



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

**ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN LOS ADULTOS
MADUROS COMERCIANTES DE UN MERCADO EN HUARAZ, 2024**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN ENFERMERÍA

AUTOR

JAMANCA ESPINOZA, FREDY GUALBERTO

ORCID:0000-0003-0677-3330

ASESOR

GORRITTI SIAPPO, CARMEN LETICIA

ORCID:0000-0002-2943-1328

CHIMBOTE-PERÚ

2024



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIO DE ENFERMERÍA

ACTA N° 0180-092-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **21:30** horas del día **18** de **Noviembre** 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:

VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA Presidente
GIRON LUCIANO SONIA AVELINA Miembro
ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO Miembro
Dr(a). GORRITTI SIAPPO CARMEN LETICIA Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN LOS ADULTOS MADUROS COMERCIANTES DE UN MERCADO EN HUARAZ, 2024**

Presentada Por :
(1212172010) **JAMANCA ESPINOZA FREDY GUALBERTO**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **17**, quedando expedito/a el/la Bachiller para optar el TÍTULO PROFESIONAL de **Licenciado en Enfermería**.

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

VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA
Presidente

GIRON LUCIANO SONIA AVELINA
Miembro

ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO
Miembro

Dr(a). GORRITTI SIAPPO CARMEN LETICIA
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: ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN LOS ADULTOS MADUROS COMERCIANTES DE UN MERCADO EN HUARAZ, 2024 Del (de la) estudiante JAMANCA ESPINOZA FREDY GUALBERTO, asesorado por GORRITTI SIAPPO CARMEN LETICIA se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 0% 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, 11 de Diciembre del 2024



Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

DEDICATORIA

En primer lugar, dedico este informe de tesis a Dios, por darme la vida y por todas las cosas que me ha dado y permitir llegar a los últimos estadios de mi estudio la cual nunca pensé llegar y si es su voluntad llegar hacer un buen profesional de enfermería

A mis padres por apoyarme incesantemente e incentivar me día a día en la lucha de seguir adelante y nunca desfallecer hasta lograr mi objetivo la fue esta carrera que tanto ellos y yo anhelamos obtener

A mi hermana S. por el empuje perseverante en la decisión de mi carrera y a mi hermana Y. por darme buenos consejos sobresalientes y mi cuñado D. por su tiempo y paciencia de ayuda que me brindo

AGRADECIMIENTO

Agradezco a mi Docente Carmen Leticia Gorriti Siappo por su asesoramiento perseverante con su paciencia y único objetivo tratar de sacar ese espíritu de lucha dentro de nosotros y poder culminar nuestra elaboración del proyecto de tesis, su apoyo incondicional con esa gran frase que decía: “sin ustedes no lo voy a lograr”.

agradezco también a mi esposa I. y a mis hijos por su preocupación, comprensión y paciencia hacia mí en los momentos agradables, tristes y tan difíciles que hemos pasado su entusiasmos y ánimos de lucha que me brindaron para no desalentarme y hacer lo posible mi informe de tesis.

También agradecer al presidente, la secretaria y a los adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima de Huaraz por su colaboración y tiempo hacia mi persona para hacer realidad la culminación de mi informe de tesis

ÍNDICE GENERAL

	Pág.
Dedicatoria	IV
Agradecimiento	V
Indice general	VI
Lista de tablas	VII
Lista de figuras	VIII
Resumen	IX
Abstract	X
I. Planteamiento del problema.....	1
1.1 Descripción del problema.....	1
1.2 Formulación del problema.....	4
1.3 Objetivo general y específicos.....	4
1.4 Justificación.....	4
II. Marco teórico.....	6
2.1 Antecedentes.....	6
2.2 Bases teóricas	9
III. Metodología	14
3.1 Tipo, Nivel y Diseño de Investigación	14
3.2 Población	14
3.3 Operacionalización de las variables/categorías	15
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos/información.....	17
3.5 Método de análisis de datos/información	19
3.6 Aspectos Éticos	20
IV. Resultados	22
V. Discusión	27
VI. Conclusiones	39
VII. Recomendaciones	40
Referencias bibliográficas	41
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 de consentimiento informado, carta de recojo y aceptación a la investigación	55

LISTA DE TABLAS

Tabla 01	Estilo de vida de los adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima en Huaraz	22
Tabla 02	Factores biosocioculturales de los adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima en Huaraz	42

LISTA DE FIGURAS

Figura 01	Modelo de los determinantes de la salud	10
Figura 02	Modelo de promoción de la salud	11
Figura 03	Estilo de vida en adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima Huaraz	22
Figura 04	Sexo en adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima Huaraz	24
Figura 05	Religión en adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima Huaraz	24
Figura 06	Grado de instrucción en adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima Huaraz	25
Figura 07	Estado civil en adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima Huaraz	25
Figura 08	Ingreso económico en adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima Huaraz	26

RESUMEN

En el presente estudio tiene por objetivo establecer el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto maduro comerciante en el mercado central virgen de Fátima, Huaraz. Su metodología fue de tipo cuantitativa de corte transversal; de nivel descriptivo no experimental, con una población de 228, la muestra fue de 143 adultos maduros el cual se aplicó la escala de estilos de vida y el cuestionario de factores biosocioculturales de acuerdo a la técnica de la encuesta. Resultados: con respecto al estilo de vida el 62,9% tienen un estilo de vida no saludable. Así mismo en el factor biosociocultural el 61% son de sexo femenino, el 85% son de religión católico, en grado de instrucción el 50% tienen Primaria completa/primaria incompleta, seguido del 38% son de secundaria completa/incompleta en el estado civil el 64% son casado(a)/conviviente y finalmente el 66% tienen un ingreso económico mayor de 1025. Y se llega a la conclusión que, en el estilo de vida más de la mitad tienen un estilo de vida no saludable y en los factores biosocioculturales: más de la mitad son de sexo femenino, casado/conviviente, tiene un ingreso económico mayor de 1025 nuevos soles, la mayoría profesan la religión católica y tiene estudios de nivel de educación básica.

Palabra clave: estilo de vida, factores biosocioculturales, adulto maduro

ABSTRACT

The present study aims to establish the lifestyle and biosociocultural factors of the mature adult merchant in the virgin central market of Fátima, Huaraz. Its methodology was quantitative, cross-sectional; non-experimental descriptive level, with a population of 228, the sample was 143 mature adults to which the lifestyle scale and the biosociocultural factors questionnaire were applied according to the survey technique. Results: with respect to lifestyle, 62.9% have an unhealthy lifestyle. Likewise, in the biosociocultural factor, 61% are female, 85% are Catholic, in terms of education, 50% have completed primary/incomplete primary, followed by 38% have completed/incomplete secondary in marital status. 64% are married/cohabiting and finally 66% have an economic income greater than 1025. And the conclusion is reached that, in terms of lifestyle, more than half have an unhealthy lifestyle and in those biosociocultural factors: more than half are female, married/cohabiting, have an income greater than 1025 nuevos soles, the majority profess the Catholic religion and have basic education level studies.

Keyword: lifestyle, biosociocultural factors, mature adult

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción del problema

En el año 2019, según la Organización Mundial de la Salud (OMS)(1) señaló que las enfermedades se agrupan a los estilos de vida no saludable y a la globalización, también sostiene que padecen de enfermedades no transmisibles 9 millones de personas, por lo que se visualiza una realidad de 1,5 millones de defunciones, asociadas con el excesivo consumo de alimentos rápidos, sedentarismo, alcohol y tabaco que con el tiempo sufren de tumoraciones, problemas del pulmón, hipertensión, ataques cardiacos, diabetes, sobrepeso y obesidad.

Así mismo en el año 2023 según la OMS (2) sostiene respecto al estilo de vida, fallecen más de 8 millones de individuos a causa del cigarrillo cada año, la cual aproximadamente 1,3 millones que no son fumadores están en riesgo al humo ajeno. Dentro de los 1300 millones que consumen cigarrillo a nivel mundial el 80% viven en países donde hay ingresos bajos y medianos. El humo del cigarrillo provoca patologías respiratorias y cardiovasculares de gravedad, e incluso el cáncer de pulmón y cardiopatías isquémicas lo cual fallecen antes de su debido tiempo cerca de 1300 millones de individuos al año.

Por otro lado, el consumo del alcohol es uno de los factores de riesgos más prevalentes en los adultos la cual en el 2019 se aconteció a nivel global 2600 millones de fallecimientos por esta sustancia. De todo esto, 300 millones fue a causa de patologías transmisibles, 700 en traumatismo y 1600 fue debido a patologías no transmisibles. Sin embargo 400 millones de usuarios que en cifras estadísticas viene hacer el 7% de toda la población global desde la edad 15 años para adelante mantenían trastornos por el consumo del alcohol, por ende, del 7% 209 millones de adultos que viene hacer el 3,7% a nivel mundial tenían dependencia del alcohol (3).

En el ámbito internacional el padecimiento de obesidad en adultos maduros fue el 35% que ocupa México, viniendo hacer diez veces más que Japón y Corea del norte que se allá entre 8,0%. Debido a estas patologías repercuten los indispensables factores de defunción como son: diferentes tipos de cáncer, patologías cardiovasculares y diabetes mellitus, esto acontece un desafío imprescindible para el área de salud ya que el primordial factor es la obesidad (4).

De igual manera en América latina según la Organización Panamericana de la Salud (OPS) (5) en los años 2019 y 2020 de acuerdo con el panorama de la seguridad

alimentaria y nutricional incremento 9 puntos en problemas alimenticios, existen 267 millones de individuos que sufren de sobrepeso, así mismo hay 140 millones de usuarios que tienen obesidad, lo cual de cada cuatro individuos hay uno que no practican una alimentación saludable.

La educación a nivel global de acuerdo a la Organización de las Naciones Unidas para la educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) (6) en el año 2020 el 68% de usuarios con necesidad especial llevan una educación inclusiva, de esa forma reduce el analfabetismo en usuarios con habilidades diferentes, la inadecuada educación en África sigue siendo de máxima prioridad, una cifra de 60% en adolescentes no van a la escuela, la cual nunca asisten a clases los 6 millones de niños y 9 millones de niñas, el 50% de los profesores no cuentan con una buena formación profesional solo es básica.

Del mismo modo en el Perú estos indicadores se asemejan, en el año 2022 según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) (7) han ocurrido cambios de personas en su estilo de vida, por causa de sus labores cotidianas, en todo el Perú el uso de sustancias nocivas van por el 10% en mujeres y el 30% en varones, respecto al estilo de vida de los adultos la mayor parte llevan un estilo de vida no saludable, personas que esperan de su pensión ganando de 200 a 300 soles por mes el 65% consumen menor cantidad de alimentos, de los cuales hay hijos que percibiendo un mejor estilo de vida se responsabilizan de sus padres y son solo el 35% en todo el país.

Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la OMS en García S. (8), resaltan que el 80% de fallecimiento se deben a causa de las patologías no transmisibles, lo que se traduce por cada año cerca de 5,5 millones de defunciones. Este preocupante hecho evidencia el efecto directo del estilo de vida no saludables, caracterizados por la falta de actividad física, el tabaco, ingerir demasiado alcohol, y una dieta inadecuada. Estas costumbres no surgen en un vacío; están fuertemente marcadas por factores biosocioculturales como la pobreza, la ausencia de acceso a la educación, la acelerada urbanización y el declive de la población. Estas circunstancias no solo obstaculizan la implementación de conductas saludables, sino que también intensifican las disparidades en la salud, generando a estas ENT un ambiente favorable para que se desarrolle.

También han incrementado reportes de adultos en el departamento de Ancash en el distrito de Chimbote la cual tienen una vida de pobreza extrema aproximadamente 7.328 mil adultos que permanecen en asentamientos humanos, por lo tanto, no pueden

acceder ninguno a los servicios básicos de una información eficiente ni una alimentación saludable, igualmente el estilo de vida se manifiesta en los ingresos económicos que desgraciadamente la mayor parte posee el mínimo sueldo o peor en los adultos de dichos asentamientos humanos (9).

Por otra parte, existen datos alarmantes que reporta la Dirección Regional de Salud (DIRESA) (10), respecto a la cantidad de ancashinos que padecen diabetes e hipertensión, siendo Asunción, Casma, Santa, Huarmey y Huaraz las provincias con mayor incidencia de estas enfermedades. Se observa que cinco provincias presentan porcentajes más elevados de hipertensión arterial con un 40%, acumulando un total de 6252 casos. Entre estos, la provincia de Chacas - Asunción cuenta con 302 casos (33%), Casma con 814 casos (21%), Huarmey con 542 casos (14%) y Huaraz con 1722 casos (9%). Ante esto, insta a los ancashinos a mejorar su dieta y realizar ejercicio para disminuir el sedentarismo, concluyendo en elegir un estilo de vida sano, la cual advierte la DIRESA.

Ante esta realidad existente no son ajenos los adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima en la ciudad de Huaraz, la cual tiene 716 puestos de venta, en dos pisos con 76 áreas adicionales utilizadas para almacenamiento, gestión y servicios higiénicos, además de tener zonas para el desecho de pescado y un auditorio. La estructura viene estar conformada por un administrador y por los diferentes comerciantes de cada subsector.

En el mercado central virgen de Fátima de Huaraz, se observa la forma de vida que se evidencia en dicho mercado, no son de una manera saludable. Esto se debe a que, según se observó, que tienen un estilo de vida inadecuado, asociados a los factores biosociocultores que presentan los adultos maduros comerciantes.

La población adulta comerciante desconoce el estilo de vida saludable, debido a la falta de información de cómo llevar una adecuada alimentación saludable, por el escaso tiempo, tienden a consumir lo que está a su alcance, poniendo en riesgo su salud para mantener el sustento en sus hogares, dedican su tiempo al trabajo. Por lo tanto, deben ordenar su estilo de vida porque para todo hay tiempo, sin embargo, deben saber organizarse dado que, si continúan manteniendo una vida desordenada, pueden surgir muchas enfermedades debido a una alimentación deficiente, en ese mercado.

Así mismo se observan varios factores de riesgo para la salud de los adultos maduros comerciantes, como la venta de comida rápida, que suelen recurrir debido a la

rápida preparación y a la escasez de actividad física, también por otra parte se visualiza en la parte sur de la rampa, donde descargan pescados, carnes de diversas especies, después de desembarcar las camionetas dejan los desechos por doquier, dejando el mal olor que contamina a dicho mercado todo estos acontecimientos conllevan a provocar patologías no transmisibles como el sobrepeso, obesidad, diabetes, patologías cardiovasculares inclusive el cáncer de colon entre otros tipos con el paso del tiempo. Por lo tanto, esta realidad que existe en el mercado central virgen de Fátima me motivo a realizar esta investigación que es de suma relevancia.

Con el apoyo de las autoridades correspondientes en conjunto con el presidente, secretario general, se pone de manifiesto el problema para así prevenir y mejorar un estilo de vida saludable. Esto motiva a los expertos en salud en sus futuras investigaciones sobre adultos a identificar sus factores biosociocultores y así optimizar su estilo de vida optimo.

Ante estos acontecimientos dichos anteriormente, se considera pertinente la elaboración del presente trabajo de investigación formulando a continuación el siguiente problema:

1.2 Formulación del problema

¿Cuál es el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto maduro comerciante en el mercado central Virgen de Fátima, Huaraz, 2024?

1.3 Objetivo general y específicos

Objetivo General:

Establecer el estilo de vida y los factores biosocioculturales en el adulto maduro comerciante del mercado central Virgen de Fátima, Huaraz, 2024

Objetivos Específicos:

- Identificar el estilo de vida en adultos maduros comerciantes del mercado central Virgen de Fátima, Huaraz
- Determinar los factores biosocioculturales (sexo, religión, grado de instrucción, estado civil, ingreso económico) en adultos maduros comerciantes del Mercado Central Virgen de Fátima, Huaraz.

1.4 Justificación

El presente trabajo de investigación es pertinente por que pertenece a la línea de investigación de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote denominada factores de riesgo y determinante de la salud, al

investigar el estilo de vida que es un determinante de la salud y los factores biosocioculturales que son factores de riesgo. La presente investigación también es pertinente por que actualmente los adultos maduros tienen problemas de hipertensión, sobrepeso, enfermedades coronarias, diabetes entre otros. Y esto es debido a la pésima alimentación inadecuada porque su estilo de vida es deficiente y se evidencia en los reportes que la salud de los adultos maduros está deteriorada por sus malos hábitos de alimentación inadecuada, y consumos de bebidas alcohólicas y otras sustancias nocivas.

En esa misma línea, el presente estudio es relevante porque va contribuir a futuros trabajos de investigación, vamos a dar las bases teóricas del estilo de vida y los factores biosocioculturales que influyen en la salud, la alimentación, el ejercicio físico, el estrés y la interacción social, que tienen un impacto significativo en la salud de los adultos maduros comerciantes. Así mismo va servir como data científica oficial para las autoridades locales del centro de salud Huarupampa y entre otros, la cual ellos puedan implementar estrategias más idóneas, más indicadas a la población adulto maduro. Además, para el desarrollo de enfoques innovadores y efectivos, principalmente para la carrera profesional de enfermería por que va a contribuir y dar a conocer más la situación de una de sus usuarios que son los adultos maduros comerciantes. Esta investigación aportará en la información veraz que incluye desarrollar estrategias de promoción de la salud y prevención de enfermedades. Por ende, esta investigación fue como una fuente adicional al repositorio y una guía para futuras investigaciones de la ULADECH, católica.

II. MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes

No se han realizado estudios anteriores que involucren poblaciones similares a la del presente estudio. Sin embargo, se han encontrado informes o resultados de investigaciones a adultos en general con rasgos similares que a continuación se detallan:

Internacional

Quiñones, S (11) en el año 2020 investiga “los determinantes sociales en adultos mayores que asisten a los espacios activos en Gad Ambato y su relación con las enfermedades crónicas no transmisibles Ecuador”, con el propósito de: establecer su asociación con las patologías crónicas no transmisibles y los determinantes sociales en las personas mayores que incurren a los espacios activos en Ambato. La muestra fue de 204 adultos mayores de 60 años, estudio observacional, cuantitativo, de corte transversal. Se encontraron como resultados que los determinantes sociales asociados a patologías crónicas no transmisibles fueron sexo femenino, casado. El 35% no tenía ningún tipo de instrucción educativa. El 95% de sus ingresos económicos eran iguales o inferiores a un salario básico. En ocupación el 73% se dedicaban a la agricultura y quehaceres domésticos. Se llegó a concluir que la aparición de estas patologías se ve influenciada por los DSS.

Lara, k (12) investiga “determinantes sociales de la salud: Una mirada desde la multimorbilidad en la población mexicana mayor de 50 años en contextos rurales y urbanos, 2019”. Objetivo: estimar la prevalencia de multimorbilidad y la asociación de diversos determinantes sociales de la salud. Metodología: la muestra fue en una población rural de 5,588 y urbano 10,700 adultos, el estudio fue de análisis transversal. Resultados: en la prevalencia de multimorbilidad el 47% para el contexto rural, y 41% para el urbano; en el contexto rural y urbano en los determinantes sociales con la multimorbilidad fueron sexo y edad. Conclusión: se encontró mayor prevalencia en mujeres de más edades, y que perciben su situación económica regular y no trabajan.

Acho, A et al (13) en el año 2019 investiga los hábitos alimenticios en comerciantes del mercado campesino sucre Bolivia, con el objetivo de describir los hábitos alimenticios y estilo de vida de los comerciantes. La muestra fue de 170 personas, estudio descriptivo, transversal. Se encontraron como resultado que la mayoría de los comerciantes son casados y consumen sus alimentos en casa con mayor

frecuencia. Se llegó a concluir que los comerciantes, la mayoría consume comidas chatarra por el fácil acceso de este tipo de alimento.

Nacional

Huanca, I (14) en el año 2023 investiga Influencia de los factores socioeconómicos que afectan la salud mental de comerciantes informales en el distrito de ciudad nueva, Tacna, con el propósito identificar los factores socioeconómicos que afectan la salud mental de trabajadores informales del distrito de ciudad nueva, Tacna. La muestra fue de 240 comerciantes informales, estudio descriptivo, no experimental con enfoque cuantitativo inductivo - deductivo, se encontraron como resultado con un 18.3% que repercuten en la salud mental tanto en síntomas somáticos, insomnio y ansiedad el 15,6%, en alteraciones leves de salud social el 14,2% finalmente en grave depresión un 5,4%. Se llega a concluir que los comerciantes en los factores socioeconómicos que repercuten en la salud mental.

Tinoco, J (15) investiga “determinantes sociales de la salud relacionados a calidad de vida en salud de los trabajadores comerciantes informales de dos mercados de abastos mercado central y mercado 2 de mayo del cercado de Tacna, 2019” Objetivo: definir determinantes sociales de la salud relacionadas a la calidad de vida en salud de los trabajadores comerciantes. Metodología: la muestra fue el 100% de comerciantes en el campo informal, estudio observacional, prospectivo de corte transversal. Resultados: el 21.9% tiene entre 40 a 49 años, el 13.9% esta con obesidad. El 77.5% recibe como ingreso mensual entre 500 a 1000. Conclusión: según las 8 dimensiones el mayor puntaje estuvo en la función física, seguido de la presencia de dolor corporal y salud mental.

Gonzales, E (16) en el año 2020 investiga los determinantes de la salud de los adultos maduros del mercado Miramar, Moche – Trujillo, con el objetivo de definir los determinantes de la salud de los adultos maduros. La muestra fue de 190 comerciantes, estudio de tipo cuantitativo, descriptivo con diseño de una sola casilla. Se encontraron como resultados y conclusiones que en ingreso económico casi la totalidad de los comerciantes gana menos de 750 soles, grado de instrucción menos de la mitad tiene inicial/primaria, en su totalidad en actividades físicas por más de 20 minutos no los realiza y no fuman la mayoría.

Local

Pinedo, C (17) investiga en el año 2019 estilos de vida y factores biosocioculturales de los comerciantes del mercado Tupac amaru. Pueblo joven la victoria Chimbote, que tiene por objetivo identificar el estilo de vida de los comerciantes del mercado Tupac amaru. Pueblo joven la victoria, Chimbote. Con una muestra de 70 adultos comerciantes. El estudio fue de tipo descriptivo cuantitativo. Resultado: que reporta el 74,3% tienen un estilo de vida no saludable. Concluye: casi la totalidad son de sexo femenino; y son de religión católica, más de la mitad tienen grado de instrucción secundaria incompleta; en estado civil son de unión libre; en ingreso económico es de 600 a 1000 nuevos soles.

Mauricio, D (18) en su investigación “determinantes de la salud en comerciantes del mercado la merced la esperanza – Trujillo, 2023”. Objetivo: identificar los determinantes de la salud en los adultos comerciantes. Metodología: La muestra estuvo constituida por 131 adultos comerciantes, fue de tipo cuantitativo, descriptivo con diseño de una sola casilla. Resultados: el mayor porcentaje de 88% no fuma, ni ha fumado nunca de manera habitual, el 56% no consume bebidas alcohólicas, si realiza exámenes médicos periódicamente el 95%, en su tiempo libre solo camina el 73%, camina por 20 minutos el 50%. Conclusión: se encontró que no fuma más de la mitad, bebidas alcohólicas ni consume, se realizan exámenes médicos periódicamente más de la mitad y en su tiempo libre camina más de 20 minutos, carnes frutas fideos huevo verduras pan pescados si consumen diariamente.

León, E (19) investiga en el año 2019 caracterización de los estilos de vida de los vendedores del mercado popular señor de la soledad, Huaraz, tiene por objetivo determinar la caracterización de los estilos de vida de los vendedores del mercado popular señor de la soledad, Huaraz y la muestra estaba conformada por 170 adultos vendedores, es de enfoque cuantitativo, descriptivo. Los resultados fueron el 76,5% de los vendedores del mercado señor de la soledad tienen un estilo de vida no saludable. Se concluye que la gran mayoría de los adultos comerciantes del mercado popular señor de la soledad tienen un estilo de vida no saludable. Y se concluye que más de la mitad de los adultos del sector 8 de diciembre tienen un estilo de vida no saludable.

2.2 Bases teóricas

La presente investigación está fundamentada de acuerdo al modelo de Marc Lalonde que detalla sobre los determinantes de la salud y Nola J. Pender sobre el modelo de la promoción de la salud lo cual describiremos a continuación:

En su modelo de determinantes de la salud, Marc Lalonde señala cuatro categorías de factores que incluyen el estilo de vida, la biología humana, la asistencia sanitaria y el medio ambiente. De esta manera, este modelo se basa en las variables de estudio, donde se tratarán el estilo de vida, la biología humana y el ambiente biosociocultural (20).

Así mismo los hábitos saludables, considerados como estilos de vida, que son grupos de la toma de decisiones con respecto a su salud en relación con su estado sedentaria, alimentos, drogas, horarios, uso de servicios higiénicos. Estas circunstancias influyen en la vida de las personas afectando su salud mental y física, lo que tiene un impacto debido a la biología, la herencia genética y la etapa de la vejez. El entorno y los factores de salud están relacionados con la salud. teniendo control sobre las personas mediante distorsiones químicas, psicosociales y socioculturales, tanto biológica como física.

Del mismo modo esos hábitos y costumbres del ser humano, Lalonde enfatiza que se obtiene desde la infancia y al no corregirse en su debido momento, con el paso del tiempo puede transformarse en un estilo de vida perjudicial. Por lo tanto, si este tipo de hábitos no se corrigen a tiempo incrementara el riesgo de patologías, transformando a la persona en un paciente de gravedad, por ello el estilo de vida inadecuado conlleva muchos prejuicios que deterioran la salud. Es importante que el individuo tome conciencia y responsabilidad a velar por su salud e identificar esos hábitos y costumbres que dañan y le perjudican su bienestar (21).

También menciona que dentro de los estilos de vida incluye las costumbres, creencias, actitudes y comportamientos que de acuerdo a ella las personas van a depender su estilo de vida que llevaran de una manera saludable o no saludable.

Figura 01

Modelo de determinantes de la salud



Fuente: Lalonde. Canadá 1974. Organización Panamericana de la Salud OPS.

Biología humana:

Marc Lalonde también se centra en la biología humana, que abarca todos los elementos físicos y mentales que constituyen la corporalidad del individuo, como la herencia y la carga genética, la maduración y el envejecimiento, además de las características de los distintos sistemas corporales humanos. El objetivo es determinar al sexo masculino y/o femenino, así como también la edad de los adultos en esta investigación (22).

Entorno sociocultural:

En este grupo, Lalonde incluye todos los elementos externos a la persona, donde este posee escasa capacidad de control y que indudablemente tiene que ver con la salud, dentro de estos contextos se incluyen el entorno físico y social. Este estudio permitirá determinar la ocupación y, junto a ello, el ingreso económico con el que se apoya el adulto, la religión y el nivel de educación (22).

La enfermería es un componente esencial de la práctica médica en el sistema de salud, la duración de la espera y la burocracia en la atención como recursos desfavorables, con Lalonde su estilo de vida se basa en tomar decisiones y realizar actividades físicas, el adulto maduro; si no posee decisiones positivas y sus resultados no mejoran, estos hábitos, pueden provocar en el individuo emociones negativas, como la enfermedad y el constante deterioro físico, malestar y luego el fallecimiento. Así pues, el fundamento del bienestar personal reside en la forma de vida. Además, el modo de vida se compone de acciones y elecciones constantes. buscando un bienestar físico,

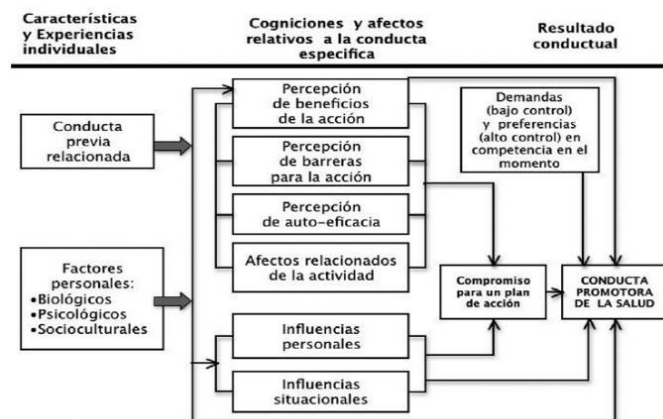
social y mental; tales como la actividad física, la dieta balanceada, meditaciones sobre pensamientos positivos que benefician una circunstancia en particular y sano.

Por otra parte, se basa en el modelo de Nola Pender, donde imparte una enseñanza a las personas y pone énfasis en su interacción con el ambiente cuando se busca lograr un estado de salud ideal, enfocándose en las particularidades de las personas que incluyen experiencias, saberes, convicciones y elementos personales con los que se busca potenciar la salud (23).

Asimismo, Pender, imparte una enseñanza a las personas y destaca la interacción de esta con el ambiente cuando se busca lograr un estado de salud ideal, enfocándose en las particularidades de las personas que incluyen experiencias, saberes, convicciones y elementos personales con los que se busca potenciar la salud. Frente a lo anterior, detalla dos conceptos basándose en las características y vivencias de cada persona: el primero pone de relieve las conductas anteriores asociadas, que son vivencias pasadas que pueden afectar de manera directa e indirecta la salud, y el segundo se refiere a los elementos personales. Se distinguen por aspectos biológicos, psicológicos y socioculturales, donde están definidas por un comportamiento previo asociadas a ellas (20).

Además, Pender, afirma en su modelo de promoción de la salud en este presente estudio, la cual en su modelo sostiene que las conductas de la persona influyen experiencias y peculiaridades personales que forman parte de los factores individuales. También destaca, como las personas con sus múltiples peculiaridades interacciona en su contexto en la búsqueda de un óptimo estado de salud, por lo cual reitera el presente estudio a que establezca la conducta promotora de salud de los adultos maduros que se han tomado en práctica durante largos años, por consiguiente al surgir este modelo se ve la necesidad de averiguar el resultado de la toma de decisiones sobre el autocuidado asociado por actitudes, motivación y modales lo cual accede a poder analizarlo y esto se basa en la acción de la promoción de la salud (23).

Figura 02
Modelo de promoción de la salud



Pender enfatiza en su modelo que los comportamientos de bienestar están cimentados en las experiencias individuales las peculiaridades personales que comprende dimensiones biológicas y socioculturales. Por ello las dimensiones personales no efectúan de una forma ocasional, sino que por influencias situacionales, individuales y contextuales están moldeadas u moduladas, como los patrones culturales, la estructura social, el ingreso a recursos y condiciones socioeconómicas (23).

Bases conceptuales

Estilo de vida:

Modo de vida que tiene relación de manera directa a las condiciones de vida hacia los patrones personales de conducta que son respuestas de las cualidades individuales y los factores socioculturales, la cual esto direcciona a la satisfacción que tendrá la persona de sus propias necesidades para alcanzar la vida y el bienestar (24).

Factores biosocioculturales:

Son rasgos que se pueden identificar en la persona, las características humanas, que no pueden ser alteradas y que definen su naturaleza, son las que definen su esencia pasajera de los adultos maduros, en el estudio se va tomar en cuenta el sexo, la condición civil, el nivel de instrucción. educación, ingresos económicos y religión (25).

Adulto maduro:

De acuerdo con el Ministerio de Salud (MINSa) (26) precisa las edades del adulto maduro desde los 30 años a 59 años, 11 meses y 29 días la cual sus conductas, emociones y estilos de vida de los adultos ya están definidas, por lo expuesto los concejos y orientaciones que escuchan también lo ponen en práctica respecto a su salud.

Es una de las fases del ciclo vital que se distingue por la presencia de desarrollo o crecimiento completo, al que se añade la obtención de una responsabilidad, roles o funciones tanto a nivel personal como social, a las que anteriormente no alcanzaba el nivel de experiencia (27).

III. METODOLOGÍA

3.1 Tipo, Nivel y Diseño de Investigación

Tipo: Cuantitativa de corte transversal, dado que se recolectó la información y se tomó en un solo periodo de tiempo (28).

Nivel: Descriptivo porque describe la situación de la población o la realidad de lo que está aconteciendo en el área de la cual se centra el estudio. El investigador no modificó o manipuló las variables de estudio, solo realizó mediciones y describió la investigación (28).

Diseño: no experimental, ya que el investigador solo observo los eventos o fenómenos que ocurren en un contexto natural antes de analizarlos. Y de una sola casilla, cuando el investigador observa y evalúa el comportamiento del grupo de estudio y luego informa (28).

3.2 Población

La población es 228 adultos maduros comerciantes en el mercado central virgen de Fátima, Huaraz.

Muestra: la cual de acuerdo con la fórmula que se aplicó al 95% de confiabilidad, consignó 143 adultos maduros comerciantes de dicho mercado.

TAMAÑO DE MUESTRA

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

Donde:

n: Tamaño de muestra

N: Tamaño de población (N-228)

Z²: Abcisa de la distribución normal a un 95% de nivel de confianza ($Z^2 = 1.96$)

P: Proporción de la característica en estudio (P-0.50)

E: Margen de error (E-0.05)

$$n = \frac{1.96^2 \times 0,5 \times 0.5 \times 228}{(228 - 1)0.05^2 + 1.96^2 \times 0.5 \times 0.5}$$

$$n = 143.31$$

$$n = 143 \text{ comerciantes}$$

Unidad de análisis: cada adulto maduro comerciante en el mercado virgen de Fátima en Huaraz formó parte de la muestra y respondió a los criterios de la investigación.

Criterios de Inclusión

- Adultos maduros comerciantes que elaboran permanentemente en el Mercado central virgen de Fátima Huaraz
- Adultos maduros Comerciantes del mercado central virgen de Fátima Huaraz aceptaron participar en el estudio a través de la firma del consentimiento informado.
- Adultos maduros Comerciantes del mercado central virgen de Fátima Huaraz, estuvieron dispuestos y con tiempo a su atención en la investigación.

Criterios de Exclusión:

- Adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima en Huaraz, no se encontraron en 3 ocasiones.

3.3 Operacionalización de las variables/categorías

ESTILO DE VIDA

Definición Conceptual

Modo de vida que tiene relación de manera directa a las condiciones de vida hacia los patrones personales de conducta que son respuestas de las cualidades individuales y los factores socioculturales, la cual esto direcciona a la satisfacción que tendrá la persona de sus propias necesidades para alcanzar la vida y el bienestar (25).

Definición Operacional

Se utilizó la escala nominal

Estilo de vida saludable: 75 - 100 puntos

Estilo de vida no saludable: 25 - 74 puntos

FACTORES BIOSOCIOCULTURALES

Definición conceptual

Las costumbres y comportamientos adquiridos en el transcurso de los primeros años de vida están limitados por diferentes factores biológicos, sociales y culturales. Aquellos factores repercuten de forma negativa o positiva en el bienestar del individuo, ya que no todas las condiciones no son los mismos en los distintos grupos de una población. La diferenciación en el acceso de los medios y coyuntura produce diferencias la cual infinitas veces resultan inevitables, causando que no todos adquieren las mismas limitaciones para sostener o mejorar su salud (26).

Definición Operacional

Sexo

Definición Conceptual.

Se refiere a las peculiaridades biológicas y fisiológicas que delimitan a hombres y mujeres (29).

Definición Operacional

Se utilizó escala nominal

- Masculino
- Femenino

Religión

Definición Conceptual

Conjunto de creencias o dogmas con relación a la divinidad Cristian con sentimientos de veneración hacia ella, normas morales para el comportamiento individual, social y prácticas rituales, especialmente para darle oración y adoración (30).

Definición Operacional

Escala nominal

- Católico
- Evangélico
- Testigos de jehová
- Otros

Grado de Instrucción

Definición Conceptual

Es un marcador de saberes (cognitivos) y aprendizaje alcanzado por una persona, aportando beneficios a las distintas etapas del crecimiento personal de cada individuo durante las diversas fases de la vida (31).

Definición Operacional

Escala ordinal

- Analfabeto(a)
- Primaria completa/Primaria incompleta
- Secundaria completa/Secundaria incompleta
- Superior completa/Superior incompleta

Estado Civil

Definición Conceptual.

Es el escenario de convivencia de una persona en el momento de la recolección de datos, además de ciertos derechos jurídicos con su pareja que pueden ser soltero, casado, conviviente (32).

Definición Operacional

Escala nominal

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

Ingreso Económico

Definición Conceptual

Se describe como la condición socioeconómica que busca representar el estatus o nivel personal, tanto a nivel social como económico, que posibilita que los individuos puedan vivir y cubrir sus necesidades cotidianas (33)

Definición Operacional

Escala ordinal

- Menor de 500 nuevos soles
- De 500 a 1025 nuevos soles
- Mayor de 1025 nuevos soles

3.4 Técnicas e Instrumentos de recolección de datos/Información

3.4.1. Técnicas

En el presente proyecto de investigación se utilizó la Encuesta y la Observación no experimental para la aplicación de los Instrumentos

3.4.2. Instrumentos

En este proyecto de investigación se utilizó 2 Instrumentos para la recolección de la información que se detallan a continuación lo siguiente:

Instrumento N° 1

Escala del Estilo de vida

Instrumento elaborado en base al Cuestionario de estilo de vida promotor de salud, de Walker E, Sechrist K y Pender, modificado por Reyna E. para medir el estilo de vida a través de sus dimensiones: alimentación, actividad y ejercicio, manejo del

estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud. (Ver anexo N°2)

El presente cuestionario está constituido por 25 ítems distribuidos en seis dimensiones que son las siguientes:

- Alimentación: Ítems 1,2,3,4,5,6 constituidas por interrogantes sobre la alimentación que consume el adulto maduro
- Actividad y Ejercicio: Ítems 7 y 8, constituidas por interrogantes sobre la regularidad de ejercicio que realiza el adulto maduro
- Manejo del Estrés: Ítems 9, 10, 11,12 constituidas por interrogantes sobre las actividades que realiza para manejar situaciones de estrés
- Apoyo Interpersonal: 13, 14, 15,16 constituidas por interrogantes sobre las redes sociales que mantiene el adulto maduro y le proporcionan apoyo.
- Autorrealización: 17, 18,19 constituidas por interrogantes sobre actividades que mejoran su satisfacción personal.
- Responsabilidad en Salud: 20, 21, 22, 23, 24,25 constituidas por interrogantes sobre actividades que realiza el adulto maduro para favorecer su salud.

Cada ítem tiene el siguiente criterio de calificación

NUNCA:	N = 1
A VECES:	V = 2
FRECUENTEMENTE:	F = 3
SIEMPRE:	S = 4

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

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

Instrumento No 02

Cuestionario sobre factores biosocioculturales.

Elaborado por Delgado, R.; Reyna, E., Díaz, R.; modificado por Reyna E., y modificado por Gorrutti, C. (Ver anexo N°2)

Está constituido por identificación de datos y 5 ítems que la información recolectó sobre:

- Sexo
- Grado de instrucción
- Religión

- Estado civil,
- Ingreso económico

CONTROL DE CALIDAD DE LOS DATOS

Los instrumentos fueron evaluados en su validez y confiabilidad en investigaciones anteriores.

Validez:

Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R garantizaron la validez externa del instrumento de la escala de estilo de vida a través del criterio de expertos al presentar el instrumento a 4 especialistas en el campo a investigar, quienes aportaron mayor calidad y especificidad a los instrumentos con sus recomendaciones. La validez interna se llevó a cabo ítem por ítem en una muestra equivalente a la población que se planea investigar. Se utilizó la fórmula R de Pearson en cada elemento; resultó en: Es válido si $r > 0.20$ que señala el instrumento. El instrumento del cuestionario de Factores biosocioculturales no obtuvo validez debido a la naturaleza de sus indicadores en sus datos (Ver anexo 3).

Confiabilidad:

Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R evaluaron y certificaron la confiabilidad a través de la prueba Alfa que se utilizó para medir la Escala de estilo de vida de Cronbach y la división en mitades, lo que resultó en 0.794 teniendo una alta confiabilidad. (Anexo 3)

3.5 Método de análisis de datos/información

3.5.1. Procedimientos de la recolección de datos

- La gestión se llevó a cabo en colaboración con la autoridad correspondiente de la institución o representante del mercado para obtener la autorización para llevar a cabo el estudio presentando la carta de recojo.
- Se pidió permiso para la aplicación de la encuesta
- Se informó sobre la investigación a realizar sobre la protección de los datos y luego se solicitó la firma del consentimiento informado
- Se seleccionó la muestra al azar
- Se aplicó los instrumentos en un tiempo no mayor de 20 minutos

3.5.2. Procesamiento de análisis de datos

Para su respectivo procesamiento los datos se ingresaron a una base de datos estadísticos SPSS. Se crearon tablas básicas con frecuencias, porcentajes y sus respectivos gráficos estadísticos.

3.6 Aspectos Éticos

Los principios éticos que guiaron la presente investigación están considerados en el Reglamento de Integridad Científica en la Investigación, V001, de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote (34), siendo los siguientes:

Respeto y protección de los derechos de los intervinientes

La dignidad, privacidad y diversidad social de todos los participantes fueron protegidos a través de la codificación de los participantes, protegiendo el anonimato y la aplicación de los instrumentos de recolección de la información en un ambiente cómodo y seguro.

Toda la información relacionada al estudio fue almacenada de forma segura. Toda la información de los participantes fue almacenada en bases de datos protegidas por contraseñas en computadoras accesibles solo a investigadores del estudio. Toda la información que resulte del presente estudio fue tratada con estricta confidencialidad, y solamente la investigadora mencionada en el presente estudio, autoridades regulatorias locales, comités de ética, y aquellos que estas designen tuvieron acceso a esta información.

Cuidado del medio ambiente:

Se respetó el entorno, la protección de especies y preservación de la biodiversidad y naturaleza del entorno, utilizando material reciclable (papel) y eliminando de manera adecuada los residuos sólidos.

Libre participación por propia voluntad:

Los participantes tienen el derecho de estar informados acerca de los propósitos y la finalidad de la investigación en la cual fueron participes a voluntad propia, a través de la firma del Formato de Consentimiento Informado de la Universidad.

Beneficencia, no maleficencia:

Todos los hallazgos encontrados en la investigación no causaron daño de ningún modo a los participantes de la investigación, los resultados de la investigación son descriptivos y permitieron implementar estrategias que mejoren su salud y calidad de vida. El participante no tuvo beneficios ni retribuciones por su participación.

Integridad y honestidad:

Se aseguró la objetividad imparcialidad y transparencia en la difusión responsable de la investigación en revistas científicas, ponencias o eventos científicos. Se recogió la información con el registro veraz de los datos brindados.

Justicia:

Se dio un trato equitativo a todos los participantes durante todo el proceso a realizar en esta investigación.

IV. RESULTADOS

Tabla 01

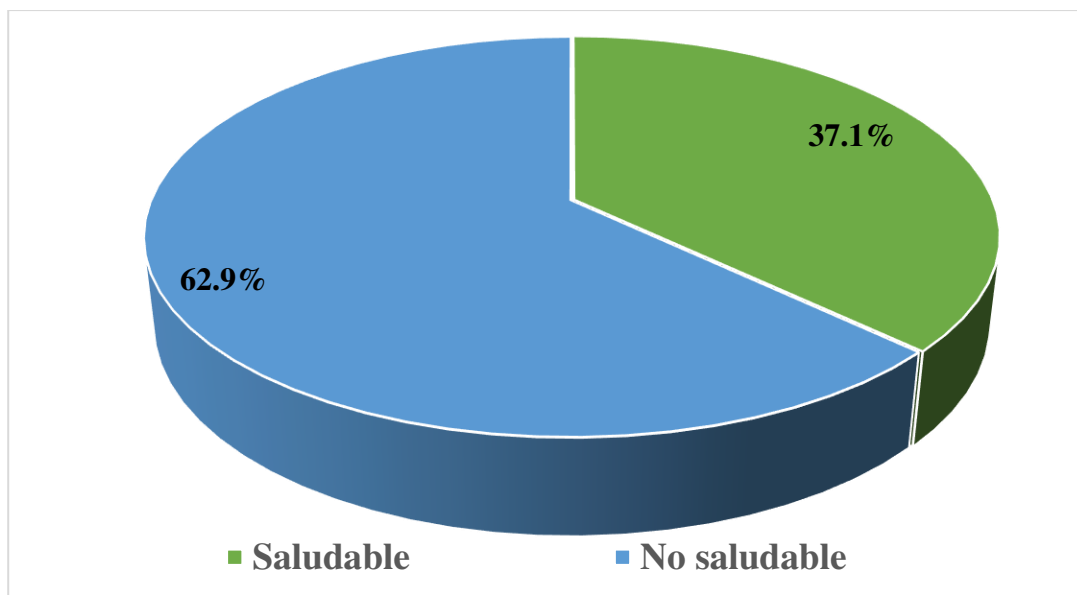
Estilo de vida en adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima, Huaraz

Estilo de vida	n°	%
Saludable	53	37,1%
No saludable	90	62,9%
Total	143	100,0%

FUENTE: Escala de estilo de vida, adaptado por Diaz R; Reyna E; Delgado R. aplicado a los adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima Huaraz, setiembre, 2024.

Figura 03

Estilo de vida en adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima, Huaraz



FUENTE: Escala de estilo de vida, adaptado por Diaz R; Reyna E; Delgado R. aplicado a los adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima Huaraz, setiembre, 2024

Tabla 02

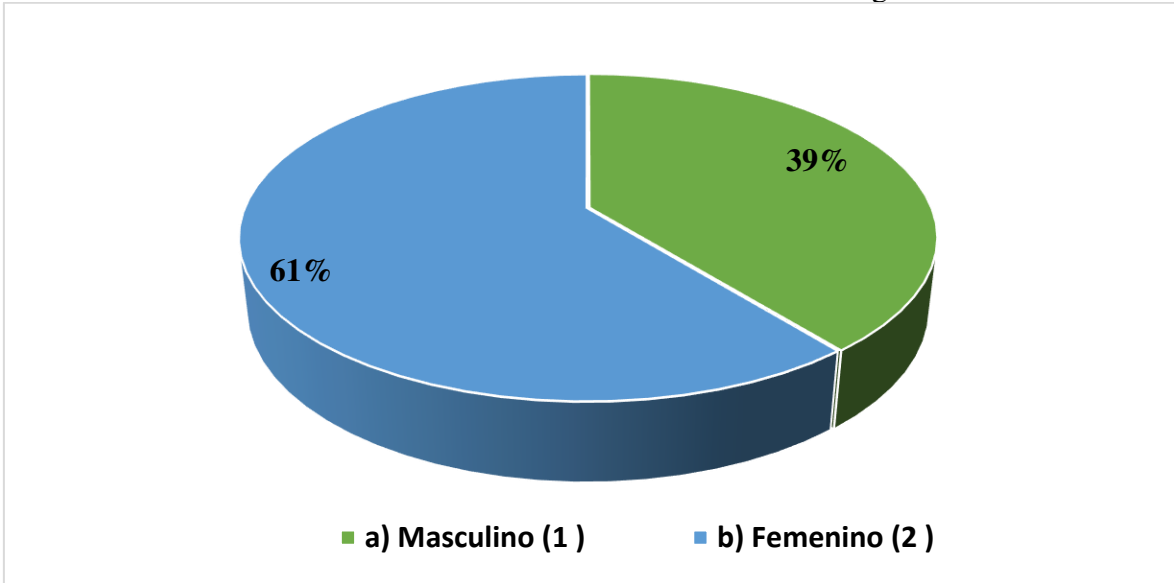
Factores biosocioculturales en adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima, Huaraz

Sexo	N°	%
a) Masculino	56	39%
b) Femenino	87	61%
Total	143	100%
Religión	N°	%
a) católico	121	85%
b) Evangélico	18	13%
c) Testigos de Jehová	4	3%
d) Otros	0	0%
Total	143	100%
Grado de Instrucción	N°	%
a) Analfabeto	0	0%
b) Primaria completa/primaria incompleta	71	50%
c) Secundaria completa/secundaria incompleta	54	38%
d) Superior completa/superior incompleta	18	13%
Total	143	100%
Estado civil	N°	%
a) Soltero	36	25%
b) Casado (a)/conviviente	91	64%
c) separado (a)/divorciado	16	11%
d) Viudo(a)	0	0%
Total	143	100%
Ingreso económico	N°	%
a) Menor de 500 nuevos soles	0	0%
b) De 500 a 1025 nuevos soles	49	34%
c) Mayor de 1025 nuevos soles	94	66%
Total	143	100%

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales, elaborado por Delgado R.; Diaz R; Reyna E. adaptado por Gorriti, C aplicado a los adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima Huaraz, setiembre 2024.

Figura 04

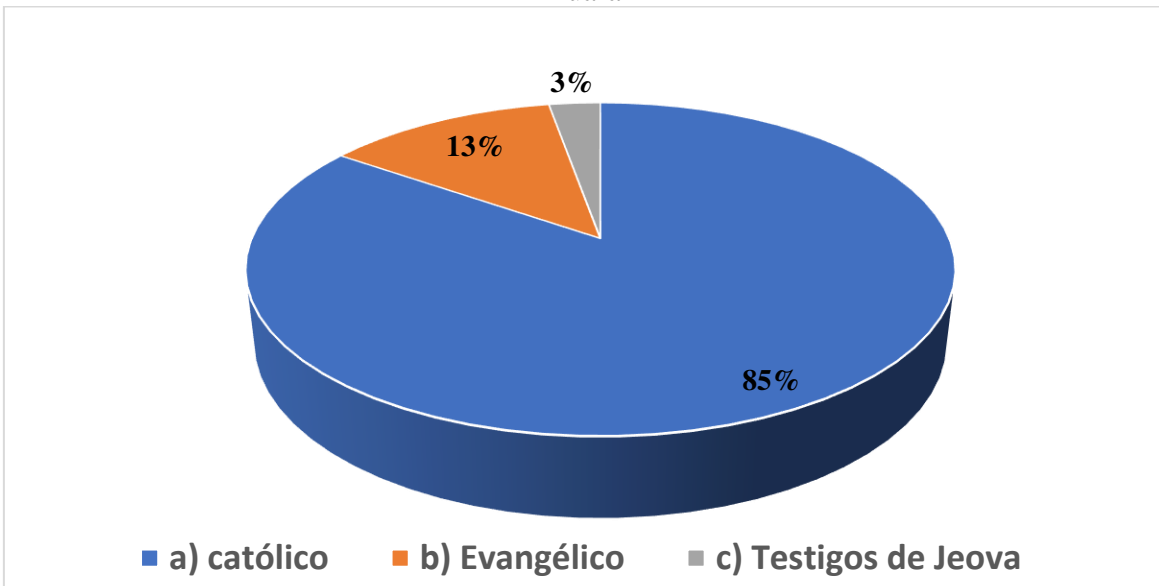
Sexo en los adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima Huaraz



FUENTE: Escala de estilos de vida, adaptado por Diaz R; Reyna E; Delgado R. adaptado por Gorriti, C aplicado a los adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima Huaraz, setiembre, 2024

Figura 05

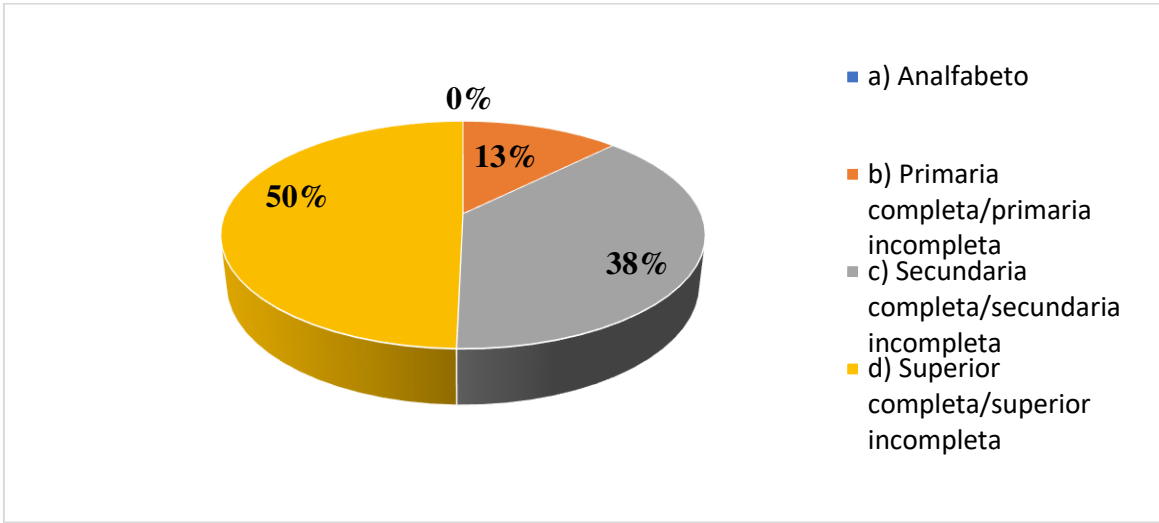
Religión en los adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima Huaraz



FUENTE: Escala de estilos de vida, adaptado por Diaz R; Reyna E; Delgado R. adaptado por Gorriti, C aplicado a los adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima Huaraz, setiembre, 2024

Figura 06

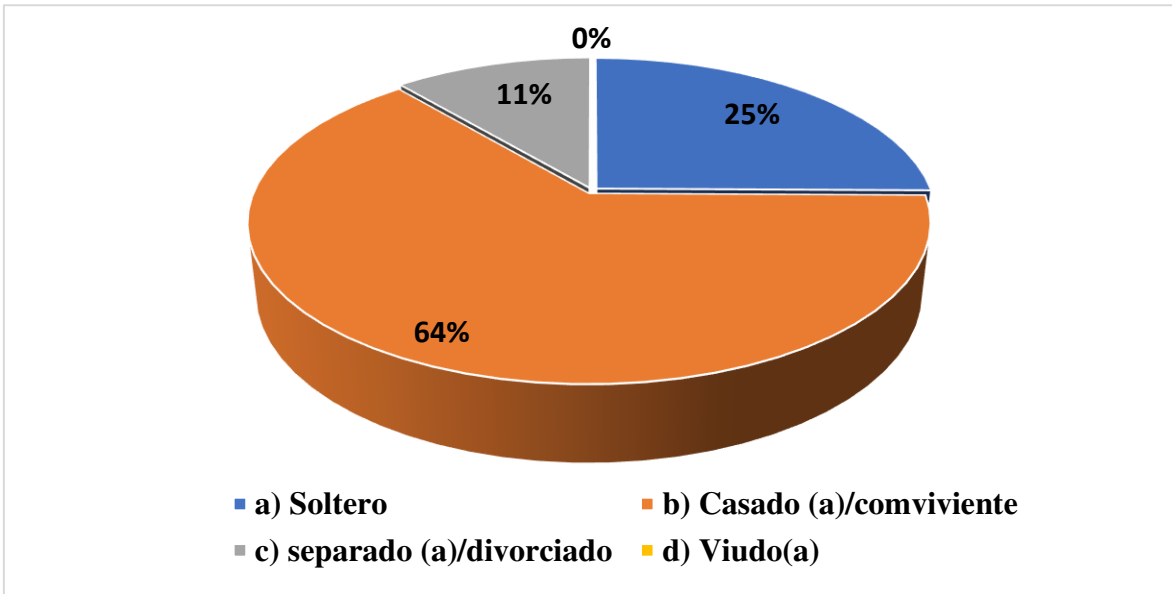
Grado de instrucción en los adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima Huaraz



FUENTE: Escala de estilos de vida, adaptado por Diaz R; Reyna E; Delgado R. adaptado por Gorriti, C aplicado a los adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima Huaraz, setiembre, 2024

Figura 07

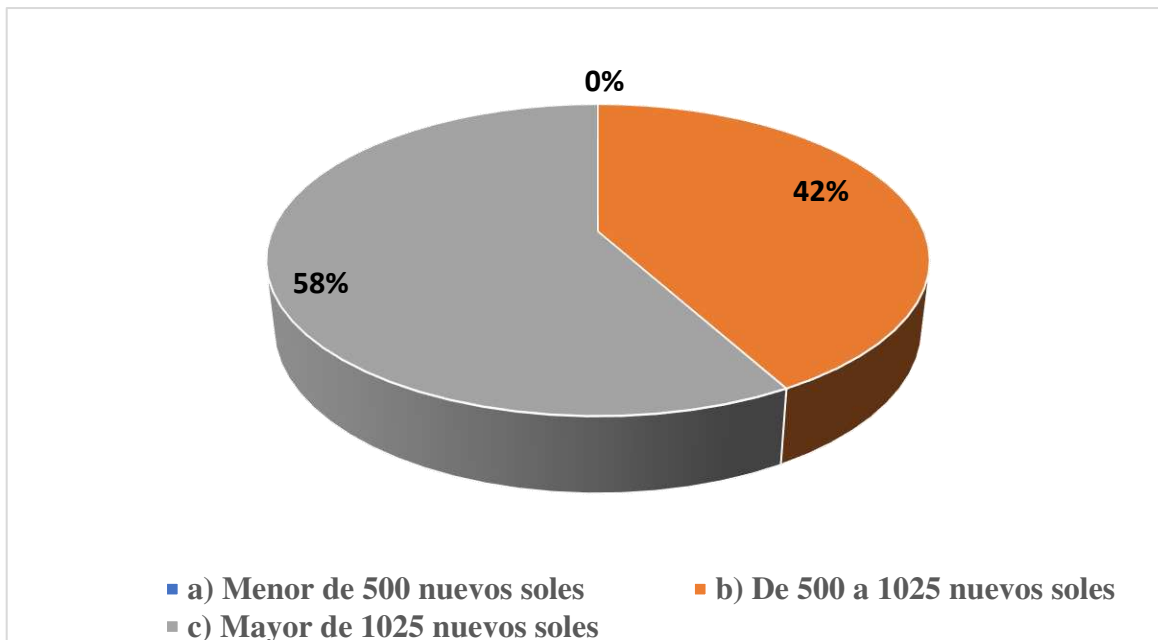
Estado civil en los adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima Huaraz



FUENTE: Escala de estilos de vida, adaptado por Diaz R; Reyna E; Delgado R. adaptado por Gorriti, C aplicado a los adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima Huaraz, setiembre, 2024

Figura 08

Ingreso económico en los adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima Huaraz



FUENTE: Escala de estilos de vida, adaptado por Diaz R; Reyna E; Delgado R. adaptado por Gorrutti, C aplicado a los adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima Huaraz, setiembre, 2024

V. DISCUSIÓN

Tabla 01

De acuerdo a la tabla 01 reporta el porcentaje de adultos maduros comerciantes en estudio, según estilo de vida, encontrando que el 62,9% de la población tiene un estilo de vida no saludable. Esto es debido a que los adultos maduros comerciantes se alimentan de una manera inadecuada llevando una vida de sedentarismo y predomina la ingesta de carbohidratos y grasas, también por la rápida preparación de estas comidas al paso denominadas comida chatarras tanto en la facilidad de conseguir bebidas azucaradas procesadas y comidas enlatadas o empaquetadas por ello lo consumen a diario. Otro de las causas que no pueden alimentarse adecuadamente es por el ajetreo de sus labores de comercio ya que están en sus puestos de venta casi todo el día y no les alcanza el tiempo para preparar sus alimentos en sus hogares, por ello la mayoría se alimentan en la calle.

Existe resultados similares como los de Pinedo, C (17) quien reportó un 74,3% de adultos sujetos en estudio tienen un estilo de vida no saludable. León, E (19) también reporto que el 76,5% de vendedores del mercado tienen un estilo de vida no saludable.

Sin embargo, Padilla, E et al (35) quien reportó resultados diferentes a los del presente estudio, señalando que el 82,5% de adultos comerciantes tienen un estilo de vida saludable.

En la presente investigación se obtuvo resultados donde más de la mitad tienen un estilo de vida no saludable. El estilo de vida esta conceptualizado en el modo de vida que está relacionado de manera directa a las condiciones de vida hacia los patrones personales de conducta que son respuestas de las cualidades individuales y los factores socioculturales, la cual esto direcciona a la satisfacción que tendrá la persona de sus propias necesidades para alcanzar la vida y el bienestar (24).

Lalonde en caballero E, et al. (36) sostiene que el estilo de vida se refiere al conjunto de elecciones que cada persona realiza respecto a su salud, las cuales pueden tener un cierto nivel de control, transformándose en un factor determinante de su bienestar. En este contexto, se resalta la alimentación, el ejercicio físico y el consumo de sustancias perjudiciales.

Por lo expuesto el estilo de vida no saludable conlleva a muchas patologías la cual entre ellos tenemos; el sobrepeso, la obesidad, diabetes, estrés cáncer y entre otros. El estilo de vida no saludable influye hábitos como el consumo de alcohol cigarrillos y

drogas, el sedentarismo y en peligro a contaminantes entre otros. Por ende, una alimentación inadecuada puede ocasionar a que el organismo ya no pueda desempeñar bien su función porque no obtendría los nutrientes necesarios, o a un exceso de proteínas, calorías o vitaminas, la cual daña a las personas especialmente a adultos de edades avanzadas (37).

La OMS (38) sostiene que una dieta balanceada y saludable se determinará por las particularidades de cada adulto, su edad, su cultura y la disponibilidad de alimentos; no obstante, señala que en la actualidad se ingieren más alimentos con alto contenido calórico, azúcares y se descuidan de la ingesta de frutas y vegetales en su rutina diaria. Es más propensos a sufrir enfermedades cardiovasculares o no transmisibles debido a su incorrecto estilo de vida.

De igual manera, afirma que una alimentación saludable contribuye a la protección de distintas formas, además de patologías no contagiosas como las afecciones cardíacas, diabetes y diferentes tipos de cáncer. Los alimentos poco saludables y la ausencia de actividad física son los factores más significativos, por lo que la enfermedad se intensifica, el consumo calórico debe estar adecuadamente balanceado con el gasto calórico para prevenir un exceso de calorías, aumento de peso y padecer complicaciones, enfatizando que es necesario consumir 2,000 calorías (kcal) al día, por lo que se recomienda ingerir frutas y vegetales, lo que contribuye a la reducción de kcal y reducir la probabilidad de padecer enfermedades y asegurar un consumo de fibra en la alimentación (38).

Del mismo modo los adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima desconocen lo que es una alimentación balanceada el incremento en la producción de comidas procesadas, la rápida urbanización y los cambios en el estilo de vida se convierte en un cambio de costumbres alimenticios en estos adultos comerciantes. Actualmente los adultos comerciantes están consumiendo alimentos hipercalóricos, azúcares libres y sal/sodio; por lo tanto, no consumen frutas, verduras y fibras dietéticas, así como cereales integrales.

Según la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) (39) sostiene que consumir entre comidas las frutas y verduras son esenciales en una dieta saludable. Aportan los nutrientes necesarios para el buen funcionamiento corporal y bienestar físico, tanto mental y social en todas las edades.

También previenen las diferentes formas de malnutrición (Falta de micronutrientes, sobrepeso y obesidad) y disminuir los riesgos de patologías no transmisibles.

De acuerdo a los estudios que realizaron en 10 países europeos, las personas que comen frutas y verduras; obtienen mejor salud mental, cardiovascular e intestinal, menor riesgo de padecer cáncer, obesidad y diabetes.

Asimismo, es lamentable que los adultos maduros comerciantes, del mercado central no incluyan en su dieta el consumo de frutas entre las comidas ya que el arduo trabajo que se enfocan en sus negocios a comercializar sus productos para la mejora de sus ingresos, no se disponen de tiempo necesario para analizar que el consumo de frutas y fibras dietéticas, así como cereales integrales es indispensable para el buen rendimiento corporal, mental y prevenirse del sobrepeso, obesidad y entre otras patologías no transmisibles.

De igual modo los adultos maduros comerciante del mercado central de Huaraz no tienen una alimentación saludable ya que no consumen agua en cantidades necesarias que requiere su organismo, no contribuye en escoger las comidas que no contengan ingredientes artificiales y químicos, tampoco identifican las etiquetas de las comidas enlatadas. En esta perspectiva es de vital importancia que los adultos comerciantes consuman agua para tener buena hidratación lo cual es un factor fundamental para conservarse saludables y también leer las etiquetas de los alimentos procesados o productos enlatados ayuda a que se informe de los datos nutricionales que contiene dicho producto y así contribuye a seleccionar bien los alimentos adecuados y saludables para su bienestar. Así mismo si los adultos maduros comerciantes no cambian Estos hábitos inadecuados que llevan en su estilo de vida con el tiempo desarrollara enfermedades o alteraciones como la hipertensión, diabetes sobrepeso, colesterol elevado, cáncer, enfermedades cardiovasculares, entre otros.

la Organización Mundial de la Salud (40) conceptualiza la actividad y ejercicio en el movimiento de todo el cuerpo la cual, gracias a los músculos esqueléticos, se llega a realizar dicho proceso requiriendo el consumo de mucha energía. La actividad física a si sea intensa o moderada ayuda a mejorar la salud física y mental. En el adulto maduro contribuye a la prevención y control de patologías no transmisibles y entre otros problemas de salud. Por lo tanto, al no realizar actividad física conlleva a los factores de riesgo de mortalidad de enfermedades no transmisibles. Entre estas actividades físicas más habituales son: practicar deporte, montar bicicleta, pedalear, caminar, bailar,

etc. La actividad física contribuye en la calidad de vida y da beneficios tanto psicológicos: disminuyendo la depresión, la ansiedad y el estrés; en lo social: interviniendo en las actividades físicas para poder favorecer el intercambio social participando en la comunidad. Y en lo fisiológico: reforzando el sistema cardiovascular, controlando el peso y ayudando al buen funcionamiento muscular y tanto ósea.

Por consiguiente los adultos maduros comerciantes nunca practican lo que es actividad física pero si realizan movimientos corporales por las labores que realizan para atender a sus clientes tienen que caminar, moverse de un lado a otro, empaquetar sus productos, abrir sus establecimientos entre otros, pero esto no es suficiente para un buen estado de salud adecuado porque una cosa es moverse ligeramente y otra cosa es actividad física, ya que al no realizarla, responde a la baja resistencia, la pérdida de fuerza, incremento de peso con problemas asociados a la obesidad. La inactividad física conlleva al mayor riesgo de sufrir patologías de gravedad. La mayoría de las personas piensan que se requiere una inversión para dicha actividad, pero no saben que uno puede realizarlo en su comodidad de sus hogares, sin pagar un centro autorizado o gimnasia. Por ello es importante las actividad y ejercicio que son sencillas y cómodas, así como salir a trotar o correr, actualmente el sedentarismo está repercutiendo en los hogares de la población, y por un lado la causa principal son las redes sociales; tiktok, Facebook, los dispositivos, táctiles, pasatiempo en la televisión son punto clave que perturban más la situación de los adultos maduros comerciantes.

Respecto al estrés la Organización Mundial de la Salud (41) señala que viene hacer un estado de tensión y preocupación psicológico argumentado por situaciones complicadas. Todos los individuos en general mantienen un grado de estrés leve. La cual se refiere a una acción natural a los peligros y entre otros estímulos. De ese modo es una forma de reacción hacia el estrés. Por lo tanto, mantenerse en contacto socialmente con su entorno podría estar más animado y menos estresado.

De la misma manera los adultos maduros comerciantes del mercado central de Huaraz refieren que no expresa sus sentimientos de tensión o preocupación con los demás, tampoco realiza actividades de relajación, pero si se estresan por las labores arduas de sus comercios, esto conlleva con el tiempo que el estrés se propague al asumir de una manera también aislada a sus problemas. Hay personas que no buscan el apoyo de amigos o familiares cercanos ni optan opciones de solución, por lo tanto, deteriora su estado de bienestar emocional. También tiene repercusión a su entorno familiar la

cual desconocen estos problemas de tensión que no saben qué hacer. Ante este tipo de casos que se aborda se requiere la intervención de un profesional de la salud la cual es de indispensable.

La OMS (42) señala que todo ser humano es social, ya que requiere estar en comunicación para destacarse y evolucionar, por lo tanto, así surgen las relaciones interpersonales que constituyen el conocimiento de escuchar, entender y ser empático con los demás con el objetivo de crear un ambiente entre las personas saludables.

En cuanto a los adultos comerciantes no mantienen buenas relaciones interpersonales ni cuentan con un buen apoyo interpersonal, ya que esta situación trae cambios negativos relacionados con problemas de socialización, tanto en su salud, así como la depresión, ansiedad y falta de autoestima. Son situaciones psicológicas mayormente habituales en donde los adultos comerciantes viven dentro de la sociedad la cual trae conflictos interpersonales. No tener apoyo interpersonal conlleva en acontecimientos negativos en la salud física tanto mental y obtienen más riesgo de padecer patologías cardíacas, ansiedad y depresión. Es por ello en que los adultos comerciantes conozcan la importancia de mantener relaciones y apoyo interpersonales de diferentes formas ya que contribuye a disminuir el estrés y los problemas asociados con el corazón y así mantener un buen estado de salud óptima.

De acuerdo al sustento de Abraham Maslow en Gonzales, A (43) sostiene que aquel individuo autorrealizado tiene la capacidad de beneficiarse al máximo sus cualidades y potenciales para poder desarrollarse. Por consiguiente, busca una motivación en la constante evolución de obtener una personalidad. También estaría asociada con el bienestar mental la cual implica el proceso de realización, desarrollo y crecimiento social adoptando un aspecto positivo de seguridad, dominio e integración de acuerdo al entorno donde se desenvuelven

De igual manera responsabilidad en salud hace referencia a la aptitud que debe tomar cada individuo en decidir sobre la orientación del cuidado de su estado de salud con el propósito de disminuir los problemas de patologías y aumentar la condición de vida. Esto compromete dos elementos principales en la responsabilidad: la toma de decisiones y la elección consiente, que contribuyen en obtener un estilo de vida adecuado. También tiene la disposición en manipular hábitos y actitudes perjudiciales, tanto en la intervención de acciones que favorezcan la salud, dentro de ello el ejercicio

con practica regular, la administración efectiva en el estrés y una alimentación adecuada y saludable (44).

Además, la mayoría de los adultos maduros comerciantes del mercado central afirman que no acuden al año a un centro de salud para su chequeo médico, frecuentemente se automedican con lo sugerido en las farmacias o boticas, afirmando que lo hacen cuando padecen de patologías de poca atención, como la fiebre, el dolor de cabeza, tos, gripe o algún malestar muscular, también más de la mitad de los adultos comerciantes no considera las sugerencias proporcionadas por el personal sanitario, ya que piensan que no poseen los medios ni el tiempo necesarios para hacerlo. Su complicación en actividades que promuevan la salud es limitada y escasa, dado que muchos de ellos, debido a sus creencias y sabidurías de sus abuelas y antepasados que tienen esa tradición de curarse con hiervas sin la necesidad de asistir a ninguna atención o campaña de salud.

Igualmente, un segmento de los adultos maduros comerciantes en estudio menciona que vez en cuando consume sustancias perjudiciales como el tabaco y el alcohol, sin embargo, la mayoría afirma no ingerir drogas. Es importante destacar que muchos de los adultos comerciantes poseen ciertas tradiciones profundamente arraigadas, trayendo y practicando sus propias creencias y costumbres. No ven como necesario acudir a un centro de salud, ya que ellos mismos elaboran sus propias medicinas que consideran de gran eficacia. Esto provoca que la dimensión de responsabilidad en salud no sea la correcta ni la apropiada.

Por lo tanto, dentro de las implicancias del estilo de vida en los adultos maduros comerciantes del mercado central de Huaraz muestra una situación de riesgo provocando en la población problemas de salud que podrían incrementarse con el transcurso del tiempo. Por lo tanto, la ausencia de una diversidad de dieta balanceada contribuye a un estilo de vida inadecuado. Entre las limitaciones se pudo evidenciar mediante la encuesta realizada, que una parte de los comerciantes no se les encontraba en sus puestos de ventas; otros tenían desconfianza y recelo de brindar sus datos personales, también justo en el momento de la encuesta se acercaban sus clientes y tardaban en atenderlos, asimismo los adultos comerciantes incluyen las tradiciones alimentarias profundamente arraigadas, tales como el elevado consumo de arroz y productos azucarados, así como la limitada ingesta de agua y alimentos llenos de fibra como las hortalizas. Este estilo de vida, sumado a una actividad física deficiente, está

vinculado con problemas de sobrepeso hipertensión obesidad, patologías no transmisibles y otras implicancias de salud que a futuro puede conllevar a la muerte.

Tabla 02

La tabla 02 presenta los factores biosocioculturales en los adultos maduros comerciantes en estudio, encontrando que el 61% son de sexo femenino, así mismo el 85% son de religión católica, el 50% tienen un grado de instrucción primaria completa/primaria incompleta sin embargo un 38% tienen secundaria completa/secundaria incompleta, el 64% son de estado civil casado/conviviente, el 66% tienen un ingreso mayor de 1025 nuevos soles y el 34% de 500 a 1025 nuevos soles.

También estos resultados tienen semejanzas al del preste estudio como los de Pinedo, C (17) con un reporte de 58,6% son de sexo femenino, el 55,7% tienen el grado de instrucción secundaria incompleta, el 72,9% son de religión católica, 41,4% son de estado civil casado/conviviente y el 68,6% mantienen un ingreso económico de 600 a 1000 nuevos soles. Bobadilla, N (45) también reporta que el 70,0% son de sexo femenino; en grado de instrucción el 47,0% de primaria completa/incompleta, en ingreso económico el 64,0% reciben un ingreso de 751 a 1000 nuevos soles.

Así mismo estos resultados difieren con los de Quiñones, S (11) que reporta que El 35% no tenía ningún tipo de instrucción educativa. El 95% de sus ingresos económicos eran iguales o inferiores a un salario básico. En ocupación el 73% se dedicaban a la agricultura y quehaceres domésticos. Benítez, C (46) igualmente reporta que el son de sexo masculino el 51,3%; en grado de instrucción el 74,6% tiene superior completa/incompleta y tienen un trabajo eventual el 60,0%.

Los factores biosocioculturales son rasgos que se pueden identificar en la persona, las características humanas, que no pueden ser alteradas y que definen su naturaleza, son las que definen su esencia pasajera de los adultos maduros, en el estudio se va tomar en cuenta el sexo, la condición civil, el nivel de instrucción. educación, ingresos económicos y religión (25).

La OMS (47) establece que los factores sociales son pertinentes al ambiente de la población en las situaciones en las que vive desde su natalidad, crecimiento, trabajo y senectud, integrando el sistema que afecta las condiciones de la vida cotidiana de la persona.

En la presente investigación de acuerdo con el Ministerio de Salud (MINSA) (26) precisa las edades del adulto maduro desde los 30 años a 59 años, 11 meses y 29

días la cual sus conductas, emociones y estilos de vida de los adultos ya están definidas, por lo expuesto los concejos y orientaciones que escuchan también lo ponen en práctica respecto a su salud. También señala que los adultos maduros están experimentando varias transformaciones respecto a sus obligaciones y a las decisiones de su vida. Este periodo se distingue su desarrollo personal donde se define la etapa de maduración y por ende el inicio de un matrimonio, la construcción de una familia, la creación de negocios, etc.

Así mismo la fase de la adultez conlleva muchas transformaciones en términos de crecimiento físico, psicológico y social, ofreciendo oportunidades y retos exclusivos. De esta manera, el desarrollo en la etapa adulta madura se encuentra vinculado a aspectos biológicos, psicológicos y socioambientales. Esto significa que; la salud física, las vivencias, las interacciones personales y la gestión de problemas desempeñan un papel en el desarrollo del adulto maduro, a esto se suma el respaldo social, esencial para un óptimo progreso en la etapa adulta y para enfrentar y ajustarse al cambio.

La vida adulta es una fase que experimenta múltiples transformaciones tanto en aspectos físicos como sociales y psicológico, también es la fase en la que se presentan más retos personales y a los individuos que se enfrentan. Es la fase ideal en la que persiguen éxitos en el ámbito laboral, familiar y personal en el ambiente, también es la fase en la que muchos individuos experimentan conflictos, perdidas trayendo repercusiones en su salud si no se manejan de una forma adecuada estos problemas, por lo que se considera la fase de vida más complicada (48).

De acuerdo con los resultados de estudio que se encuestó en el factor biosociocultural en los adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima, presenta que más de la mitad son de sexo femenino razón por la cual predomina mayormente el sexo femenino según el Instituto Nacional de Estadística (INEI) (49) en esta actualidad sea incrementado notablemente la intervención de las mujeres en el mercado laboral, el sexo femenino destaca un alto porcentaje en la fortaleza del trabajo en distintas ramas o sectores como: educación, sanidad y los que es el comercio mayorista o minorista, por ende los hombres tanto las mujeres tienen los mismos derechos, la igualdad de oportunidades y el liderazgo en todos los campos y asea política, económica y publica.

Del mismo modo el INEI (50), señala que, en los últimos 20 años, la expectativa de vida de las mujeres en Perú ha experimentado un aumento de 74,9 años a 80 años,

considerando que las mujeres disfrutan de 5 años más de vida en comparación con los hombres. Además, indica también que la población total de mujeres en el Perú se sitúa en 17 millones 162 mil 819 mujeres, representando una cifra bastante considerable.

Caben mencionar también que las mujeres en estos últimos años participan en muchas labores, fuera de los deberes del hogar que anteriormente lo solían realizar frecuentemente, ahora más que nunca ya emprenden la lucha en el área laboral. Por ello hay más predominancia en el sexo femenino en los adultos maduros comerciantes del mercado central la cual gracias a su capacidad de comerciante y sus interacciones de mujer luchadora trabajan día a día insensatamente para llevar el sustento a sus hogares.

Por tal motivo se destaca que la mujer tiene la capacidad de desarrollarse en todas las áreas de la vida, en diferentes profesiones y situaciones, tienen la capacidad de asumir y desarrollar múltiples roles desde el cuidado del hogar, de los hijos hasta convertirse en una vendedora comerciante o empleada capaz de ser proveedora de su familia, ser una excelente profesional o una destacada estudiante. Es importante destacar que muchas de estas mujeres son madres solteras, lo que les permite crear su propio negocio y sustentar su familia. Frente a lo anterior dicho, subraya que el papel de la mujer ha progresado y fortalecido, de tal forma que el sexo femenino está siendo positivo gracias a los derechos e igualdades por los que lucharon.

El catolicismo es una religión jerárquica con radio universal, por lo que se le reconoce como la religión con más fieles en su doctrina, proporcionando servicios de asistencia. Reconocen al Papa como su líder espiritual, confían en la presencia de Jesucristo en la Eucaristía, que simboliza el cuerpo y la sangre de Cristo. El catolicismo tiene como objetivo proporcionar conocimiento a sus feligreses, formándolos a lo largo de toda su existencia con ética y valores (51).

Respecto al factor biosociocultural en los adultos maduros comerciantes en cuanto a la religión, la mayoría profesan la religión católica ya que antiguamente los padres eran muy creyentes en la religión católica la cual ellos mismos inculcaron para seguir las mismas costumbres de dicha religión desde la infancia, de ese modo crecieron y se formaron en esa creencia de fe católica también mencionaron que siempre cada fin de semana (Domingo) asisten a la iglesia a escuchar la santa misa, también le rinden devoto a la virgen de Fátima que se encuentra al ingreso de la puerta principal del mismo mercado. Así mismo la religión católica promueve la unión social y brinda consuelo a

individuos enfermos o deprimidos, disminuye la ansiedad, asiste en la superación de crisis vitales o en la lucha contra la muerte.

La escuela y la universidad representan un entorno educativo de gran relevancia, donde se fomentan la inteligencia, la determinación y los elementos fundamentales de la formación. educación en ciencia y humanidades, además contribuye a potenciar las habilidades artísticas a través de los programas de servicio social educativo. Además, se especifica que es crucial el respaldo familiar para el avance en la educación (52)

De acuerdo con el Programa Nacional de Becas y Crédito Educativo del Ministerio de Educación del Perú, disponer de un nivel educativo que contemple la educación superior es de gran valor debido a las oportunidades y ventajas que se pueden aprovechar conseguir puestos laborales, al igual que se pueden obtener empleos formales, con empleo constante y con seguro médico que asegure la tranquilidad de la familia (53).

Por consiguiente, la mayoría de los adultos maduros comerciantes llevan un grado de instrucción de nivel básico debido a que en esa época de sus padres no lo tomaban tanta importancia ni siquiera tenían en mente que sus hijos culminaran el estudio, por lo tanto otros adultos no finalizaron el nivel secundario la cual solo concluyeron el nivel primario, por lo tanto tenían que trabajar para el apoyo del sustento de la familia, sin embargo una pequeña parte de los adultos comerciantes mencionan que trabajando lograron terminar su nivel secundaria. La pobreza en aquel entonces era motivo suficiente en que los hijos apoyen saliendo a buscar un ingreso laboral para las necesidades que se requieren en la familia. Actualmente los adultos maduros, reconocen las repercusiones de esta circunstancia, dado que si no se inclinaban al comercio de los negocios enfrentarían problemas para hallar empleos estables o que les proporcionen ingresos deficientes para satisfacer sus necesidades.

En lo que respecta el estado civil de los adultos maduros comerciantes casi la mayoría son casado(a)/conviviente, la cual es importante la unión del matrimonio o la convivencia que es la forma más común de formar una familia, ya que esto ayuda mutuamente a consolidar firmemente los lazos familiares en los adultos maduros comerciantes para la buena organización conyugal en pareja y sobresalir en sus actividades de comercio, de la misma manera nace el derecho a las oportunidades e igualdades como conyugues y pareja. También promueve los derechos correlativos entre padres e hijos (54).

La coexistencia o convergencia de sucesos, es la convivencia libre entre una mujer y un hombre sin que exista un matrimonio de por medio que satisfaga y los una. Esta convivencia es esencial, igual que en el matrimonio al llevar a cabo tareas, actividades y roles, así mismo todo el beneficio obtenido en la convivencia es de los conyugues. Por esta razón, la relevancia de documentar la coexistencia en el registro personal de la SUNARP con el fin de documentar la convivencia y determinar los recursos de cada integrante (55).

Respecto al estado civil, la mayoría de los adultos maduros en estudio comerciante están casados o convivientes, seguidos de los solteros. Muchos de estos adultos piensan que ser casados o convivientes es lo mismo, dado que al tener una familia y vivir en el mismo hogar se les considera un matrimonio. De igual forma, algunos mencionan que, al practicar la fe católica, es crucial casarse para dar un buen ejemplo a sus hijos. Por otro lado, se destaca un mínimo número de adultos maduros solteros debido a que piensan que no es una prioridad involucrarse, ya que tienen otros objetivos en su vida o que simplemente no han hallado a la persona adecuada y se enfocan más en su trabajo de comercio, también se detectó un pequeño número de adultos que están separados o divorciados.

El ingreso económico se refiere a los recursos financieros de un individuo, que se adquieren durante un periodo estable. El ingreso económico puede tener un impacto positivo en los adultos, ya que un incremento en el ingreso económico se relaciona con un mayor ingreso económico a servicios de alta calidad, más oportunidades y consecuentemente a una mejor calidad de vida. Del mismo modo desde el primero de mayo del 2022, el salario mínimo vital se incrementó en 930 nuevos soles a 1025 nuevos soles, lo que representa una considerable ventaja para los adultos la cual se logró combatir los costos altos de los productos de la canasta básica, gracias al apoyo del Decreto Supremo No 003-2022-TR (56).

Del mismo modo más de la mitad de los adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima mencionan que tienen un ingreso mayor de 1025 nuevos soles y por lo tanto el monto supera el del suelo básico la cual tiene las oportunidades de tener mejores condiciones de vida posibilidades para un mejor educación a los hijos, por la calidad del servicio brindado, ya que están ubicados en lugares más céntricos del movimiento lo cual genera buenos ingresos a nuestros adultos maduros comerciantes. Pero esto no le impide que los adultos maduros sigan optando

los malos hábitos de sedentarismo tanto en lo biológico social y cultural por lo tanto va depender de la decisión que toma en el bienestar de su salud. Por otro lado, este estudio reporto también que menos de la mitad de los adultos comerciantes poseen un ingreso económico de 500 a 1025 nuevos soles, la cual debido a que los adultos comerciantes no tienen los productos necesarios bien implementados en stock, lo que hace que no genere buenos ingresos. Cabe mencionar que mientras más productos en stock obtengan los adultos maduros más posibilidad están en de obtener ingresos en sus ventas y mientras menos productos obtengan, reducen sus ventas e ingresos.

Los factores biosocioculturales son rasgos identificables en el individuo, que no pueden ser alterados y pueden surgir bajo diversas circunstancias, accediendo desarrollarse o no, aportando al bienestar y al crecimiento integral considerando los factores sociales, biológicos y culturales, alcanzando así una interacción en grupo a lo largo de toda la vida. Por ende, es fundamental entender interaccionar a las condiciones de los adultos maduros comerciantes y así acceder tácticas y acciones para el impulso de alcanzar el bienestar y un estado de salud óptimo. No obstante, los adultos comerciantes enfrentan algunas limitaciones al promover una calidad de vida a causa de la movilización de los adultos de un sitio a otro y la posibilidad de tener un desarrollo social y cultural que demuestre una inestabilidad al adaptarse a los factores.

En ese sentido de acuerdo a los factores biosocioculturales se acontece que los adultos comerciantes evidencian distintas situaciones que afectan su salud, por lo tanto, están propensos a padecer de patologías no transmisibles considerando al cáncer de diferentes tipos, el estrés la tensión asociada con el constante trabajo poner en riesgo la salud y el bienestar de los adultos comerciantes y con el pasar del tiempo llegarían a tener muchas implicancias graves.

VI. CONCLUSIONES

- Mas de la mitad de los adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima llevan un estilo de vida no saludable debido a la falta de ejercicios físicos, alimentación inadecuada, grasas y carbohidratos.
- Respecto a los factores biosocioculturales: más de la mitad son de sexo femenino, casado/conviviente, tiene un ingreso económico mayor de 1025 nuevos soles, la mayoría profesan la religión católica y tiene estudios de nivel de educación básica.

VII. RECOMENDACIONES

- Se recomienda al equipo del centro de salud de la jurisdicción analizar los resultados de esta investigación para luego implementar estrategias para mejorar el estilo de vida.
- Proponer que las autoridades comunitarias gestionen convenios con entidades orientados al beneficio de los adultos maduros.
- Se recomienda a los estudiantes de enfermería de varias universidades realizar investigaciones que identifiquen factores relacionados con su estilo de vida.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud Principales causas de muertes y discapacidad en el mundo. [Internet] 2020. [citado el 10 de setiembre del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.who.int/es/news/item/09-12-2020-who-reveals-leading-causes-of-death-and-disability-worldwide-2000-2019>
2. Organización Mundial de la Salud. Tabaco Datos y cifras, [internet] Julio 2023 [consultado el 06 de octubre del 2024] disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>
3. Organización Mundial de la Salud. Alcohol Datos y cifras, [internet] junio 2024 [consultado el 06 de octubre del 2024] disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/alcohol>
4. Barrera, A et al. Escenario actual de la obesidad en México. [Internet] Revista Medica del Instituto Mexicano de Seguro Social. 2021. [citado el 11 de setiembre del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.redalyc.org/pdf/4577/457745489011.pdf>
5. Organización Panamericana de la Salud América latina [Internet] 2020. [citado el 11 de setiembre del 2024]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/documentos/america-latina-caribe-panorama-regional-seguridad-alimentaria-nutricional-2021>
6. Organización de las Naciones Unidas para la educación, la Ciencia y la Cultura. Informe de seguimiento de la educación en el mundo [Internet] 2020. [citado el 11 de setiembre del 2024]. Recuperado a partir de: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000374817>
7. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Enfermedades no transmisibles y transmisibles. [Internet] 2022. [citado el 11 de setiembre del 2024]. Disponible en: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/4570237/Per%C3%BA%3A%20Enfermedades%20No%20Transmisibles%20y%20Transmisibles%2C%202022.pdf?v=1684338910>
8. García S. Las enfermedades no transmisibles y los derechos humanos en las Américas. [Internet].; 2023 [citado el 12 de noviembre del 2024]. Disponible en: https://www.oas.org/es/cidh/informes/pdfs/2023/REDESCA_enfermedades_NoTransmisibles_DDHH_SPA.pdf
9. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Ancash compendio estadístico. [Internet] 2022. [citado el 12 de setiembre del 2024]. Recuperado a partir de:

<https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/4435091/Compendio%20Estad%C3%A9stico%2C%20Ancash%202022.pdf?v=1681505489>

10. Dirección regional de salud. Ancash: Cifras de hipertensión y diabetes alertan a la población. [Internet] 2023. [citado el 12 de noviembre del 2024]. Disponible en: <https://ancashnoticias.com/2023/02/17/en-crecimiento-casos-de-hipertension-y-diabetes-en-la-region/>
11. Quiñones S. Estudio De Los Determinantes Sociales En Adultos Mayores Que Asisten A Los Espacios Activos En Gad Ambato Y Su Relación Con Las Enfermedades Crónicas No Transmisibles. Universidad Técnica de Ambato [Internet]. 2020 [consultado el 3 setiembre del 2024] recuperado a partir de: <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/31537/1/QUI%C3%91ONEZ%20VIVAS%20%2C%20STEFANIA%20MARGARITA.pdf>
12. Lara K. Determinantes Sociales de la Salud: Una mirada desde la multimorbilidad en la población mexicana mayor de 50 años en contextos rurales y urbanos. [Internet] 2019 [consultado el 29 de agosto del 2024] disponible en: <http://repositorio.inger.gob.mx/jspui/bitstream/20.500.12100/17401/1/Determinante%20sociales%20de%20la%20salud%20Una%20mirada%20desde%20la%20multimorbilidad%20en%20la%20poblacion%20mexicana.pdf>
13. Acho A, et al. Hábitos alimenticios en comerciantes del mercado campesino. Universidad Mayor, Real y Pontificia de San Francisco [Internet] 2019. [Citado el 29 de agosto del 2024]. Disponible en: <https://revistas.usfx.bo/index.php/bs/article/view/277/298>
14. Huanca I. Influencia de los factores socioeconómicos que afectan la salud mental de trabajadores informales en el Distrito de Ciudad Nueva, Tacna. Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann [Internet] 2023. [consultado el 12 de setiembre del año 2024]. Recuperado a partir de: <https://repositorio.unjbg.edu.pe/items/4f81ab84-b80c-43e8-8407-2fef1bc79c97>
15. Tinoco J. Determinantes Sociales de la Salud Relacionados a Calidad de Vida en Salud de los Trabajadores Comerciantes Informales de Dos Mercados de Abastos Mercado Central Y Mercado 2 de mayo del Cercado de Tacna. [Internet] 2019. Universidad Privada de Tacna. [citado 29 agosto 2024]. Disponible en <https://repositorio.upt.edu.pe/handle/20.500.12969/657>

16. Gonzales E. Determinantes de la salud de los adultos maduros del Mercado Miramar, Moche – Trujillo. [Internet]. 2020. [Citado el 29 de agosto del 2024]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27444/ADULTOS_%20MADUROS_GONZALES_%20GALLOSO_%20ESTHER_%20LASTENIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
17. Pinedo C. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los comerciantes del mercado Túpac amaru. pueblo joven la victoria_ Chimbote [Repositorio uladech] 2019. [consultado el 14 de setiembre del 2024]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/15523/COMERCIANTES_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_PINEDO_BERMUDEZ_CREO_SITA_MEYLI.pdf?sequence=1&isAllowed=y
18. Mauricio D. Determinantes de la salud en comerciantes del mercado la merced la esperanza - Trujillo, Universidad católica los ángeles de Chimbote [internet] 2023 [citado 17 de agosto de 2024] recuperado a partir de:
19. León E. Caracterización de los estilos de vida de los vendedores del mercado popular señor de la soledad, Huaraz [Repositorio Uladech] 2019. [citado el 14 de noviembre del 2024]. Recuperado a partir de: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/31415/ADULTOS_ESTILOS_DE_VIDA_LEON_ALVARADO_ELIAS_VICENTE.pdf?sequence=1&isAllowed=y
20. De la Guardia M, Ruvalcaba J. La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria. [Internet] 2020. [citado el 28 de octubre del 2024]; 5(1): 81-90. Recuperado a partir de: <https://scielo.isciii.es/pdf/jonnpr/v5n1/2529-850X-jonnpr-5-01-81.pdf>
21. Sobreviela C, et al. Estilo de vida como determinante de salud. [Internet].; 2023 [consultado el 28 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de: <https://revistasanitariadeinvestigacion.com/estilo-de-vida-como-determinante-de-salud/>
22. Villar M. Factores determinantes de la salud: Importancia de la prevención [Internet] 2011. [consultado el 13 de noviembre del 2024]. Recuperado a partir de: <http://www.scielo.org.pe/pdf/amp/v28n4/a11.pdf>
23. Aristizabal, G et al. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión [Internet]. Universidad Autónoma de México.

- Enfermería Universitaria, 2011 [citado 30 de octubre 2024]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3587/358741840003.pdf>
24. Cerón C. La Organización Mundial de la Salud - define los estilos de vida saludables. [Internet].; 2020 [citado el 28 de octubre del 2024]. Disponible en: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-677540?src=similardocs>
 25. Organización Panamericana de la Salud. Determinantes sociales de la salud. [Internet]. 2020 [citado el 23 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.paho.org/es/temas/determinantes-sociales-salud>
 26. Ministerio de Salud. Modelo del Cuidado Integral de Salud por curso de vida. [Internet] 2022. [citado el 28 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/12/1050369/mci.pdf>
 27. Urbano C. Psicología del desarrollo: enfoques y perspectivas del curso vital [Internet]. Córdoba: Editorial Brujas, 2014 [citado el 23 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de: <https://elibro.net/es/ereader/uladech/78157?page=94>
 28. Hernández R, Mendoza C. Metodología de la Investigación las Rutas Cuantitativa, Cualitativa y Mixta. [Internet] 2018. [Citado 28 de agosto de 2024]. Disponible en: http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/SampieriLasRutas.pdf
 29. Instituto Nacional de Estadística. Conceptos seleccionados: Sexo [Internet] 2024 [consultado el 28 de agosto del 2024] disponible en: <https://www.ine.es/DEFIne/es/concepto.htm?c=4484>
 30. Real Academia Española. Diccionario de la lengua española. Religión [Internet] 2024. [citado el 28 de agosto del 2024] disponible en: <https://dle.rae.es/religi%C3%B3n>
 31. Instituto Nacional de Estadística e informática. Glosario de términos. [Página 11] Perú: Compendio Estadístico Provincia Constitucional del Callao. 2014. Consultado el 14 de noviembre del 2024]. Recuperado a partir de: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1268/Glosario.pdf
 32. Real Academia Española. Estado civil [Internet]. 2023 [consultado el 24 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://dpej.rae.es/lema/estado-civil>
 33. Fuentes C. Economía peruana: Perspectivas para el 2021. [Internet] 2020. [citado el 16 de noviembre del 2024]. Disponible en:

- <https://www.esan.edu.pe/conexion/actualidad/2020/12/18/economia-peruanaperspectivas-para-el-2021/>
34. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Reglamento de Integridad Científica en la Investigación versión 001. [Internet] Perú 2024. [Citado el 2 de Setiembre del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.uladech.edu.pe/wp-content/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>
 35. Padilla E, et al. Estilos de vida de los comerciantes del mercado Centenario, Huacho [Internet] 2020. [consultado el 14 de noviembre del 2024]. Disponible en: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_70de61f9f186120942410fb92dd9ada8
 36. Caballero E. et al. Los determinantes sociales de la salud y sus diferentes modelos explicativos [internet] 2012 [consultado el 16 de noviembre del 2024] recuperado a partir de: <https://revinfodir.sld.cu/index.php/infodir/article/view/344/389>
 37. Tulchinsky T. Marc Lalonde, the Health Field Concept and Health Promotion [Internet]. PMC 2018 [consultado el 01 de noviembre del 2024]. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780128045718000287?via%3DiHub>
 38. Organización Mundial de la Salud. Alimentación sana [Internet] 2018. [consultado el 01 de noviembre del 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/healthy-diet>
 39. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Beneficios para la salud la nutrición. [Internet] 2019. [citado el 02 de noviembre del 2024]. Disponible en: <https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/a0d8db5d-f798-43c6-8ccc-5ffe886b01d6/content/src/html/bueno-para-ti.html>
 40. Organización Mundial de la Salud. Actividad física. [Internet] 2022. [consultado el 03 de octubre del 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/physical-activity>
 41. Organización Mundial de la Salud. Estrés. [Internet] 2023. [consultado el 03 de octubre del 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/questions-and->

[answers/item/stress?gad_source=1&gclid=Cj0KCQjwvpy5BhDTARIsAHSilymoVIVBBf5CGE9ZuUu8_NhYxCbgEqTCgr34TtUmCqDI8Jj67we6caUaAucLEALw_wcB](https://www.who.int/es/news/item/15-11-2023-who-launches-commission-to-foster-social-connection#:~:text=La%20Comisi%C3%B3n%20sobre%20Conexi%C3%B3n%20Social,a%C3%B1os%20que%20dura%20la%20iniciativa)

42. Organización Mundial de la Salud. La OMS pone en marcha una comisión para fomentar la conexión social. [Internet]. 2023 [consultado el 14 de noviembre del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.who.int/es/news/item/15-11-2023-who-launches-commission-to-foster-social-connection#:~:text=La%20Comisi%C3%B3n%20sobre%20Conexi%C3%B3n%20Social,a%C3%B1os%20que%20dura%20la%20iniciativa>.
43. González A. Relevancia de los Ejercicios espirituales ignacianos como herramienta para el desarrollo humano desde la teoría Maslow de la autorrealización. [Internet].; 2024 [citado el 04 de octubre del 2024]. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-879X2024000100110&lng=pt&nrm=iso&tlng=es
44. Gonzales I, et al. Responsabilidad personal con la salud. [Internet]. Cuba: La Habana; 2020 [Consultado el 04 de octubre del 2024]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2221-24342020000300280
45. Bobadilla N. Determinantes de la salud en trabajadores del “mercado 16 de enero” _ Florencia de mora _Trujillo, [Repositorio Uladech] 2019. [citado el 05 de noviembre del 2024]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19165/DETERMINANTES_DE_LA_SALUD_TRABAJADORES_BOBADILLA_SAONA_NICOL_ALEJANDRA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
46. Benítez, C. Determinantes de la salud en adultos maduros. Asentamiento humano villa magisterial - nuevo Chimbote [Repositorio Uladech] 2018. [Citado el 05 de noviembre del 2024]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/8558/ADULTO_MADURO_DETERMINANTES_BENITES_CORDOVA_CATHERIN_BELEN.pdf?sequence=1&isAllowed=y
47. Organización Mundial de La Salud. Determinantes Sociales de la Salud [Internet] 2021. [citado el 15 de noviembre del 2024]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/determinantes-sociales->

[salud#:~:text=La%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de%20la,condiciones%20de%20la%20vida%20cotidiana%22.](#)

48. Urbano C. Psicología del desarrollo: enfoques y perspectivas del curso vital [Internet]. Córdoba: Editorial Brujas, 2014 [citado el 14 de noviembre del 2024]. Recuperado a partir de: <https://elibro.net/es/ereader/uladech/78157?page=94>
49. Instituto Nacional de Estadística e Informática. 1.5 ocupados por ramas de actividad, por tipo de ocupación, por situación profesional y por tipo de puesto laboral [Internet] 2023. [citado el 15 de octubre del 2024]. Disponible en: https://www.ine.es/ss/Satellite?L=es_ES&c=INESeccion_C&cid=1259931459725&p=1254735110672&pagename=ProductosYServicios%2FPYSLayout
50. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Más de 17 millones de mujeres conmemoran su día este 8 de marzo. [Internet]. 2024 [citado el 06 de noviembre del 2024]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/inei/noticias/916825-mas-de-17-millones-de-mujeres%20conmemoran-su-dia-este-8-de-marzo>
51. Molina M. La Iglesia católica en el espacio público: un proceso de continua adecuación. [Internet]. 2012 [consultado el 23 de octubre del 2024]. Recuperado a 47 partir de: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-77422012000200004
52. Santa Cruz D. et al. Educación y desarrollo personal [En Línea]. Bogotá: Universidad Católica de Colombia, 2021 [consultado 01 noviembre 2024]. Recuperado a partir de: <https://elibro.net/es/lc/uladech/titulos/197114>
53. Programa Nacional de Becas y Crédito Educativo. ¿Por qué es importante estudiar una carrera profesional? [Internet]. 2020 [consultado el 23 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.pronabec.gob.pe/noticias/por-que-es-importante-estudiar-una-carrera-profesional/>
54. Calva Y, et al. Derechos emergentes del matrimonio y la unión de hecho: análisis jurídico comparativo [internet] 2022. [consultado el 15 de octubre del 2024]. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-78902021000800071
55. Superintendencia Nacional de los Registros Públicos. ¿Convives? Así puedes inscribir tu unión de hecho y garantizar tus derechos como conviviente. [Internet]. 2024 [consultado el 14 de noviembre del 2024]. Recuperado a partir de:

<https://www.gob.pe/institucion/sunarp/noticias/583283-convives-asi-puedes-inscribir-tu-union-de-hecho-y-garantizar-tus-derechos-como-conviviente>

56. Ministerio de trabajo y promoción de empleo. Decreto Supremo N° 003-2022-TR [Internet].2022 [consultado el 14 de noviembre del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.gob.pe/institucion/mtpe/normas-legales/2890811-003%202022-tr>

ANEXOS

Anexo 01.

Matriz de consistencia

ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN LOS ADULTOS MADUROS COMERCIANTES DE UN MERCADO EN HUARAZ, 2024

PROBLEMA	OBJETIVOS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>Problema general: ¿Cuál es el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto maduro comerciante en el mercado central Virgen de Fátima, Huaraz, 2024?</p>	<p>Objetivo general Determinar el estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima Huaraz.</p> <p>Objetivos específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar el estilo de vida en adultos maduros comerciantes del mercado central virgen de Fátima Huaraz. • Determinar los factores biosocioculturales (sexo, religión, grado de instrucción, estado civil, ingreso económico) en adultos maduros comerciantes del Mercado Central Virgen de Fátima, Huaraz. 	<p>Variable 1 Estilos de vida</p> <p>Operacionalización</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estilo de vida saludable: 75 - 100 puntos • Estilo de vida no saludable: 25 - 74 puntos <p>Variable 2 Factores biosocioculturales</p> <p>Dimensiones</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sexo • Grado de instrucción • Religión • Estado civil • Ingreso económico 	<p>Tipo de Inv.: Cuantitativa de corte transversal</p> <p>Nivel de Inv.: Descriptivo</p> <p>Diseño de Inv.: No experimental</p> <p>Población: es de 228 adultos maduros comerciantes</p> <p>muestra: De acuerdo a la fórmula 95% de confiabilidad, conformado por 143 adultos maduros comerciantes.</p> <p>Técnica: encuesta y observación.</p> <p>Instrumento 1: escala de estilos de vida</p> <p>Instrumento 2: cuestionario de factores biosocioculturales</p>

Anexo 02.



Instrumento de recolección de información
UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE
CHIMBOTE



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
ESCALA DE ESTILO DE VIDA

Elaborado por Walker, Sechrist y Pender

Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R.

N°	Ítems	CRITERIOS			
	ALIMENTACIÓN				
1	Come Ud. Tres veces al día: desayuno, almuerzo y comida.	N	V	F	S
2	Todos los días, Ud. consume alimentos balanceados que incluyen tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos.	N	V	F	S
3	Consumes de 4 a 8 vasos de agua al día.	N	V	F	S
4	Incluye entre comidas el consumo de frutas.	N	V	F	S
5	Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales o químicos para conservar la comida.	N	V	F	S
6	Lee Ud. las etiquetas de las comidas empaquetadas, enlatadas o conservas para identificar los ingredientes.	N	V	F	S
	ACTIVIDAD Y EJERCICIO				
7	Hace Ud., ejercicio por 20 a 30 min al menos tres veces a la semana.	N	V	F	S
8	Diariamente Ud. realiza actividades que incluyan el movimiento de todo su cuerpo.	N	V	F	S
	MANEJO DEL ESTRÉS				
9	Usted identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida.	N	V	F	S
10	Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación.	N	V	F	S
11	Ud. plantea alternativas de solución frente a la tensión o preocupación	N	V	F	S
12	Realiza alguna de las siguientes actividades de relajación tales como: tomar siesta, pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de respiración.	N	V	F	S
	APOYO INTERPERSONAL				
13	Se relaciona con los demás.	N	V	F	S
14	Mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás.	N	V	F	S

15	Comenta sus deseos e inquietudes con las demás personas.	N	V	F	S
16	Cuando enfrenta situaciones difíciles recibe apoyo de los demás.	N	V	F	S
	AUTORREALIZACIÓN				
17	Se encuentra satisfecho con lo que ha realizado durante su vida.	N	V	F	S

18	Se encuentra satisfecho con las actividades que actualmente realiza.	N	V	F	S
19	Realiza actividades que fomenten su desarrollo personal	N	V	F	S
	RESPONSABILIDAD EN SALUD				
20	Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica.	N	V	F	S
21	Cuando presenta una molestia acude al establecimiento de salud.	N	V	F	S
22	Toma medicamentos solo prescritos por el médico.	N	V	F	S
23	Toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud.	N	V	F	S
24	Participa en actividades que fomenten su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud.	N	V	F	S
25	Consume sustancias nocivas: cigarro, alcohol y/o drogas.	N	V	F	S



Instrumento N°2



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE
CHIMBOTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

CUESTIONARIO DE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES

AUTORAS: Delgado, R.; Díaz, R.; Reyna, E. ADAPTADO POR: Gorriti, C.

1. Marque su sexo

Masculino () Femenino ()

2. ¿Cuál es su religión?

- a) Católico () b) Evangélico ()
c) Testigo de Jehová () d) Otros ()

3. ¿Cuál es su grado de instrucción?

- a) Analfabeto ()
b) b) Primaria completa/Primaria incompleta ()
c) Secundaria completa/Secundaria incompleta ()
d) Superior completa/Superior incompleta ()

4. ¿Cuál es su estado civil?

- a) Soltero (a) () b) Casado (a)/Conviviente ()
c) Separado (a)/divorciado () d) Viudo (a) ()

5. ¿Cuál es su ingreso económico?

- a) Menor de 500 nuevos soles ()
b) b) De 500 a 1025 nuevos soles ()
c) Mayor de 1025 nuevos soles ()



Anexo 03.

Ficha técnica de los instrumentos



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

VALIDEZ INTERNA DE LA ESCALA DE ESTILO DE VIDA

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

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

Si $r > 0.20$ el instrumento es válido.

(*) Se creyó conveniente dejar ítems por su importancia en el estudio.



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA
CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DEL ESTILO DE VIDA



Resumen del procesamiento de los casos

		N
Casos	Válidos	27
	Excluidos(a)	2
	Total	29

Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
0.794	25

Anexo 04.

FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ENCUESTAS

La finalidad de este protocolo es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento. De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

La presente investigación en Salud se titula:

“Estilos de vida y Factores Biosocioculturales en los adultos maduros comerciantes de un Mercado en Huaraz, 2024” y es dirigido por el investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es:

Establecer el estilo de vida y los factores biosocioculturales en adultos maduros comerciantes de un mercado en Huaraz.

Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 15 minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través de vía online. Si desea, también podrá escribir al correo hector.340000@gmail.com para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

Si está de acuerdo con los puntos anteriores, complete sus datos a continuación:

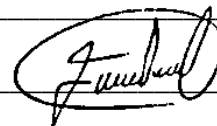
Nombre: _____

Fecha: _____

Correo electrónico: _____

Firma del participante: _____

Firma del investigador (o encargado de recoger información): _____



CARTA DE RECOJO



Chimbote, 13 de agosto del 2024

CARTA N° 0000001124- 2024-CGI-VI-ULADECH CATOLICA



Señor/a:
MIGUEL PAULOR GARAY CHAVEZ
MERCADO CENTRAL VIRGEN DE FATIMA

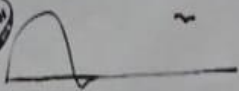
Presente.-

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 ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN LOS ADULTOS MADUROS COMERCIANTES DE UN MERCADO EN HUARAZ, 2024, que involucre la recolección de información/datos en COMERCIANTES DEL MERCADO CENTRAL VIRGEN DE FATIMA, a cargo de FREDY GUALBERTO JAMANCA ESPINOZA, perteneciente a la Escuela Profesional de la Carrera Profesional de ENFERMERÍA, con DNI N° 31677390, durante el periodo de 26-08-2024 al 21-09-2024.

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.


Dr. Willy Valle Salvatierra
Coordinador de Gestión de Investigación

CATA DE ACEPTACIÓN

JUNTA DE PROPIETARIOS DEL
MERCADO CENTRAL DE HUARAZ
"VIRGEN DE FÁTIMA"



EL PRESIDENTE DE LA JUNTA DE PROPIETARIOS DEL MERCADO
CENTRAL VIRGEN DE FATIMA DE HUARAZ CON RUC N°
20364672587, QUE SUSCRIBE:

LOS QUE SUSCRIBEN:

Visto la solicitud, de fecha 31/08/2024 presentada por Fredy Gualberto Jamanca Espinoza, estudiante de la Universidad ULADECH, se autoriza a realizar una investigación **ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN LOS ADULTOS MADUROS COMERCIANTES DE UN MERCADO EN HUARAZ**, que fue presentado a la Junta de Directiva de la JUPROME "VF".

AUTORIZA:

Al estudiante de la Universidad ULADECH, estudiante de la carrera de enfermería Fredy Gualberto Jamanca Espinoza identificado con DNI 31677390, para investigación **ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN LOS ADULTOS MADUROS COMERCIANTES DE UN MERCADO EN HUARAZ**.

Huaraz, 31 de agosto del 2024.

MERCADO CENTRAL DE HUARAZ
"VIRGEN DE FATIMA"

Mijael P. Gárriz Chávez
D.N.I. 44545081
PRESIDENTE