



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE ESTUDIO DE ENFERMERÍA**

**ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD DEL ADULTO DEL UPIS
PUEBLO LIBRE_ LOS OLIVOS_ LOS ALGARROBOS_PIURA, 2024**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA

AUTOR

BALCAZAR VICENTE, EDDY YOVANY

ORCID:0009-0009-9060-5671

ASESOR

VILCHEZ REYES, MARIA ADRIANA

ORCID:0000-0002-7629-7598

CHIMBOTE-PERÚ

2024



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIO DE ENFERMERÍA

ACTA N° 0071-092-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **17:30** horas del día **21** de **Junio** del **2024** y estando lo dispuesto en el Reglamento de Investigación (Versión Vigente) ULADECH-CATÓLICA en su Artículo 34º, los miembros del Jurado de Investigación de tesis de la Escuela Profesional de **ENFERMERÍA**, conformado por:

CANTUARIAS NORIEGA NELIDA Presidente
REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER Miembro
ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO Miembro
Dr(a). VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD DEL ADULTO DEL UPIS PUEBLO LIBRE_ LOS OLIVOS_ LOS ALGARROBOS_PIURA, 2024**

Presentada Por :
(0812191052) **BALCAZAR VICENTE EDDY YOVANY**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **16**, quedando expedito/a el/la Bachiller para optar el TITULO PROFESIONAL de **Licenciada en Enfermería**.

Los miembros del Jurado de Investigación firman a continuación dando fe de las conclusiones del acta:

CANTUARIAS NORIEGA NELIDA
Presidente

REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER
Miembro

ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO
Miembro

Dr(a). VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA
Asesor



CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD DEL ADULTO DEL UPIS PUEBLO LIBRE_ LOS OLIVOS_ LOS ALGARROBOS_ PIURA, 2024 Del (de la) estudiante BALCAZAR VICENTE EDDY YOVANY, asesorado por VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 8% según el reporte de originalidad del programa Turnitin.

Por lo tanto, dichas coincidencias detectadas no constituyen plagio y la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

Cabe resaltar que el turnitin brinda información referencial sobre el porcentaje de similitud, más no es objeto oficial para determinar copia o plagio, si sucediera toda la responsabilidad recaerá en el estudiante.

Chimbote, 28 de Agosto del 2024



Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

DEDICATORIA

A Dios por darme entendimiento y
fortaleza cada día para poder superar
las dificultades que se presentaron.

A mis padres quienes me dieron la
vida, educación, apoyo y sus consejos
en cada momento, a mis hijos y toda
mi familia en general por ser lo mejor
que me ha entregado la vida.

A mis docentes que estuvieron durante el
proceso de mi carrera, porque cada uno de
ellos aportó sus paciencia y experiencia,
sobre todo tiempo para formar parte de lo
que soy ahora, por lo que son parte
fundamental de este crecimiento como
persona profesional.

Eddy

AGRADECIMIENTO

A Dios por darme la vida, sabiduría,
por guiar mis pasos y darme las
fuerzas necesarias para superar
dificultades y lograr mis objetivos
porque sin él no lo lograría.

A mis padres por su ejemplo de
perseverancia, lucha y por su
amor incondicional que me
demuestran cada día

Agradezco también a las autoridades y
a todos los adultos del UPI pueblo libre
los Olivos Algarrobos_Piura, por
brindarme información necesaria por
su apoyo y tiempo valioso.

ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA	IV
AGRADECIMIENTO	V
ÍNDICE GENERAL	VI
LISTA DE TABLAS	VII
LISTA DE FIGURAS	VIII
RESUMEN	IX
ABSTRACT	X
I.-PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	1
II.-MARCO TEÓRICO	5
2.1.-Antecedentes	5
2.2.-Bases teóricas	10
III. METODOLOGÍA	15
3.1. Nivel, Tipo y Diseño de Investigación	15
3.2. Población y muestra	15
3.3. Variables, Definición y Operacionalización	17
3.4. Técnicas e Instrumentos de recolección de información	19
3.5. Método de análisis de datos	21
3.6. Aspectos éticos	21
IV. RESULTADOS	23
V. DISCUSIÓN	29
VI. CONCLUSIONES	38
VII. RECOMENDACIONES	39
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	40
ANEXOS	49
Anexo 01. Matriz de consistencia	49
Anexo 02. Instrumento de recolección de información	50
Anexo 03. Ficha técnica de los instrumentos	53
Anexo 04. Formato del consentimiento informado u otros	60
Anexo 05. Cálculo de la muestra	61

LISTA DE TABLA

	Pág.
TABLA 1: OPERACIONALIZACIÓN Y DEFINICIÓN DE VARIABLES.....	17
TABLA 2: ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD DEL ADULTO DEL UPIS PUEBLO LIBRE_ LOS OLIVOS_ LOS ALGARROBOS_ PIURA, 2024.....	24

LISTA DE FIGURAS

	Pág.
FIGURA 1: SEGÚN ACTUALMENTE FUMA EN EL ADULTO DEL UPIS PUEBLO LIBRE_ LOS OLIVOS_ LOS ALGARROBOS_ PIURA, 2024.....	23
FIGURA 2: SEGÚN FRECUENTEMENTE INGIERE BEBIDAS ALCOHOLICAS EN EL ADULTO DEL UPIS PUEBLO LIBRE_ LOS OLIVOS_ LOS ALGARROBOS_ PIURA, 2024.....	23
FIGURA 3: SEGÚN CUANTAS HORAS DUERME UD. EN EL ADULTO DEL UPIS PUEBLO LIBRE_ LOS OLIVOS_ LOS ALGARROBOS_ PIURA, 2024.....	24
FIGURA 4: SEGÚN FRECUENCIA SE BAÑA EN EL ADULTO DEL UPIS PUEBLO LIBRE_ LOS OLIVOS_ LOS ALGARROBOS_ PIURA, 2024.....	24
FIGURA 5: SEGÚN SE REALIZA UD. ALGUN EXAMEN MEDICO PERIODICO, EN UN ESTABLECIMIENTO DE SALUD EN EL ADULTO DEL UPIS PUEBLO LIBRE_ LOS OLIVOS_ LOS ALGARROBOS_ PIURA, 2024.....	25
FIGURA 6: SEGÚN EN SU TIEMPO LIBRE REALIZA ALGUNA ACTIVIDAD FISICA EN EL ADULTO DEL UPIS PUEBLO LIBRE_ LOS OLIVOS_ LOS ALGARROBOS_ PIURA, 2024.....	25
FIGURA 7: SEGÚN EN LAS ULTIMAS SEMANAS QUE ACTIVIDAD FISICA REALIZO DURANTE MAS DE 20 MINUTOS EN EL ADULTO DEL UPIS PUEBLO LIBRE_ LOS OLIVOS_ LOS ALGARROBOS_ PIURA, 2024.....	26
FIGURA 8: SEGÚN LOS ALIMENTOS EN EL ADULTO DEL UPIS PUEBLO LIBRE_ LOS OLIVOS_ LOS ALGARROBOS_ PIURA, 2024.....	26

RESUMEN

Los estilos de vida repercuten notoriamente en la salud, cuyo objetivo general es describir los estilos de vida como determinante de la salud en el adulto del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024, fue de tipo cuantitativo, descriptivo, una casilla, la muestra fue de 97 personas adultas, la técnica utilizada fue la encuesta y observacional, el instrumento usado fue el cuestionario sobre determinantes de la salud, los datos fueron ingresados a una base de datos de Microsoft Excel para luego ser exportados a una base de datos en el software PASW Statistics versión 18.0, llegando a los siguientes resultados y conclusiones sobre los determinantes de estilos de vida, la mayoría no fuma, ni ha fumado de manera habitual, no consumen bebidas alcohólicas, duermen de 6 a 8 horas, no realizan examen médico periódico, no realiza actividad física, durante las dos últimas semanas caminaron; casi la totalidad se baña diariamente; la mayoría consumen diariamente pollo, res o cerdo, más de la mitad consumen legumbres 1 o más veces a la semana, menos de la mitad consumen dulces o gaseosas menos de 1 vez a la semana, menos de la mitad consumen embutidos y enlatados nunca o casi nunca.

palabras clave: adultos, determinantes, estilo de vida

ABSTRACT

Lifestyles have a notable impact on health, whose general objective is to describe lifestyles as a determinant of health in the adult of the Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024, was quantitative, descriptive, one box, the sample was 97 adults, the technique used was the survey and observation, the instrument used was the questionnaire on health determinants, the data were entered into a Microsoft Excel database and then exported to a database in PASW Statistics software version 18.0, reaching the following results and conclusions about the determinants of lifestyles, the majority does not smoke, nor has smoked regularly, they do not consume alcoholic beverages, they sleep 6 to 8 hours, they do not perform a medical examination newspaper, does not do physical activity, during the last two weeks they walked; almost everyone bathes daily; the majority consume chicken, beef or pork daily, more than half consume legumes 1 or more times a week, less than half consume sweets or soft drinks less than 1 time a week, less than half consume sausages and canned foods never or hardly ever.

Keywords: adults, determinants, lifestyle

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

Actualmente los estilos de vida están relacionados con las enfermedades que se estructuran como factores semejantes de las conductas modificables a la exposición prologada en los estilos de vida con el tabaquismo, una nutrición poco saludable donde se encuentra también la inactividad física donde se va desarrollando las enfermedades crónicas, enfermedad del cáncer, corazón, pulmonar, obesidad, diabetes, entre otras enfermedades (1).

Según la OMS en el 2024 a través de las últimas estimaciones sobre la carga mundial de esta enfermedad realizada en 115 países, muestran que la mayoría de estos no financian adecuadamente los servicios prioritarios de atención como parte de la cobertura sanitaria universal (CSU). Se calcula que en 2022 hubo 20 millones de nuevos casos de cáncer y 9,7 millones de muertes. El número estimado de personas que estaban vivas a los 5 años siguientes a un diagnóstico de cáncer era de 53,5 millones. La encuesta mundial muestra que solo el 39% de los países participantes cubrían los aspectos básicos del manejo del cáncer como parte de sus servicios de salud básicos financiados para todos los ciudadanos, es decir, los paquetes de prestaciones de salud. Solo el 28% de los países participantes cubrían además la atención a las personas que necesitan cuidados paliativos, incluido el alivio del dolor en general y no solo el relacionado con el cáncer (2).

La Organización Panamericana de la Salud en el 2022, da de conocimiento público los indicadores de progreso en la lucha contra las ENT en América Latina, donde estas siguen siendo la principal causa de mortalidad, morbilidad y discapacidad en la región, representando un desafío significativo para la salud pública y una amenaza seria para el desarrollo socioeconómico. Las estadísticas indican que aproximadamente 5,8 millones de muertes al año son atribuibles a las ENT, lo que constituye el 81% del total de defunciones. Además, un porcentaje considerable de estas muertes, el 36,4%, ocurre en personas menores de 70 años, lo que subraya la importancia de abordar estos problemas de salud no solo como una cuestión de atención médica para los ancianos sino también como una preocupación relevante para las poblaciones más jóvenes. Con estos datos, se espera que los países puedan diseñar intervenciones más efectivas y políticas de salud pública que aborden las causas subyacentes de las ENT, así como mejorar el acceso y la calidad de la atención para aquellos que ya están afectados por estas condiciones (3).

Por lo tanto, en Ecuador en el año 2023 el Ministerio De Salud Pública reporta que el 23% de adultos conlleva una vida sedentaria, esto es debido al aumento de las actividades

tecnológicas cotidianas. Según datos de la Comisión Nacional Independiente, el 1,7 millón de adultos que oscila entre 18 y 69 años de edad, no realizan suficiente actividad física. Por lo tanto, las personas que no acostumbran a practicar una actividad física tienen 20 o 30% de probabilidades de fallecer a diferencia de las personas que acostumbran conllevar un estilo de vida saludable (4).

Así mismo en el país de Chile en el año 2022 no es ajeno a ello por lo que también se ve reflejado esta problemática en cuanto a los estilos de vida que ellos manifiestan que el 30% de los adultos tienen presión arterial alta, una cifra que aumenta durante la última década. Este aumento lo confirma el informe de la Organización Mundial de la Salud, que muestra que el 36% de la población chilena padece la enfermedad, lo que supera el promedio mundial del 33%. Aún más alarmante es que sólo el 71% de las personas con hipertensión arterial son diagnosticadas, el 59% reciben tratamiento y sólo el 34% están bajo seguimiento médico adecuado (5).

En Uruguay en el 2023, también la Dirección Nacional de Transferencias y Análisis de Datos (DINTAD) reporta que el 91% de personas adultas tienen problemas de alcohol y un promedio de 71% consumen droga de manera continua, sin embargo se pudo observar un aumento del 12% respecto a la encuesta anterior. Entre los más utilizados, la base ocupó el primer lugar con un 77%, un aumento del 20% con respecto a la encuesta anterior. En segundo lugar, se encuentra el alcohol con un 53%, seguido del cannabis con un 48%. Por el contrario, el porcentaje de consumo de cocaína entre las personas sin hogar alcanzó el 23% (6).

De manera que en nuestro país Perú en el año 2023, Según el Ministerio de Salud mostró cifras relevantes donde menciona que la obesidad y sobrepeso en personas adultas va en aumentado en un 62% a comparación de encuestas anteriores donde más 300.000 personas padecen obesidad y detalla que estas son más vulnerables a sufrir enfermedades degenerativas como: DMT, HTA, dislipidemia, accidentes cerebrovasculares u enfermedades cardiovasculares (7).

Finalmente según el estudio de Chunga G, en nuestra Región Piura en el año 2023 el 73,48% (194) mantuvo un estilo de vida poco saludable y el 26,52% (70) mantiene un estilo de vida saludable y esto es debido a que las personas adultas en dicha investigación consumen frecuentemente una alimentación desequilibrada, porque manifestaron no tener los medios económicos suficientes para poder obtener una dieta equilibrada, ricos en

proteínas, minerales, carbohidratos debido a que no cuentan con trabajo estable, de las cual les permita mantener un estilo de vida saludable de acuerdo a la alimentación (8).

Frente a esta realidad problemática no son ajenos los adultos que habitan en el Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, está ubicado en el distrito de Piura, limita al norte con el asentamiento humano La Molina, al sur con el asentamiento humano Manuel Soani, al este con el asentamiento humano Los Sauces y al oeste con el asentamiento humano Juan Valer. Así mismo podemos decir que los adultos de UPI Pueblo Libre Los Olivos no son ajenos a esta realidad, ya que cuenta con diversas tiendas de comida rápida por lo que vende alimentos pocos saludables, asimismo cuentan con los servicios básicos de agua, desagüe y luz, tiene instituciones educativas, cuentan con el vaso de leche. Existe un salón comunal, parroquia, biblioteca, poseen de un establecimiento de salud, para hacer atendidos en patologías más frecuentes como son diabetes, hipertensión arterial, dengue, desnutrición entre otros. La mayoría de estos adultos no cuentan con trabajo estable, mucho de ellos han sido abandonados por sus familiares y viven solos agravando sus problemas. Como se sabe que la Región Piura no se practican mucho los estilos de vida saludable por lo que están más expuestos a lo que son enfermedades crónicas.

Formulación del problema:

¿Cuáles son los estilos de vida como determinante de la salud del adulto del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024?

Objetivo General:

Describir los estilos de vida como determinante de la salud en el adulto del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024

Objetivo Específico:

Identificar los estilos de vida del adulto del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024

Justificación

práctica: porque los datos obtenidos en esta investigación serán compartidos con las autoridades del sector de salud local y la municipalidad. Esta colaboración permitirá la implementación de medidas pertinentes de manera rápida y efectiva, para mejorar la calidad de vida de la población de Upis. De esta manera, se contribuirá a la promoción y fomento de una alimentación saludable.

Teórica: aportará valiosos beneficios para futuras investigaciones en el ámbito del aprendizaje, al proporcionar conocimientos e información que favorecerán la promoción de un estilo de vida saludable entre la población de Upis. Además, se convertirá en una herramienta fundamental para concienciar a los adultos sobre la importancia de adoptar hábitos saludables.

Metodológica: Este estudio resultará beneficioso para la comparación de resultados con investigaciones futuras. En lo que respecta al instrumento de recolección de datos, podremos evaluar su validez y confiabilidad, lo que asegurará la credibilidad del estudio. De esta manera, se podrá utilizar el instrumento en estudios posteriores que aborden temas similares.

II. MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes

Nivel Internacional:

Azua M, et al (9) en su estudio “Determinantes sociales de salud en adultos de la parroquia la Unión del cantón Jipijapa, 2023”. Su objetivo es identificar cuáles son los determinantes sociales de salud presentes en adultos de la parroquia la Unión. La metodología fue de tipo descriptivo, su muestra es de 73 adultos. En los resultados la mayoría de los adultos (95%), el 22% cuenta con acceso a las instituciones de salud, el 23% indico consumir alimentos hervidos y el 21% fritos, el 47% indicó realizar solo menos de media hora a la semana actividad física, el 78% ha consumido bebidas alcohólicas, el 18% tabaco. Se concluyó que la mayoría de los adultos de la parroquia la Unión del cantón Jipijapa no tienen estilos de vida saludable.

Fernández A, et al (10) en su investigación “Estilos de vida saludable en adultos del Corregimiento la Playa sector la Playita en Brasil, 2021”. Tuvo como objetivo caracterizar los estilos de adultos. su metodología fue cuantitativo, descriptivo, la muestra fue 117 adultos a quienes se les aplicó el instrumento de escala de estilo de vida. En los resultados el 60% son de sexo femenino, el 40% expresó son amas de casa, en escolaridad primaria 17% y bachillerato 43% respectivamente, el 72% pertenecen al régimen subsidiado, el 25% contributivo y 3% no afiliado. Se concluye que fortalecer con estrategias educativas la responsabilidad en salud, la actividad física y un mejoramiento en los estilos de vida.

Benites V, et al (11) en su tesis “Estilo de vida en adultos de 18 a 60 años de una comunidad rural, 2020”. Su objetivo fue identificar el estilo de vida en adultos entre 20 y 81 años, la muestra fue de 111 adultos. Fue de tipo cuantitativo, descriptivo y transversal. Los resultados y conclusiones fue que el 50% presentan sobrepeso y obesidad grado I, el 73% de los sujetos tienen un estilo de vida saludable, el 85,20% presentan grasa corporal y el 79% grasa visceral abdominal, una limitación para obtener resultados más precisos fue el no obtener pruebas de laboratorio, en cuanto a la originalidad, es la primera ocasión que realiza un estudio de este tipo en la comunidad.

Guallo M, et al (12) en su investigación “Estilos de vida saludables en adultos mayores la Habana, 2022”. El objetivo es realizar una revisión bibliográfica para identificar elementos actualizados relacionados con los hábitos de vida saludables en

adultos mayores. Su metodología fue descriptiva. Como resultados se identificó un total de 67 documentos, de los cuales 43 brindaron información relevante para la realización del estudio. Se concluye que tener una adecuada visión de los estilos de vida saludables es una prioridad en el manejo de las acciones de salud a implementar en los adultos mayores, es necesario fomentar actitudes en este grupo poblacional que permitan adaptar hábitos y estilos de vida saludables en la población, lo que constituye la única alternativa viable para mejorar el estado de salud, prevenir la discapacidad y mejorar la calidad de vida relacionada con la salud.

Panillos Y, et al (13) en su investigación “Estilo de vida en los adultos jóvenes de Barranquilla, Colombia, 2022”. Tuvo como objetivo determinar los estilos de vida en estudiantes universitarios y las diferencias según el sexo y el estatus socioeconómico, su metodología es de manera cuantitativa, descriptiva de corte transversal. En el resultado el 24,02 % controla sus niveles de grasas y azúcares, el 20,00 % no realiza actividades físicas y que entre el 20 al 30 % no controla el consumo de grasas y azúcares. En la conclusión que los estilos de vida están influenciados por cambios de comportamientos asociados a la formación personal, al entorno familiar .

Nivel Nacional:

Sotomayor M, (14) en su investigación “Determinantes Biosocioeconómicos y de Estilos de vida como determinantes del estado de salud del adulto del asentamiento humano Villa del Salvador- Nuevo Chimbote, 2021. Cuyo objetivo es describir los determinantes biosocioeconómicos y de estilos de vida como determinantes del estado de salud de la mujer adulta del Asentamiento Humano villa del Salvador Nuevo Chimbote, 2021. Su metodología es cuantitativa, descriptiva de una sola casilla. los resultados el 92% (102) no fuma, ni ha fumado, el 84% (92) no consume bebidas alcohólicas el 95% (104) duerme de 6 a 8 horas, el 68% (75) se baña 4 veces a la semana, el 65% (72) se realiza algún examen médico. En la conclusión casi la totalidad no fuma, ni ha fumado nunca de manera habitual, no realiza ninguna actividad física, no realiza actividad física durante su tiempo libre, casi la totalidad duerme de 6 a 8 horas

Lopez Y, (15) en su investigación “Determinantes de la salud de los adultos de la urbanización Los Ángeles - Independencia - Huaraz, 2023”. El objetivo es describir los determinantes de la salud de los adultos de la urbanización los Ángeles. Su metodología es cuantitativa, descriptiva, no experimental, la muestra estuvo conformada por 180 adultos. El resultado es que el 55,56% (100) de los adultos duermen de 6 a 8 horas diarias;

el 83,33% (150) se bañan 4 veces a la semana; el 55,56% (100) expresaron que si se ha realizado algún examen médico periódicamente en un establecimiento de salud. Su conclusión más de la mitad duerme de 6 a 8 horas diarias, si se realizan algún examen médico periódico, el consumo de carne/pescado es 1 o 2 veces por semana, comen a diario frutas.

Rivera R, (16) en su investigación “Determinantes de la salud en adultos del asentamiento humano Luis Alberto Kouri Hanna_Ventanilla_Callao, 2020”. Su objetivo es describir los determinantes de la salud en los adultos, la muestra fue de 100 adultos mayores, a quienes se les aplicó el instrumento de determinantes de la salud, la técnica utilizada fue la entrevista y observación, se concluyó que la mayoría son de sexo femenino con instrucción inicial/primaria, con ingreso económico menor a 750 soles, menos de la mitad sin ocupación, la mayoría tiene casa propia y cuentan con servicios básicos, más de la mitad tiene vivienda unifamiliar y duermen en una sola habitación de 2 a 3 personas, por otra parte, eliminan su basura mediante carro recolector .

Marcos M, (17) en su investigación “Los estilos de vida como determinante del estado de salud del adulto de la asociación Los Geraneos_ Tacna, 2021”. Cuyo objetivo es describir los estilos de vida como determinantes del estado de salud del adulto en la asociación los Geraneos. Su metodología es cuantitativo y descriptivo. El resultado que el 60% son de sexo femenino, el 66% refiere que es adulto joven (18 años a 29 años), y el 34% refiere que son adultos maduros (de 30 años a 59 años). En conclusión, que la mayoría pertenece al sexo femenino no fuman, pero han fumado antes, además ingieren bebidas alcohólicas ocasionalmente con respecto a los hábitos personales la mayoría de las personas adultas duermen de 6 a 8 horas, se bañan 4 veces a la semana.

Sebastiani L, (18) en su investigación “Determinantes de la salud asociados al estilo de vida en adultos del asentamiento humano primavera III Wichanza - La Esperanza, 2022” El objetivo es establecer los determinantes de la salud asociadas al estilo de vida en adultos, la metodología es cuantitativo y descriptivo. El resultado es que el 52% no fuma actualmente, el 52% consume bebidas alcohólicas de manera ocasional, el 100% duerme entre 6 y 8 horas, el 79% no realizó ninguna actividad física, el 92% consume fruta de 3 o más veces por semana, el 100% consume fideos, arroz, papas, pan, cereales diariamente, el 63% consume verduras y hortalizas al menos 3 o más veces a la semana. Concluye que la mayoría no ha fumado antes, ocasionalmente consume bebidas

alcohólicas, duermen entre 6 a 8 horas, no realizan actividades físicas por más de 20 minutos.

Nivel Regional:

Chunga S, (19) en su estudio “Determinantes de la salud en adultos del asentamiento humano Nuevo Pedregal_Catacaos_Piura, 2023”. Cuyo objetivo es identificar los determinantes de salud del adulto de dicha población. La metodología es cuantitativo y descriptivo. El resultado es que el 50,8% son de sexo femenino, el 35,8% adultos maduros, el 57,5% tienen grado de instrucción de Inicial/ Primaria. Se concluyó que más de la mitad son de sexo femenino, grado de instrucción de inicial/ primaria, menos de la mitad son adultos maduros, la mayoría consume bebidas alcohólicas 2 a 3 veces a la semana, más de la mitad duermen de 8 a 10 horas, la mayoría se baña diariamente.

Marcos M, (20) en su investigación: “Determinantes de la salud en el adulto mayor del Asentamiento Humano Tácala II etapa, Castilla Piura, 2023”. El objetivo es describir los determinantes de la salud en el adulto, la metodología. La metodología es cuantitativo, descriptivo, diseño de una sola casilla. Su resultado es el 62,0% (80) no fuman, ni han fumado nunca de manera habitual, el 61,0% (79) consumen ocasionalmente bebidas alcohólicas, el 92,0% (119) las horas que duermen son de 06 a 08 horas, el 88,0% (113) la frecuencia con la que se bañan es diariamente. se concluyó que la mayoría no fuma, también se atienden en centro de salud e indican que la atención recibida fue regular, además refieren que, si existe pandillaje, y mencionan no haber recibido ningún tipo de apoyo social natural, no reciben ningún apoyo social organizado y la mayoría tienen seguro SIS.

Montejo A, (21) en su investigación “Determinantes de la salud en los adultos del Mercado Zonal De Santa Rosa veintiséis De Octubre- Piura, 2020”. El objetivo es describir los determinantes de la salud, en dicha población. La metodología es descriptivo y cuantitativo, la muestra fue de 109 adultos. En el resultado el sexo masculino (56,8%), son adultos maduros de 30 – 59 años (53,7%), un ingreso menor a 750 soles (56,88%), en los determinantes de los estilos de vida el 6 a 8 horas (87,1%), no se ha realizado un examen médico periódico (61,46%), concluyendo que uno de los principales riesgos es el pandillaje por lo que se sugiere aumentar más la seguridad y promover grupos de vigilancia.

Camacho G, (22) en su investigación titulada “Determinantes de la Salud del Adulto del AA. HH. 28 de Julio– Castilla – Piura, 2020”. El objetivo es describir los determinantes de la salud del adulto del AA. HH 28 de Julio - Castilla - Piura, 2020. Su metodología es cuantitativa, nivel descriptivo, con diseño de una casilla. En el resultado el 66,89% son de sexo masculino, el 27,30% de las personas adultas tienen un grado de instrucción inicial primaria, el 78,84% tienen un ingreso económico menor de 750 soles mensuales. Se concluyó que menos de la mitad tienen grado de instrucción secundaria incompleta debido a temprana edad trabajan para poder aportar a la canasta familiar, por ello no tienen suficientes conocimientos para prevenir enfermedades.

Antón R, (23) en su investigación “Determinantes de Salud en la Persona Adulta de Monte Redondo – La Unión- Piura, 2020”. El objetivo describir los determinantes de la Salud en la Persona Adulta de Monte Redondo- La Unión- Piura, 2019. La metodología es cuantitativo, descriptivo, diseño de una sola casilla. El resultado es que el 51,38% de adultos son de sexo masculino, el 51,69% son adultos maduros, el 54,46% tienen el grado de instrucción de secundaria completa; el 55,38% tienen un ingreso entre 751 y 1000. Se concluye a los determinantes de las redes sociales y comunitarias; el 52,00% tienen SIS MINSA, en cuanto al apoyo comunitario el 94,46% no recibió apoyo social natural y el 63,38% recibió apoyo de otras organizaciones.

2.2 Bases Teóricas

La presente investigación se fundamenta en los modelos de Marc Lalonde, Dahlgren y Whitehead. En mención a las circunstancias personales del adulto en la cual los determinantes de la salud y las situaciones que siempre están para poder comprender la importancia y la función de los estilos de vida (24).



Fuente: Lalonde Canadá 1974 Organización panamericana de la salud 2015

El ámbito del medio ambiente: Comprende todos los factores externos al organismo humano que influyen en la salud de las personas y sobre los cuales los individuos tienen un control limitado. Esto incluye desde la pureza de los alimentos y el suministro de agua hasta la seguridad de los productos cosméticos y dispositivos utilizados. Además, los individuos no pueden controlar los efectos adversos de la contaminación del aire y del agua (25).

Los estilos de vida: En este aspecto, las personas tienen control sobre las decisiones que afectan su salud, tales como mantener una alimentación saludable, la higiene y la actividad física. Por otro lado, los malos hábitos, decisiones poco saludables, el sedentarismo y la falta de higiene pueden poner en riesgo su bienestar, llevando a enfermedades e incluso la muerte (25).

La biología humana: Incluye tanto los aspectos físicos como mentales del organismo del individuo, determinados por su constitución orgánica y biológica. Esto abarca la herencia genética, el proceso de desarrollo, maduración y envejecimiento del organismo, así como el funcionamiento de todos los sistemas internos. Dada la complejidad del cuerpo humano, la biología tiene un impacto variado, múltiple y significativo, que puede resultar en problemas de salud como trastornos genéticos, retraso mental y malformaciones hereditarias (25).

El servicio de atención: Comprende todas las acciones relacionadas con el cuidado de la salud de las personas, incluyendo la práctica médica y de enfermería tanto en hospitales como en centros de atención primaria, hogares de reposo, postas de salud y otros establecimientos de salud. Esto implica el uso de medicamentos, ambulancias y otros servicios integrados. En general, el tratamiento de enfermedades conlleva costos significativos, muchos de los cuales podrían haberse evitado con medidas preventivas adecuadas desde el inicio (25).



Fuente: Frenz P. Desafíos en Salud Pública de la Reforma

El modelo propuesto por Dahlgren y Whitehead: La generación de la desigualdad en salud. Explica las diferencias de salud que existen en los adultos como resultado de la interacción de condiciones causales en diferentes niveles, desde el individuo hasta la comunidad. Las personas están en el centro del diagrama. A nivel individual, su edad, género y factores genéticos determinan su potencial de salud. La siguiente capa representa el comportamiento y estilo de vida individual. Las personas de entornos desfavorecidos tienen más probabilidades de involucrarse en conductas de riesgo (como fumar) y también tienen más barreras financieras para elegir estilos de vida más saludables (26).

En este modelo también se analizan los aspectos sociales de un individuo, en este aspecto se puede evidenciar los hábitos y comportamientos sociales, como el alcohol o el tabaquismo, así como su situación económica de cada adulto. Como estos influyen en la calidad de vida. Para mejorar las condiciones de vida, el exterior simboliza los aspectos sociales y comunitarios que inciden en la salud. La presión de los compañeros y la interacción social facilitaron el desempeño personal de la plantilla de abrigo. Ejemplo: los individuos que se sitúan en la parte inferior de la escala social son los que pueden tener menos redes de apoyo y su situación de pobreza en estas comunidades pueden empeorar ya que generalmente carecen de servicios sociales y de apoyo (26).

Los tres determinantes sociales en la salud se componen con estructuras: Intermedias que es quien determina la salud y de los adultos, ya sea en términos sociales, económicos o políticos y los determinantes intermedios en este punto nos indican que el alimento, vivienda están relacionados y que pueden cambiar los problemas que todo adulto respecto a su salud, así como los cambios en los patrones fisiológicos y morales. Finalmente, los determinantes proximales se refieren a las cualidades y hábitos de

convivencia propias de cada individuo relacionadas con cada acción o conductas que tengan (26).

Por otro lado, el modelo de los determinantes de la salud por Dahlgren y Whitehead nos habla sobre los factores ambientales que afectan el estilo de vida y regulan la aparición de enfermedades. se puede apreciar que en ese punto la salud de los adultos se puede ver comprometida por medio de agentes ya sean físicos, químicos o biológicos, los cuales se pueden prevenir si es que el adulto tiene un estilo de vida saludable si practica actividad física y lleva un control exhaustivo de su salud. El sistema de salud ha sido un factor que permite la recuperación donde los determinantes intervienen en estos mecanismos de acción porque implican cadenas causales complejas, porque existen factores de acción directa (como la contaminación del agua) y acciones indirectas a través de factores como el comportamiento y el acceso a los servicios, pero estos determinantes juegan un papel que se cree que incluye múltiples formas y muchas de las cuales aún no se conocen (26).

Considerando que los determinantes sociales son aquel estado social y económico que repercuten en la salud de las personas, que según la OMS informo que este determinante lo considera como el nacimiento, el crecimiento, dinero y recursos a nivel nacional, local e internacional , la edad de las personas, la vida y el trabajo ya que las situaciones son el resultado de la distribución de poder el sistema de salud, Según el Comité de Determinantes Sociales de la Salud (DSS) que integra parte de la OMS, nos habla que tener una asistencia médica e integral resulta muy primordial para una salud ecuanime de cada individuo (27).

En la actualidad los determinantes sociales se han convertido en un nuevo paradigma para resolver las desigualdades en sector salud (es decir, diferencias que existen en la salud causadas por la raza, factores socioeconómicos, la educación o ya se grupo étnico). Explicando los elementos que afectan e influyen la salud de las personas, ya sean las causas principales de las diferencias o problemas de salud debido a que gran parte de los casos presentado son por la misma carga global y los cambios ambientales que la acompañan (27).

Bases conceptuales

Estilos de vida: Es primordial para determinar la salud desde una perspectiva biológica, en cuanto a la salud se dice que no es un bienestar psicosocial, espiritual o

biológico, sino un elemento de la calidad de vida. Entonces se podría decir que un estilo de vida saludable se establece como los procesos tradicionales, sociales y conductas de las personas, que mejoran la calidad de vida de los seres humanos para lograr el bienestar y la vida (28).

Adultos: Son personas mayores de 18 años. Aunque se les llama personas mayores después de los 60 años, pero la edad adulta no comienza ni tiene fin realmente en el orden cronológico. Las aportaciones de algunos teóricos que se desempeñan en el campo del desarrollo humano solo muestran las múltiples etapas en la edad adulta temprana que emprende desde los 20 a 40 años, la adultez media de los 40 a 65 años y la adultez tardía después de los 65 años (29).

Salud: contempla a la persona como un todo, considera al individuo en su totalidad, poniendo énfasis tanto en la dimensión física como la psicológica incluidos los aspectos mentales y sociales (30).

Determinantes de la salud: son esenciales para entender cómo las diferentes condiciones y contextos de vida de las personas afectan su bienestar físico y mental. La Organización Mundial de la Salud resalta la importancia de factores como el entorno socioeconómico, las condiciones laborales, la educación, el acceso a servicios de salud, y el entorno físico, entre otros. Estos determinantes no solo influyen en la capacidad de las personas para mantener un estilo de vida saludable, sino que también afectan las desigualdades en salud entre diferentes poblaciones. Reconocer y abordar estos determinantes sociales es fundamental para mejorar la salud pública y para desarrollar políticas que promuevan equidad y acceso a los recursos necesarios para una vida sana (31).

III. METODOLOGÍA

3.1 Nivel, tipo y diseño de investigación:

Nivel: Esta investigación fue de nivel descriptivo, ya que permitió recopilar información cuantificable que fue utilizada en el análisis y estuvo basada en la descripción de la naturaleza, características y hechos en una población (32).

Tipo: Fue de tipo cuantitativo, porque fue una forma estructurada de recopilar y analizar datos obtenidos de distintas fuentes, la investigación cuantitativa implica el uso de herramientas informáticas, estadísticas, y matemáticas donde obtuvimos resultados, es concluyente en su propósito ya que trato de cuantificar el problema y entender qué tan generalizado está mediante la búsqueda de resultados proyectables a una población (33).

Diseño: Fue no experimental de una sola casilla porque se utilizó un solo grupo con el objetivo de obtener un informe aislado de lo que existe en el momento del estudio, sirvió observar de una forma particular el comportamiento y posteriormente se emitió un informe para resolver problemas de identificación (34).

3.2 Población y muestra:

Población: Estuvo constituida por 260 adultos del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024

Muestra: Aplicando la fórmula de muestreo aleatorio simple la muestra estuvo constituida por 97 adultos del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024 (ANEXO 4).

Unidad de análisis

Cada adulto del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024.

Criterios de Inclusión

- Adulto que vivió en el Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura más de 1 año.
- Adulto del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, que acepto participar en el estudio.
- Adulto del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, que tuvieron la disponibilidad de participar en el cuestionario como informantes sin importar sexo, condición socioeconómica y nivel de escolarización.

Criterios de Exclusión:

- Adulto del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, que presento algún trastorno mental.
- Adulto del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, que presento problemas de comunicación.

3.3 Operacionalización de las variables

VARIABLES	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	CATEGORÍAS O VALORIZACIÓN
Estilo de vida	Es la forma en que una persona vive su vida, incluyendo costumbres, hábitos y decisiones cotidianos que afectan su bienestar físico, mental y social (35).		<ul style="list-style-type: none"> - Veces que fuma - Frecuencia que ingiere bebidas alcohólicas - Número de horas que duerme - Frecuencia con la que se baña - Usted realiza examen médico periódico 	<ul style="list-style-type: none"> Nominal Nominal Nominal Nominal 	<ul style="list-style-type: none"> - Si fumo, diariamente - Si fumo, pero no diariamente - No fumo actualmente, pero he fumado antes - No fumo, ni he fumado nunca de manera habitual - Diario - Dos a tres veces por semana - Una vez a la semana - Una vez al mes - Ocasionalmente - No consumo - De 6 a 8 horas. - De 8 10 horas. - De 10 12 horas. - Diariamente - 4 veces a la semana - No se baña

			- Actividad física que realiza	Nominal	<ul style="list-style-type: none"> - Si - No - Caminar - Deporte - Gimnasia - No realizo
			- Usted realizo Actividad física en estas dos últimas semanas durante más de 20 minutos	Nominal	<ul style="list-style-type: none"> - Caminar - Gimnasia suave - Juegos con poco esfuerzo - Correr - Deporte - Ninguna
			- Alimentos que consume con mayor frecuencia	Ordinal	<ul style="list-style-type: none"> - Frutas - Carnes - Huevos - Pescado - Fideo, arroz, papa - Pan, cereales - Verduras y hortalizas - Legumbres - Embutidos, enlatados - Lácteos - Dulces, gaseosas - Refrescos con azúcar - Frituras

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas: Se utilizó la técnica de la encuesta y observacional, realizada a través de la autora de la investigación, quien mantuvo la cordialidad, respeto y un lenguaje claro y directo.

Instrumento: Se utilizó un instrumento para la recolección de información que se determina a continuación:

El instrumento se elaboró en base al cuestionario sobre los determinantes de la salud en adultos del Perú. Elaborado por la investigadora la Dra. Enf. Vílchez Reyes María Adriana y está constituido por 29 ítems distribuidos en 4 partes de la siguiente manera.

- Datos de Identificación, donde se obtuvo las iniciales o seudónimo de la persona entrevistada.
- Los determinantes de los estilos de vida: hábitos personales (Tabaquismo, alcoholismo, actividad física, horas de sueño, frecuencia del baño), Alimentos que consumen las personas.

Control de Calidad de los datos:

La evaluación cualitativa se concretó a través de la consulta a personas del área de Salud como que actuaran como jueces; este trabajo se realizara en reuniones de trabajo, con el objetivo de evaluar la propuesta del Cuestionario sobre determinantes de la salud de la persona adulta en el Perú desarrollado por Dra. Enf. Vílchez Reyes Adriana, Directora de la presente línea de Investigación.

Durante las reuniones se brindó a los participantes como jueces la información respecto a la matriz de operacionalización de la variable y la propuesta del cuestionario, para su análisis y socialización de las opiniones, luego cada participante emitió las observaciones realizadas al cuestionario propuesto, las cuales permitió realizar los ajustes necesarios a los enunciados y categorías de respuestas de las preguntas relacionadas a los determinantes de la salud en adultos de 18 a más años.

EVALUACIÓN CUANTITATIVA:

Validez de contenido: Se exploró mediante la calificación por medio de criterio de expertos, diez en total, acerca de la pertinencia de los reactivos en relación con el constructo evaluado por dimensiones. Para efectos de este análisis, se utilizó para la evaluación de la validez de contenido la fórmula de V de Aiken (Penfield y Giacobbi, 2004).

$$V = \frac{\bar{x} - l}{k}$$

Dónde:

\bar{x} : Es la media de las calificaciones de los jueces en la muestra.

l : Es la calificación más baja posible.

k : Es el rango de los valores posibles.

El coeficiente V de Aiken total es 0,998, este valor indica que el instrumento es válido para recabar información respecto a los determinantes de la salud en Adultos

Confiabilidad

Confiabilidad inter evaluador

Se evaluó aplicando el cuestionario a la misma persona por dos entrevistadores diferentes en un mismo día, garantizando que el fenómeno no ha cambiado. Se realizó a un mínimo de 10 personas.

A través del Coeficiente de Kappa se estudia el porcentaje de concordancia entre los entrevistadores, un valor a partir de 0,8 que se consideró muy bueno para evaluar la confiabilidad interevaluador.

3.5. Método de análisis de datos:

A continuación, se detallan las siguientes etapas que se consideraron en la recolección de datos de la presente investigación:

- Se solicitó permiso al teniente gobernador para realizar el estudio y la aplicación del instrumento a la población antes mencionada.
- Se realizó un breve reconocimiento de la zona de investigación.
- Se coordinó con las personas adultas acerca la disponibilidad y fecha de aplicación de instrumento.
- Se informó y solicitó el consentimiento da los adultos del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024.
- Se procedió a la lectura del contenido o instrucciones del instrumento a los adultos del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024.

- Seguidamente se realizó la aplicación del instrumento a cada uno de los adultos enfatizando que esta labor se desarrolló confidencialmente.
- La aplicación del instrumento tuvo una duración de 20 minutos, marcándose las respuestas de manera personal y directa según la información que proporcione el adulto del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024.

Análisis y procesamiento de datos:

Los datos fueron ingresados a una base de datos de Microsoft Excel para luego ser exportados a una base de datos en el software PASW Statistics versión 18.0, para su respectivo procesamiento. Para el análisis de los datos se construyeron tablas de distribución de frecuencias absolutas y relativas porcentuales. Así como sus respectivos gráficos estadístico.

3.6. Aspectos éticos

Durante el desarrollo de la investigación científica se respetaron los principios éticos que rigen a la actividad investigativa y se encontraron descritos en el reglamento de integridad científica de investigación versión 001 con resolución N° 0277-2024 de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote (36).

- **Respeto y protección de los derechos de los intervinientes:** se respetó a los adultos de acuerdo a su dignidad, privacidad y diversidad cultural.
- **Libre participación por propia voluntad:** se informó a los adultos de dicha población antes mencionada de los propósitos y finalidades de la investigación en la que participaron.
- **Beneficencia, no maleficencia:** durante la investigación y con los hallazgos encontrados se aseguró el bienestar de los adultos a través de la aplicación de los preceptos de no causar daño, reducir efectos adversos posibles y maximizar los beneficios.
- **Integridad y honestidad:** permitió la objetividad, imparcialidad y transparencia de los adultos en la difusión responsable de esta presente investigación.
- **Justicia:** a través de un juicio razonable y ponderable que permitió la toma de precauciones y limite los sesgos, así también, se brindó trato equitativo con todos los adultos.
- **Cuidado del medio ambiente:** se respetó el entorno como protección de especie, preservación de la biodiversidad y naturaleza.

IV. RESULTADOS

TABLA 2

**ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD DEL ADULTO DEL
UPIS PUEBLO LIBRE_ LOS OLIVOS_ LOS ALGARROBOS_ PIURA, 2024**

Actualmente fuma	n°	%
Si fumo, diariamente	0	0,0
Si fumo, pero no diariamente	0	0,0
No fumo actualmente, pero he fumado antes	5	5,0
No fumo, ni he fumado nunca de manera habitual	82	95,0
Total	97	100,0
Frecuencia de consumo de bebidas alcohólicas	n°	%
Diario	0	0,0
Dos a tres veces por semana	0	0,0
Una vez a la semana	0	0,0
Una vez al mes	15	15,0
Ocasionalmente	18	19,0
No consumo	64	66,0
Total	97	100,0
N° de horas que duerme	n°	%
6 a 8 horas	65	67,0
08 a 10 horas	32	33,0
10 a 12 horas	0	0,0
Total	97	100,0
Frecuencia con que se baña	n°	%
Diariamente	92	95,0
4 veces a la semana	5	5,0
No se baña	0	0,0
Total	97	100,0
Se realiza ud algún examen médico periódico, en un establecimiento de salud	n°	%
Si	22	23,0
No	75	77,0
Total	97	100,0
En su tiempo libre realiza alguna actividad física	n°	%
Camina	65	67,0
Deporte	22	23,0
Gimnasia	1	1,0
No realizo	89	89,0
Total	97	100,0
En las dos últimas semanas que actividad física realizo durante más de 20 minutos	n°	%
Caminar	67	69,0
Gimnasia suave	5	5,0
Juegos con poco esfuerzo	2	2,0
Correr	4	4,0
Deporte	14	15,0
Ninguna	5	5,0
Total	108	100,0

Continua

**ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD DEL ADULTO DEL
UPIS PUEBLO LIBRE_ LOS OLIVOS_ LOS ALGARROBOS_ PIURA, 2024**

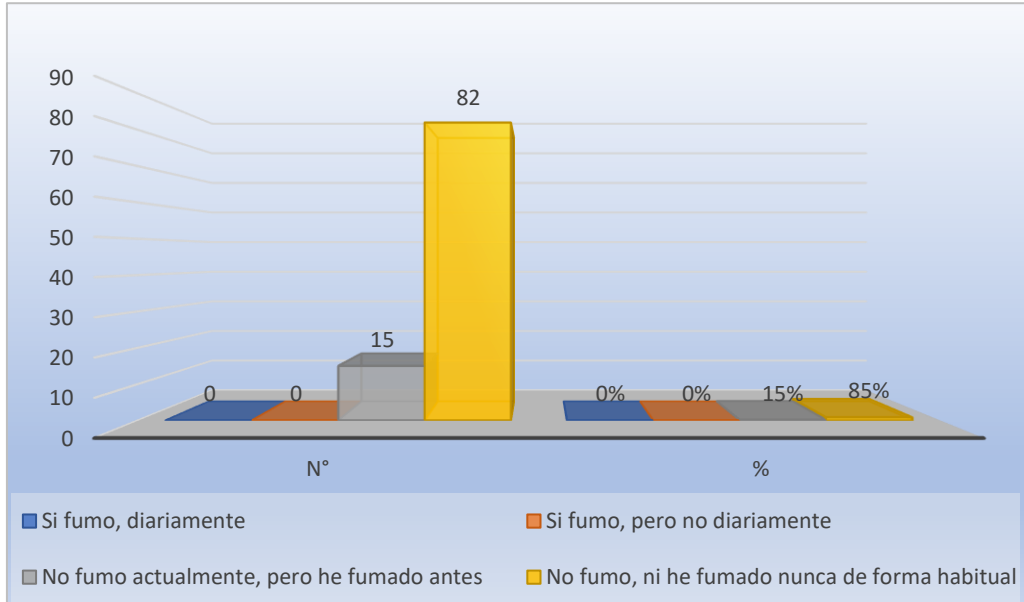
Conclusión

ALIMENTOS QUE CONSUME	DIARIO		3 O MAS VECES A LA SEMANA		1 O MÁS VECES A LA SEMANA		MENOS DE UNA VEZ A LA SEMANA		NUNCA O CASI NUNCA		TOTAL	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Fruta	17	18%	68	70%	12	12%	0	0%	0	0%	97	100
Carne (pollo, res, cerdo, etc.)	63	65%	34	35%	0	0%	0	0%	0	0%	97	100
Huevos	1	1%	64	66%	32	33%	0	0%	0	0%	97	100
Pescado	0	0%	55	57%	42	43%	0	0%	0	0%	97	100
Fideos, arroz, papa.	49	51%	48	49%	0	0%	0	0%	0	0%	97	100
Panes cereales	26	27%	71	73%	0	0%	0	0%	0	0%	97	100
Verduras y hortalizas	1	1%	60	62%	36	37%	0	0%	0	0%	97	100
Legumbres	0	0%	3	3%	56	58%	38	39%	0	0%	97	100
Embutidos, enlatados	0	0%	11	11%	2	2%	28	29%	56	58%	97	100
Lácteos	3	3%	94	97%	0	0%	0	0%	0	0%	97	100
Dulces, gaseosas	0	0%	1	1%	20	21%	47	48%	29	30%	97	100
Refrescos con azúcar	20	21%	9	9%	20	21%	28	29%	20	21%	97	100
Frituras	1	1%	56	58%	9	9%	26	27%	5	5%	97	100

Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por Dra. Vilchez M. Aplicado en el adulto del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024

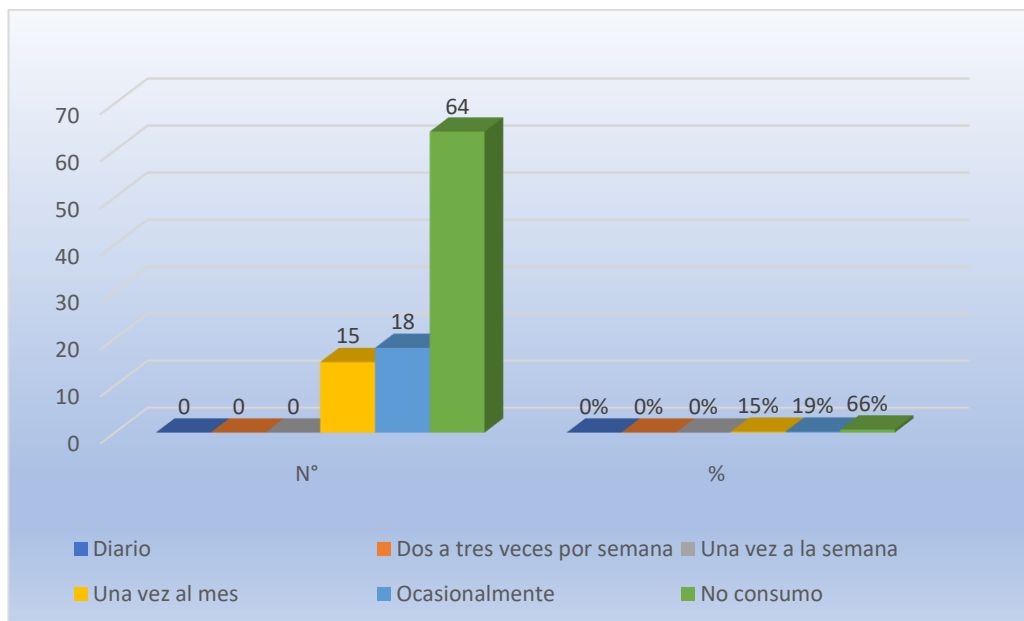
FIGURAS DE LA TABLA 2:

FIGURA 1: SEGÚN HÁBITO DE FUMAR DEL ADULTO DEL UPIS PUEBLO LIBRE_ LOS OLIVOS_ LOS ALGARROBOS_ PIURA, 2024



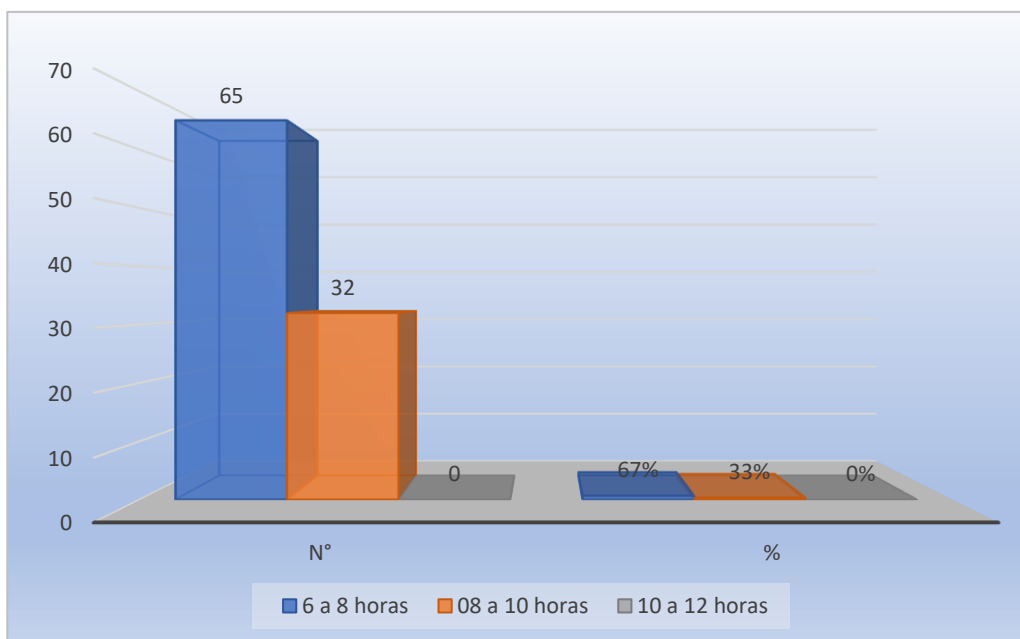
Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dra. Vílchez M, aplicado en el adulto del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024

FIGURA 2: SEGÚN FRECUENCIA CON QUE INGIEREN BEBIDAS ALCOHÓLICAS LOS ADULTOS DEL UPIS PUEBLO LIBRE_ LOS OLIVOS_ LOS ALGARROBOS_ PIURA, 2024



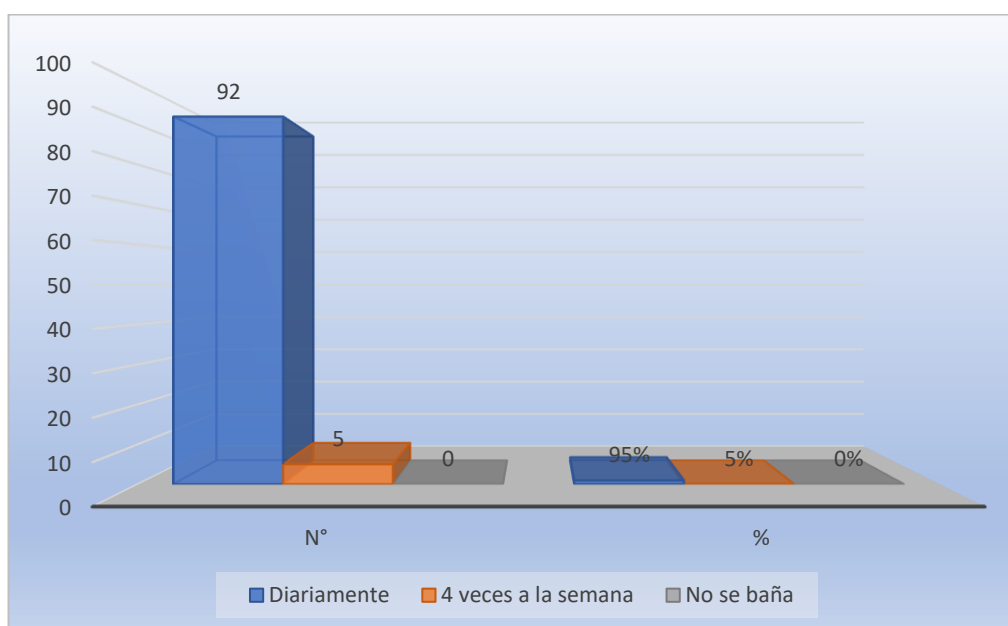
Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dra. Vílchez M, aplicado en el adulto del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024

FIGURA 3: SEGÚN NÚMERO DE HORAS QUE DUERMEN ADULTOS DEL UPIS PUEBLO LIBRE_ LOS OLIVOS_ LOS ALGARROBOS_ PIURA, 2024



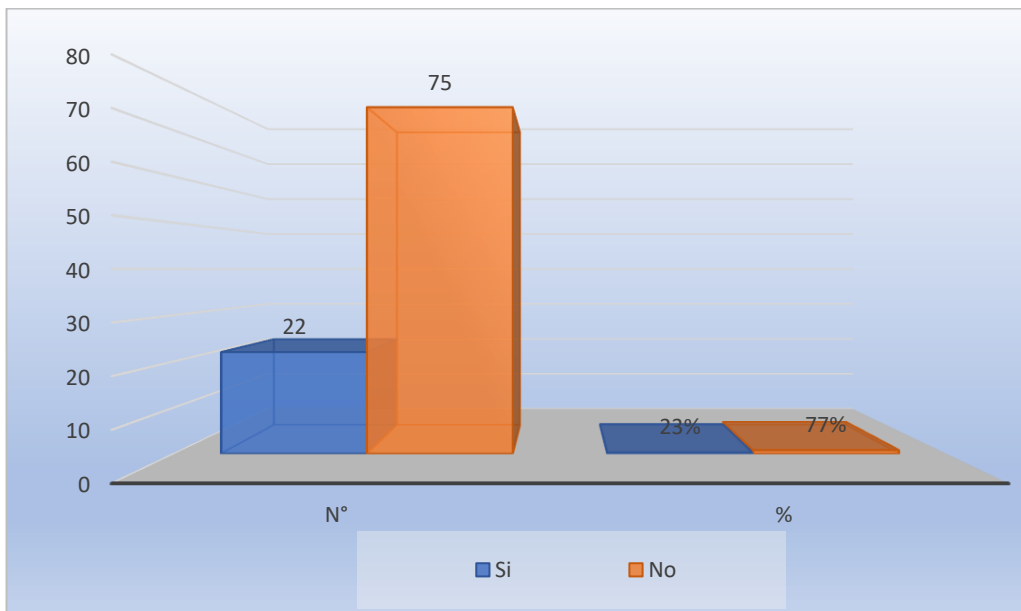
Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dra. Vílchez M, aplicado en el adulto del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024

FIGURA 4: SEGÚN FRECUENCIA CON LA QUE SE BAÑAN LOS ADULTOS DEL UPIS PUEBLO LIBRE_ LOS OLIVOS_ LOS ALGARROBOS_ PIURA, 2024



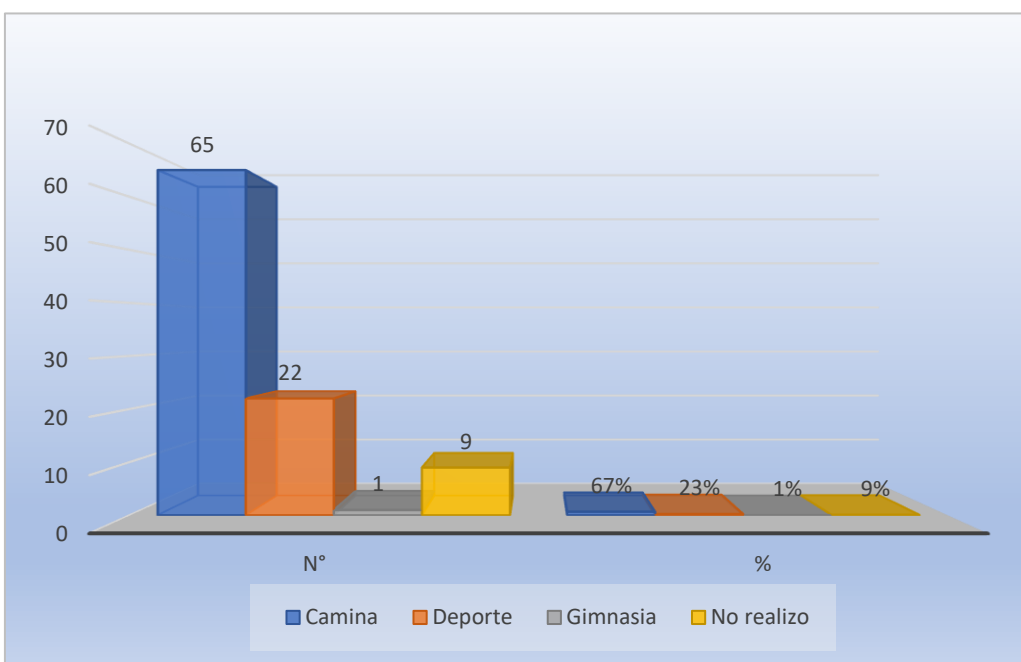
Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dra. Vílchez M, aplicado en el adulto del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024

FIGURA 5: SEGÚN EXAMEN MÉDICO PERIÓDICO EN UN ESTABLECIMIENTO DE SALUD DE LOS ADULTOS DEL UPIS PUEBLO LIBRE_ LOS OLIVOS_ LOS ALGARROBOS_ PIURA, 2024



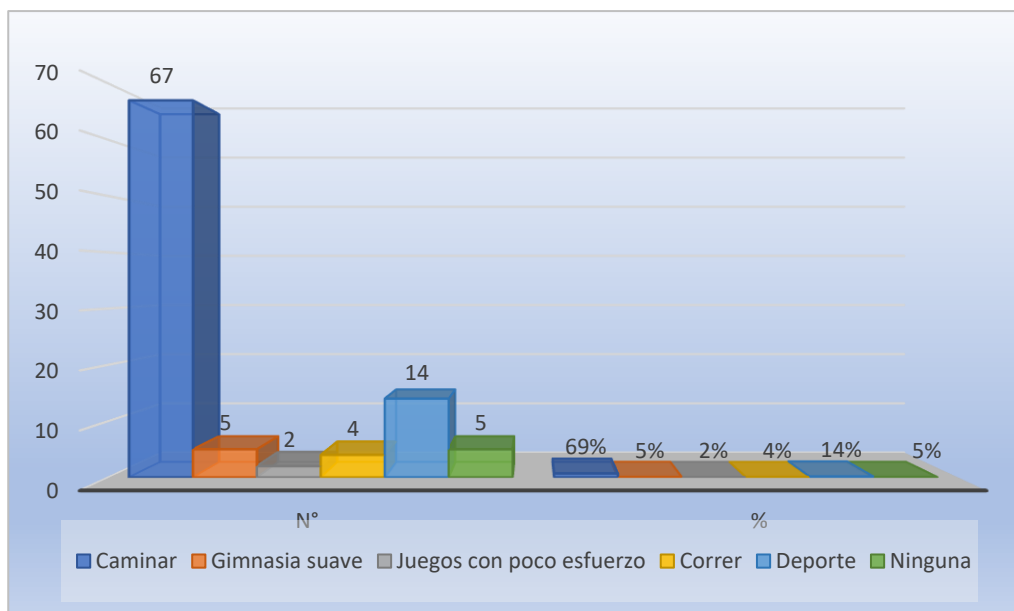
Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dra. Vílchez M, aplicado en el adulto del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024

FIGURA 6: SEGÚN ACTIVIDAD FÍSICA QUE REALIZAN EN SU TIEMPO LIBRE ADULTOS DEL UPIS PUEBLO LIBRE_ LOS OLIVOS_ LOS ALGARROBOS_ PIURA, 2024



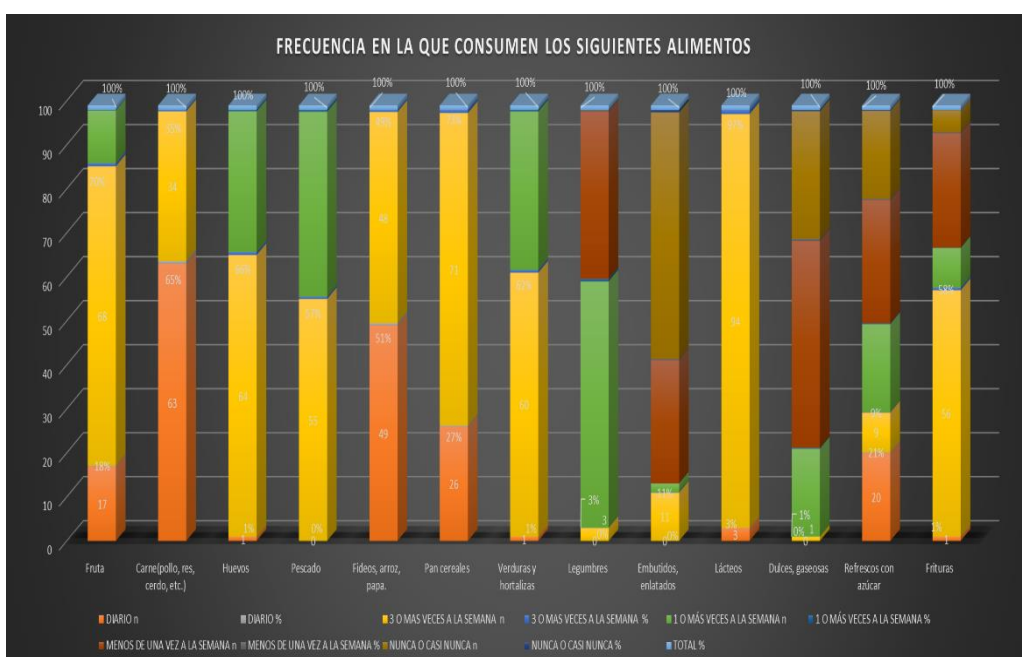
Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dra. Vílchez M, aplicado en el adulto del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024

FIGURA 7: SEGÚN LAS DOS ÚLTIMAS SEMANAS QUE REALIZARON ACTIVIDAD FÍSICA DURANTE MAS DE 20 MINUTOS LOS ADULTOS DEL UPIS PUEBLO LIBRE_ LOS OLIVOS_ LOS ALGARROBOS_ PIURA, 2024



Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dra. Vílchez M, aplicado en el adulto del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024

FIGURA 8: SEGÚN CONSUMO DE ALIMENTOS LOS ADULTOS DEL UPIS PUEBLO LIBRE_ LOS OLIVOS_ LOS ALGARROBOS_ PIURA, 2024



Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por la Dra. Vílchez M, aplicado en el adulto del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024

V.DISCUSIÒN

Tabla 02: El 85% (82) no fuma, ni ha fumado de manera habitual, el 66% (64) no consumen las bebidas alcohólicas, el 67% (65) duermen de 6 a 8 horas, el 95% (92) se baña diariamente, el 77% (75) no se realizan chequeos médicos, el 89% (89) no realizan ninguna actividad física; el 69% (67) caminaron durante más de 20 minutos en las últimas dos semanas, el 97%(94) consumen lácteos 3 o más veces a la semana, el 65% (63) consumen diariamente pollo, res o cerdo, el 58% (56) consumen legumbres 1 o más veces a la semana, el 48% (47) consumen dulces o gaseosas menos de 1 vez a la semana, el 58% (56) consumen embutidos y enlatados nunca o casi nunca.

En el Upis Pueblo Libre que se llevó a cabo la investigación se encontró la mayoría son de sexo femenino y más de la mitad son adultos maduros, la razón del predominio fue que las familias encontradas eran amas de casa mientras que los jefes de familia estaban ocupados en sus trabajos, en esta comunidad la gente trabaja todos los días en la construcción, mototaxis y en ocasiones no descansan en casa, por lo que se utilizan otros trabajos extras para cubrir los gastos familiares, es por ello que las mujeres desempeñan un papel fundamental en el hogar, cuidado, educación en los hijos y también en la gestión del día a día y el mantenimiento de la armonía familiar. Su importancia radica en la capacidad y habilidad para equilibrar las responsabilidades del hogar y esto permite que trabajen juntos para el bienestar de la familia. Esto también establece un modelo positivo para las futuras generaciones, mostrando que las tareas y los roles no están definidos por el género, para contribuir a reducir las brechas salariales y promover la igualdad de género en todos los aspectos de la sociedad.

El estudio se relaciona con el de Marcos M, (17) en su investigación “Los estilos de vida como determinante del estado de salud del adulto de la asociación Los Geraneos _ Tacna, 2021” el 60% responde que son del sexo femenino y en cuanto a la edad el 66% refiere que es adulto joven (18 años a 29 años). Otro estudio que se relaciona es de Sebastiani L, (18) en su investigación “Determinantes de la salud asociados al estilo de vida en adultos del asentamiento humano primavera III Wichanzao - La Esperanza, 2022” el 50,8% son femenino, el 35,8% comprenden la edad de 35 a 59 años (adulto maduro). estudio que difiere con la investigación es de Antón R, (21) en su estudio “determinantes de la salud en la persona adulta de monte redondo–la Unión-Piura, 2020” encontrado que el 51,38% son de sexo masculino y el 51,69% son adulto maduro.

En el año 2018 según la OMS de acuerdo con el sexo lo sustenta como características biológicas y fisiológicas que definen a hombres y mujeres, que incluyen aspectos como los cromosomas, las hormonas y los órganos reproductivos. Por otro lado, reconoce que el género es un determinante social de la salud y puede influir en la equidad sanitaria, afectando aspectos como el acceso a la atención médica y las trayectorias profesionales en el sector de la salud. Además, la OMS promueve la igualdad de género como un derecho humano fundamental y como un pilar necesario para alcanzar un mundo sostenible y saludable, si comparamos según lo que nos dice la INE la población de Perú en el año 2023 alcanzó los 33 millones 726 mil habitantes. De esta cifra, el 49,6% corresponde a hombres, sumando un total de 16 millones 727 mil, mientras que el 50,4% son mujeres, lo que representa 16 millones 999 mil. Este equilibrio demográfico refleja una ligera predominancia femenina en la estructura poblacional del país (37) (38).

En la investigación se observó que menos de la mitad el grado de instrucción que tiene secundaria completa e incompleta, esto se debe a muchos problemas que limitaron la educación de los adultos y esto trae problemas a su vez porque se ve afectada su economía familiar por lo que no tienen conocimientos necesarios para tener trabajos fijos, muchos de ellos en la época de su adolescencia han enfrentado diversos desafíos como la pobreza, la exclusión social y la falta de políticas educativas inclusivas limitaron su acceso a la educación formal. Cabe destacar que ellos trabajaron desde edades tempranas por lo que redujo sus oportunidades de estudiar.

Estudio que se relacionan con la investigación es de Sotomayor M, (14) en su investigación “Determinantes Biosocioeconómicos y de Estilos de vida como determinantes del estado de salud del adulto del asentamiento humano Villa del Salvador- Nuevo Chimbote, 2021” el 48% (53) tienen secundaria completa. Otra investigación que difiere con esta investigación es de Lopez Y, (15) en su investigación “Determinantes de la salud de los adultos de la urbanización Los Ángeles - Independencia - Huaraz, 2023” que el 32.32% (58) tienen un grado de instrucción que es inicial/primaria. Así temos un segundo estudio que difiere esta investigación es de Sebastiani L, (18) en su investigación “Determinantes de la salud asociados al estilo de vida en adultos del asentamiento humano primavera III Wichanza - La Esperanza, 2022” el 57,5% tienen nivel de instrucción inicial / primaria.

En el año 2023, el INEI según el informe técnico hubo un incremento en la tasa neta de asistencia a la educación, con un porcentaje del 90,3% en el último trimestre del año,

mostrando una mejora respecto a años anteriores. Específicamente, la asistencia de mujeres alcanzó el 90,7%, mientras que la de varones fue del 90,0%, indicando una ligera brecha de género que se ha ido cerrando con el tiempo (38).

Así mismo otro resultado encontrado es que más de mitad de los adultos tienen un ingreso económico familiar menor de 750 nuevos soles y trabajo eventual, si comparamos a los resultados que se han obtenido en este asentamiento humano, Estos datos son cruciales para entender la dinámica económica en el Upis Pueblo Libre - Los Algarrobos, donde comprenden que el ingreso del jefe de la familia al mes sería de 750 nuevos soles, esto genera una gran preocupación por que tener una economía familiar baja puede tener múltiples consecuencias que afectan no solo el bienestar material, sino también el emocional y social de sus miembros. La falta de economía puede generar estrés y preocupaciones constantes, lo que a su vez puede llevar a tensiones dentro del hogar. Las dificultades para cubrir las necesidades básicas, como alimentación, vivienda y salud, son desafíos diarios que enfrentan las familias con economías limitadas. Es importante buscar estrategias de manejo financiero, como reajustar el presupuesto familiar y priorizar gastos, para mitigar los efectos de una economía baja.

De acuerdo a la ocupación que tienen los adultos tienen trabajos eventuales debido a que no cuentan con un grado de instrucción superior que les permita ejercer trabajos estables y bien remunerados, por parte más de la mitad de mujer se dedican a la atención y cuidado del hogar y los varones dedicándose al servicio de taxistas, también algunos en el campo en trabajos como la uva, otra se dedica a trabajos de construcción como obreros, esto con la finalidad de solventar los gastos que demandan sus familias. siendo un factor que altera para un mejor estilo de vida en el ámbito personal y comunitario.

Estudios que se asemejan con la investigación es de Sotomayor M, (14) en su investigación “Determinantes Biosocioeconómicos y de Estilos de vida como determinantes del estado de salud del adulto del asentamiento humano Villa del Salvador- Nuevo Chimbote, 2021”, donde se encontró resultados los cuales muestran que el 53% (58) con un ingreso económico menor de 750 y el 61% (67) trabajo eventual. Así también tenemos otro estudio que se relaciona es de Sebastiani L, (18) en su investigación “Determinantes de la salud asociados al estilo de vida en adultos del asentamiento humano primavera III Wichanza - La Esperanza, 2022”, primaria, el 54,2% tienen un ingreso económico menor de 750 soles, y el 57,5% poseen un trabajo estable.

Según el INEI en el presente año realizó un seguimiento del ingreso económico en las familias, revelando datos significativos sobre la situación económica del país, donde manifestaron que el ingreso económico mensual fue de S/1.674,4, lo que representó un aumento del 9,9% con respecto al año anterior. Este incremento, sin embargo, no fue uniforme en todos los sectores económicos (39).

Según el INEI en el año 2023 proporcionó un informe detallado sobre el mercado laboral, destacando las transformaciones sociales y económicas que han influido en las nuevas modalidades de trabajo, el informe técnico revela que la tasa de desempleo aumentó en un 0,7% en 2023, afectando más a las mujeres con un 6,4% en comparación con los hombres que presentaron un 4,5%. Sin embargo, la población con empleo adecuado en áreas urbanas creció en un 3,1% (40).

Una de las implicancias que se observa en esta comunidad de estudio es la falta de gestión por parte de las autoridades para la implementación de talleres educativos. Por ejemplo, no se promueven talleres de manualidades que permitan a las mujeres desarrollar y vender diversos diseños, generando así ingresos adicionales. Asimismo, no se han implementado talleres de carpintería para los hombres, lo cual les permitiría trabajar en conjunto con sus compañeros y cubrir algunos de sus gastos básico.

En la investigación se evidencio que la mayoría no fuma, ni ha fumado de manera habitual y la mayoría de los adultos no consumen bebidas alcohólicas, los adultos manifestaron que no fuman lo cual es importante porque no practican este mal hábito y sobre todo conocen de las consecuencias y los riesgos asociados a los fumadores activos, las cuales pueden ser enfermedades cardiovasculares, respiratorias y varios tipos de cáncer, especialmente el cáncer de pulmón y puede afectar negativamente la salud reproductiva y fetal. Por otro lado, los fumadores pasivos, también enfrentan riesgos para la salud a pesar de no fumar directamente, como enfermedades respiratorias, infecciones. Los niños y los fetos son particularmente vulnerables a los efectos del humo de segunda mano, ya que puede resultar en problemas de desarrollo y de salud a largo plazo.

Los adultos de este estudio mencionaron que no consumen bebidas alcohólicas porque forman parte del evangelio y tenían conocimiento acerca las consecuencias y probabilidades de desarrollar enfermedades del hígado, como la cirrosis, así como ciertos tipos de cáncer, enfermedades cardiovasculares y trastornos mentales. Además, el alcohol puede afectar negativamente el juicio y la coordinación, incrementando el riesgo de accidentes y lesione,

sin embargo, otra parte de ellos no fueron sinceros al mencionar que consumían, asumiendo que por la vergüenza o el temor que sentían en momento.

Estudio que se relaciona es de López Y, (15) en su investigación “Determinantes de la salud de los adultos de la urbanización Los Ángeles - Independencia - Huaraz, 2023”. el 67,67% (120) de las personas adultos si fuman, pero no diariamente; el 66,67 (120) ingieren bebidas alcohólicas una vez a la semana. Estudio que se asemeja es de Chunga S, (19) en su estudio “Determinantes de la salud en adultos del asentamiento humano Nuevo Pedregal_Catacaos_Piura, 2023”, donde el 97,5% no fuma ni ha fumado anteriormente, el 75,8% consumen bebidas alcohólicas ocasionalmente. Estudio que difiere con esta investigación es de Montejó A, (21) en su investigación titulada “determinantes de la salud en los adultos del mercado zonal de Santa Rosaveintiseis de octubre- Piura, 2020”, en donde se encontró que el 44,03% de las personas adultas no ha fumado nunca de manera habitual y el 59,63% consumen bebidas alcohólicas ocasionalmente.

Según la OMS en el año 2023 refiere que fumar es la principal causa de muerte prevenible en el mundo, y su uso está vinculado a más de 8 millones de defunciones anuales. Más de 7 millones son consumidores directos y a nivel global, aproximadamente 1.300 millones de personas consumen tabaco, y el 80% de ellas viven en países de ingresos bajos y medianos, donde las consecuencias del consumo de tabaco son especialmente graves debido a los recursos limitados para la atención de la salud (41).

De la misma manera nos referimos al alcohol ya que según la OMS en el año 2022 es una sustancia psicoactiva con dependencia potencial que se encuentra en bebidas como cerveza, vino y licores, así mismo reconoce al consumo como un factor causal en más de 200 enfermedades y trastornos. En el año 2022, reportó que el este contribuye significativamente a la carga global de morbilidad, siendo responsable de aproximadamente 3 millones de muertes al año (42).

En la investigación se observó que la mayoría duermen de 6 a 8 horas y casi la totalidad se baña diariamente, de acuerdo a los resultados encontrados los adultos manifestaron que duermen de 6 a 8 horas diarias esto es debido a que los adultos de esta comunidad laboran todos los días y es en la noche donde aprovechan para poder descansar y recuperar las energías gastadas, ya que el descansar las horas correctas va hacer que su mente se relaje y su organismo se mantenga sano, además mantener un horario regular de sueño es vital para

el correcto funcionamiento del sistema nervioso e inmunológico, regeneración celular, la consolidación de la memoria y el mantenimiento de funciones vitales, previene enfermedades cardiovasculares, obesidad, diabetes y trastornos mentales, llevando un ritmo cardiaco regulado, también destaca que la falta de sueño puede tener consecuencias negativas como problemas gástricos, aumento del apetito y desequilibrio en el rendimiento.

En los resultados encontrados los adultos mencionaron que se bañan diariamente, este es un hábito positivo en sus vidas ya que al realizar la higiene de manera cotidiana estas favoreciendo a que su piel este limpia evitando así la proliferación de gérmenes, se tiene que tener en cuenta el uso de jabones al bañarse de forma diaria porque podría causar lesiones a la piel el cual podría producir resecamiento en la piel, en las mujeres la higiene es de suma importancia ya que tiene zonas íntimas en donde la limpieza es muy importante para evitar así las infecciones vaginales que se da por la falta de higiene entre otros motivos. Además el bañarse trae beneficios para nuestra salud mental ya que a través del baño nos permitirá relajarnos y así descargar toda la tensión que nos produce el día sumándole a eso el bañarse también aliviará contracturas musculares y muchas veces el alivio de dolores de cabeza.

Estudios que es similar con esta investigación es de Montejo A, (21) en su estudio titulada “determinantes de la salud en los adultos del mercado zonal de Santa Rosaveintiseis de octubre- Piura, 2020” en donde el 87,01% de las personas adultas duermen de 6 a 8 horas diarias y el 100% se baña diariamente. Estudios se relacionan con la de Marcos M, (17) en su investigación “Los estilos de vida como determinante del estado de salud del adulto de la asociación Los Geraneos_ Tacna, 2021”, donde el 84% duerme de 06 a 08 horas y el 78% se baña 4 veces a la semana. Otro estudio que se asemeja es de Chunga S, (19) en su estudio “Determinantes de la salud en adultos del asentamiento humano Nuevo Pedregal_ Catacaos_ Piura, 2023”, el 55,8% duermen de 8 a 10 horas y el 70,8% se bañan diariamente.

Según la OMS en el año 2023 nos dice que el baño diario se refiere a la práctica de limpiar el cuerpo con agua y jabón todos los días para mantener una buena higiene personal es una rutina fundamental para eliminar microbios, impurezas y células muertas de la piel, así como las secreciones de las glándulas sudoríparas y sebáceas. Es una actividad que contribuye a la salud general, al bienestar y a la interacción social positiva, ya que una persona limpia y bien aseada suele ser más aceptada en la sociedad, este también tiene

efectos relajantes y puede estimular la circulación sanguínea, proporcionando una sensación de frescura y energía (43).

Por otro lado, en el año 2022 MINSA enfatiza la importancia de mantener una cantidad adecuada de horas de sueño para promover la salud y el bienestar general. Según las recomendaciones internacionales, los adultos deben apuntar a 7-9 horas de sueño por noches, es crucial no solo enfocarse en la cantidad, sino también en la calidad del sueño, asegurando que sea reparador e ininterrumpido (44).

En cuanto los datos obtenidos tenemos que la mayoría no realizan examen médico periódico, investigaciones se relacionan es de Marcos M, (17) tienen como título “Los estilos de vida como determinante del estado de salud del adulto de la asociación Los Geraneos_ Tacna, 2021”, en donde el 70% mencionan que no realizan examen médico. Otro estudio que difiere con esta investigación es de Chunga S, (19) en su estudio “Determinantes de la salud en adultos del asentamiento humano Nuevo Pedregal_ Catacaos_ Piura, 2023”, el 74,2% si han realizado examen médico periódico. Otro estudio que difiere con esta investigación es de Sotomayor M, (14) en su investigación “Determinantes Biosocioeconómicos y de Estilos de vida como determinantes del estado de salud del adulto del asentamiento humano Villa del Salvador- Nuevo Chimbote, 2021”, el 65% (72) se realiza algún examen médico.

En el 2024 MINSA refiere que los exámenes médicos periódicos, son evaluaciones de salud regulares que se realizan a los trabajadores para monitorear y preservar su bienestar en relación con su entorno. Por ello al no realizar chequeos médicos periódicos puede tener varias consecuencias para la salud, como no detectar a tiempo enfermedades cuando el tratamiento puede ser más efectivo y menos invasivo. Esta realidad no es ajena a los adultos del Upis por lo que manifestaron que no están informados sobre la importancia y beneficios de la detección temprana de enfermedades, además manifestaron que por sus labores diarias no tienen tiempo para ir a un establecimiento de salud y el temor de recibir un diagnóstico negativo, por lo que si presentan algún síntoma ya sea gripes, tos, resfriados comunes, debido al cambio de clima u otras causas, sus malestares las alivian con hierbas medicinales o acuden a boticas para comprar algún calmante y solo acuden al puesto de salud cuando alguna patología se agravan (45).

Así también se encontró que la mayoría no realiza actividad física y durante las dos últimas semanas la actividad física que realizó durante más de 20 minutos fue caminar, los adultos del Upis no realizan actividades físicas, debido a que en la comunidad no existe un campo, áreas verdes, centro deportivo cercano o parque recreacional y suficiente recurso económicos para pagar un centro privado donde puedan realizar dicha actividad, que es fundamental para mantener una calidad de vida óptima, así como también algunos de ellos refieren no tener tiempo suficiente y creen que es suficiente con el esfuerzo que realizan en sus labores cotidianas.

El estudio tiene semejanza con el de Sotomayor M, (14) en su investigación “Determinantes Biosocioeconómicos y de Estilos de vida como determinantes del estado de salud del adulto del asentamiento humano Villa del Salvador- Nuevo Chimbote, 2021”, el 83% (91) no realiza actividad física, el 84% (92) en la última semana no realizó ninguna actividad. Un segundo estudio que tiene relación es de Lopez Y, (15) en su investigación “Determinantes de la salud de los adultos de la urbanización Los Ángeles - Independencia - Huaraz, 2023”. el 55,56% (100) señaló que no realizan alguna actividad física y el 44,44% (80) en las 2 últimas semanas no han realizado ninguna actividad física. Otro estudio que difiere con la investigación de Chunga S, (19) en su estudio titulada “determinantes de la salud en adultos del asentamiento humano nuevo Pedregal_Catacaos_Piura, 2023” en donde el 45,8% realiza el deporte como actividad física y el 31,6% ha realizado gimnasia suave como actividad física en las dos últimas semanas durante 20 minutos.

La OMS en el 2022 define como la falta de actividad física es cualquier movimiento del cuerpo producidos por los músculos esqueléticos que llevan consigo mismo el gasto de energía, la intensidad de la actividad física depende y varía según la edad de la persona siendo el ejercicio básico como: caminar, bailar, correr, etc. Teniendo muchos beneficios en la salud corporal (mejora la circulación, permite perder grasa, activa al metabolismo y da fuerza a los músculos); pero también a nivel emocional y psíquico permite al organismo desestresarse y ayuda a prevenir problemas cardiovasculares a reducir el colesterol malo, bajar de peso, reducir la presión arterial y la reducción del estrés (46).

Así como también en la alimentación de los adultos de esta comunidad pudimos evidenciar que casi la totalidad consumen lácteos 3 o más veces a la semana, la mayoría consumen diariamente pollo, res o cerdo, más de la mitad consumen legumbres 1 o más veces a la semana, menos de la mitad consumen dulces o gaseosas menos de 1 vez a la

semana, consumen embutidos y enlatados nunca o casi nunca. Además, la alimentación es un componente fundamental para la salud y el bienestar. En este contexto, los adultos informan que su alimentación es moderadamente adecuada. Esto se debe a que, aunque procuren diversificar su dieta, enfrenten limitaciones en el acceso a ciertos alimentos debido a los altos costos en su localidad.

Existen estudios que se asemejan con la investigación es de Marcos M, (17) en su investigación “Los estilos de vida como determinante del estado de salud del adulto de la asociación Los Geraneos_ Tacna, 2021”, el 42% consume diariamente frutas, el 34% refiere que consume frutas 3 o más veces a la semana, en cuanto a la alimentación y consumo de carne (pollo, res, cerdo, etc) el 54% refiere que diariamente consume carnes el 52% refiere que consume huevos 3 o más veces a la semana y el 44% refiere que consume pescado 1 o 2 veces a la semana, Y el 48% manifiesta que consume fideos, arroz, papas 1 o 2 veces a la semana; en cuanto al consumo de pan, cereales el 44,00% refiere, en cuanto al consumo de verduras, hortalizas, legumbres el 40% manifiesta que consume verduras 3 o más veces a la semana; en cuanto al consumo de legumbres el 32% refiere que consume legumbres 3 o más veces a la semana, en cuanto al consumo de embustidos, enlatados 41 el 48% refiere que consume de 1 o 2 veces a la semana; en cuanto al consumo de lácteos el 52% refiere que consume lácteos 3 o más veces a la semana.

Otro estudio que se relaciona es de Lopez Y, (15) en su investigación “Determinantes de la salud de los adultos de la urbanización Los Ángeles - Independencia - Huaraz, 2023”, el 100% (180) indican que consumen frutas a diario; el 55.56% (100) consumen de 1 o 2 veces por semana carne; el 100% (180) consumen de 3 o más veces a la semana huevo; el 55,56% (100) consumen pescado entre 1 o 2 veces por semana; el 100% (180) consumen pan y cereales a diario y el 100% (180) consumen a diario verduras.

Así tenemos otro estudio que difieren con esta investigación es de Sebastiani L, (18) en su investigación “Determinantes de la salud asociados al estilo de vida en adultos del asentamiento humano primavera III Wichanza - La Esperanza, 2022”, el 100% (180) indican que consumen frutas a diario; el 55.56% (100) consumen de 1 o 2 veces por semana carne; el 100% (180) consumen de 3 o más veces a la semana huevo; el 55,56% (100) consumen pescado entre 1 o 2 veces por semana; el 100% (180) consumen pan y cereales a diario y el 100% (180) consumen a diario verduras.

Ante estos resultados vemos que la OMS en el 2021 refiere que mantener una dieta equilibrada permite que la salud mental y física trabajen en buenas condiciones, donde en nuestra alimentación debemos de incluir una variedad de alimentos como proteínas, verduras, frutas, cereales integrales, carnes y pescado que son ricos en antioxidantes que ayudan a prevenir enfermedades como el cáncer y las enfermedades del corazón. Ayudando con la función cognitiva al proporcionar los nutrientes que el cerebro necesita. Puede reducir su riesgo de obesidad y enfermedades tales como diabetes, cardiopatía, accidentes cerebrovasculares, osteoporosis y algunos tipos de cáncer (47).

Infobae 2021 indica que 131 millones de personas enfrentan limitaciones en su acceso a una alimentación nutritiva y equilibrada, de las cuales 56 millones padecen desnutrición. Entre los países afectados se encuentran Honduras, Nicaragua, Guatemala, El Salvador, Argentina, Bolivia, Ecuador, Chile y Venezuela (48).

Asimismo, una de las limitaciones identificadas en esta comunidad de estudio es la falta de trabajo articulada por parte de los profesionales del centro de salud. No se llevan a cabo campañas de salud enfocadas en la alimentación, lo que impide concientizar a la población sobre cómo mantener una vida saludable y de calidad mediante el consumo de alimentos ricos en hierro.

VI. CONCLUSIONES

- La mayoría no fuma, ni ha fumado de manera habitual, no consumen bebidas alcohólicas, duermen de 6 a 8 horas, casi la totalidad se baña diariamente, la mayoría no realizan examen médico periódico, no realiza actividad física, durante las dos últimas semanas caminaron, consumen diariamente pollo, res o cerdo, más de la mitad consumen legumbres 1 o más veces a la semana, menos de la mitad consumen dulces o gaseosas menos de 1 vez a la semana, menos de la mitad consumen embutidos y enlatados nunca o casi nunca.

VII.RECOMENDACIONES

- Continuar investigando sobre los estilos de vida, dado que constituyen un problema crítico en la calidad de vida de los adultos en la actualidad.
- Presentar los resultados de la investigación a la municipalidad de Upis para que implementen actividades coordinadas que promuevan una mejora en el estado de salud del centro.
- Comunicar los resultados al establecimiento de salud de Upis para que desarrollen estrategias y actividades orientadas a mejorar la salud.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Fatme M. Enfermedades relacionadas con el estilo de vida: Una carga económica para los servicios de salud | Naciones Unidas [Internet] 2020. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: <https://www.un.org/es/chronicle/article/enfermedades-relacionadascon-el-estilo-de-vida-una-carga-economica-para-los-servicios-de-salud>
2. OPS/OMS. Crece la carga mundial de cáncer en medio de una creciente necesidad de servicios | Organización Panamericana de la Salud [Internet] 2024. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/1-2-2024-crece-carga-mundial-cancer-medio-creciente-necesidad-servicios>
3. OPS. Enfermedades no transmisibles indicadores de progreso, resultados para las Américas [Internet] 2022. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/56037/OPSNMHN220008_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y
4. Telégrafo. Adultos en Ecuador no realizan suficiente actividad física, según estudio [Sitio web Telegrafo Decano Digital] 2023. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: <https://www.eltelegrafo.com.ec/noticias/actualidad/44/adultos-ecuador-realizan-suficiente-actividad-fisica-segun-estudio>
5. Gutiérrez M, Morales I, Gelabert R. Eficacia de un programa de estilo de vida de salud en Chile. Sitio web [Digital Rev Cubana Med Gen Integr] [Internet] 2022. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252022000200016
6. Ministerio de Desarrollo Social. Relevamiento de personas en situación de calle en Montevideo. Uruguay [Portal de Internet del Ministerio de Desarrollo Social] 2023. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: <https://www.gub.uy/ministerio-desarrollo-social/comunicacion/publicaciones/relevamiento-personas-situacion-calle-montevideo>
7. MINSA. Nutricionistas advierten que 7 de cada 10 peruanos sufre de exceso de peso [Noticias Internet - Ministerio de Salud]. Plataforma del Estado Peruano 2023. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/720469-minsa-nutricionistas-advierten-que-7-de-cada-10-peruanos-sufre-de-exceso-de-peso%20%E2%80%8C>
8. Chunga G. Estilos de vida y factores sociodemográficos en los adultos del caserío El Salto-Tambogrande-Piura, 2023. Repositorio de la Universidad Católica Los Ángeles

- de Chimbote; 2023. [Tesis Pregrado para optar el título profesional de enfermería]. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/35257/ESTILO_VIDA_GARCIA_CHUNGA_FRANK%20%281%29.pdf?sequence=5&isAllowed=y
9. Azua M, Arteaga A, Jaramillo A. Determinantes sociales de salud en adultos de la parroquia la Unión del cantón Jipijapa. [Tesis de pregrado Universidad Estatal del Sur de Manabí] 2023. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: <https://www.investigarmqr.com/ojs/index.php/mqr/article/view/749>
 10. Fernández A, Becerra K, Rodríguez D, Lapeira S, Romero K. Estilos de vida saludable en adultos del Corregimiento La Playa sector la Playita Colombia 2021 implementando la teoría de Nola Pender [Tesis de pregrado Universidad Simón Bolívar] 2021. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: https://bonga.unisimon.edu.co/bitstream/handle/20.500.12442/9386/Estilos_Vida_Saludables_Adultos_Corregimiento_LaPlaya_Resumen.pdf?sequence=2&isAllowed=y
 11. Benites V, Ruiz A, Sillas D, Valle M. Estilo de vida en adultos de 18 a 60 años de una comunidad rural | Repositorio de la Universidad Tecnocientífica del Pacífico México [Revista de Internet] 2020. [citado el 17 de abril de 2024]. Disponible en: <https://tecnocientifica.com.mx/educateconciencia/index.php/revistaeducate/article/view/27>
 12. Guallo M, Parreño A, Chávez J. Estilos de vida saludables en adultos mayores. [Revista Cubana Reumatología] [Internet] 2022. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1817-59962022000400008&script=sci_arttext
 13. Pinillos Y, et al. Estilo de vida en adultos jóvenes universitarios de Barranquilla, Colombia: Diferencias según sexo y estatus socioeconómico | Repositorio de la Universidad Metropolitana Barranquilla. [Revista de Internet] 2022. [citado el 17 de abril de 2024]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8072019>
 14. Sotomayor M. Los determinantes biosocioeconomicos y de estilos de vida como determinantes del estado de salud de la mujer adulta del asentamiento humano Villa del Salvador- Nuevo Chimbote, 2021 [Tesis Pregrado para optar el título profesional de enfermería]. Repositorio de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote 2021. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en:

https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/22891/DETERMINANTES_PERSONA%20ADULTA_SALUD_SOTOMAYOR_RURUSH_MERLE.pdf?sequence=1&isAllowed=y

15. Lopez, Y. Determinantes de la salud de los adultos de la urbanización Los Ángeles - Independencia - Huaraz, 2023. [Tesis Pregrado para optar el título profesional de enfermería]. Repositorio de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2023. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/35119>
16. Rivera R. Determinantes de la salud en adultos del Asentamiento Humano Luis Alberto Kouri Hanna_Ventanilla_Callao, 2020 [Tesis Pregrado para optar el título profesional de enfermería]. Repositorio de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote 2020. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/21137/ADULTOS_MAYORES_DETERMINANTES_DE_LA_SALUD_RIVERA_RIMARI_RODOLFO_ROMULO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
17. Marcos M. Los estilos de vida como determinante del estado de salud del adulto de la Asociación Los Geraneos_Tacna, 2021 [Trabajo de investigación para obtener el Grado Académico de Bachiller en enfermería]. Repositorio de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote 2021. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/30567/DETERMINANTES_ANTE_BIOSOECONOMICOS_PERSONA_ADULTA_MARCOS_GOMEZ_MARDIORY_ALEXANDRA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
18. Sebastiani L. Determinantes de la salud asociados al estilo de vida en adultos del asentamiento humano primavera III Wichanza - La Esperanza, 2022 | Repositorio de la Universidad Católica De Trujillo Benedicto XVI. [Tesis Pregrado para optar el título profesional de enfermería] 2022. [citado el 10 de mayo del 2024]. Disponible en: https://repositorio.uct.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/123456789/3031/0040715516_T_2023.pdf?sequence=1&isAllowed=y
19. Chunga.S. Determinantes de la salud en adultos del asentamiento humano Nuevo Pedregal_Catacaos_Piura, 2023 [Tesis Pregrado para optar el título profesional de enfermería]. Repositorio de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote 2023. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/33200/DETERMINANTES_PERSONA_ADULTA_CHUNGA_SANTOS.pdf?sequence=1&isAllowed=y

[ANTES_SALUD_CHUNGA_CHERO_SINDIA_FIORELA.pdf?sequence=3&isAllowed=y](#)

20. Marcos M. Determinantes de la salud en el adulto mayor del asentamiento humano Tácala etapa II Castilla Piura. [Tesis Pregrado para optar el título profesional de enfermería]. Repositorio de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote 2023. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32938/DETERMINANTES_SALUD_MARCOS_GOMEZ_MARDGIORY.pdf?sequence=1&isAllowed=y
21. Montejo A. Determinantes de la salud en los adultos del mercado zonal de Santa Rosa -Veintiseis de Octubre- Piura. [Tesis Pregrado para optar el título profesional de enfermería]. Repositorio de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote 2020. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20188/DETERMINANTES_ADULTOS_MONTEJO_OLAYA_ANA_LUCIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
22. Camacho, G. Determinantes de la Salud del Adulto del AA. HH. 28 de Julio– Castilla – Piura, 2020 | Repositorio de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. [Tesis Pregrado para optar el título profesional de enfermería] 2020. [citado el 10 de mayo del 2024]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/21454/ADULTO_DETERMINANTES_SALUD_CAMACHO_PULACHE_GABRIELA_ENRIQUETA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
23. Antón, R. Determinantes de salud en la persona adulta de Monte Redondo – La Unión- Piura, 2019 | Repositorio de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. [Tesis Pregrado para optar el título profesional de enfermería] 2019. [citado el 10 de mayo del 2024]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/16601/DETERMINANTES_DE_LA_SALUD_PERSONA_ADULTA_ANTON_SOLANO RONAL AL EX.pdf?sequence=1&isAllowed=y
24. Rocha J. Modelo De Salud De Marc Lalonde 2019. [Informe de Internet] Informe de Marc Lalonde 2019. [citado el 17 de abril de 2024]. Disponible en: <https://idoc.pub/documents/modelo-de-salud-de-marc-lalonde-3no7oxrgv3ld>

25. Rodríguez Z. Determinantes sociales y su importancia para los profesionales de salud. [revista de Internet Ediciones Univ Coop Colomb] 2020. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/d05c1770-8068-48a7-aaec-e02418d7a8b1/content>
26. El modelo Dahlgren-Whitehead de determinantes de la salud: 30 años después y todavía persiguiendo el arcoíris [Artículo de Internet National center for biotechnology information] 2021. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34534885/>
27. March S, Ruiz L, Zaragoza G, Benedicto C. La receta de la salud: Introducción a los determinantes sociales. Asociación Madrileña de Salud Mental [Boletín en Internet N47 invierno] 2021. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: <https://amsm.es/2021/03/18/la-receta-de-la-salud-introduccion-a-los-determinantes-sociales-boletin-n47-invierno-2021/>
28. Elsevier. Atención Primaria. Recomendaciones sobre el estilo de vida. Actualización PAPPS 2020. [Revista de Internet]. [citado el 14 de abril de 2024] 2020. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-recomendaciones-sobre-el-estilo-vida--S0212656722001627>
29. Piña M, Olivo V, Martínez M, Poblete C, Guerra V. Envejecimiento, calidad de vida y salud. Desafíos para los roles sociales de las personas mayores [Revista de Internet] 2022. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.51188/rrts.num28.642>
30. Hurtado E, Jorgue R, Inés R. Salud plena e integral: un concepto más amplio de salud [Artículo Original/ Revista de la Asociación Médica Argentina] [Internet] 2021. [citado el 17 de abril de 2024]. Disponible en: https://www.ama-med.org.ar/uploads_archivos/2147/Rev-1-2021_pag-18-25_Losardo.pdf
31. Obregón D. La OMS y el paradigma global: los determinantes sociales de la salud o la retórica de la inclusión [Artículo de Internet]. Dialnet 2020. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7385632>
32. Carbajal Y, Contreras V, Fuerte L, Saavedra J, Vásquez W. Metodología de la investigación manual del estudiante [Internet]. Lima: Universidad de San Martín de Porras; 2021 [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: <https://www.coursehero.com/file/114649671/Manual-MTI-2021-Idocx/>

33. Equipo editorial, Etecé. Tipos de Investigación - Cuáles son, características y ejemplos [Internet]. Concepto 2021. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: Disponible en: <https://concepto.de/tipos-de-investigacion/>
34. Ramos C. Editorial: Diseños de investigación experimental. [Revista de Internet Ciencia América (Ambato)] 2021. [citado el 14 de abril de 2024]. Disponible en: <https://www.cienciamerica.edu.ec/index.php/uti/article/view/356>
35. Ballinas Y. La importancia de un estilo de vida saludable. [Rev. Peru Med. Integr. En internet] 2021. [citado el 17 de abril de 2024]. Disponible en: <https://rpmpe.pe/index.php/rpmpe/article/view/45>
36. Reglamento de Integridad Científica en la Investigación 001. Actualizado por Consejo Universitario con Resolución N° 1212- 2023-CU- [Uladech católica, de fecha 12 de agosto del 2023] Chimbote, Perú 2023. <https://www.uladech.edu.pe/wpcontent/uploads/erpuniversity/downloads/transparencia-universitaria/estatuto-el-texto-unico-de-procedimientos-administrativos-tupa-el-plan-estrategico-institucional-reglamento-de-la-universidad-y-otras-normativas/reglamentos-de-la-universidad/reglamento-de-integridad-cientifica-en-la-investigacion-v001.pdf>
37. OPS/OMS. Impulsar la agenda de salud sostenible para las Américas 2018-2030| Organización Panamericana de la Salud [Internet] 2019. [citado el 26 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.paho.org/annual-report-of-the-director-2019/es/>
38. INEI. Perú: Brechas de género 2023. Avances sobre la igualdad de mujeres y hombres | Instituto Nacional de Estadística (INEI). [Libro de internet] 2023. [citado el 26 de mayo de 2024]. Disponible en: https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1934/libro.pdf
39. INEI. Encuesta Nacional de Hogares - ENAHO 2024| Instituto Nacional de Estadística (INEI). [Libro de internet] 2024. [citado el 26 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/inei/informes-publicaciones/3364523-encuesta-nacional-de-hogares-enaho-2022>
40. INEI. Comportamientos de los indicadores del mercado laboral a nivel nacional| Instituto Nacional de Estadística (INEI). [Libro de internet] 2023. [citado el 26 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.inei.gov.pe/prensa/noticias/inei-presenta-por-primera-vez-informacion-del-mercado-laboral-a-nivel-de-ciudades-14432/>

41. OPS/OMS. Tabaco principal causa de muerte, enfermedad y empobrecimiento| Organización Panamericana de la Salud [Internet] 2023. [citado el 26 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>
42. OPS/OMS. Alcohol | Organización Panamericana de la Salud [Internet] 2022. [citado el 26 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/alcohol>
43. OMS ¿Es necesario bañarse todos los días? esto nos dice la Organización Mundial de la Salud| Hospital Daniel Alcides Carrión [Noticias Internet] 2023. [citado el 26 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.hndac.gob.pe/es-necesario-banarse-todos-los-dias-esto-nos-dice-la-organizacion-mundial-de-la-salud/>
44. MINSA. Día Mundial del Sueño: dormir de forma continua e ininterrumpida es esencial para nuestro sistema nervioso e inmunológico| Plataforma del Estado Peruano 2022 [Noticias Internet - Ministerio de Salud] 2023. [citado el 26 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/727217-dia-mundial-del-sueno-dormir-de-forma-continua-e-ininterrumpida-es-esencial-para-nuestro-sistema-nervioso-e-inmunologico>
45. MINSA. Con una campaña nacional el Minsa resalta la importancia de realizarse chequeos médicos preventivos | Plataforma del Estado Peruano 2024 [Noticias Internet - Ministerio de Salud] 2024. [citado el 26 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/909508-con-una-campana-nacional-el-minsa-resalta-la-importancia-de-realizarse-chequeos-medicos-preventivos>
46. OPS/OMS. Actividad física | Organización Panamericana de la Salud [Internet] 2022. [citado el 26 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
47. OPS/OMS. La OMS insta a los gobiernos a fomentar la alimentación saludable en los establecimientos públicos| Organización Panamericana de la Salud [Internet] 2021. [citado el 26 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/12-01-2021-who-urges-governments-to-promote-healthy-food-in-public-facilities#:~:text=No%20se%20deben%20destinar%20fondos,y%20otras%20enfermedades%20no%20transmisibles>
48. OMS. Alimentación sana. [internet]. 2019. [citado el 20 de mayo del 2024]. disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy->

ANEXOS

Anexo 01. Matriz de consistencia

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	VARIABLE	METODOLOGÍA
<p>Problema general:</p> <p>¿Cuáles son los estilos de vida como determinante de la salud en adultos del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024?</p>	<p>Objetivo General:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Describir los estilos de vida como determinante de la salud del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024 <p>Objetivo Especifico:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar los estilos de vida del adulto del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024 	<p>- Estilo de vida</p>	<p>Diseño de la investigación:</p> <p>Diseño no experimental de una sola casilla.</p> <p>Tipo y nivel de investigación:</p> <p>Cuantitativo, descriptivo.</p> <p>Técnica e instrumento:</p> <p>Entrevista, cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por Vilchez M.</p> <p>Población: 260 adultos</p> <p>Muestra: 97 adultos</p>

Anexo 02 Instrumento de recolección de información



FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA
CUESTIONARIO SOBRE LOS DETERMINANTES DE ESTILO DE VIDA DE
ADULTOS

Elaborado por Vílchez Reyes Adriana

DATOS DE IDENTIFICACION:

- Iniciales o seudónimo del nombre de la persona.....

I. DETERMINANTES BIOSOCIOECONOMICO

1. **Sexo:** Masculino () Femenino ()

2. **Edad:**

- Adulto Joven (20 a 40 años) ()
- Adulto Maduro (40 a 64 años) ()
- Adulto Mayor (65 en adelante) ()

3. **Grado de instrucción:**

- Sin nivel instrucción ()
- Inicial/Primaria ()
- Secundaria Completa / Secundaria Incompleta ()
- Superior Universitaria ()
- Superior no universitaria ()

4. **Ingreso económico:**

- Menor de 750 ()
- De 751 a 1000 ()
- De 1001 a 1400 ()
- De 1401 a 1800 ()
- De 1801 a más ()

5. **Ocupación:**

- Trabajador estable ()
- Eventual ()
- Sin ocupación ()
- Jubilado ()

II. DETERMINANTES DE LOS ESTILOS DE VIDA

6. ¿Actualmente fuma?

- Si fumo, diariamente ()
- Si fumo, pero no diariamente ()
- No fumo actualmente, pero he fumado antes ()
- No fumo, ni he fumado nunca de manera habitual ()

7. ¿Con qué frecuencia ingiere bebidas alcohólicas?

- Diario ()
- Dos a tres veces por semana ()
- Una vez a la semana ()
- Una vez al mes ()
- Ocasionalmente ()
- No consumo ()

8. Número de horas que duerme

- De 6 a 8 horas ()
- De 8 a 10 horas ()
- De 10 a 12 horas ()

9. Cuál es la frecuencia con la que se baña:

- Diariamente ()
- 4 veces a la semana ()
- No se baña ()

10. Usted realiza examen médico periódico

- Si ()
- No ()

11. Usted realiza alguna actividad física:

- Caminar ()
- Deporte ()
- Gimnasia ()
- No realiza ()

12. Usted realizo Actividad física en estas dos últimas semanas durante más de 20 minutos

- Caminar ()
- Gimnasia suave ()
- Juegos con poco esfuerzo ()
- Correr ()
- Deporte ()
- Ninguna ()

13. DIETA:

¿Con qué frecuencia usted y su familia consumen los siguientes alimentos

Alimentos:	Diario	3 o más veces a la semana	1 o 2 veces a la semana	Menos de una vez a la semana	Nunca o casi nunca
• Fruta					
• Carne (Pollo, res, cerdo, etc.)					
• Huevos					
• Pescado					
• Fideos, arroz, papas...					
• Pan, cereales					
• Verduras y hortalizas					
• Legumbres					
• Embutidos, enlatados					
• Lácteos					
• Dulces, gaseosas					
• Refrescos con azúcar					
• Frituras					

Muchas gracias, por su colaboración

Anexo 03. Ficha técnica de los instrumentos

Validez y Confiabilidad del Cuestionario

EVALUACIÓN CUALITATIVA

Permitió aclarar la opinión de los individuos del sector Salud que actúan como mediador del informe, con la finalidad de determinar propuestas para el cuestionario de determinantes de la salud en adultos. Desarrollado por la Dra. Enf. Vílchez Reyes María Adriana, directora de la presente línea de investigación.

Con reuniones se facilitó a los participantes como jueces información respecto a la matriz de operacionalización de la variable y la propuesta del cuestionario, para su análisis y socialización de las opiniones, posteriormente cada participante emitió las observaciones realizadas al cuestionario propuesto, las cuales proporcionaron realizar los ajustes necesarios a los enunciados y categorías de respuestas de las preguntas relacionadas a los determinantes de la salud en los adultos.

EVALUACIÓN CUANTITATIVA:

Validez de contenido: Se exploró mediante la calificación por medio de criterio de expertos, diez en total, acerca de la pertinencia de los reactivos en relación al constructo evaluado por dimensiones. Para efectos de este análisis, se utilizó para la evaluación de la validez de contenido la fórmula de V de Aiken (Penfield y Giacobbi, 2004).

Procedimiento llevado a cabo para la validez:

1. Se solicitó la participación de un grupo 10 jueces expertos del área de Salud.
2. Se alcanzó a cada uno de los expertos la “FICHA DE VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO SOBRE LOS DETERMINANTES DE LA SALUD”
3. Cada experto para cada ítem del cuestionario respondió a la siguiente pregunta: ¿El conocimiento medido por esta pregunta es...?
 - ¿esencial?
 - ¿útil pero no esencial?
 - ¿no necesaria?
4. Una vez llenas las fichas de validación, se anotó la calificación que brindaron cada uno de los expertos a las preguntas
5. Luego se procedió a calcular el coeficiente V de Aiken para cada una de las preguntas y el coeficiente V de Aiken total. (Ver Tabla 1)
6. Se evaluó que preguntas cumplían con el valor mínimo (0,75) requerido teniendo en cuenta que fueron 10 expertos que evaluaron la validez del contenido. De la evaluación se obtuvieron valores de V de Aiken de 0,998 a 1.

Tabla 1

V de Aiken de los ítems del Cuestionario sobre determinantes de la salud en los adultos del Perú.

N°	V de Aiken	N°	V de Aiken
1	1,000	18	1,000
2	1,000	19	1,000
3	1,000	20	0,950
4	1,000	21	0,950
5	1,000	22	1,000
6.1	1,000	23	1,000
6.2	1,000	24	1,000
6.3	1,000	25	1,000
6.4	1,000	26	1,000
6.5	1,000	27	1,000
6.6	1,000	28	1,000
7	1,000	29	1,000
8	1,000	30	1,000
9	1,000	31	1,000
10	1,000	32	1,000
11	1,000	33	1,000
12	1,000	34	1,000
13	1,000	35	1,000
14	1,000	36	1,000
15	1,000	37	1,000
16	1,000	38	1,000
17	1,000		
Coefficiente V de Aiken total			0,998

El coeficiente V de Aiken total es 0,998, este valor indica que el instrumento es válido para recabar información respecto a los determinantes de la salud en los adultos.

CONFIABILIDAD INTEREVALUADOR

Se aplicó el cuestionario a las adolescentes por distintos investigadores el mismo día de la entrevista, permitiendo que ver que no hay algún cambio. Y se llevara a cabo por un pequeño grupo de 15 adultas.

A través del Coeficiente de Kappa se estudia el porcentaje de concordancia entre los entrevistadores, un valor a partir de 0,8 se considera muy bueno para evaluar la confiabilidad interevaluador.

TABLA 2

REGISTRO DE LAS CALIFICACIONES DE CADA UNO DE LOS EXPERTOS A LAS PREGUNTAS DEL CUESTIONARIO

N°	Expertos consultados										Sumatoria	Promedio	n (n° de jueces)	Número de valores de la escala de valoración	V de Aiken
	Experto 1	Experto 2	Experto 3	Experto 4	Experto 5	Experto 6	Experto 7	Experto 8	Experto 9	Experto 10					
1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
3.1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
3.2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
6.1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
6.2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
6.3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
6.4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
6.5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
6.6	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000

7	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
8	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
14	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
15	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
16	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
17	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
18	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
19	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
20	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	29	2,9	10	3	0,950
21	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	29	2,9	10	3	0,950
22	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
23	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000

24	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
25	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
26	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
27	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
28	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
29	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
30	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
31	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
32	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
33	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
34	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
35	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
36	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
37	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
38	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	10	3	1,000
Coefficiente de validez del instrumento															0,998

Anexo 04 Consentimiento Informado



PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ENTREVISTAS (Ciencias de la Salud)



Estimado/a participante le pedimos su apoyo en la realización de una investigación conducida por Balcazar Vicente Eddy Yovany, que es parte de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. La investigación, denominada estilos de vida como determinante de la salud del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024, la entrevista durará aproximadamente 20 minutos y todo lo que usted diga será tratado de manera anónima.

- La información brindada será grabada (si fuera necesario) y utilizada para esta investigación.
- Su participación es totalmente voluntaria. Usted puede detener su participación en cualquier momento si se siente afectado; así como dejar de responder alguna interrogante que le incomode. Si tiene alguna pregunta sobre la investigación, puede hacerla en el momento que mejor le parezca.
- Si tiene alguna consulta sobre la investigación o quiere saber sobre los resultados obtenidos, puede comunicarse al siguiente correo electrónico: Balcazare552@gmail.com o al número 992420048. Así como con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad.

Complete la siguiente información en caso desee participar:

Nombre Completo:	
Firma del Participante:	
Firma del Investigador:	
Fecha:	



Chimbote, 27 de abril del 2024

CARTA N° 0000000607- 2024-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA

Señor/a:

**TENIENTE GOBERNADOR: YOLANDA SALINAS DOMINGUEZ
UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE**

Presente:

A través del presente reciba el cordial saludo a nombre del Vicerrectorado de Investigación de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, asimismo solicito su autorización formal para llevar a cabo una investigación titulada ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD DEL ADULTO DEL UPIB PUEBLO LIBRE_ LOS OLIVOS_ LOS ALGARROBOS_ PIURA, 2024, que involucra la recolección de información/datos en ADULTOS MAYORES, a cargo de EDDY YOVANY BALCAZAR VICENTE, perteneciente a la Escuela Profesional de la Carrera Profesional de ENFERMERÍA, con DNI N° 41763799, durante el período de 25-04-2024 al 30-04-2024.

La investigación se llevará a cabo siguiendo altos estándares éticos y de confidencialidad y todos los datos recopilados serán utilizados únicamente para los fines de la investigación.

Es propicia la oportunidad para reiterarle las muestras de mi especial consideración.

Atentamente.



[Handwritten signature]



Dr. Willy Vallo Salvaierria
Coordinador de Gestión de Investigación

[Handwritten signature: Yolanda Salinas Dominguez]

Anexo 5: Cálculo de la muestra



Fórmula para una población finita

$$n = \frac{N \times Z^2 \times p \times q}{e^2(N - 1) + Z^2 \times p \times q}$$

En donde:

n^o: Tamaño de muestra inicial.

N: Población total = 300

Z: Nivel de confianza al 95% = 1.96

p: Probabilidad de éxito = 0.5

q: Probabilidad de fracaso = 0.5

e: Margen de error = 0.05

n: Tamaño de muestra final.

Reemplazando:

$$n_o = \frac{260 \times (1.96)^2 \times 0.5 \times 0.5}{(0.05)^2(300 - 1) + (1.96)^2 \times 0.5 \times 0.5}$$

$$n_o = \frac{260 \times 3.8416 \times 0.5 \times 0.5}{0.0025 \times 259 + 3.8416 \times 0.5 \times 0.5}$$

$$n_o = \frac{249.704}{0.6475 + 0.9604}$$

$$n_o = \frac{249.704}{1.6079}$$

$$n_o = 155.298215$$

$$n_o = 155$$

Aplicamos:

$$\frac{n_o}{N} > 0.10$$

$$\frac{155}{260} = 0.596154$$

- Si la muestra obtenida sobrepasa al 10% aplicamos la siguiente fórmula.

Fórmula para la muestra final:

$$n = \frac{n_o}{\left(1 + \frac{n_o}{N}\right)}$$

$$n = \frac{155}{\left(1 + \frac{155}{260}\right)}$$

$$n = \frac{155}{(1 + 0.596)}$$

$$n = \frac{155}{1.5961}$$

$$n = 97.11$$

$$n = 97$$

El tamaño de la muestra final es de 97 del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024.

TABLA:

**DETERMINANTES DE LA SALUD BIOSOCIOECONÓMICOS DEL ADULTO DEL
UPIS PUEBLO LIBRE_ LOS OLIVOS_ LOS ALGARROBOS_ PIURA, 2024**

Sexo	n°	%
Masculino	31	32
Femenino	66	68,0
Total	97	100,0
Edad (años)	n°	%
Adulto Joven (18 años a 29 años 11 meses 29 días)	15	15,0
Adulto Maduro (De 30 a 59 años 11 meses 29 días)	54	56,0
Adulto Mayor (60 a más años)	28	29,0
Total	97	100,0
Grado de instrucción del adulto	n°	%
Sin nivel instrucción	0	0,0
Inicial/Primaria	33	34,0
Secundaria Completa / Secundaria Incompleta	44	45,0
Superior Universitaria	9	9,0
Superior no universitaria	11	11,0
Total	97	100,0
Ingreso económico familiar (nuevos soles)	n°	%
Menor de 750	57	53,0
De 751 a 1000	37	34,0
De 1001 a 1400	14	13,0
De 1401 a 1800	0	0,0
De 1801 a más	0	0,0
Total	108	100,0
Ocupación del jefe de familia	n°	%
Trabajador estable	19	18,0
Eventual	60	56,0
Sin ocupación	11	10,0
Jubilado	18	17,0
Estudiante	0	0,0
Total	100	100,0

Fuente: Cuestionario de los determinantes de la salud, elaborado por Dra. Vilchez M. Aplicado en el adulto del Upis Pueblo Libre_ Los Olivos_ Los Algarrobos_ Piura, 2024