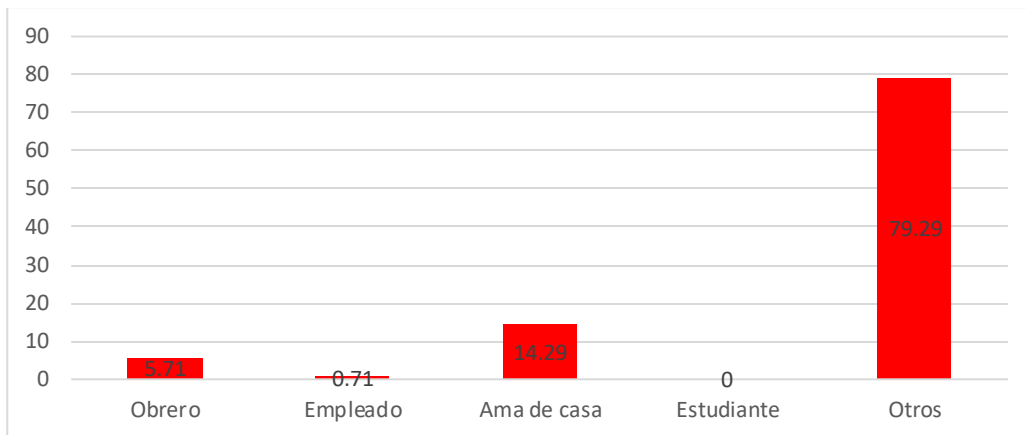
GRÁFICO N° 05

ESTADO CIVIL EN LOS ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES ALTO SECTOR 3 _ CHIMBOTE, 2017



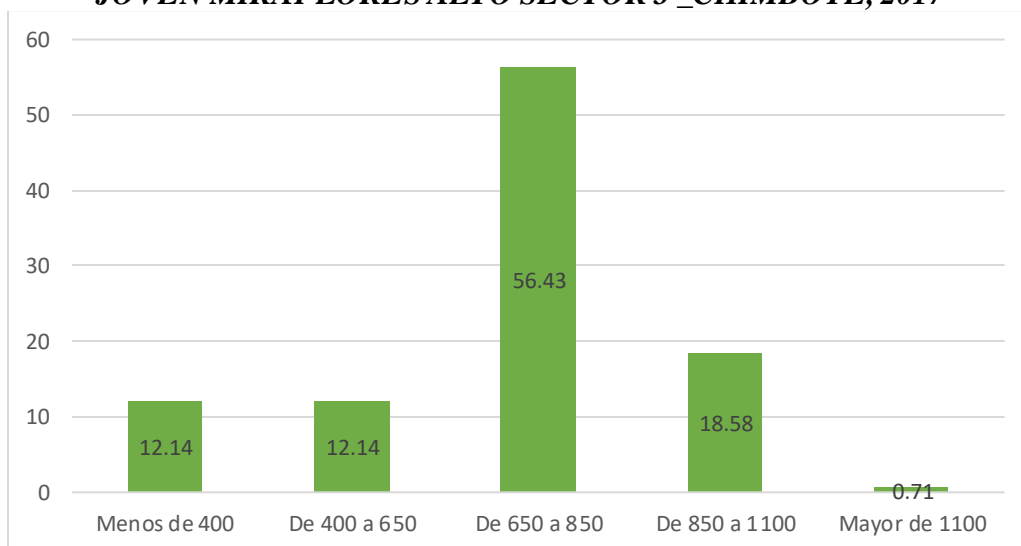
Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos mayores del pueblo joven Miraflores Alto Sector 3 - Chimbote, 2017.

GRÁFICO N° 06
OCUPACIÓN EN LOS ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN
MIRAFLORES ALTO SECTOR 3 _ CHIMBOTE, 2017



Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos mayores del pueblo joven Miraflores Alto Sector 3 - Chimbote, 2017.

GRÁFICO N° 07
INGRESO ECONÓMICO EN LOS ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO
JOVEN MIRAFLORES ALTO SECTOR 3 _ CHIMBOTE, 2017



Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos mayores del pueblo joven Miraflores Alto Sector 3 - Chimbote, 2017.

TABLA N° 03**FACTOR BIOLÓGICO Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES ALTO SECTOR 3_ CHIMBOTE, 2017**

Sexo	Estilo de Vida				Total		$X^2= 1,815, gl=3 p= 14,6 > 0,05$ No existe relación estadísticamente significativa entre las variables.
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Masculino	44	31,5	59	42,1	104	74,3	
Femenino	16	11,4	20	14,3	36	25,7	
Total	60	42,9	79	56,4	140	100,0	

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos mayores del pueblo joven Miraflores Alto Sector 3 - Chimbote, 2017.

TABLA N°04**FACTOR CULTURAL Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES ALTO SECTOR 3_ CHIMBOTE, 2017**

Grado de Instrucción	Estilo de Vida				Total		$X^2= 2,154, gl=1 p= 21,5 > 0,05$ No existe relación estadísticamente significativa entre las variables.
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Primaria	57	40,7	68	48,6	125	89,3	
Secundaria	1	0,7	12	8,6	13	9,3	
Superior-universitario	2	1,4	0	0,0	2	1,4	
Total	60	42,9	79	56,4	140	100,0	

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos mayores del pueblo joven Miraflores Alto Sector 3 - Chimbote, 2017.

Religión	Estilo de Vida				Total		$X^2= 3,111$, $gl=2$ $p= 15,7 > 0,05$ No existe relación estadísticamente significativa entre las variables.
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Católico	37	26,4	55	40,0	93	66,4	
Evangelista	21	15,0	22	15,7	43	30,7	
Otras	2	1,4	2	1,4	4	2,9	
Total	60	42,9	79	56,4	140	100,0	

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos mayores del pueblo joven Miraflores Alto Sector 3 - Chimbote, 2017.

TABLA N°05

FACTOR SOCIAL Y ESTILO DE VIDA EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES ALTO SECTOR 3_ CHIMBOTE, 2017

Estado civil	Estilo de Vida				Total		$X^2= 1,121$, $gl=2$ $p= 13,4 > 0,05$ No existe relación estadísticamente significativa entre las variables.
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Soltero(a)	1	0,7	2	1,4	3	2,1	
Casado (a)	28	20,0	40	28,6	68	48,6	
Viudo (a)	19	13,6	20	14,3	39	27,9	
Conviviente	12	8,6	18	12,9	30	21,4	
Total	60	42,9	79	56,4	140	100,0	

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos mayores del pueblo joven Miraflores Alto Sector 3 - Chimbote, 2017.

Ocupación	Estilo de Vida				Total		$X^2= 2,115$, $gl=2$ $p= 21,4 > 0,05$ No existe relación estadísticamente significativa entre las variables.
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Obrero	5	3,6	3	2,1	8	5,7	
Empleado	1	0,7	0	0,0	1	0,7	
Ama de casa	7	5,0	13	9,3	20	14,3	
Otros	47	33,6	64	45,7	111	79,3	
Total	62	42,9	79	56,4	140	100,0	

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos mayores del pueblo joven Miraflores Alto Sector 3 - Chimbote, 2017.

Ingreso Económico	Estilo de Vida				Total		$X^2= 13,014$, $gl= 3$ $p= 14,2 > 0,05$ No existe relación estadísticamente significativa entre las variables.
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Menor de 400 Nuevos Soles	8	5,7	9	6,4	17	12,1	
De 400 a 650 Nuevos Soles	8	5,7	9	6,4	17	12,1	
De 650 a 850 Nuevos Soles	32	22,9	47	33,6	79	56,4	
De 850 a 1100 Nuevos Soles	42	8,6	14	10,0	26	18,6	
Mayor de 1100 Nuevos Soles	0	0,0	1	0,7	1	0,7	
Total	60	42,9	79	56,4	140	100,0	

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos mayores del pueblo joven Miraflores Alto Sector 3 - Chimbote, 2017.

5.2 Análisis de resultados

Tabla 1: Se obtuvo como resultado del 100% (140) adultos mayores del Pueblo joven Miraflores Alto-Sector 3, el 61,43% (86) presentan estilos de vida no saludable y el 38,57% (54) presentan estilos de vida saludable.

Los resultados son similares a la investigación de Sandoval E, (64). Donde reporto que el 64,1% de los adultos mayores, no presentan estilos de vida no saludable y el 35,9% estilo de vida saludable, así mismo se asemeja con la investigación Gensollen A, (65). Donde refiere que el 66% tienen estilos de vida saludable y el 34% etilos de vida no saludables. Sin embargo difiere con la investigación de Vilela R, (66).Donde concluye que el 88% tienen estilos de vida no saludable, así mismo la investigación de Echabautis O y col, (67). Donde reporta que el 78%, refieren tener un estilo de vida saludable, frente a un 42% que refieren tener un estilo no saludable.

El estilo de vida, es la manera de vivir, basada en las condiciones de vida que decide la persona, mediante pautas individuales de conducta determinados por factores socio-culturales y características personales (68).

Así mismo la organización Mundial de la Salud, define que los estilos de vida son patrones generales elegibles de vivir que interactúan entren las condiciones y los patrones individuales, por lo tanto, considera a los estilos de vida como comportamientos, tradiciones, conductas y hábitos de vida, con la finalidad de cumplir una calidad de vida adecuada (69).

Según Velásquez S, (70). Se entiende, como estilo de vida no saludable a los comportamientos, costumbres y tradiciones, que engloba agentes patógenos y nocivos, como fumar, consumir alcohol, no tener una buena alimentación o el grado inadecuado de actividad física, la cual está directamente relacionado a enfermedades no graduales en el organismo, pudiendo afectar la salud.

Al analizar la variable, de estilos de vida no saludables, se refiere a las conductas negativas, comportamientos inadecuados, que perjudican la salud de las personas, degenerando la salud otorgando al organismo enfermedades adquiridas por comportamientos inadecuados: Enfermedades no transmisibles, las cuales pueden afectar de largo y corto plazo a la integridad de la persona.

Como podemos observar, la mayoría de los adultos mayores, tienen estilos de vida no saludable, por lo que no muestran cierta preocupación por su bienestar y prácticas inadecuadas, según referían no consumían mucho lo que era las frutas y vegetales, así mismo no realizan actividad física, así mismo no asisten a un centro de salud a menudo, lo que demuestra el riesgo de su salud a adquirir alguna enfermedad, dado que sus patrones de conducta que ponen en práctica en su vida cotidiana no es pertinente para el mantenimiento o mejoramiento de su salud.

Ahora bien, se entiende como estilos de vida saludable, a los actos que una persona realiza habitualmente, en su vida diaria que benefician el mantenimiento de la salud o aumentar el riesgo el riesgo de padecer enfermedades, son costumbres que se adoptan durante toda la vida, es por ello que es importante la enseñanza de estos comportamientos adecuados, para que la tasa de morbilidad de enfermedades en

relación a inadecuados estilos de vida, se reduzca, con la finalidad de mantener su cuerpo y mente de una manera adecuada y saludable (71).

Si los adultos mayores optan por tener estilos de vida saludable, esto favorece a la prevención de enfermedades no transmisibles, que habitualmente padecen los adultos mayores. La alimentación y la actividad física, es importante relacionarlos porque una adecuada alimentación, es fundamental para la realización de una actividad física adecuada y la persona este hidrata y alimentada para poder realizarlos.

Menos de la mitad de los adultos mayores, tienen estilo de vida saludable, porque saben y conocen lo que es llevar un estilo de vida adecuado, la cual les beneficia estar bien de salud y no estar preocupados, por si padezcan de alguna enfermedad, por ello se realizan un chequeo medio anual, así mismo participan constantemente de las actividades realizadas por la institución de salud que acuden, como charlas educativas, demostrativas, etc. En conjunto con una balanceada alimentación, tomando al menos 3 vasos de agua al día, así mismo saben identificar y afrontar sus situaciones de estrés.

Se entiende que para que el adulto mayor, goce de un estilo de vida saludable, necesita y requiere la atención de todas las dimensiones, como la alimentación saludable, actividad y ejercicio, manejo de estrés, la responsabilidad en salud, el apoyo interpersonal, la autorrealización; existe una necesidad de dar y recibir afecto, compartir emociones, eliminar tensiones ya sean tristes o de estrés.

La actividad física, es esencial para el mantenimiento de una buena calidad de vida. La falta de ejercicio, es una de las principales causas de debilidad y de una salud inadecuada, relacionado directamente a enfermedades tales como: La artritis, el reumatismo, problemas en los músculos esqueléticos (Huesos). Además, los problemas de corazón se originan de una pobre circulación sanguínea (la cual podría mejorar a través del ejercicio) (72).

Por ello en cuanto a la dimensión de actividad y ejercicios de los adultos mayores del pueblo joven Miraflores alto Sector 3, la mayoría no realizaba actividad física poniendo en riesgo su integridad física y pudiendo contraer distintas enfermedades como problemas cardiovasculares y practicar el sedentarismo que también está relacionado a otras enfermedades como la obesidad y el sobrepeso.

Hoy en día, como sabemos la masa corporal del adulto mayor, va disminuyendo la cual es un impedimento para la realización de estas actividades forzosas, ya que referían dolor al realizarlos, así mismo referían que por tiempo no lo realizaban, porque toman responsabilidades, como cuidar nietos, cocinar en casa, labores domésticas, esto no debería darse, por lo tanto tienen problemas de sedentarismo por la falta de actividad física, sin embargo no todos aviaban esta actividad, menos de la mitad referían que si les gustaba caminar por las mañanas, ya que es una costumbre que tienen desde adolescentes, al cual no quieren perderla, siendo importante para su salud, física, mental y emocional, cuidándose de riesgos de enfermedades adoptadas por el sedentarismo.

La alimentación, es el hábito que más influye en la salud, por medio de ello el organismo obtiene la energía que necesita para funcionar adecuadamente, así como también ayuda a fortalecer el sistema inmune de contraer alguna enfermedad microbiana, parasitaria o no transmisible, una alimentación adecuada evita y cura enfermedades, ayuda a la persona a verse y sentirse mejor, aumenta el rendimiento físico y mental (73).

En relación a la alimentación, se encontró que más de la mitad de adultos mayores, consumen alimentos balanceados, que incluyen vegetales, frutas, carne, legumbres, también referían que al veces no se cumplía una dieta sus horarios, porque por ejemplo las amas de casa obvian algunas comidas por realizar las tareas del hogar y algunos que hombres trabajan desde muy temprano frecuentemente, los cachuelos lo llamaban ellos, pues no alcanzan a tomar desayuno, sin embargo no todos tienen las mismas condiciones, al realizar la encuesta se pudo observar adultos mayores que dependían del cuidado de alguien, la cual su alimentación iba a depender del familiar o del cuidador(a), ya que ellos mismos no podrían preparar sus alimentos.

Con respecto a la dimensión de la responsabilidad en la salud, es importante actuar y realizar acciones para mejorar la salud tanto personal como de la comunidad, la persona es la única responsable que puede modificar los comportamientos de riesgo hacia comportamientos saludables de bienestar positivos que promueven la salud individual y colectiva (74).

De tal manera que la dimensión responsabilidad en salud de los adultos mayores del Pueblo joven Miraflores alto sector 3, solo algunos de ellos acuden al centro de salud, solo cuando sienten alguna dolencia, como también los usuarios mencionaron que solo a veces suelen auto medicarse con medicamentos que son proporcionados por sus propios hijos, las cuales las adquieren en las farmacias cercanas a la comunidad, mientras tanto menos de la mitad refirió que hace usos de los remedios caseros cuando sienten algún dolor, ellos mencionan tenerle fe a estos tipos de yerbas e infusiones. Cabe mencionar que la posta médica se encuentra solo a 5 minutos de sus hogares, pero sin embargo manifiestan que por miedo a que se puedan empeorar o no ser atendidos oportunamente, hacen uso de farmacias y plantas medicinales, según referían usaban, la muña, paico, apio, orégano, en otros.

Se puede observar que más de la mitad de adultos mayores, no cooperan en las actividades que realizan, según manifiestan si son invitados al centro de salud, pero sin embargo, optan por la opción de las medicinas tradicional que casi siempre cumple sus funciones, solo cuando ya no aguantan el dolor asisten al centro de salud, sin embargo desconocen los efectos adversos del uso y propiedades de los medicamentos medicinales.

En cuanto a la dimensión de autorrealización, consiste en que el ser humano debe desarrollar todo su potencial con la única finalidad de convertirse en un individuo con gran plenitud, es decir logre auto descubrirse y contactarse con su yo real, para poder cubrir sus propias necesidades (75).

Es por ello que, en la dimensión de autorrealización, los adultos mayores que participaron en esta investigación, reflejan sentimientos de rechazo por no haber cumplido sus metas cuando eran jóvenes, más de la mitad de ellos se sienten insatisfechos con las actividades diarias que realizan, ya que mencionan sentirse cansados de la rutina diaria, ellos según referían querían que sus hijos acaben sus carreras profesional y sean mejor que ellos, era su objetivo y por la cual algunos de ellos aún siguen trabajando, sin embargo no todos laboran por su propia condición que están en sillas de ruedas o dificultad para movilizarse, por lo tanto solo esperan que con el trabajo y esfuerzo de sus propios hijos nunca decaigan y salgan adelante con la Bendición de Dios.

Las redes de apoyo, son organización o instituciones que de una u otra manera ayudan a las personas a complacer sus necesidades económicas, sociales, etc. De una manera organizada poder mejorar el estilo de vida de estas personas. Así mismo se define como redes de apoyo también de forma social en beneficio para las personas y comunidad en general (76).

Así mismo en la dimensión de redes de apoyo, los adultos mayores del Pueblo Joven Miraflores Alto, mencionan que las relaciones con los diferentes miembros de su comunidad son buenas y adecuadas, ellos refieren que tienen una buena comunicación con sus vecinos y que al veces salían a conversar sobre sus propias situaciones de salud y económica, según referían contaban con el apoyo de sus hijos mayores, por lo que sentían satisfacción personal por educarlos de una manera

adecuado y darles lo mejor de ellos en sus tiempos, así mismo en sus vecinos, pero sin embargo la confianza sin duda los deposita en sus hijos y sus familiares cercanos.

Por otro lado en cuanto al estrés, se entiende que es la respuesta del ser humano ante situaciones que implican una demanda excesiva, las cuales la persona debe de saber controlar para lograr reducir sus propias tensiones, que tal vez son causa de la rutina diaria, ya que por ejemplo una persona con actitud negativa tiene más estrés que una persona con actitud positiva, como también es importante el apoyo de personas del círculo social para afrontar momentos difíciles relacionados al estrés (77).

Es por ello, que en la dimensión del manejo del estrés los adultos mayores del Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3, mencionaron que viven con frecuencia en situaciones de estrés, ello debido principalmente al tener a su cuidado a sus nietos. También refieren problemas sus propios hijos, mencionan que la economía en el hogar es a veces un problema de nunca acabar, por otro lado, los adultos varones refieren que por la edad, ya no son contratados y solo trabajan de forma ocasional en algún trabajo, no todos se encuentran en la misma situación, los adultos y adultas mayores referían que querían pararse de sus sillas de ruedas para poder aportar en casa, viendo que la situación en el hogar no siempre alcanza el dinero, pero según refieren sus hijos son su consuelo, haciéndoles entender que todo saldrá bien que no se preocupes o estresen en vano, que con la bendición de Dios, saldrán adelante Juntos.

Las dimensiones mencionadas de los estilos de vida, son de suma importancia para los adultos, ya que favorecen un mayor bienestar y mejores condiciones de vida, lo cual deben llevar una alimentación sana y a su vez balanceada, para la prevención de enfermedades, así mismo la realización de actividad física para un mejor fortalecimiento del organismo y la reposición de energía, además que disminuirá el aprovechamiento cognitivo y el sistema inmunológico, predisponiendo al organismo a la adquisición de patologías

Por lo tanto, se puede concluir que los adultos mayores del pueblo joven Miraflores Alto, tienen estilo de vida no saludable debido a sus malos hábitos y comportamientos inadecuados. Siendo este grupo muy vulnerable a tener riesgo a padecer diferentes tipos de enfermedades cardiovasculares, gastrointestinales, respiratorias, que puedan dañar silenciosamente el sistema inmune de estas personas, causado también por el desconocimiento, falta de concientización y/o educación, relacionado también al ingreso económico, por consiguiente cada ser humano es único y especial, por tanto cada persona tienen sus propias características biosocioculturales y cómo afrontar su estilo de vida, con la finalidad de llevar una calidad de vida saludable

Es por ello, que sería importante que la junta directiva, haga una documentación para que la municipalidad y profesionales de la salud, elaboren estrategias para ejecutarlas en lugares, como este pueblo joven en estudio, con la finalidad de intervenir, educar y mejorar la calidad de vida de estos adultos mayores, mediante sesiones educativas, programas de prevención comunitaria, atención domiciliaria,

logrando encontrar a este grupo vulnerable que según referían, les ayudaría mucho que vayan hasta sus domicilios, ya que por su propia condición no podían asistir a menudo, ya que no todos tienen las posibilidades de movilizarse, algunos se encontraban en sillas de ruedas, en pocas palabras dependientes de algún cuidador.

TABLA 2: Se obtuvo como resultado del 100 % (140) de los adultos mayores del pueblo joven Miraflores alto sector 3, el 74,29 % (104) son de sexo masculino, el grado de instrucción el 89,29% (125) solo tienen primaria; Religión el 66,43% (93) son católicas; Estado civil el 48,58% (68) son casados; Ocupación el 79,29% (111) son otros; Ingreso económico el 56,43% (79) ganan de 650 a 850 nuevos soles mensualmente.

Estos resultados son similares a la investigación de Aranda J, (78). Donde reporto que el 76,8% son de sexo masculino, el 92% con grado de instrucción primaria, así mismo se asemeja la investigación de Avelino J, (79). Donde manifiesta que el 79,2% refieren que son de sexo masculino, el 96,1% con grado de instrucción primaria, sin embargo difiere con la investigación de Arias J, (80). Donde manifiesta que el 67% son de sexo femenino, el 71% con grado de instrucción primaria, así mismo la investigación de Calderón M, Ginez M, (81). Donde reporta que el 45 % son de sexo masculino, el 56% son de grado de instrucción secundaria.

El sexo, son signos reproductores identidad tanto a hombre como a las mujeres como una construcción natural que lo hereda, así mismo se define como mujer y

hombre Considerando que el sexo de la persona sea varón o mujer, donde su cuerpo va desarrollando al mismo tiempo en lo físico como lo psicológico (82).

Así mismo se entiende al sexo, como al conjunto de las peculiaridades que caracterizan los individuos de una especie dividiéndolos en masculinos y femeninos y hacen posible una reproducción que se caracteriza por una diversificación genética (83).

Podemos observar que la mayoría de los adultos mayores, son de sexo masculino, hoy en día el índice de masculinidad en el mundo se hace notar, en las zonas urbanas es menor, sin embargo se entiende que en la zonas rurales las tareas agrícolas son ejercidas especialmente por mano de obra masculina, así mismo se entiende que el varón siempre ha sido el hombre del hogar, por la cual las mujeres son mayormente amas de casa, sin menospreciar a su arduo trabajo del sexo femenino que hoy en día también está tratando de empoderar el mundo con sus ganas de salir adelante siendo ya en muchas viviendas la cabeza del hogar, sin embargo mayormente el varón son los que laboran y trabajan para la canasta básica familia.

Sin embargo, se puede observar un porcentaje significativo de adultas mayores, lo cual indica que las mujeres hoy en día intentan apoderar el mundo con sus virtudes, se puede observar como laboran en rubros que solo hombres lo manejaban, son es impedimentos para ellas, realizar estas actividades en el caso de las adultas mayores, refieren ser mejores que sus maridos, ya que ellas han trabajado arduamente en casa, sin horarios de descanso tratando de que cada día, se mantenga la limpieza y se sienta un bienestar integral en casa, ellas están orgullosas de ser

amas de casas, sin embargo no desertan al pensar que hubieran sido unas grandes profesionales, pero por circunstancias de la vida, el embarazo les jugo en contra, según referían no se arrepentían y siempre piensan dar lo mejor de ellas, mientras tengan vida, para que sus hijos se sientan bien y ella misma en general.

En relación a la variable educación, es fundamental para realizar una vida, ya que es un derecho y necesidad para un futuro, ya que gracias a ello, se mejora la calidad de vida, lo cual se tiene mayor oportunidades para incrementar salarios, en familias, sociedad y todo el país en general para un adecuado estilo de vida y un buen nivel de educación (84).

Se entiende como grado de instrucción, al factor que garantiza la salud, ya que las características y accesibilidad de la educación puede ayudar a la gente a encarar mejor el entorno en que vive (para aumentar sus ingresos, para protegerse mejor contra los riesgos y para modificar su comportamiento en beneficio de la salud) (85).

De tal manera que el grado de instrucción primaria, es la educación básica que recibe el ser humano durante su desarrollo, ya que es en esta etapa donde aprende a escribir, leer, sumar, restar. Además de ello, es aquí donde la persona aprende conceptos sobre su propia cultura e historia del país de donde proviene. Cabe mencionar que la primaria es la preparación de las capacidades elementales para afrontar nuevos temas en cuanto a la preparación académica (86).

En la investigación, la mayoría tienen un grado de instrucción primaria, esto debido a que antiguamente, no se tomaba importancia a alcanzar un nivel educativo

más alto y solo las personas se dedicaban a trabajar en el campo o en otras labores, según lo que refieren los adultos mayores. Así mismo, mencionaban que debido a no contar con estudios completos no lograban encontrar trabajo, es por ello que ahora solo se dedican al apoyo en el hogar brindando cuidado a sus nietos, mientras que menos de la mitad se dedica a laborar en trabajos eventuales.

Sin embargo, un porcentaje significativo de los adultos mayores, tenían grado de instrucción secundaria, esto se debe a que ellos si tuvieron interés de superación, pero también por falta de economía, tal vez no llegaron a una carrera técnica o universitaria, así mismo estas personas refieren que se casaron cuando culminaron la secundaria, la cual fue un impedimento de superación.

Se puede observar, que la mayoría de los adultos mayores del pueblo joven, debido a que estos adultos comentan que si deseaban estudiar para que sean algo en la vida, según mencionaban, no habían colegios cerca, además no tenían las posibilidades de poder estudiar y sus padres llevaban a trabajar y no se preocupaban por educarlos en relación de igual manera las mujeres no tenían las mismas condiciones que los varones como hay hoy en día muchas facilidades y que algunos no lo aprovechan, asociado también a diversos factores como pobreza, inaccesibilidad o a la educación, así mismo también decidieron conformar su familia, teniendo como prioridad la manutención de sus hijos, dejando de lado la superación personal

Estos resultados son similares a la investigación de Werlon A, (87). Donde reportó que el 69,2% son de religión católica, el 51,2% de estado civil, casado, así

mismo se asemeja la investigación de Acero R, (88). Donde manifiesta que el 72,2% refieren que son de religión católica, el 55,9% de estado civil casado, sin embargo difiere con la investigación de Diaz I, (89). Donde manifiesta que el 67% son evangélicos, el 71% son casados, así mismo la investigación de Cornejo M, Lema A, (90). Donde reporta que el 45 % son religión católica, el 72% son casados.

La religión católica, permite comportamientos basado en valores y creencias que son favorables para su calidad de vida, pero en nuestro estudio las personas lo definen así lo cual se observó que presentan estilos de vida saludable (91).

Según Vargas F, (92). La religión católica, es un elemento de la actividad humana, la cual se define como el conjunto de creencias, ceremonias y actos de tipo espiritual. La religión no es algo que el individuo herede genéticamente, sino que es transmitida y enseñada a través de la cultura.

Al analizar la variable religión, se entiende así porque fue fundado por Jesús y destinado a los pueblos. Los encuestados de ambas religiones católica y evangélicos, refirieron que es una fe y de creencia a un ser supremo, la cual no interviene a una elección de un estilo de vida adecuado o no adecuado, ya que ellos cumplen las religiones que sus padres lo heredaron, desde su pasado y que nadie los hará cambiar de opinión, sobre las creencias religiosas, según referían los adultos mayores asistían a sus misas porque encomendaban su vida y su salud a Dios.

En el Perú la religión, es muy importante como en otros países, para el crecimiento social y cultural de las comunidades sociales desde sus inicios, desde décadas predomina, esta religión que reconoce a la sociedad peruana y alrededor de

ella se celebran numerosas festividades que muchas veces tienen carácter sincrético con las religiones (93).

Se puede observar, que la mayoría de los adultos mayores, posiblemente les gusta alabar a Jehová, costumbres que les inculcan, asisten a las misas religiosas cuando asisten, se van llevando a los nietos e hijos y van transmitiendo de generación en generación incentivándolos a seguir a predicar la palabra por así ello dicen están a salvados de Dios. Esto también, se debe a las tradiciones familiares, inculcadas desde pequeños, es posible que dicha tradición lo sigan transmitiendo de generación en generación, lo cual indica que es una religión de mucho futuro.

Ahora bien, en cuanto el estado civil, es la situación particular, sentimental de cada persona en relación a su pareja (pueden ser solteros, casados, viudos, divorciados, separados, conviviente, etc.). Toda persona tiene un estado civil, es uno e indivisible, es permanente (ya que no se pierde mientras no se obtengan otro) y las leyes del estado civil son de orden público, es decir, no se transfieren, no se transmiten y no se renuncia (94).

Al analizar la variable estado civil, se entiende como la situación personal en que se encuentra o no la persona, con la cual se crean lazos jurídicamente reconocida, constituyendo con ella una institución familiar, y adquiriendo derechos y deberes al respecto, por ejemplo los adultos son en su mayoría casados por que celebraron sus matrimonios ante autoridades legales, establecidas por el estado, pero sin embargo no siempre en el mundo se casan con la persona de sexo distinto, ya que en otros países permiten la igual de género y casarse del mismo sexo.

Se puede observar, que menos de la mitad de los adultos mayores, son casados, la realidad de estos adultos es que según referían antiguamente sus padres los obligaban a casar, tanto por creencias o porque ya tenían su primer hijo, como acto de responsabilidad, sin embargo un porcentaje significativo refiere que son separados creando también soledad en sus hogares y algún tipo de conflicto familiar, pero según referían era por falta de comprensión o en el caso de las adultas, manifestaban que se separaron por maltrato de sus conyugues, lo cual mencionaron estar solos, por su salud física, mental y psicológica.

Estos resultados son similares a la investigación de Parraga Y, (95). Donde reporto que el 82,3% tienen como ocupación otros, el 59% con ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles, así mismo se asemeja la investigación de Navarro S, (96). Donde manifiesta que el 85,2% tienen como ocupación: otros, el 63% con un ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles, sin embargo difiere con la investigación de Rojas Y, (97). Donde manifiesta que el 67% son amas de casa, el 71% con un ingreso económico de 850 a 1000 nuevo soles, así mismo la investigación de Carbajal D, (98). Donde reporta que el 45 % como ocupación otros, el 72% con un ingreso de 400 a 650 soles.

Así mismo la ocupación, es un conjunto de funciones, obligaciones y tareas que desempeña un individuo en su trabajo, oficio o puesto de su trabajo, independientemente de la rama de actividad donde aquella se lleve a cabo y de las relaciones que establezca con los demás agentes productivos y sociales, determinados por la posición en el trabajo (99).

Gutiérrez M, (100). Define a la ocupación como el oficio y/o profesión de una persona, independiente del sector en que se encuentre empleada, o del tipo de estudio recibido, generalmente se define en términos de la combinación de trabajo y funciones desempeñadas.

Al analizar la variable ocupación, se entiende que es la laboral que una persona ejerce, sin embargo existe escases de adultos mayores, que tengan un empleo fijo, es por ello que la ocupación en mi estudio es otros, ya que se dedican a otras cosas como cosechar, atender en sus tiendas, cuidar a sus nietos, etc. Ya que a lo largo de la vida, toca vivir experiencias experiencias que generan satisfacción, la sensación de sentirse reconocido y justamente recompensado; también, muchas veces, toca enfrentar situaciones de frustración, inequidad, y falta de sentido.

Como podemos observar, la mayoría de los adultos mayores, tienen como ocupación otros, lo cual según referían se dedicaban a tender sus pequeñas, tiendas, cuidar a sus sobrinos pequeños, siendo también un factor negativo, ya que por su edad no se encuentran en condiciones óptimas para cuidar a un niño activo, lo cual puede generar riesgos de caídas, sangrado y situaciones de estrés. No todo según referían era malo, ya que algunos adultos mayores se distraían en lo que hacían con sus pequeños nietos. Así mismo según referían se dedicaban a la agricultura, ya que sus tierras de cultivo fueron heredadas de sus padres y abuelos, quienes les enseñaron el arte de la agricultura para consumo propio y para convertirse en un pequeño ingreso económico y ayuda para la familia.

Sin embargo, un porcentaje significativo refieren que son amas de casa la cual, relacionándose directamente a las adultas mayores, la realidad de esta población adulta, es que según mencionaron antiguamente existía el machismo por parte de sus esposos, ya que les obligaban a servirles, como sirvientes que como sus propias esposas, mencionaban que utilizaban frases como “ La mujer de casa y el hombre de la calle”, según manifestaban, siendo un trabajo mucho más cansado y arduo de desarrollar distintas actividades, que son necesarios para el funcionamiento del hogar, pese al esfuerzo su esfuerzos no son renumerados, a diferencia a cualquier otro empleo que realiza algún individuo al desarrollar alguna actividad laboral. Lo cual mencionan, que es por ello que no lograron estudiar una carrera profesional, pues se sacrificaron por sus menores hijos, los cual no se arrepienten, porque hoy en día, no les faltó nada a ellos y se sienten orgullosamente de ellos, solo esperan amor mutuo y que ojala los cuiden y pongan todo de sí, así como ella lo hizo por ellos, según mencionan.

Ahora bien, en relación al ingreso económico, son todo tipo de ingreso de forma, mensual, o quincenal, se caracteriza también como caudales que entran en poder de una persona, una persona recibe dinero por su actividad laboral, comercial o productiva, con ingresos distintos, buenos, regulares, mutuos, con la finalidad de llevar o satisfacer las necesidades del hogar (101).

Según Roldan P, (102). Señala que el factor económico, es una variable que se relación con los estilos de vida y que condiciona la aparición de enfermedades, ya que el poder adquisitivo de alimentos, medicamentos, accesos de servicios de salud,

vivienda entre otros están disminuidos, reduciendo la calidad de vida de las personas y exponiéndolas al riesgo de enfermar.

Ahora bien, en relación al ingreso económico, son caudales que entran en poder de una persona, una persona recibe dinero por su actividad laboral, comercial o productiva, con ingresos distintos, buenos, regulares, mutuos, con la finalidad de llevar o satisfacer las necesidades del hogar (103).

Al analizar la variable ingreso económico, se entiende como una política salarial del actual sistema, se observa que hoy en día, estamos en situación de crisis y salarios muy bajos, para todo nivel de ocupación que va unido al ingreso económico; que en casi todos los casos no cubre el costo de la canasta básica mensual; más aún cuando el trabajador tiene que sustentar a más integrantes de la familia. Al no haber una política salarial del gobierno, cada empresa aplica su propia política salarial, en el año 2019, la presidencia del Perú aumento el sueldo mínimo a 950 nuevos soles, la cual sigue siendo insuficiente para satisfacer todas las necesidades que se necesita en el hogar.

Sin embargo, la población adulta para tener un ingreso adicional, al ingreso de sus hijos y no sentirse inútiles, tratan de laboral en alguna actividad que puedan realizar, según referían vendían sus cuyes, siendo una entra adicional en casa, así mismo las adultas mayores refieren vender sus potajes en sus mini restaurantes en casa, no contentas con eso manjares, rosquitas, según refieren para tener un dinero extra y lograr solventar algunos gastos extras, ya que vivían al cuidado de sus hijos

Como podemos observar, más de la mitad de los ingresos económico era de 650 a 850 nuevos soles, lo cual referían que muchas veces no les alcanza para cubrir todos sus gastos y necesidades que realizan en su hogar, esto genera en ellos una preocupación, ansiedad de no aportar lo suficiente en el hogar de sus hijos, considerando que no todos viven con sus hijos, también algunos vivían solos lo cual es mucho más preocupante, alterando su bienestar tanto físico, psicológico y mental, refieren que muchas veces, no cubren todos sus gastos teniendo que muchas veces priorizar, además, ellos dependen netamente de ese sueldo, así mismo refieren que la cantidad del sueldo mensual no aumenta si no que, su cantidad disminuye.

Por lo tanto, se concluye que los factores biosocioculturales como, el sexo, grado de instrucción, ingreso económico, religión y ocupación, son variables, que se relaciona directamente a la salud del adultos mayor, la cual también actúa como riesgos en contra de su salud, sin embargo como todo riesgo, existe prevenciones, la cual se tiene que dar mediante el apoyo familiar y autocuidado personal, para que lleven una mejor calidad de vida.

Por consiguiente se puede observar, que el ingreso económico es de 650 a 850, lo cual indica un factor negativo, directo a la salud, sin un estatus económico estable no se podrá solventar los productos de alimentación y por lo tanto tener un sistema inmune inadecuado para solventar alguna patología no transmisible, lo cual es indispensable que las municipalidad distritales, provinciales y nacionales en general opten por un bono extraordinario especialmente para los adultos mayores, fuera de la pensión 65, que lamentablemente no beneficia a todos los adultos mayores, que

se haga un arduo trabajo para analizar a los adultos más vulnerables y que partir de los 60 años reciban un bono mensual, para que sea de ayuda, si bien algunos viven sus hijos, no todos tienen la misma posibilidad, ya que algunos viven solo con sus parejas, lo cual son mucho más vulnerables y con dinero insuficiente pues no se podría satisfacer todas las necesidades, necesarias como la alimentación y salud en general.

TABLA 3: Del estilo de vida relacionados a los factores biológicos, Se muestra que no hay relación de la variable sexo con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi-cuadrado de independencia de criterios ($\chi^2= 1,815$, $gl=3$ $p= 14,6 > 0,05$). En relación sexo se observa que el 42,1% (59); son de sexo masculino, un 14,3% (20) son femeninos.

Los resultados son similares a la investigación de Chávez M, (104). Se concluye que no existe relación entre el sexo y estilos de vida ($\chi^2= 1,832$, 3 gl y $p= 13,6 > 0,05$) al realizar la prueba de Chi-cuadrado de independencia de criterios. Así mismo asemeja a la investigación de Romo D, (105). Donde Reporta que no existe relación significativa entre estilos de vida y sexo ($\chi^2= 1,756$, 3 gl y $p= 12,2 > 0,05$). Sin embargo, los resultados difieren por Paredes E, (106). Concluyo que sí, existe relación significativa entre el estilo de vida y sexo. ($\chi^2= 1,165$, 4 gl y $p= 00,0 > 0,05$).

El sexo, no es un factor determinante para tener un estilo de vida saludable. La gran mayoría de estilos de vida, se relaciona con lo transmitido en el hogar, por sus padres, por hábitos adquiridos a lo largo de su vida, así también el no acudir a un

establecimiento de salud y estar aislados de los programas de salud y educación por lo cual ellos no están informados sobre hábitos y estilos de vida saludable (107).

Según la Organización Mundial de la Salud, se define a la sexualidad humana como un aspecto central del ser humano, a lo largo de su vida. Abarca al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Se vive y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales (108).

Al analizar la variable sexo con el estilo de vida, se encontró que no existe relación significativa entre ambas variables, lo cual indica que no importa si son hombres o mujeres para adoptar un estilo de vida específico, porque la salud es únicamente responsabilidad de cada persona y está orientada en nuestros actos, actitudes, manera de actuar que se desarrolla a lo largo del ciclo vital, aspectos como la alimentación, la salud física y psicológica, forma de ver la vida, modo de respuesta al estrés o preocupaciones, que conducen mayormente a adoptar estilos de vida poco saludables.

Se puede observar, que menos de la mitad de los adultos mayores de sexo masculino, tenían estilos de vida no saludables, lo cual indicaría que ya de por sí, las mujeres son un poco más cuidadosas en relación a su salud, los varones normalmente por el ego que disponen sienten que la vida nunca se acabara, y por ende hacen de su vida un tormento, lleno de actitudes no saludables, como tomar bebidas alcohólicas, fumar tabaco, alimentos pocos saludables, etc. Por lo tanto se

considera que el hombre lleva una vida desordenada, es por ello que necesita una mujer en su vida para que ordene sus ideas y por lo cual tenga un límite a sus actitudes no pensantes.

Sin embargo, un porcentaje significativo de las mujeres adultas tienen estilo de vida saludable, esto se debe a que mayormente las mujeres están preocupadas más en lo que corresponde en el trabajo de hogar: Cocinar, lavar, barrer, pastear ir al mercado, ver los animales ayudar en la chacra son muchos los trabajos que se engloban las moradoras y esto les hace estar en una tensión de estrés porque no tienen un tiempo de libertinaje. Por ello los hábitos y el estilo de vida de las mujeres, a pesar de la igualdad de derechos, son muchas veces no saludables por la recarga de trabajo a la que tienen no hay ese espacio en las que ellas se dan tiempo de viajar o salir a pasear, realizarse un chequeo médico

Los resultados son similares a la investigación de Martell E, Ruiz L, (109). Se concluye que no existe relación entre el sexo y estilos de vida ($\chi^2= 1,832, 3$ gl y $p= 13,6 > 0,05$) al realizar la prueba de Chi-cuadrado de independencia de criterios. Así mismo asemeja a la investigación de Cochachin M, (110). Donde Reporta que no existe relación significativa entre estilos de vida y sexo ($\chi^2= 1,756, 3$ gl y $p= 00,2 > 0,05$). Sin embargo, los resultados difieren por Morales J, (111). Concluyo que sí, existe relación significativa entre el estilo de vida y sexo. ($\chi^2= 1,165, 4$ gl y $p= 00,0 > 0,05$).

Se entiende que la salud, no es solamente de suerte a menudo se refleja de manera cómo la gente vive, las personas no son la consecuencia de herencia de actitudes de

los padres, ya que ellos pueden corregir sus vidas a lo largo de ella, cambios estilos de vida, tomando conciencia de las consecuencias de estos malos hábitos, porque los estilos de vida de vida son los comportamientos que uno adopta, sean positivos o negativos para la salud (112).

Al relacionar estilos de vida y sexo, se puede decir que los adultos presentan mayor inclinación hacia los estilos de vida no saludables, quizás debido a que ellos no están muy familiarizados con la tecnología, es decir las redes sociales, comunicación asertiva de parte de profesionales que salen por estos medios de comunicación, lo cual no contribuirá a que se eduquen de alguna forma de conductas y costumbres adecuadas, como una adecuada alimentación, la importancia de la actividad física, contribuyendo al sedentarismo, consumo de chatarra, consumo de sustancias nocivas, entre otras.

En el estudio de los adultos mayores del pueblo joven Miraflores alto, más de la mitad de los adultos mayores varones tenían un estilo de vida inadecuado, esto quiere decir al poco interés de partes de estas personas adultas mayores, o en todo caso al descuido familiar en global o las costumbres y tradiciones que vienen arrastrando desde adultos jóvenes y adolescentes que no fueron corregidos de forma rápida para que puedan evitar algún tipo de enfermedad que a muy temprano plazo puede obtener el adulto mayor por no ser un adecuado estilo de vida actualmente y anteriormente.

En general, no se halló relación estadísticamente significativa entre estilos de vida y sexo, por lo cual indica que los adultos mayores optaron por estilos inadecuados,

porque sus comportamientos y/o lo fueron adquiriendo durante su ciclo de vida a través de las costumbres y modelos familiares transmitidos de generación en generación, esto se debe al proceso cultural que se da dentro de las familias.

Por consiguiente sería importante campañas comunitarias, realizadas por el Centro de Salud “Miraflores Alto” en este sector de la comunidad para que estos adultos mayores, sientan que su salud en realidad sí importa la personal de salud y que día a día trabajamos por un bienestar integral, quizás charlas educativa, demostrativas en modo de recreación para que puedan participar, escuchar y aprender conductas adecuadas, en relaciona a la alimentación, vivienda saludable, actividad y ejercicios, autocuidado, con la finalidad de mejorar la calidad de vida de los adultos mayores de mencionada comunidad.

TABLA 4: Se muestra la relación entre los factores culturales y estilo de vida. Al relacionar el grado de instrucción y estilo de vida haciendo uso del estadístico Chit_cuadrado de independencia ($X^2= 2,154$, $gl=1$ $p= 21,5 > 0,05$). No existe relación estadísticamente significativa entre grado de instrucción y estilo de vida. Se muestra la relación entre los factores culturales y estilo de vida. Al relacionar la religión y estilo de vida haciendo uso del estadístico Chit-cuadrado de independencia ($X^2= 3,111$, $gl=2$ $p= 15,7 > 0,05$) se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre la religión y estilo de vida

Los resultados son similares a la investigación de Aries A, Celleri T, (113). Se concluye que no existe relación entre grado de instrucción y estilos de vida ($\chi^2= 2,014$, 1 gl y $p= 19,9 > 0,05$), así mismo se asemejan a los resultados de Sigueñas

R, (114). Concluye que no, existe relación significativa entre el estilo de vida y instrucción ($\chi^2= 2,001$, 1 gl y $p= 12,3 > 0,0$). Sin embargo difiere con la investigación de LozadaJ, (115). Concluyo que sí, existe relación significativa entre el estilo de vida y instrucción ($\chi^2= 4,154$, 4 gl y $p= 00,0 > 0,05$)

Cuando hablamos del cuidado personal, se puede considerar al proceso colectivo que se basa en responsabilidad y principios y tener principios, teniendo hábitos que debe de conservar la persona con la finalidad de conservar también su bienestar, las personas que cuidan sus propios recursos mejoran considerablemente su bienestar y su calidad de vida (116).

El nivel de instrucción de una persona, es el grado más elevado de estudios realizados o en curso, sin tener en cuenta si se han terminado o están provisional o definitivamente incompletos. Se distinguen los siguientes niveles: analfabetos, personas que no saben leer ni escribir, con primaria personas que saben leer y escribir, pero no han terminado ningún tipo de estudios; Secundarios. Estudios secundarios, aunque sea incompletos y por último estudios Superiores. Estudios universitarios inconclusos, o estudios completos con Licenciatura, así como de doctorado y especialización (117).

La educación primaria, también conocida como educación básica, enseñanza elemental, es la que asegura la correcta alfabetización, es decir que enseña a leer, escribir, calcular y algunos conceptos culturales considerados imprescindibles, denominadas competencias básicas y competencia clave. La primaria alude al conjunto de conocimientos, capacidades y actitudes adecuadas al contexto (118).

Es importante mencionar que la escolarización, no es la única forma de aprendizaje, ya que los conocimientos y habilidades, se adquieren a lo largo de la vida, el aprendizaje permanente, es un camino para los que tienen una actitud positiva hacia el progreso profesional y personal. La educación formal, es un acto voluntario, pueden decidir que aprender según su contexto, su origen, historia del lugar en el que viven, los temas relacionados con el trabajo o básicamente cualquier cosa que desafíe sus mentes y de lugar a expandir sus horizontes.

Sin embargo, se considera que para tener una mejor calidad de vida, se debe de contar con los conocimientos precisos que promuevan los hábitos adecuados y beneficiosos para la salud, puesto que la educación es la formación práctica del de cada persona, las cuales deben ser puesta en práctica en la vida cotidiana, sin embargo si no se alcanza un grado de instrucción a un nivel más alto no se tendrán los conocimientos suficientes para satisfacer nuestras propias necesidades y cuidarnos.

Al analizar, el grado de instrucción con el estilo de vida, se encontró que no existe relación significativa entre ambas variables, la mayoría de adultos mayores, llegaron alcanzar fue primaria incompleta, lo cual no garantiza que aquel grado de instrucción se relacione a los estilos de vida, ya que los estilos de vida, son los comportamientos actitudes y tradiciones que se aprende desde la niñez, pero sin embargo cada uno decide si adoptarlas y no, se entiende que a lo largo de la vida también se aprende que es bueno y que es malo, sin embargo aun así las personas

adoptan costumbres conformen les convenga sin medir las consecuencias de los daños a su salud

Se puede observar que en relación al grado de instrucción y el estilo de vida, no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables, ya que la mayoría tenía un grado de instrucción primaria, lo cual se deduce que el grado de instrucción de la persona no va a garantizar el estilo de vida inadecuado, ni adecuado, ya que se basa en actitudes y comportamientos propios de la persona para practicar un adecuado hábito de vida.

Los resultados son similares a la investigación de Meza M, Paitan B, (119). Se concluye que no existe relación entre religión y estilos de vida ($\chi^2= 3,111$, 2 gl y $p= 14,5 > 0,05$), así mismo se asemejan a los resultados de Morales L, (120). Concluye que no, existe relación significativa entre el estilo de vida y religión ($\chi^2= 3,121$, 1 gl y $p= 12,3 > 0,0$). Sin embargo difiere con la investigación de Córdova N, Aguiar N, (121). Concluyo que sí, existe relación significativa entre el estilo de vida y religión ($\chi^2= 1,254$, 1 gl y $p= 00,0 > 0,05$)

Ahora bien en relación a la religión católica, es toda aquella persona que está dispuesta a cumplir la doctrina, costumbres y enseñanzas, impartidas por este tipo de cristianismo, la religión se basa en seguimiento de un Dios, sin prioridad, simplemente existe una infinidad de religiones las cuales son respetadas por el mundo religioso y se espera lo mismo de la comunidad (122).

Ahora bien el Perú, es el noveno país más religioso del mundo, según una encuesta a nivel internacional, el cual estudia las fluctuaciones de la fe en las poblaciones del

mundo. Así mismo indica que en los últimos años la cantidad de fieles y creyentes ha disminuido a nivel general (123).

Según Vargas A, (124). La religión católica, es un sentido o un propósito en la vida que actúa como un escudo frente a los problemas cotidiano, como por ejemplo por la pérdida de un trabajo, o por la pérdida de un ser querido, sin embargo no influye en los hábitos saludables que puedan tener las personas.

Al analizar la variable religión y estilos de vida, se encontró que no influyen en los estilos de vidas, porque la religión es lo divino, lo absoluto, lo sagrado, esto no impedirá que la persona adulta, tenga un estilo de vida saludable o no saludable, ya que, además que la biblia de dios y de su iglesia y no existe mandatos que acepte o prohíba alimentos que se debe de consumir.

Ya que la religión, no es un factor importante para la adopción de un determinante de estilo de vida en persona, ya que la religión y la fe están unidas entre sí. Afirmando que cada creyente está convencido de la absoluta verdad de su religión y se halla dispuesto a asumir las consecuencias de esta convicción, sobre la fe transmitida de una generación a otra.

Como podemos observar, en la presente investigación al relacionar los factores culturales con el estilo de vida de los adultos mayores del pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3, se observa que la religión no existe relación con el estilo de vida, estos resultados pueden deberse a que la religión no determina el estilo de vida lo cual puede estar dada por conductas que han sido aprendidas desde la infancia siguiendo modelos y patrones que son propios de su cultura. Hoy en día las

iglesias católicas no mantienen reglas en cuanto a limitaciones, puesto que este tipo de religiones pueden beber bebidas alcohólicas, tal vez no en exceso, pero lo aceptan en sus distintas reuniones, como también realizan fiestas o celebraciones, donde el adulto mayor suele asistir sin algún inconveniente.

Por lo tanto, se concluye que no se encontró relación estadísticamente significativa entre los factores culturales como (grado de instrucción y religión) y los estilos de vida de los adultos mayores, ya que cada persona tiene características propias la cual actúan de una u otra forma, cuidado o no su salud. Todo está en la forma de cómo ha sido educado desde la infancia y las costumbres corregidas a lo largo de su vida, tomando conciencia sobre lo que es favorable o no para su salud.

TABLA 5: Se muestra la relación entre los factores sociales y el estilo de vida. Al relacionar el estado civil con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi-cuadrado de independencia ($X^2= 1,121$, $gl=2$ $p= 13,4 > 0,05$) que no existe relación estadísticamente significativa entre estado civil y estilo de vida. También se muestra la relación entre ocupación y el estilo de vida utilizando el estadístico Chi-cuadrado de independencia ($X^2= 2,115$, $gl=2$ $p= 21,4 > 0,05$) se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre estas variables.

Así mismo se muestra la relación entre el ingreso y estilo de vida, haciendo uso del estadístico Chi-cuadrado de independencia ($X^2= 13,014$, $gl= 3$ $p= 14,2 > 0,05$) se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables.

Los resultados son similares a la investigación de Carcamo M, (125). Donde concluye que no existe relación entre estado civil y estilos de vida ($\chi^2= 1,154$, 2 gl

y $p= 12,3 > 0,05$) Los resultados son similares a la investigación de Oropeza C, (126). Se concluye que no existe relación entre estado civil y estilos de vida al realizar la prueba de chi cuadrado Chi-cuadrado de independencia de criterios ($\chi^2= 2,124, 2 \text{ gl}$ y $p= 21,2 > 0,05$). Sin embargo, los resultados difieren por Avalos M, (127). Concluyo que sí, existe relación significativa entre el estilo de vida y estado civil. ($\chi^2= 1,233, 1 \text{ gl}$ y $p= 00,0 > 0,05$).

El estado civil, es una noción técnica que nos diferencia y distingue no solo legalmente de los demás, sino en las fiestas, en las casas, en el cine, en los trabajos, en los restaurantes y en las transacciones comerciales, es decir, en la manera de ser vistos y tratados en la vida en general, la Viudez es el estado civil en el que se encuentran aquellas personas en situación de haber perdido al cónyuge por fallecimiento y no se ha vuelto a casar o a unir (128).

Bretel D, (129). Refiere que el estado civil, no es importante para obtener un estilo de vida saludable, ya que muchas personas se sienten felices y cómodas con su condición solteros, comprometidos, viudos, divorciados son decisiones que tomaron a lo largo de su vida de forma madura, lo cual no implica en su calidad de vida, ya que la felicidad de cada uno depende únicamente de la formación y de las experiencias vividas de uno mismo,

Al analizar la variable entre estado civil y el estilo de vida, se encontró que no existe relación significativa, lo cual se entiende cada persona ve el orden a sus relación de su familia en cuanto le confiere, lo cual explica que no es necesario tener una situación civil estable o inestable para obtener un estilo de vida saludable o no

saludable, ya que como ya se menciona repetitivamente no depende de un factor o variable para obtener o practicar estilos de vida adecuados, si no de la conducta de la persona, estamos hablando de personas que tienen mucho años de vida, de las cuales son ahora adultas mayores, algunos no son consiente de lo que realizan pero sin embargo tienen a sus familiares a sus cuidado los cuales, tratan de dar lo mejor siempre para ellos alimentándolos y vistiéndolos de la mejor manera posible.

En el pueblo joven Miraflores Alto, menos de la mitad son casados y también un estilo de vida no saludable, demostrándose que el estado civil no tiene de alguna manera influencia o está relacionado a su estilo de vida y que se deba fundamentalmente al cuidado mismo de la persona, ya que no se necesita estar casado con otra persona para optar un estilo de vida adecuado.

Los resultados son similares a la investigación de Ibirico P, Meza A, (130). Se concluye que no existe relación entre ocupación y estilos de vida ($\chi^2= 2,112, 2$ gl y $p= 21,5 > 0,05$), así mismo se asemejan a los resultados de Díaz K, (131). Concluye que no, existe relación significativa entre el estilo de vida y ocupación ($\chi^2= 1,009, 2$ gl y $p= 21,0 > 0,0$). Sin embargo difiere con la investigación de Medina E, (132). Concluyo que sí, existe relación significativa entre el estilo de vida y instrucción ($\chi^2= 1,22, 3$ gl y $p= 00,0 > 0,05$)

La variable ocupación, es clasificada y nombrada por la cultura de acuerdo con el propósito para el que sirve. Aunque su argumentación no se detiene ahí, va más allá. Señala que una ocupación está relacionada con la experiencia personal de quien la

realiza, deriva de ella y aporta una vivencia. Por lo tanto, debe ser considerada tanto desde un punto de vista conductual como vivencial (133).

Según Montes S, (134). La ocupación, no se encuentra vinculado a adquirir estilos de vida de la persona, sino que está vinculado a los hechos del mundo, por otro lado, se define a la ocupación es la tarea o función que se desempeña en un trabajo y que puede estar relacionada o no con la profesión y nivel de educación, por la cual se recibe un ingreso en dinero o especie. Si la persona desempeña varias ocupaciones, debe indicar aquella que le genera los mayores ingresos.

Actualmente en el Perú, existen diferentes ocupaciones, sin embargo no influye en el estilo de vida que lleva la persona, es decir tanto un abogado pueden gozar de buena salud, pueden desarrollar hábitos y costumbres adecuados, pues siendo los trabajadores ambulatorio y/o los que laboran en las calles a estar más propensos a sufrir enfermedades y llevar una vida no saludable.

Al analizar la variable de ocupación y estilo de vida, se encontró que no existe relación estadísticamente significativa, ya que con el ingreso que haiga o disponga la persona, igual no alteraría el estilo de vida de la persona, recordando que los estilos de vida, son compartimientos actitudes y costumbres de la persona que practica día a día, por ejemplo si la persona adulta fumaría o tomaría, no tendría nada que ver con la ocupación, lo cual indicaría netamente que no existe relación entre ambas variables.

Como podemos observar, no existe relación significativa entre ocupación y estilos de vida en los adultos mayores, ya que no influye de ninguna manera en los

estilos de vida de estos adultos, mayores como ya se mencionó, no deriva de un trabajo o un labor, si no de comportamientos inadecuados durante la vida de la persona, las actitudes correctas estaría relacionado a que la persona si opte por estilos de vida saludable.

Los resultados son similares a la investigación de Reyes M, (135). Se concluye que no existe relación entre ingreso económico y estilos de vida ($\chi^2= 11,214$, 1 gl y $p= 15,1 > 0,05$), así mismo son similares a los resultados de Palacios N, (136). Concluye que no, existe relación significativa entre el estilo de vida e ingreso económico ($\chi^2= 12,122$, 1 gl y $p= 12,0 > 0,0$). Sin embargo difiere con la investigación de Olivares S, (137). Concluyo que sí, existe relación significativa entre el estilo de vida y instrucción ($\chi^2= 1,154$, 3 gl y $p= 00,0 > 0,05$)

En cuanto al ingreso económico, es el dinero promedio con que cuenta la familia para cubrir todos sus gastos, es decir es la cantidad de dinero que una familia u hogar gasta en un periodo determinado, ya sea que este ingreso económico va hacer variable o fijo (138).

De tal manera que haciendo un análisis, en cuanto a las variables de ingreso económico y el estilo de vida, los resultados reflejan que la mayoría de los adultos mayores del pueblo joven Miraflores alto Sector 3 tienen un ingreso económico 650 a 850 nuevos soles al mes, lo que representa que tienen estilos de vida no saludable. Por lo cual se puede deducir que si los adultos mayores tuvieran un mayor ingreso económico se podría mejorar sus hábitos de alimentación diaria, como es el caso de

aquellos adultos mayores que tienen un ingreso económico más alto y mantienen estilos de vida saludable.

La pobreza afecta la salud, y la salud afecta a la pobreza, porque tal vez una familia tiene suficiente dinero para comer, pero quizás se ven en las circunstancias de preparar sus alimentos en leña lo cual emana humos que provocan con el tiempo la aparición de enfermedades respiratorias; o quizás viven muy hacinados unido esto a la falta o poca higiene de la gente y de la vivienda predispone a que la gente enferme; pero también afecta a la salud mental, provocando estrés o incluso se ha llegado hasta los suicidios

Los bajos recursos económicos y la pobreza que viven muchas personas adultas, es aquella condición caracterizada por la carencia de recursos, medios u oportunidades para la satisfacción de las necesidades humanas mínimas, tanto de tipo material como cultural. El salario o el ingreso económico constituyen el centro de las relaciones de intercambio entre las personas dentro de las organizaciones, pues ofrecen su tiempo y fuerza a cambio de dinero; lo cual representa el intercambio de una equivalencia entre derechos y responsabilidades recíprocas entre el empleado y el empleador (139).

Al relacionar ingreso económico y estilos de vida, la investigación indica que no existe relación significativa, esto nos da a entender que el determinante ingreso económico no es un factor que implique que la persona adulta mayor realice estilos de vida no saludables, además estos conocimientos, costumbres o hábitos ya la persona los aprendió en su juventud. El ingreso económico es de 400 a 650, lo que

es el cobro de su jubilación o entre propinas que les brindan sus familiares. Ellos apoyan en la canasta familiar del hogar, porque no tienen en donde gastar más su dinero, pero como sabemos el aumento de precios genera un gasto considerable

Por lo tanto al relacionar el estilo de vida, con el ingreso se encontró que no existe relación estadísticamente significativa, se puede decir que el ingreso económico no influye en los adultos mayores, dándole prioridad al dinero, dejando de lado su chequeo médico, además de que el ingreso de dinero, no satisface sus necesidades, tienen que distribuir muy bien su dinero para poder finalizar el mes sin muchas necesidades.

En conclusión los resultados encontrados nos indican que los adultos mayores del pueblo joven Miraflores alto sector 3, lo cual indica que no existe relación entre ingreso económico y estilo de vida, por lo que se puede deducir que el ingreso económico no influye directamente en el estilo de vida de los adultos mayores, de este pueblo joven, ya que este se desarrolla de forma muy independiente, ya que tener dinero, no va a garantizar que la persona gozara de una buena salud o practicar estilos de vida saludable, muy por el contrario, quizás el tener un buen ingreso económico, puede significar aumentar el consumo de comida chatarra, que por los últimos tiempos está de moda. Por lo tanto, una persona cuente con los recursos económicos suficientes o no, el estilo de vida no va a determinar la manera que fue educado a lo largo de sus vidas.

Por lo tanto, se concluye que los adultos mayores, en sus variables sociales estado civil, ocupación e ingreso económico salieron que no existe relación

estadísticamente significativa, por lo que indica que no es necesario estar casado, soltero para que tenga alguna influencia con los estilos de vida, de la misma manera en la ocupación ya que un ingeniero y un obrero pueden tener la misma salud, lo cual no se necesita una profesión para tener un buen estilo de vida, y la deficiencia de ingreso económico tampoco influiría ni cambiara el estilo de vida en ellos, ya que tienen otras costumbres y una cultura lo cual es difícil de cambiar pero no imposible; todo está en la influencia de su entorno para cambiar ciertas costumbres, y actitudes en bien de su salud.

VI. CONCLUSIONES

- En los estilos de vida, la mayoría de adultos mayores del pueblo joven Miraflores Alto Sector 3_Chimbote, tienen un estilo de vida no saludable y menos de la mitad con estilos de vida saludable.
- En relación a los factores biosocioculturales. La mayoría, tienen grado de instrucción primaria, ocupación: otros, de sexo masculino, profesan la religión católica. Más de la mitad con un ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles. Menos de la mitad con estado civil casado.
- Al realizar la prueba de Chi cuadrado encontramos que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables edad, sexo, estado civil, religión, ocupación e ingreso económico con los estilos de vida.

ASPECTOS COMPLEMENTARIOS

Recomendaciones

De acuerdo a las conclusiones obtenidas en el presente estudio se sugiere lo siguiente:

- Dar a conocer los resultados de la investigación a los representantes del Puesto de Salud “Miraflores Alto”, con la finalidad de contribuir para mejorar el estilo de vida del adulto mayor del pueblo joven Miraflores Alto.
- Se sugiere realizar otros estudios de investigación, tomando en cuenta los resultados obtenidos en la presente investigación, utilizando variables como la cultura, procedencias y costumbres que permitan explicar, comprender e intervenir en la problemática de los adultos mayores pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3, sobre el comportamiento relacionado a su estilo de vida.
- Se recomienda a los profesionales del Puesto de Salud “Miraflores Alto” la capacitación y el fomento de la educación sanitaria a la población para promover la adopción de estilos de vida saludable, y a la vez tener presente los resultados sobre los factores estudiados en la investigación reorientando las estrategias de atención hacia los adultos mayores del Pueblo joven Miraflores alto Sector 3.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Huenchuan S. Envejecimiento, personas mayores y Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible [Base de datos en Línea][Actualizado el 26 de Julio del 2020]Url Disponible en :
https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/44369/1/S1800629_es.pdf
2. Organización Mundial de la Salud. Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud. [Base de datos en Línea][Actualizado el 26 de Julio del 2020]Url Disponible en :
https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186466/9789240694873_spa.pdf?sequence=1
3. Federación Iberoamericana de Asociaciones de Personas Adultas Mayores. América Latina envejece a pasos de gigante[Base de datos en Línea][Actualizado el 26 de Julio del 2020]Url Disponible en :
<https://fiapam.org/america-latina-envejece-a-pasos-de-gigante/>
4. Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia. Sala situacional de la Población Adulta Mayor [Base de datos en Línea][Actualizado el 26 de Julio del 2020]Url Disponible en :
<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/PS/sala-situacional-poblacion-adulta-mayor.pdf>
5. Welin J. Gobierno presenta radiografía del Adulto Mayor: para el 2050 las personas mayores representarán el 31,6% de la población del país [Base de datos en Línea][Actualizado el 26 de Julio del 2020]Url Disponible en :

<https://www.gob.cl/noticias/evolucion-de-los-adultos-mayores-para-el-2050-las-personas-mayores-representaran-el-316-de-la-poblacion-del-pais/>

6. Roque M, Col. Informe sobre la situación de las personas mayores - Enero 2019 [Base de datos en Línea][Actualizado el 26 de Julio del 2020]Url Disponible en : <https://www.centrocepa.com.ar/informes/140-informe-sobre-la-situacion-de-las-personas-mayores-enero-2019.html#:~:text=Para%20el%20a%C3%B1o%202019%20las,directa%20y%20al%20resto%2C%20indirectamente.>
7. Tealdo F. En el Perú: Hacia el fortalecimiento de las políticas para personas adultas mayores[Base de datos en Línea][Actualizado el 26 de Julio del 2020]Url Disponible en : <https://www.defensoria.gob.pe/wp-content/uploads/2019/08/DEFENSOR%C3%8DA-DEL-PUEBLO-INFORME-ENVEJECER-EN-EL-PER%C3%9A.pdf>
8. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Situación de la población adulta mayor[Base de datos en Línea][Actualizado el 26 de Julio del 2020]Url Disponible en : https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/boletin_adulto_mayor_oct_no_v_dic2019.pdf
9. Encuesta Demográfica y de Salud Familiar. Envejecimiento de la población peruana: Enfrentando el desafío [Base de datos en Línea][Actualizado el 26 de Julio del 2020] Url Disponible en : https://www.sbs.gob.pe/Portals/0/jer/BOLETIN-SEMANAL/2018/B_S_31-2018.pdf

10. Ministerio de Salud. Organización de los círculos de Adultos Mayores en los establecimiento de salud del Primer nivel de Atención [Base de datos en Línea][Actualizado el 26 de Julio del 2020]Url Disponible en :
<http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/3271.pdf>
11. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Adultos mayores de 70 años y más de edad que viven solos en regiones. [Base de datos en Línea][Actualizado el 26 de Julio del 2020]Url Disponible en:
https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1577/Libro01.pdf
12. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Estadística poblacional. [Base de datos en Línea][Actualizado el 26 de Julio del 2020]Url Disponible en:
https://www.minsa.gob.pe/reunis/data/poblacion_estimada.asp
13. Red Pacifico Norte. Centro de Salud Miraflores alto. Oficina de estadística.2017.
14. Castro R. Estilos y Calidad de Vida de los Adultos Mayores de la Comunidad Patuco, Cantón Célica, en el Periodo Septiembre 2018 - Agosto 2019. [Tesis previa a la obtención del Título de Licenciada en Enfermería] Universidad Nacional de Loja. Facultad de SALUD Humana. Loja. Ecuador.2019.
<https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/22609/1/TESIS%20ROSITA%20Digital.1.pdf>
15. Serrano M. Estilos de vida y estado Nutricional del Adulto Mayor del Centro de Salud “Venezuela” de la Ciudad de Machala[Tesis para la obtención de titulo de licenciada en Enfermeria] Universidad Nacional de Loja.Facultad de la Salud Humana. Ecuador.2018

<https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/20628/1/TESIS%20MARIA%20SERRANO.pdf>

16. Tatham D. Estilos de Vida de Pacientes Adultos Mayores del Centro de Salud Villa Libertad de Managua, en el Periodo de Julio a Septiembre del 2018[Tesis para optar el titulo de Medico y cirugano] Universidad Cristiana Autonoma de Nicaragua. Facultad de Ciencias Medicas Ucan-Leon-Nicaragua.2018.

<https://es.slideshare.net/Danehysha/tesis-estilos-de-vida-ucancompletpdf>

17. Peralta G, Tomala J. Promoción de un Estilo de Vida Saludable del Club de Adultos Mayores, Centro de Salud Tipo C Venus de Valdivia, 2017, Ecuador-2018. [Tesis para la obtención de Título de Licenciada en Enfermería] Universidad Estatal Peninsula de Santa Elena. Facultad de Ciencias Sociales de la salud.Ecuador.2018.

<https://repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/4349/1/UPSE-TEN-2018-0024.pdf>

18. Flores I, León I. Estilos de Vida en Adultos Que Asisten al Centro gerontológico del Cantón Yanzatza, Año, 2015, Ecuador, 2019 [Tesis de Grado previa a la obtención del Título de licenciada en Enfermería]Universidad Nacional De Loja. Area de Salud Humana. Ecuador.2016.

<https://dspace.unl.edu.ec/jspui/handle/123456789/12625?mode=simple>

19. Segura L, Vega J. Estilos de Vida del Adulto Mayor que Asiste al Centro de Salud San Luis-San Luis-2016[Tesis para obtener el Título de Licenciada en Enfermería.Universidad Privada Arzobispo Loayza.Facultad de Ciencias de la Salud. Perú.2017.

<http://repositorio.ual.edu.pe/bitstream/handle/UAL/56/T-ENF%200035%20%28Segura%20Barboza%20y%20Vega%20Ygnacio%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

20. Dioses C. Estilos de vida y Factores socioculturales en el Centro de Salud la Matanza Piura-2018[Tesis para obtener el Título de Licenciada en Enfermería]Universidad San Pedro.Facultad de Ciencias de la Salud.Perú.2018
http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/11831/Tesis_60127.pdf?sequence=1&isAllowed=y
21. Vilela R. Estilos de vida y Factores Biosioculturales del Adulto Mayor que Asisten al Puesto de Salud de Mallaritos-Diciembre 2017-Abril 2018[Tesis para obtener el Título de Licenciada en Enfermería] Universidad San Pedro.Facultad de Ciencias de la Salud.Perú. 2018.
http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/11789/Tesis_60698.pdf?sequence=1&isAllowed=y
22. Meza J, Paitan B. Factores Socioeconómicos de la Situación de Abandono de los Adultos Mayores del Distrito de Chilca –2018[Tesis para obtener el Título de Licenciada en Enfermería] Universidad Nacional del Centro del Perú. Factor de Sociología.Perú.2019.
http://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/UNCP/5504/T010_46194263_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y
23. Echabautis A, Gómez Y. Estilos de vida saludable y Factores Biosioculturales en los Adultos de la Agrupación Familiar Santa Rosa de San Juan de Lurigancho,

2019[Tesis para obtener el Título de Licenciada en Enfermería] Universidad Maria Auxiliadora.Facultad de Ciencias de Enfermeria. Perú. 2019.

<http://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/UMA/206/47-2019%20%28Final%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

24. Paredes E. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor asentamiento humano Sanchez Milla. Nuevo Chimbote, 2015.[Tesis para optar el Titulo Profesional de Enfermeria] Universidad Catolica los Angeles Chimbote.Perú.2017

http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/6434/ADULTOS_MAYORES_ESTILO_DE_VIDA_PAREDES_AYALA_EMELY%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y

25. Chero R. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales en el Adulto, Asentamiento Humano Nuevo Eden-Nuevo Chimbote, 2016 [Tesis para optar el titulo Profesional de Enfermería] Universidad Catolica Los Angeles Chimbote.Facultad de Ciencias de la Salud. Perú. 2018.

http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/8555/ADULTO_ESTILOS_CHERO_LLONTOP_ROCIO_DEL_PILAR.pdf?sequence=1&isAllowed=y

26. Chávez M. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto Mayor, Asentamiento Humano Santa Rosa del Sur, Chimbote, 2015[Tesis para optar el titulo Profesional de Enfermería] Universidad Catolica Los Angeles Chimbote.Facultad de Ciencias de la Salud. Perú. 2019.

<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/8554>

27. Escudero C, Vanesa P. Apoyo Familiar y Estilos de Vida en el Adulto Mayor del Asentamiento Humano "10 de Setiembre". Chimbote, 2015. [Tesis para optar el título Profesional de Enfermería]Universidad Nacional del Santa. Facultad de Ciencias. Perú. 2016.
<http://repositorio.uns.edu.pe/handle/UNS/2583>
28. Cueva T. Apoyo Familiar y Estilo de Vida en el Adulto Mayor del Puesto de Salud Satélite, Nuevo Chimbote. 2016[Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Enfermería] Universidad San Pedro. Facultad Ciencias de la Salud.Perú.2016
<http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/USANPEDRO/2840>
29. Giraldo A. La promoción de la salud como estrategia para el fomento de estilos de vida saludables[Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020]URL Disponible en :
https://www.researchgate.net/publication/329359019_La_promocion_de_la_salud_como_estrategia_para_el_fomento_de_estilos_de_vida_saludables
30. Organización Mundial de la Salud. El Honorable Marc Lalonde[Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020]URL Disponible en :
<https://www.paho.org/es/heroes-salud-publica/honorable-marc-lalonde>
31. Rocha J. Modelo de Salud de Marc Lalonde[Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020]URL Disponible en :
<https://es.scribd.com/doc/296022996/Modelo-de-Salud-de-Marc-Lalonde>
32. Bonato A. Informe Lalonde [Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020]URL Disponible en :

<https://saludypoesia.wordpress.com/2014/01/24/informe-lalonde/>

33. Palladino A. El concepto de “campo de salud” una perspectiva canadiense [Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020]URL Disponible en :
<https://med.unne.edu.ar/sitio/multimedia/imagenes/ckfinder/files/files/aps/El%20concepto%20de%20Campo%20de%20Salud%20-%20Una%20perspectiva%20canadiense.pdf>
34. Arrechadora I. Nola Pender: Biografía y Teoría [Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020]URL Disponible en :
<https://www.lifeder.com/nola-pender/>
35. Meiriño J, col. Nola Pender [Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020]URL Disponible en :
<http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/nola-pender.html>
36. Perez C. Modelo de promoción de la salud Nola pender [Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020]URL Disponible en :
<https://es.slideshare.net/carlosperezguzman/modelo-de-promocin-de-la-salud-nola-pender>
37. Contreras S y col. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión [Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020]URL Disponible en :
https://www.researchgate.net/publication/330296308_El_modelo_de_promocion_de_la_salud_de_Nola_Pender_Una_reflexion_en_torno_a_su_compression
38. Aristizábal H y col. Modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión [Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020]URL Disponible en :
<http://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v8n4/v8n4a3.pdf>

39. Londoño S. Promoción de la Salud: Nola Pender [Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020] URL Disponible en :
<http://teoriasenenfermeria.blogspot.com/2013/05/modelo-de-promocion-de-salud-capitulo-21.html>
40. Paz A. Modelo de Nola Pender, su actualidad en la promoción de salud de la cardiopatía izquémica [Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020] URL Disponible en :
<https://www.monografias.com/trabajos102/modelo-nola-pender-su-actualidad-promocion-salud-cardiopatia-izquemica/modelo-nola-pender-su-actualidad-promocion-salud-cardiopatia-izquemica.shtml>
41. Garcia F. ¿Qué es una alimentación saludable? [Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020] URL Disponible en :
<https://www.minsalud.gov.co/salud/publica/HS/Paginas/que-es-alimentacion-saludable.aspx>
42. Castilla L. ¿Qué es el ejercicio físico? [Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020] URL Disponible en :
<https://www.saludcastillayleon.es/es/saludjoven/ejercicio-fisico/ejercicio-fisico>
43. Ferreira A. ¿Quién es el responsable de mi salud? Responsabilidad individual o social en el cambio de estilo de vida [Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020] URL Disponible en :
<https://www.semfyc.es/quien-es-el-responsable-de-mi-salud-responsabilidad-individual-o-social-en-el-cambio-de-estilo-de-vida/>
44. Maslow A. Significado de Autorrealización [Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020] URL Disponible en :

<https://www.significados.com/autorrealizacion/>

45. Pérez J. Merino M. Definición de red de apoyo [Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020] URL Disponible en :

<https://definicion.de/red-de-apoyo/>

46. Regueiro A. Conceptos básicos: ¿qué es el estrés y cómo nos afecta? [Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020] URL Disponible en :

<https://www.uma.es/media/files/tallerestr%C3%A9s.pdf>

47. Amado C. ¿Qué es realmente el nivel educativo y qué piensan los papás que es? ? [Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020] URL Disponible en :

<http://blog.colegioamadonervo.com/noticias/que-es-realmente-el-nivel-educativo-y-que-piensan-los-papas-que-es>

48. Guitierrez F. Guia: Estilos de vida Saludable. [Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020] URL Disponible en :

https://www.medellin.gov.co/irj/go/km/docs/pccdesign/SubportaldelCiudadano_2/PlandeDesarrollo_0_19/ProgramasyProyectos/Shared%20Content/Estilos%20de%20vida%20saludable/Gu%C3%ADa%20Estilos%20de%20Vida/Gui%C3%A1%20Estilos%20de%20vida%20saludables.pdf

49. Pérez M. Adulto Mayor [Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020] URL Disponible en :

<https://conceptodefinicion.de/adulto-mayor/>

50. Raffino. M. ¿Qué es enfermería? [Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020] URL Disponible en :

<https://concepto.de/enfermeria/>

51. Conde J. Tipos de Investigación y Diseños [Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020]URL Disponible en :
https://bib.us.es/educacion/sites/bib3.us.es.educacion/files/poat2016_2_4_1_tipos_y_disenos_de_investigacion_cuantitativa_y_cualitativa.pdf
52. Ruiz L. ¿Qué es el diseño de investigación y cómo se realiza? [Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020]URL Disponible en :
<https://psicologiaymente.com/miscelanea/disenos-de-investigacion>
53. Alva K. Diseños de Investigación[Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020]URL Disponible en :
<https://explorable.com/es/disenos-de-investigacion>
54. Pitarque A. Métodos y diseños de investigación[Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020]URL Disponible en :
<http://www.postgradoune.edu.pe/pdf/documentos-academicos/ciencias-de-la-educacion/11.pdf>
55. Negrete D. 7 hábitos de vida saludables para un envejecimiento exitoso[Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020]URL Disponible en :
<https://hogarcorazondejesus.org.ec/blog/item/20014-habitos-vida-saludables-adulto-mayor>
56. Cabaña L. Sociocultural [Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020]URL Disponible en :
<https://definicion.mx/sociocultural/>
57. Rojas K. Género [Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020]URL Disponible en :

<http://educacionsexual.uchile.cl/index.php/hablando-de-sexo/conceptos-de-genero-sexualidad-y-roles-de-genero>

58. Vergara A. Factores culturales[Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020]URL Disponible en :
<https://es.slideshare.net/jadesita/factores-culturales-8084087>
59. Instituto Vasco de Estadística. Nivel de instrucción[Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020]URL Disponible en :
https://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_165/elem_2376/definicion.html
60. Bembibre C. Definición de Estado Civil[Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020]URL Disponible en :
<https://www.definicionabc.com/derecho/estado-civil.php#:~:text=Derecho%20%20C2%BB%20Estado%20Civil-Definici%C3%B3n%20de%20Estado%20Civil,un%20pariente%20o%20familiar%20directo.>
61. Perez J. Gardey A. Definición de Ocupación [Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020]URL Disponible en:
<https://definicion.de/ocupacion/>
62. Bembibre C. Definición de Ingresos[Base de datos en Línea] [Actualizado el 25 de Julio del 2020]URL Disponible en:
<https://www.definicionabc.com/economia/ingresos.php#:~:text=En%20el%20%20C3%A1mbito%20de%20la,o%20privada%20%20individual%20o%20grupal.>
63. Investigación CI de É en. Código de ética para la investigación. Universidad Católica Los Ángeles Chimbote [Internet]. 2016 Jan 25 [cited 2019 Jul 2];Available from:

<https://www.uladech.edu.pe/images/stories/universidad/documentos/2019/codigo-de-etica-para-la-investigacion-v002.pdf>

64. Sandoval E. Estilo de vida y el estado nutricional del adulto mayor en Fanupe Barrio Nuevo Morrope 2017 [Tesis para Optar el Título profesional de Licenciado En Enfermería] Universidad Señor de Sipan. Facultad de Ciencias de la Salud. Perú. 2017.

<http://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/uss/5918/Sandoval%20Siesquen%2c%20E%20Alex.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

65. Gensollen A. Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores. Asentamiento Humano Los Cedros - Nuevo Chimbote, 2015 [Tesis para optar el título profesional de enfermería] Universidad Católica Los Angeles Chimbote. Facultad de Ciencias de la Salud. Perú. 2017.

http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/8079/ADULTO_MAYOR_ESTILO_VIDA_GENSOLLEN_RODRIGUEZ_ALEJANDRA%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y

66. Vilela R. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor que asisten al Puesto de Salud de Mallaritos - diciembre 2017- abril 2018 [Tesis para obtener el Título de Licenciada en Enfermería] Universidad San Pedro. Facultad de Ciencias de la Salud. Perú. 2018.

<http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/USANPEDRO/11789>

67. Echabautis O y col. Estilos de Vida Saludable y Factores Biosocioculturales en los Adultos de la Agrupación Familiar Santa Rosa de San Juan de Lurigancho,

- 2019[Tesis para Optar el Título Profesional de Enfermería] Universidad Maria Auxiliadora. Facultad de Ciencias de la Salud. Perú, 2019.
- <http://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/UMA/206/47-2019%20%28Final%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
68. Zapata E. Qué es el estilo de vida. Lo que dice sobre ti [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en :
<https://www.consumoteca.com/bienestar-y-salud/estilo-de-vida/>
69. Organización Mundial de la Salud. Vida saludable, bienestar y objetivos de desarrollo sostenible [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en :
<https://www.who.int/bulletin/volumes/96/9/18-222042/es/>
70. Velásquez S. Salud Física y Emocional. [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en :
https://www.uaeh.edu.mx/docencia/VI_Lectura/licenciatura/documentos/LECT103.pdf
71. Estilos de Vida Saludable. [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en :
<https://www.prevencion.adeslas.es/es/ninopreadolescente/masprevencion/Paginas/Estilo-vida-saludable.aspx>
72. Organización Mundial de la Salud. Actividad física. [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en :
<https://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es/>
73. Organización Mundial de la Salud. Inocuidad de los alimentos [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en :

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/food-safety>

74. Pad L. La salud, una responsabilidad de todos [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en :
<https://lillypad.es/entry.php?e=685&n=la-salud-una-responsabilidad-de-todos>
75. Ignacio J. ¿Qué es Autorrealización? [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en :
<https://sermasyo.com/que-es-autorrealizacion/>
76. Perez J. Merino M. Definición de Redes de apoyo. [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en:
<https://definicion.de/red-de-apoyo/#:~:text=Una%20red%20de%20apoyo%2C%20por,para%20colaborar%20con%20alguna%20causa.>
77. Tomasso L. El otro lado del estrés [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en:
<https://www.vidaysalud.com/el-otro-lado-del-estres/>
78. Aranda J. Estilos de vida y factores biosocioculturales De la Persona Adulta [Tesis] Universidad de España. Editorial Academica de España. España. 2019
<https://www.morebooks.de/store/es/book/estilos-de-vida-y-factores-biosocioculturales/isbn/978-3-8417-6538-3>
79. Avelino J. Estilo de vida de los usuarios del programa del adulto mayor del hospital regional docente de Trujillo-2015 [Tesis para Optar el Título Profesional de Enfermería] Universidad Nacional de Trujillo. Facultad de Ciencias Sociales. Perú. 2016.

<http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/7874/AVELINO%20LE%c3%93N%20YANET%20MARISEL%28FILEminimizer%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

80. Arias J. Factores biosociales y estilos de vida del adulto mayor atendido en el Centro de Salud Alianza I-4 Azángaro 2018[Tesis para Optar el Título Profesional de Enfermería] Universidad Nacional del Altiplano. Facultad de Enfermería. Perú.2019.

http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/10491/Arias_Infantes_Jennifer_Yelvetia.pdf?sequence=1&isAllowed=y

81. Calderón M, Ginez M. Estilo de vida y su relación con el riesgo de desarrollar Diabetes Mellitus tipo 2 en adultos del Asentamiento Humano San Francisco de Ñaña, 2019.Universidad Peruana Union. Facultad de Ciencias de la Salud. Perú.2019

<https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/1636>

82. Sandoval L. Sexo[Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020]

URL Disponible en :

<https://quesignificado.com/sexo/>

83. Vargas J. Sexo, sexualidad e instinto sexual [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en :

<https://es.slideshare.net/jualyr/sexo-sexualidad-e-instinto-sexual>

84. Sanchez A. Educación[Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en :

<https://conceptodefinicion.de/educacion/>

85. Uguil P. Concepto de instrucción[Base de datos en Linea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en :
<https://deconceptos.com/ciencias-sociales/instruccion>
86. Werlon A. Nivel de instrucción[Base de datos en Linea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en :
https://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_165/elem_2376/definicion.html
87. Acero R. Estilo de vida y factores biosocioculturales de la mujer adulta. Pariacoto, 2015 [Tesis para Optar el Grado de Maestra en Ciencias de Enfermería] Universidad Nacional del Santa. Perú.2018.
<http://repositorio.uns.edu.pe/bitstream/handle/UNS/3297/48969.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
88. Díaz I. Estilos de vida y su relación con el índice de masa corporal en el personal militar del cuartel general FAP – 2017[Tesis para Optar el Título de Especialista en Enfermería en Salud Pública y Comunitaria.Universidad Nacional Federico Villareal.Facultad de Medicina Hipolito Unanue.Perú.2019.
http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/3645/UNFV_Diaz_Rivera_Isabel_Maria_Segunda_Especialidad_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y
89. Cornejo M, Lema A. Estilo de vida del adulto mayor: evaluación de los niveles de autonomía e independencia[Tesis] Universidad de Guayaquil. Facultad de Ciencias Psicológicas. Ecuador.2018.
http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/34719/3/CORNEJO_LEMA%20TITULACION.pdf

90. Dioses C. Estilos de Vida y Factores socioculturales en pacientes Adulto, Centro de Salud La Matanza Piura – 2018[Tesis para obtener el Título de Licenciada en Enfermería] Universidad San Pedro. Facultad de Ciencias de la Salud. Perú. 2018. http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/11831/Tesis_60127.pdf?sequence=1&isAllowed=y
91. Wilon J. Significado de Iglesia católica[Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en : <https://www.significados.com/iglesia-catolica/>
92. Vargas F. Catecismo de la Iglesia. [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en : http://www.vatican.va/archive/catechism_sp/index_sp.html
93. Magraner X. El papel de la Iglesia católica en la educación[Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en : <https://www.lavanguardia.com/vida/junior-report/20200121/473038898408/educacion-religion-iglesia-catolica.html>
94. Bembibre C. Definición de Estado Civil[Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en : <https://www.definicionabc.com/derecho/estado-civil.php>
95. Parraga Y. Calidad de vida de los adultos mayores beneficiarios del centro integral del adulto mayor de Huancayo [Tesis para Optar el Título Profesional de Licenciada en Trabajo Social] Universidad Nacional del Centro del Perú. Facultad de Trabajo Social. Perú.2017.

<http://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/UNCP/3420/Parraga%20Huaroc.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

96. Navarro S. Situación socioeconómica de los adultos mayores asociados de la asociación regional de cesantes y jubilados- Arcije Junin- Huancayo 2016.[Tesis para Optar el Título Profesional de Licenciada en Trabajo] Universidad Nacional del Centro de Perú. Facultad de Trabajo Social.Perú.2016.

http://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/UNCP/942/TTS_40.pdf?sequence=1&isAllowed=y

97. Rojas Y. Actividad física y riesgos de caídas en centro de atención adulto mayor de Santa Anita-2018[Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada Tecnológica Médica Especialidad de Terapia Física y Rehabilitación]Universidad Nacional Federico Villareal. Facultad de Tecnológica Médica.Perú.2019.

http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/3089/UNFV_Rojas_Mej%c3%ada_Yesenia_Elizabeth_Titulo_Profesional_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

98. Carbajal D. Calidad de vida en el adulto mayor del centro integral de La Molina[Tesis para Optar el Título Profesional de Licenciada Tecnológica Médica Especialidad de Terapia Física y Rehabilitación]Universidad Nacional Federico Villareal. Facultad Tecnológica Médica. Perú.2019.

http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2792/UNFV_DIEGO_CARBAJAL_LAZARO_TITULO%20PROFESIONAL_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

99. Gamabu V. ¿Qué es una profesión? [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en

<https://www.consejo-colef.es/post/vgambau-profesion>

100. Gutiérrez M. Concepto de ocupación [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en:
<https://deconceptos.com/ciencias-sociales/ocupacion>
101. Raffino E. ¿Qué es el ingreso? [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en:
<https://concepto.de/ingreso-2/>
102. Roldan P. Factores de producción [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en: <https://economipedia.com/definiciones/factores-de-produccion.html>
103. Sierra C. La economía de la educación y de la salud el ingreso económico [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en:
<https://portal.biendesalud.com/blog/mente/la-economia-de-la-educacion-y-de-la-salud-el-ingreso-economico>
104. Chávez M. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor, asentamiento humano Santa Rosa del Sur, Chimbote, 2015 [Tesis Para Optar el Título Profesional de Enfermería] Universidad Católica Los Angeles Chimbote. Perú. 2019.
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/8554>
105. Romo D. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor en el distrito de San Juan de Iscos, 2017 [Tesis Para Optar el Título Profesional de Enfermería] Universidad Católica Los Ángeles Chimbote. Perú. 2018.
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/4432>

106. Paredes E. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor asentamiento humano Sánchez Milla. Nuevo Chimbote, 2015 [Tesis Para Optar el Título Profesional de Enfermería] Universidad Católica Los Ángeles Chimbote. Perú. 2018
- <http://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/10609>
107. Castillo P. Definiciones de sexo y sexualidad [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en:
- <https://www.plannedparenthood.org/planned-parenthood-massachusetts/local-training-education/educacion-para-padres/informacion-acerca-de-la-pubertad-y-entendimiento-de-la-sexualidad/definiciones-de-sexo-y-sexualidad>
108. Organización Mundial de la Salud. Género y salud [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en:
- <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/gender>
109. Martell E, Ruiz L. Calidad de Vida Percibida por el Adulto Mayor del Caserío de Yanazara Huamachuco. [Tesis Para Optar el Título Profesional de Enfermería] Universidad Nacional de Trujillo. Facultad de Ciencias de Enfermería. Perú. 2017.
- <http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/10609/1781.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
110. Cochachin M. Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores del distrito de Ataquero - Carhuaz, 2017. [Tesis Para Optar el Título Profesional de Enfermería] Universidad Católica Los Ángeles Chimbote. Perú. 2018
- <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/13998>

111. Morales J. Factores sociales en la calidad de vida de los usuarios adultos mayores del Hospital de Apoyo- Chepén- 2018. [Título Profesional de Licenciada en Trabajo Social] Universidad Nacional de Trujillo. Facultad de Ciencias de la Salud. Perú. 2018
- <http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/13304/JAIDY%20MORALES%20SARAVIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
112. Organización Mundial de la Salud; ¿Cómo define la OMS la salud? [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en:
- <https://www.who.int/es/about/who-we-are/frequently-asked-questions>
113. Aries A, Celleri T. Relación entre el estilo de vida y estado nutricional en los adultos mayores que asisten al Hogar de los Abuelos Cuenca 2017 [Proyecto de investigación previa a la obtención del título de licenciado en Nutrición y Dietética] Universidad de Cuenca. Facultad de Ciencias Médicas. Ecuador. 2018.
- <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/30569/1/PROYECTO%20DE%20INVESTIGACION.pdf>
114. Sigueñas R. Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores del distrito de Tingo provincia de Carhuaz-Ancash, 2017 [Tesis Para Optar el Título Profesional de Enfermería] Universidad Católica Los Ángeles Chimbote. Perú. 2019.
- <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/14001>
115. Lozada J. Calidad de vida del adulto mayor: efectos del programa estilos de vida para un envejecimiento activo - Essalud. Distrito la esperanza, provincia de Trujillo, en el año 2015. [Tesis para optar el título profesional de licenciado en

trabajo social]Universidad Nacional de Trujillo.Facultad de Ciencias Sociales.
Perú.2015.

[http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/2848/LOZADA%20OLIVA%20JOHANA%20ROSA%20NOELIA%28FILEminimizer%29.pdf?sequence=1&isAllowed](http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/2848/LOZADA%20OLIVA%20JOHANA%20ROSA%20NOELIA%28FILEminimizer%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

[≡y](#)

116.Oliva F. 7 consejos de salud para tu bienestar físico y mental [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en:

<https://www.veritasint.com/blog/consejos-de-salud/>

117.Rodríguez A. Definiendo la lectura, el alfabetismo y otros conceptos relacionados[Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en:

http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0187-358X2007000100007

118.Yirda A. Educación Primaria[Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en:

<https://conceptodefinicion.de/educacion-primaria/>

119.Meza M. Paitan B. Factores socioeconómicos de la situación de abandono de los adultos mayores del Distrito de Chilca –2018 [Tesis] Universidad Nacional del Centro del Perú. Facultad de SociologíaPerú.2018.

http://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/UNCP/5504/T010_46194263_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y

120. Morales L. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del barrio Cumpayhuara - Caraz, 2018 [Tesis Para Optar el Título Profesional de Enfermería] Universidad Católica Los Ángeles Chimbote. Perú. 2019.
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/8942>
121. Córdova N, Aguilar N. Factores Biopsicosocioeconomicos asociados a los estilos de vida del adulto mayor en la Asociación de vivienda de Lomas de San Pedro Tarapoto Julio-Noviembre, 2016 [Tesis para optar el título profesional de enfermería] Universidad Nacional de San Martín-Tarapoto. Facultad Ciencias de la Salud. Perú. 2018.
<http://repositorio.unsm.edu.pe/bitstream/handle/11458/3083/ENFERMERIA%20-%20Nancy%20C%C3%B3rdova%20G%C3%B3mez%20%26%20Jhen%20Neilin%20Aguilar%20Santa%20Cruz.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
122. Imaginario A. Qué es Religión: [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en:
[https://www.significados.com/religion/#:~:text=Religi%C3%B3n%20puede%20entenderse%2C%20de%20este,el%20islam%20\(1.900%20millones\)%20y](https://www.significados.com/religion/#:~:text=Religi%C3%B3n%20puede%20entenderse%2C%20de%20este,el%20islam%20(1.900%20millones)%20y)
123. Kelsey A. ¿Qué es la religión? [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en:
<https://www.nationalgeographic.es/historia/killing-jesus-estreno-en-national-geographic-channel>
124. Vargas A. religión [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en:
<https://definicion.de/religion/>

125. Carcamo M. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto en el conjunto habitacional Micaela Bastidas Enace III etapa - Piura, 2019. [Tesis Para Optar el Título Profesional de Enfermería] Universidad Católica Los Ángeles Chimbote. Perú.2019.
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/14100>
126. Oropeza C. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del pueblo joven san juan - Chimbote, 2018 [Tesis Para Optar el Título Profesional de Enfermería] Universidad Católica Los Ángeles Chimbote. Perú.2020.
https://www.academia.edu/43599643/ESTILOS_DE_VIDA_Y_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_DE_LOS_ADULTOS_DEL_PUEBLO_JOVEN_SAN_JUAN_-_CHIMBOTE_2018
127. Avalos M. Factores socio-demográficos y prácticas de estilos de vida saludable de enfermeras Hospital Víctor Lazarte Echegaray. [Tesis Para Optar el Título Profesional de Enfermería] Universidad Nacional de Trujillo. Facultad de Enfermería. Perú.2018
<http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/11727/2E568.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
128. Diaz T. Casados, solteros, viudos, divorciados, separados y convivientes [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en:
<https://www.excelsior.com.mx/blog/una-vida-singular/casados-solteros-viudos-divorciados-separados-y-convivientes/1132128>
129. Bretel D. Descubre la importancia de llevar una vida saludable [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en:

<https://blog.oncosalud.pe/la-importancia-de-una-vida-saludable>

130. Ibirico P. Meza A. Factores relacionados a los estilos de vida en adultos asistentes a Iglesias Adventistas de Ñaña del distrito de Lurigancho-Chosica, 2020 [] Universidad Peruana Union. Facultad de Ciencias de la Salud.. Perú.2020
https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/2985/Pablo_Tesis_Licenciatura_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y
131. Díaz K. Estilos de vida y estado nutricional del adulto mayor Essalud - Cajamarca 2017[Tesis]Universidad Nacional de Cajamarca.Facultad Ciencias de la Salud.Perú.2017
http://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/UNC/955/T016_70205150_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y
132. Medina E. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor del asentamiento humano Villa Victoria Nuevo Chimbote 2015[Tesis Para Optar el Título Profesional de Enfermería] Universidad Católica Los Ángeles Chimbote. Perú.2019.
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/15360>
133. Álvarez E, col. Definición y desarrollo del concepto de Ocupación: ensayo sobre la experiencia de construcción teórica desde una identidad local. [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en:
<http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/129456/Definicion-y-desarrollo-del-concepto-de-ocupacion.pdf?sequence=1>

134. Montes S. Ocupación, cultura y Sociedad Compromiso de la terapia Ocupacional.
[Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible
en:
<http://www.revistatog.com/mono/num5/mono5.pdf>
135. Reyes M. Estilo de vida y su relación con factores biosocioculturales del adulto
mayor en el caserío casagrande- La Arena Piura, Abril a Setiembre 2016 [Tesis
para optar el Título Profesional de Licenciado en Enfermería] Universidad San
Pedro. Facultad Ciencias de la Salud. Perú. 2017.
http://repositorio.usanpedro.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/3137/Tesis_53913.pdf?sequence=1&isAllowed=y
136. Palacios N. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los Adultos del Distrito
de Llama- Piscobamba, 2018 [Tesis Para Optar el Título Profesional de
Enfermería] Universidad Católica Los Ángeles Chimbote. Perú. 2018.
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/3345>
137. Olivares S. Estilo de vida y su relación con factores biosocioculturales del adulto
mayor del asentamiento humano Miraflores Alto-Chimbote, 2017. [Tesis Para
Optar el Título Profesional de Enfermería] Universidad Católica Los Ángeles
Chimbote. Perú. 2019.
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/14988>
138. Gil S. Ingreso [Base de datos en Línea] [Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL
Disponible en:
<https://economipedia.com/definiciones/ingreso.html>

139.Ortecho A. Los bajos ingresos perpetúan la pobreza[Base de datos en Línea]

[Actualizado el 26 de Julio del 2020] URL Disponible en:

<https://www.animalpolitico.com/frente-a-la-pobreza/los-bajos-ingresos-perpetuan-la-pobreza/>

Anexos:



ANEXO N° 01

UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

ESCALA DE ESTILO DE VIDA

(Delgado R, Reyna E, Díaz R (2008))

N°.	Ítems	CRITERIOS			
	ALIMENTACIÓN				
1	Come Ud. tres veces al día: desayuno almuerzo y comida.	N	V	F	S
2	Todos los días, Ud. consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos.	N	V	F	S
3	Consume de 4 a 8 vasos de agua al día	N	V	F	S
4	Incluye entre comidas el consumo de frutas.	N	V	F	S
5	Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales o químicos para conservar la comida.	N	V	F	S
6	Lee Ud. las etiquetas de las comidas empaquetadas, enlatadas o conservas para identificar los ingredientes.	N	V	F	S
	ACTIVIDAD Y EJERCICIO				
7	Hace Ud., ejercicio por 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana.	N	V	F	S
8	Diariamente Ud. realiza actividades que incluyan el movimiento de todo su cuerpo.	N	V	F	S

	MANEJO DEL ESTRÉS				
9	Usted identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida.	N	V	F	S
10	Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación.	N	V	F	S
11	Ud. plantea alternativas de solución frente a la tensión o preocupación.	N	V	F	S
12	Realiza alguna de las siguientes actividades de relajación tales como: tomar siesta, pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de respiración.	N	V	F	S
	APOYO INTERPERSONAL				
13	Se relaciona con los demás.	N	V	F	S
14	Mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás.	N	V	F	S
15	Comenta sus deseos e inquietudes con las demás personas.	N	V	F	S
16	Cuando enfrenta situaciones difíciles recibe apoyo de los demás.	N	V	F	S
	AUTORREALIZACION				
17	Se encuentra satisfecho con lo que ha realizado durante su vida.	N	V	F	S
18	Se encuentra satisfecho con las actividades que actualmente realiza.	N	V	F	S
19	Realiza actividades que fomenten su desarrollo personal.	N	V	F	S
	RESPONSABILIDAD EN SALUD				
20	Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica.	N	V	F	S
21	Cuando presenta una molestia acude al establecimiento de salud.	N	V	F	S
22	Toma medicamentos solo prescritos por el médico.	N	V	F	S
23	Toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud.	N	V	F	S

24	Participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud.	N	V	F	S
25	Consume sustancias nocivas.: cigarro, alcohol y/o drogas.	N	V	F	S

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:

NUNCA: N = 1

A VECES: V = 2

FRECUENTEMENTE: F = 3

SIEMPRE: S = 4

El ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es al contrario

N= 4 V=3 F=2 s=1

PUNTAJE MÁXIMO: 100 puntos



ANEXO N° 02

**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CUESTIONARIO SOBRE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL

ADULTO MAYOR DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES ALTO

SECTOR 3_CHIMBOTE, 2017

DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:

A) FACTORES BIOLÓGICOS

1. Marque su sexo?
a) Masculino () b) Femenino ()
- 2.Cuál es su edad?
a) 20-35 años b) 36-59 años c) 60 a más

A) FACTORES CULTURALES:

3. ¿Cuál es su grado de instrucción?
a) Analfabeto (a) b) Primaria c) Secundaria d) Superior
4. ¿Cuál es su religión?
a) Católico(a) b) Evangélico c) Otras

B) FACTORES SOCIALES:

5. ¿Cuál es su estado civil?
a) Soltero b) Casado c) Viudo d) Conviviente e) Separado

6. ¿Cuál es su ocupación?

- a) Obrero
- b) Empleado
- c) Ama de casa
- d) Estudiante
- e) Otros

7. ¿Cuál es su ingreso económico?

- a) Menor de 400 nuevos soles
- b) De 400 a 650 nuevos soles
- c) De 650 a 850 nuevos soles
- d) De 850 a 1100 nuevos soles
- e) Mayor de 1100 nuevos soles



ANEXO N° 03

VALIDEZ INTERNA DE LA ESCALA ESTILO DE VIDA

Para la validez de la Escala del Estilo de Vida, se aplicó la fórmula R de Pearson en cada uno de los ítems; obteniéndose:

$$r = \frac{N\sum xy - \sum x \cdot \sum y}{\sqrt{N\sum x^2 - (\sum x)^2 \cdot N\sum y^2 - (\sum y)^2}}$$

	R-Pearson	
Ítems 1	0.35	
Ítems 2	0.41	
Ítems 3	0.44	
Ítems 4	0.10	(*)
Ítems 5	0.56	
Ítems 6	0.53	
Ítems 7	0.54	
Ítems 8	0.59	
Ítems 9	0.35	
Ítems 10	0.37	
Ítems 11	0.40	
Ítems 12	0.18	(*)
Ítems 13	0.19	(*)
Ítems 14	0.40	
Ítems 15	0.44	
Ítems 16	0.29	
Ítems 17	0.43	
Ítems 18	0.40	
Ítems 19	0.20	
Ítems 20	0.57	
Ítems 21	0.54	
Ítems 22	0.36	
Ítems 23	0.51	
Ítems 24	0.60	
Ítems 25	0.04	(*)



ANEXON° 04

CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

Resumen del procesamiento de los casos

		N	%
Casos	Válidos	27	93.1
	Excluidos(a)	2	6.9
	Total	29	100.0

A Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
0.794	25



ANEXO N°5

UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

CONSENTIMIENTO INFORMADO

TITULO

**ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN
ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES ALTO
SECTOR 3 _CHIMBOTE, 2017**

Yo.....Acepto
participar voluntariamente en el presente estudio, señalo conocer el propósito
de la Investigación. Mi participación consiste en responder con veracidad y
de forma oral a las preguntas planteadas.

La investigadora se compromete a guardar la confidencialidad y anonimato
de los datos, los resultados se informarán de modo general, guardando en
reserva la identidad de las personas entrevistadas. Por lo cual autorizo mi
participación firmando el presente documento.

.....

FIRMA