



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

**ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS ADULTOS DE UN  
ASENTAMIENTO HUMANO EN SANTA, CHIMBOTE, 2024**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**AUTOR**

**GONZALES VILLANUEVA, YERITA JUDITH  
ORCID:0000-0001-5716-010X**

**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° 0163-092-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS**

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **19:15** horas del día **11** 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 DE LOS ADULTOS DE UN ASENTAMIENTO HUMANO EN SANTA, CHIMBOTE, 2024**

**Presentada Por :**  
(0112181244) **GONZALES VILLANUEVA YERITA JUDITH**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **16**, quedando expedito/a el/la Bachiller para optar el TÍTULO PROFESIONAL de **Licenciada 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 DE LOS ADULTOS DE UN ASENTAMIENTO HUMANO EN SANTA, CHIMBOTE, 2024 Del (de la) estudiante GONZALES VILLANUEVA YERITA JUDITH, asesorado por GORRITTI SIAPPO CARMEN LETICIA se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 7% 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, 17 de Diciembre del 2024



Mgtr. Roxana Torres Guzman  
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

## DEDICATORIA

A Dios, por guiarme y iluminarme por un buencamino, por darme fuerza para seguir adelante y conseguir lo que me proponga para lograr mis objetivos y metas que me planeado.

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento a mis padres por todo el esfuerzo que hizo para sacarme adelante con mis estudios para poder culminar mi carrera universitaria amor en toda etapa demi carrera profesional.

A mis docentes universitarios, porque cada uno de ellos contribuyo en mi formación académica con el fin de egresar una profesional con valores, ética y conocimiento

## **AGRADECIMIENTO**

A Dios, por brindarme salud, y encaminarme en esta linda profesión humanitarias, por brindarme fortalezas, permitirme vivir gratos y tristes momentos en este camino para lograr el éxito.

A mis padres y familiares por su apoyo, amor y sacrificio en todos estos años y por estar acompañándome durante el transcurso de mi formación académica con la finalidad de culminar con éxito una de mis anheladas metas como el ser profesional.

A mis hermanos quienes con sus palabras de aliento no me dejaban caer para que siguiera adelante y poder culminar mi carrera profesional.

A los adultos participantes y al teniente gobernador del asentamiento humano Casa Colorada por brindarme la accesibilidad para ejecutar el presente trabajo de investigación.

## ÍNDICE GENERAL

Dedicatoria.....	IV
Agradecimiento.....	V
Índice General .....	VI
Lista de Tablas.....	VII
Lista de Figuras.....	VIII
Resumen.....	IX.
Abstract.....	X
I. Planteamiento del problema (descripción del problema, formulación del problema, objetivo general y específicos, justificación) .....	1
II. Marco teórico.....	7
2.1 Antecedentes .....	7
2.2 Bases teóricas .....	9
III. Metodología .....	14
3.1 Tipo, Nivel y Diseño de Investigación .....	14
3.2 Población muestral.....	14
3.3 Operacionalización de las variables/categorías.....	15
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos/información.....	18
3.5 Método de análisis de datos/información.....	19
3.6 Aspectos Éticos.....	20
IV. Resultados.....	23
V. Discusión .....	29
VI. Conclusiones .....	38
VII. Recomendaciones.....	39
Referencias bibliográficas .....	40
Anexos .....	48
Anexo 01. Matriz de Consistencia .....	48
Anexo 02. Instrumento de recolección de información .....	49
Anexo 03. Ficha técnica de los instrumentos:.....	52
Anexo 04. Formato de consentimiento informado, carta de recojo de información y carta de aceptación.....	54

## LISTA DE TABLAS

Tabla 01	Estilo de vida de los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote.....	23
Tabla 02	Factores biosocioculturales de los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote.....	24

## LISTA DE FIGURAS

Figura 01	Modelo de Determinantes de la Salud.....	10
Figura 02	Modelo de Promoción de la Salud.....	12
Figura 03	Estilo de vida en adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote.....	23
Figura 04	Edad en adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote.....	25
Figura 05	Sexo en adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote.....	25
Figura 06	Religión en adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote.....	26
Figura 07	Grado de instrucción en adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote.....	26
Figura 08	Estado civil en adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote.....	27
Figura 09	Ocupación en adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote.....	27
Figura 10	Ingreso económico en adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote.....	28

## RESUMEN

El presente estudio tiene como objetivo general determinar el estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote. En su metodología, fue de nivel descriptivo, tipo cuantitativo, diseño no experimental de una sola casilla, con una población muestral de 113 adultos, a quienes se les aplicó a través de la encuesta y observación como técnica, dos instrumentos: la Escala de estilo de vida y cuestionario sobre factores biosocioculturales. Los resultados reportan lo siguiente el 63% de los adultos tienen un estilo de vida no saludable; con respecto a los factores biosocioculturales el 54,9% son adultos maduros (30 a 59 años de edad), el 51% son de sexo femenino, el 59% profesan la religión evangélica, el 53,1% tienen primaria completa/incompleta, el 68% son casados/convivientes, el 35% son obreros seguido de un 29% que son amas de casa y el 60% tiene un ingreso económico menor de 500 nuevos soles. Se concluye que los adultos tienen un estilo de vida no saludable, en factores biosocioculturales, un poco más de la mitad son de sexo femenino y adultos maduros, tienen grado de instrucción primaria completa/incompleto, más de la mitad son casados/convivientes, que profesan la religión evangélica, con ocupación obreros y amas de casa y con un ingreso menor de 500 nuevos soles.

**Palabras claves:** adulto, estilo de vida, factores biosocioculturales

## **ABSTRACT**

The general objective of this study is to determine the lifestyle and biosociocultural factors of the adults of the Casa Colorada human settlement in Santa, Chimbote. In its methodology, it was descriptive level, quantitative type, non-experimental design of a single box, with a sample population of 113 adults, to whom two instruments were applied through the survey and observation as a technique: the Style Scale of life and questionnaire on biosociocultural factors. The results report the following: 63% of adults have an unhealthy lifestyle; With respect to biosociocultural factors, 54.9% are mature adults (30 to 59 years of age), 51% are female, 59% profess the evangelical religion, 53.1% have completed/incomplete primary school, 68% are married/cohabiting, 35% are workers followed by 29% who are housewives and 60% have an income of less than 500 new soles. It is concluded that adults have an unhealthy lifestyle, in biosociocultural factors, a little more than half are female and mature adults, have a complete/incomplete primary education level, more than half are married/cohabiting, who They profess the evangelical religion, with occupations as workers and housewives and with an income of less than 500 nuevos soles.

**Keywords:** adult, lifestyle, biosociocultural factors

## **I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

A nivel mundial según la Organización Mundial de la Salud (OMS); indica que los estilos de vida en los adultos son inadecuados, debido a sus conductas inapropiadas como el consumo de las bebidas alcohólicas, el consumo de tabaco, las comidas rápidas que contienen mucha grasa y el estrés laboral en la que se encuentran. Por ello uno de los factores de riesgo la cual viene siendo la principal causa de mortalidad en todo el mundo; un dato estadístico de un 80 % de las muertes son por ataques cardíacos, y el 17% y un 6% se deben por los accidentes cerebro vasculares, debido a su conducta inadecuada que afecta a su salud (1).

En 2023, la OMS (2) reportó la muerte anual de 17 millones de adultos menores de setenta años debido a enfermedades no transmisibles (ENT). Además, el 86% de estas defunciones ocurren en países de ingresos medianos y/o bajos. Se ha identificado que más de 800,000 muertes anuales se atribuyen a la falta de actividad física, lo que representa una amenaza para el cumplimiento de la Agenda 2030, que busca reducir la mortalidad por ENT en la población adulta, esto a consecuencia de las prácticas de estilo de vida no saludable y ante esto la repercusión de los factores biosocioculturales.

En cuanto al estilo de vida, la OMS (3) recientes análisis han revelado que más del 30% de los adultos no cumplen con las recomendaciones de actividad física. Si esta tendencia se mantiene, se estima que la inactividad física podría afectar al 35% de la población adulta. En particular, los países asiáticos con altos ingresos presentan tasas alarmantemente elevadas de sedentarismo, alcanzando casi el 50%, mientras que en Oceanía la tasa es considerablemente menor, situándose en un 14%. Además, existen marcadas diferencias en los niveles de actividad física según la edad y el sexo. Las mujeres adultas son significativamente más propensas a la inactividad que los hombres, con tasas de inactividad del 35% frente al 29%, respectivamente. Esta disparidad de género es aún más pronunciada en algunos países, donde la diferencia en la inactividad física entre hombres y mujeres puede superar el 20%. Estas cifras son motivo de preocupación, ya que la falta de actividad física está vinculada a un aumento en el riesgo de enfermedades no transmisibles (ENT), como la diabetes tipo 2, enfermedades cardiovasculares y ciertos tipos de cáncer. Este creciente sedentarismo pone en peligro no solo la salud individual, sino también el bienestar de las sociedades, comprometiendo los esfuerzos globales para cumplir los objetivos de salud pública establecidos en la Agenda 2030.

En Asia, se estima que dos de cada cinco adultos tienen sobrepeso u obesidad. Los países con mayores tasas de obesidad en la región son Kuwait, Jordania y Arabia Saudita. Se proyecta que, para el 2030, aproximadamente mil millones de personas en todo el mundo vivirán con obesidad. Según la OMS, las enfermedades cardiovasculares representan la mayor parte de las muertes por enfermedades no transmisibles (ENT), con una tasa de alrededor de 17,9 millones de fallecimientos anuales. Este preocupante escenario es resultado de la adopción creciente de estilos de vida poco saludables a nivel global (4).

En América Latina y el Caribe, la salud de las personas adultas está siendo afectada y poniendo en peligro la vida de estos, debido a la falta de medidas preventivas que se debería poner en práctica; la cual se demuestra según datos estadísticos que el 59,1% de personas adultas no practican ninguna actividad física en al menos una vez al día, el 41,9% lleva una alimentación inadecuada y por último el 56% consumen bebidas alcohólicas, cigarrillos y comidas que contienen un mayor nivel calórico, debido a esto hay un incremento en las enfermedades no transmisibles (5).

En América, según la Organización Panamericana de la Salud (OPS) (6), se ha logrado un avance significativo en el fomento del envejecimiento saludable, con el 91% de los países del continente implementando políticas específicas para este fin. En Latinoamérica, el 13% de la población actual son personas mayores de 60 años, y se pronostica que para 2030 este grupo representará más del 16% del total de la población. Estos datos reflejan la creciente importancia de garantizar el bienestar de la población adulta en la región.

En Estados Unidos, para 2023, el 18.1% de la población mayor de 15 años era fumadora, lo que subraya la influencia de factores biosocioculturales en el estilo de vida. El consumo de tabaco, un hábito profundamente arraigado en ciertas comunidades y grupos socioeconómicos, sigue siendo un factor de riesgo significativo para enfermedades crónicas, a pesar de las campañas de salud pública dirigidas a su reducción. Por otro lado, la prevalencia del sobrepeso y la obesidad alcanzó el 67.9% entre las personas mayores de 15 años. Este alarmante porcentaje está vinculado a varios factores biosocioculturales, como el acceso limitado a alimentos saludables, la falta de educación nutricional adecuada, y la influencia de la cultura del consumo rápido. Además, las disparidades económicas y sociales contribuyen a la adopción de patrones de alimentación poco saludables y a niveles insuficientes de actividad física, lo que exacerba la tendencia hacia un estilo de vida sedentario (7).

En Ecuador en la localidad de Chimborazo, se observó un incremento en la cantidad de muertes anuales debido a 3 enfermedades cardíacas principalmente en adultos esto debido a que sus estilos de vida se caracterizan por ser de riesgo, donde el (25,8%) consume bebidas alcohólicas, además de la carencia de actividad física lo que ocasiona hipertensión 38,4% y obesidad 18,4% (8).

En Colombia, se registra un elevado número de fallecimientos anuales debido a enfermedades cardiovasculares, que afectan a 628 mil personas, lo que representa el 23,4% del total de muertes en el país. Esta problemática da a resaltar una notable disminución en los estilos de vida saludables, especialmente entre los adultos, lo que es motivo de preocupación, dado el impacto negativo en el bienestar general de esta población (9).

En México, se observa un claro impacto negativo de los estilos de vida no saludables en la población adulta. En 2021, el 62% de los adultos mayores reportó tener una salud de regular a mala. Las patologías más comunes en este grupo incluyen la artritis (10%) y la hipertensión arterial (43%), lo que subraya las consecuencias de factores como el sedentarismo, la alimentación inadecuada y el acceso limitado a servicios de salud (10).

Además, más del 23% de los adultos mayores no accede a ningún tipo de servicio de salud, lo que refleja desigualdades en la atención sanitaria, probablemente influidas por factores socioeconómicos y culturales. Aunque el 42% de la población adulta mayor realiza actividad física al menos tres días a la semana, las mujeres presentan un menor nivel de participación, con solo un 22% involucrado en actividades físicas regulares. Esto indica una brecha de género que podría estar vinculada a roles tradicionales de género y a la falta de programas específicos que fomenten el ejercicio entre las mujeres mayores (10).

En el Perú, según el Ministerio de Salud (MINSA) (11), el 30% de los casos de cáncer podrían prevenirse si las personas adoptaran un estilo de vida saludable. Esto subraya la importancia de promover y trabajar en estilos de vida que incluyan evitar el consumo de tabaco, mantener un peso adecuado, seguir una dieta equilibrada rica en frutas y verduras, y reducir el consumo de alimentos procesados y comida chatarra. Además, es fundamental combatir el sedentarismo y fomentar hábitos que promuevan la salud a largo plazo.

En el Perú, se ha evidenciado que la población adulta es vulnerable a enfermedades no transmisibles, durante el confinamiento del COVID-19, muchas personas adoptaron un estilo de vida poco saludable, con un 55,4% de los mayores de 18 años consumiendo alimentos procesados con frecuencia. Además, el 65% de la población peruana no realizaba

actividad física, lo que aumenta el riesgo de sufrir enfermedades como la diabetes mellitus tipo II, obesidad y sobrepeso (12).

Según MINSA (13), más del 60% de los adultos en Perú padecen de obesidad o sobrepeso, una cifra que ha aumentado durante y después de la pandemia de COVID-19. La mala alimentación ha sido uno de los principales factores que contribuyen a este problema, agravado por la falta de actividad física y el sedentarismo. Como resultado, se ha observado un incremento en los casos de enfermedades no transmisibles (ENT) en todo el país. En respuesta a esta situación, el MINSA destaca la importancia de la prevención y la detección temprana de estas patologías en la población adulta.

A nivel regional, la Dirección Regional de la Salud Ancash (DIRESA), indicó que las personas adultas deben mantener un estilo de vida saludable para poder reducir el incremento de enfermedades no transmisibles entre ellas se encuentran el sobrepeso, diabetes, obesidad, hipertensión y enfermedades coronarias, que son comunes en la región, con el único objetivo de concientizar la importancia de promover y fortalecer las acciones preventivas y el estilo vida saludable a todas las edades, asimismo menciona existen cinco provincias que cuentan con una alta estadística de casos de enfermedades en adultos mayores con hipertensión arterial con un cantidad de 6252(40%) de casos, en segundo lugar se encuentra Chacas-Asunción con un 302 (33%) de casos y seguidamente Casma con 814 (21%), en Huarney 14% y Huaraz con el 9% de casos de adultos con hipertensión arterial (14).

Actualmente en Ancash se han registrado 1932 casos de adultos mayores de 30 años con diabetes, según la Red de Salud Pacífico Sur, menciona que la ciudad de Nuevo Chimbote en la actualidad cuenta con 932 casos de enfermedades no transmisibles, a su vez Casma con 300 casos y Huarney 400 casos (15).

Los adultos maduros del Asentamiento Humano Casa Colorada, ubicado en el distrito de Santa, no son ajenos a los problemas de salud que afectan a la comunidad. Estos adultos son particularmente vulnerables a enfermedades no transmisibles, como la diabetes, hipertensión, obesidad entre otras. Durante mi vivencia en el lugar, he observado que la mayoría de ellos practican estilos de vida poco saludables, lo que perjudica su salud en múltiples aspectos. Es común que realizan poca actividad física, siguen una alimentación inadecuada que se refleja en altos índices de sobrepeso, no descansan lo suficiente y mantienen hábitos nocivos. Estos comportamientos están, en gran medida, relacionados con los factores biosocioculturales propios de los habitantes de este asentamiento.

Dentro de las causas que han originado el problema mencionado en los adultos, es primeramente el desconocimiento que esta población tiene sobre las conductas saludables y apropiadas que deben tener, siendo una parte de ella las malas costumbres arraigadas en su hogar. Por otro lado, también está la irresponsabilidad en su salud que tiene cada adulto, al no asistir a su puesto de salud o al no seguir las recomendaciones que se le brinda en el establecimiento.

Si estos problemas persisten en la comunidad, se producirá un aumento en la incidencia de enfermedades como el sobrepeso, la obesidad y las cardiopatías, lo que incrementará el número de pacientes en el centro de salud local. Además, esto contribuirá a la adopción de hábitos no saludables en las familias en general.

Es fundamental identificar si el estilo de vida de la población adulta es saludable y evaluar cómo los factores biosocioculturales influyen en su bienestar. Para abordar esta problemática, es crucial trabajar con los adultos y sus familias, fomentando prácticas de vida saludables. De esta manera, se podrán detectar y corregir aquellos hábitos inadecuados que ponen en riesgo la salud y aumentan la predisposición a enfermedades.

Ante lo expuesto se planteó el siguiente problema de investigación:

¿Cuál es el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote, 2024?

Para lograr responder al problema de investigación, se enunció el siguiente objetivo general:

Determinar el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote

Y los siguientes objetivos específicos:

- Identificar el estilo de vida de los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote
- Identificar los factores biosocioculturales (edad, sexo, estado civil, grado de instrucción, religión, ingresos económicos y ocupación) de los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote

La investigación es pertinente porque cumple con la línea de investigación denominada “Factores de riesgo y determinantes de la salud” perteneciente a la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, al estudiar el estilo de vida que es un determinante de la salud y los factores biosocioculturales tales como edad, sexo, religión, ocupación e ingreso económico que se constituyen como factores

de riesgo. Asimismo, es pertinente porque se ha podido evidenciar en la zona que actualmente los adultos están perdiendo años de vida saludable, por causas evitables como el estilo de vida.

Además, surge ante la necesidad de identificar el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del asentamiento humano, permitiendo así que el presidente y sus dirigentes puedan conocer los resultados obtenidos de esta investigación, para detectar la situación en la que vive su población a través de las variables aplicadas y de este modo poder identificar sus debilidades, fortalezas y a su vez a contribuir a oportunidades en la comunidad.

La investigación proporciona un beneficio social a los adultos. Al comprender mejor la situación de la población, las autoridades responsables podrán implementar medidas adecuadas para mejorar la salud de los residentes adultos, con el apoyo del Centro de Salud Santa, se podrá trabajar en la comunidad y aplicar las estrategias de prevención y promoción de la salud propuesta en la investigación.

Por último, contribuirá a futuras investigaciones que realicen estudiantes de la profesión de enfermería o de carreras afines, ya que brindara conocimiento científico, que va a ayudar a mejorar diversos trabajos de investigación.

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1 Antecedentes

#### Antecedentes Internacionales

**Fernández A, et al** (16) investiga: “Estilos de vida saludable en adultos del corregimiento la playa sector la playita implementando la teoría de Nola Pender, 2021, Colombia”. Objetivo: caracterizar los estilos de adultos del corregimiento la playa sector playita. Metodología: muestra de 117 adultos, estudio cuantitativo, descriptivo. Resultados: responsabilidad en salud un 47% nunca asiste a educación sobre el cuidado de salud, en actividad física el 55% nunca sigue un programa de ejercicios, en nutrición el 39% a veces come de 2 a 4 porciones de frutas todos los días, en crecimiento espiritual, el 56% rutinariamente es consciente de lo que es importante para su vida, en el soporte interpersonal el 39% rutinariamente mantiene relaciones significativas y enriquecedoras y el 50% nunca practica relajación o meditación por 15-20 minutos diariamente. Conclusión: se evidencia la necesidad de fortalecer con estrategias educativas la responsabilidad en salud, la actividad física y la nutrición para contribuir a un mejoramiento en los estilos de vida.

**Rodríguez P, et al** (17) investiga: “Valoración del estilo de vida saludable adquirido en adultos españoles de 22 a 72 años de edad, 2022” Objetivo: evaluar el nivel del estilo de vida saludable adquirido en adultos españoles de las ciudades españolas de Albacete y Murcia, y analizar las diferencias existentes en función del sexo y la edad. Metodología: la muestra fue de 788 sujetos entre los 22 y 72 años de edad por muestra aleatoria, estudio cuantitativo, descriptivo correlacional. Resultados: el 12% de los adultos encuestados tenía un estilo de vida saludable, el 53% tendente hacia la salud y el 35% nada o poco saludable. Conclusión: promover programas preventivos para la mejora de la salud en los hábitos de la población, sobre todo en el 35% que posee un nivel poco o nada saludable en su estilo de vida.

**Ruiz J, et al** (18) investiga: “Estilos de vida y nivel de riesgo para diabetes en adulto de Morelia, Michoacán, México, 2022”. Objetivo: Evaluar la relación del estilo de vida con el nivel de riesgo para diabetes del adulto. Metodología: fue de tipo cuantitativo con diseño no experimental, correlacional y transversal y muestra 151 adultos. Resultados: 8 en promedio la edad media fue 28,24 años, 66,1% fueron femeninos, 66,1% estudiantes con licenciatura, 86,8% a zonas urbanas, 65,7% tienen un estilo de vida poco saludable. Conclusión: más de la mitad tienen un estilo de vida no saludable y 4 de 10 elevados para diabetes. No hay relación estadísticamente significativa entre las dos variables.

## **Antecedentes Nacionales**

**Pérez, Y** (19) investiga: “Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto de Villa Viviate sector Conchal Paita Piura, 2022” Objetivo: determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto. Metodología: cuantitativo correlacional descriptivo, la muestra fue de 282 adultos. Resultados: el 63,48% de la población posee un estilo de vida no saludable, sexo femenino (63,48%), 20 10 y 35 años (69,86%), tienen secundaria (55,67%), profesan la religión católica (82,27%), son convivientes (34,04%), tienen ocupación de empleados (32,27%) y reciben un ingreso económico mayor a S/. 1100 (37,59%). Conclusión: no existe relación significativa a nivel estadístico, entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales.

**Tarazona, L** (20) investiga: “Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos, Centro Poblado de Paria – Independencia - Huaraz, 2021” Objetivo: determinar la relación entre estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Paria. Metodología: la muestra fue de 93 adultos, estudio cuantitativo, descriptivo correlacional. Resultados: el 75,3%% de adultos presenta estilo de vida no saludable, el 67,7% son mujeres, el 45,1% (42) comprenden la edad entre 30 y 59 años de edad, el 27,9 % de los adultos tienen primaria incompleta, el 80,6% profesan la religión católica, el 38,7 son casados, el 46,4% son amas de casa y el 35,4% tienen un ingreso económico de 100 a 500 nuevos soles. Conclusión: si existe relación entre el grado de instrucción con el estilo de vida.

**Bautista, O** (21) investiga: “Factores socioculturales y estilos de vida de los adultos del centro poblado Ñunya Jalca - Amazonas, 2022” Objetivo: determinar la relación entre los Factores socioculturales y estilos de vida de los adultos del centro poblado Ñunya Jalca. Metodología: la muestra fue de 194 adultos, estudio cuantitativo correlacional, no experimental. Resultados: el 67% de la población adulta presenta estilos de vida no saludables y sólo el 33 % estilos de vida saludables, más del 71.1 % de la población estudiada se relaciona al estado civil, la ocupación, los ingresos económicos y el grado de instrucción se encuentran estrechamente vinculados. Conclusión: existe una relación significativa ( $p = 0.018$ ) entre los factores socioculturales y los estilos de vida que llevan o practican constantemente los adultos.

## **Antecedentes Locales**

**García, J** (22) investiga: “Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos del Pueblo Joven Miramar bajo, sector III, Chimbote, 2024” Objetivo: determinar la relación

entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en adultos del Pueblo Joven Miramar bajo, Sector III. Metodología: la muestra fue de 285 adultos, estudio cuantitativo, descriptivo correlacional. Resultados: el 63,2% de la población adulta tiene un estilo de vida no saludable; en cuanto a los factores biosocioculturales el 66,7% son adultos maduros (30 a 59 años de edad), el 62,1% son de sexo femenino, el 76,8% profesa la religión católica, el 51,2% tiene secundaria completa, el 63,2% son convivientes, el 36,8% son empleados seguido de un 29,1% que son amas de casa y el 52,6% tiene ingreso económico mayor de 1025 soles. Conclusión: no existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales.

**Casahuaman, S** (23) investiga: “Factores biosocioculturales y estilos de vida del adulto en la urbanización alto Chimbote I\_Chimbote\_Santa, 2023” Objetivo: determinar la relación entre factores biosocioculturales y estilos de vida del adulto en la urbanización alto Chimbote. Metodología: la muestra fue de 93 adultos, estudio cuantitativo, descriptivo correlacional. Resultados: el 66,3% llevan un estilo de vida no saludable, 33,7 llevan un estilo de vida saludable, el 96,6% tiene grado de instrucción superior completa/incompleta, el 70,8% es de religión católica, el 52,8% son del sexo femenino y son de 36 a 59 años, el 37,1% son convivientes y el 42,7% su ingreso económico de 1500 a más. Conclusión: no existe relación estadísticamente significativa entre los factores biosocioculturales y los estilos de vida.

**Alva, M** (24) investiga: “Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos del Pueblo Joven Pueblo Libre Distrito Chimbote - Santa, 2020”. Objetivo: determinar la relación entre el estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos. Metodología: la muestra fue de 80 adultos, estudio cuantitativo, descriptivo correlacional. Resultados: el 28,75% tiene un estilo de vida saludable y el 71,25 % estilo de vida no saludable, el 70% son de sexo femenino y el 55% son adultos maduros, el 68,75% tiene grado de instrucción superior y el 78,75% son de religión católica, el 43,75% su estado civil es soltero, el 38,75% tiene ocupación empleados y el 37,5% tiene un ingreso económico menor de 400 nuevos soles. Conclusión: existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y el grado de instrucción, pero no existe relación con el sexo.

## **2.2 Bases teóricas**

La siguiente investigación se sustenta en el Modelo de Determinantes de la Salud de Marc Lalonde y en el Modelo de Promoción de la Salud de Nola J. Pender.

Marc Lalonde identifica cuatro determinantes clave de la salud: medio ambiente, biología humana, estilo de vida y atención sanitaria. En el presente estudio, se enfoca en tres

de estos determinantes: biológicos, el estilo de vida y el entorno sociocultural de los adultos (25,26).

**Figura 01**  
**Modelo de Determinantes de la Salud**



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

### **Biología Humana**

Marc Lalonde pone énfasis en la biología humana, la cual abarca tanto los aspectos físicos como mentales que constituyen la corporalidad del ser humano. Esto incluye la herencia genética, el proceso de maduración y envejecimiento, así como las características de los distintos sistemas del cuerpo. Su enfoque busca identificar las diferencias relacionadas con el sexo, ya sea masculino o femenino, y cómo la edad influye en la salud y el bienestar a lo largo de las distintas etapas de la vida (25, 26).

### **Estilo de vida**

Según Lalonde en Sobreviela C, et al (25,26) el estilo de vida es el conjunto de decisiones que un individuo toma con respecto a su salud, donde ejerce un alto grado de control al ir adaptando sus propios hábitos. Entre las costumbres que pueden afectar negativamente a la salud se encuentran una alimentación inadecuada, el sedentarismo y el

consumo de sustancias nocivas. Estos comportamientos también pueden ser influenciados por el grupo social y el entorno, y son determinantes clave en el proceso salud-enfermedad.

Lalonde destaca que los hábitos y costumbres se adquieren desde la niñez, y si no se corrigen a lo largo del tiempo, pueden convertirse en estilos de vida insalubres. Estos hábitos no corregidos aumentan el riesgo de enfermedades, convirtiendo al individuo en un posible paciente crónico, ya que un estilo de vida poco saludable tiende a desencadenar complicaciones graves para la salud. Aunque las conductas de riesgo siempre están presentes, es responsabilidad de cada individuo cuidar su salud y reconocer aquellos hábitos que son dañinos que a largo plazo pueden traer serias consecuencias (25,26).

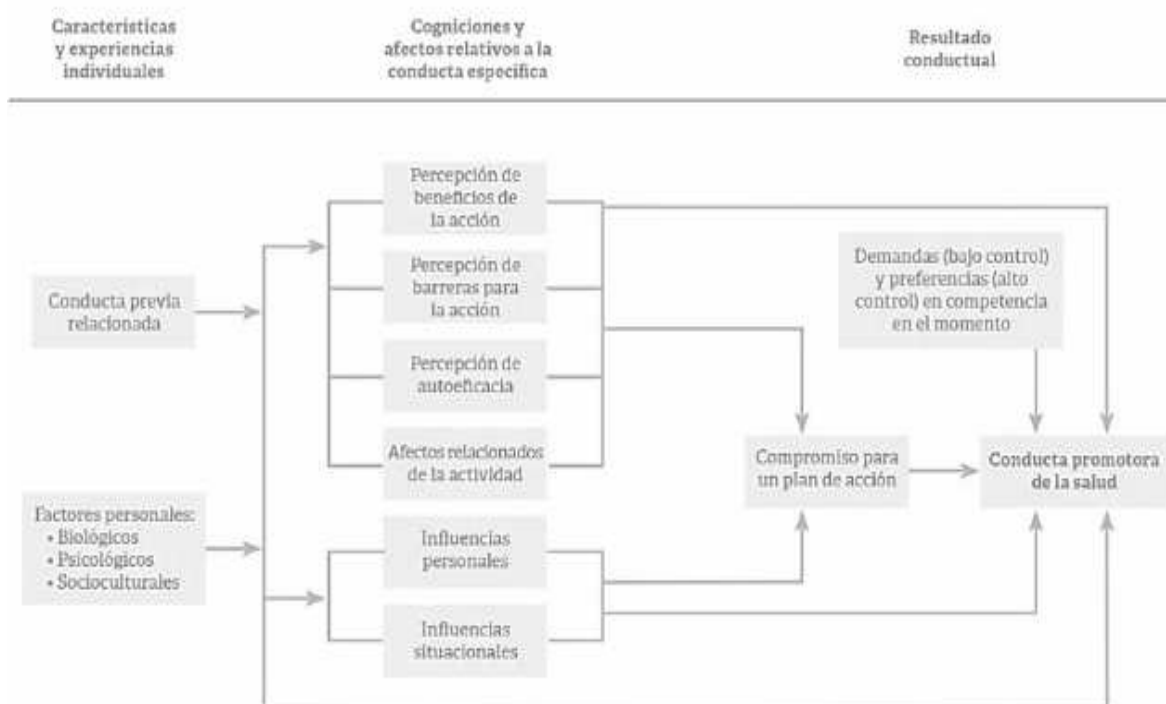
### **Entorno sociocultural**

Lalonde agrupa en este determinante todos los factores externos al individuo, sobre los cuales tienen un control limitado, pero que influyen de manera significativa en su salud. Estos factores incluyen el entorno físico y social. Permitirá identificar la ocupación, los ingresos económicos, la religión y el nivel de instrucción de los adultos, reconociendo que, en un país multicultural como Perú, estas variables pueden variar considerablemente y, en consecuencia, ejercer diferentes influencias sobre la salud de los adultos. Sin embargo, aún hay quienes perciben ingresos muy por debajo de esta cifra. Es importante destacar que, al ser un país multicultural, existen grupos de adultos con diversas culturas, creencias y religiones. Además, los niveles de educación varían entre los individuos, influenciados por el entorno en el que crecen, viven y se desarrollan (25, 26).

Nola Pender sustenta que las personas tienen características y experiencias individuales, a las que denominó Factores personales, dentro de ellos, menciona a los factores biológicos, los sociales y los culturales (27).

En el modelo de Pender, se destacan las características y experiencias individuales que influyen en la adopción de conductas promotoras de salud. Este enfoque subraya que las percepciones y cogniciones de cada persona son determinantes clave de su conducta en salud. El conocimiento y la afectividad se presentan como el eje central del modelo. En conjunto, estos factores explican cómo se configura el comportamiento de una persona en cuanto a la promoción de la salud (27,28).

**Figura 2**  
**Esquema del Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender**



**Fuente: Modelo de Promoción de la Salud de Pender 1996. En Cid PH, Merino J, Stjepovich J.**

El modelo de Pender permite entender mejor el comportamiento de las personas respecto a su salud y promueve la adopción de conductas saludables, una de ellas es el estilo de vida saludable, motivadas por el deseo de alcanzar el bienestar y maximizar su potencial. En este sentido, la promoción de la salud se considera un proceso social que impulsa transformaciones en las condiciones ambientales, económicas y sociales, contribuyendo de manera significativa a la mejora de la salud en general (27,28).

**Bases conceptuales:**

**Adulto**

En esta etapa de la vida, la persona experimenta un período de cambio marcado por el crecimiento y la madurez personal. Este proceso se caracteriza por enfrentar desafíos, así como por ofrecer oportunidades de desarrollo social, cognitivo y emocional. Si estos desafíos no se superan, pueden surgir sentimientos de angustia, frustración y desaprobación social, lo que puede afectar negativamente el bienestar personal (29).

Las edades propuestas por el MINSA (30) en el Modelo De Cuidado Integral de Salud por Curso de Vida para la Persona, Familia y Comunidad, la edad se divide en tres etapas; adulto joven de 18 a 29 años, adulto de 30 a 59 años y adulto mayor de 60 años a más.

**Estilo de vida**

La OMS (31), forma de vida que está relacionada directamente a las condiciones de vida, a los patrones individuales de conducta que son resultado de las características personales y los factores socioculturales, esto conlleva a la satisfacción que tendrá el individuo de sus propias necesidades para alcanzar la vida y el bienestar.

**Factores biosocioculturales**

Son las características o singularidades que influyen en la vida de las personas que abarcan diversos aspectos. En lo biológico, se consideran factores como el sexo y la edad. En el ámbito social, se incluyen el ingreso económico, el estado civil y la ocupación y en lo cultural, se toman en cuenta la religión y el nivel de educación. Estas fuerzas abarcan políticas y sistemas económicos, programas de desarrollo, normas sociales, políticas públicas y sistemas políticos. Todos estos factores influyen directamente en la salud y el bienestar de las personas. Comprender esta interacción es clave para analizar las conductas de salud (32).

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1 Tipo, nivel y diseño de investigación

**Tipo:** cuantitativo, este tipo de investigación engloba a procedimientos secuenciales, de orden riguroso, se caracteriza por la necesidad de medir magnitudes de los fenómenos o problemas de investigación. De corte transversal, permite conocer los casos de los sujetos en un momento y lugar determinado, no requiere de seguimiento (33).

**Nivel:** descriptivo, busca describir situaciones o fenómenos importantes de personas, grupos o comunidades para ser analizadas, es decir pretende recoger o medir información de manera independiente o conjunta sobre las variables (33).

**Diseño:** no experimental, en este estudio no se realiza la manipulación de variables, pues solo se observan los fenómenos en su contexto natural para que puedan ser analizados (33).

De una sola casilla, consiste en utilizar un solo grupo con el objetivo de encontrar la problemática que se desea investigar.

#### 3.2 Población

Se trabajo con toda la población, correspondiendo una población muestral inicial de 120 adultos y luego de aplicar los criterios de inclusión y exclusión junto con el consentimiento informado se obtuvo una población muestral final de 113 adultos del asentamiento humano Casa Colorada.

**Unidad de análisis:** cada adulto que formó parte de la población muestral

##### **Criterios de inclusión:**

- Adultos que viven más de dos años en el lugar de estudio
- Adultos que tuvieron la disposición de participar en la investigación
- Adultos que firmaron el consentimiento informado

##### **Criterios de exclusión:**

- Adultos con problemas de comunicación
- Adultos con trastornos psiquiátricos o discapacidad que les impidió responder a la encuesta
- Adultos que no se les encontró a en tres visitas para encuestar



para alcanzar la vida y el bienestar (31).					
Variable 2 Factores biosocioculturales Son circunstancias que influyen directamente en la salud y el bienestar de las personas, interactuando de manera compleja con aspectos biológicos, sociales y culturales (32).	La variable fue medida a través de un cuestionario a las personas adultas del asentamiento humano Casa Colorada (previamente validado) esto nos permitió conocer los diferentes factores biosocioculturales que ellos practican	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Factores Biológicos</li> <li>• Factores culturales</li> <li>• Factores sociales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Edad</li> <li>• Sexo</li> <li>• Grado de instrucción</li> <li>• Religión</li> </ul>	<p>Ordinal</p> <p>Nominal</p> <p>Nominal</p>	<p>Adulto joven (20 a 35 años)</p> <p>Adulto (36 a 59 años)</p> <p>Adulto mayor (60 a más años)</p> <p>Masculino</p> <p>Femenino</p> <p>Analfabeto</p> <p>Primaria completa e incompleta</p> <p>Secundaria completa e incompleta</p> <p>Superior completa e incompleta</p>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estado civil</li> </ul>	Nominal	Católico Evangélico Testigo de Jehová Otros
			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ocupación</li> </ul>	Nominal	Soltero Casado (a)/conviviente Separado (a)/divorciado Viudo (a)
			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ingreso económico</li> </ul>	Nominal	Obrero Empleado Agricultor Ama de casa Estudiante Otros
				De intervalo	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:** Se utilizó la técnica de la encuesta y la observación para el recojo de datos a través de la aplicación de los instrumentos.

#### **3.4.2 Instrumento de recolección de datos**

En la presente investigación se utilizó dos instrumentos:

##### **Instrumento 1:**

Escala de estilo de vida, este instrumento fue elaborado en base a escala de Estilo de Vida Promotor de Salud Elaborado por Walker E, Sechrist K y Pender N, modificado por Delgado R, Reyna E. y Díaz R, para poder medir el estilo de vida a través de sus dimensiones como: alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud. (Anexo 2)

Estará constituido por 25 ítems distribuidos de la siguiente manera:

- Alimentación: 1, 2, 3, 4, 5, 6
- Actividad y Ejercicio: 7,8
- Manejo del Estrés: 9, 10, 11, 12
- Apoyo Interpersonal: 13, 14, 15, 16
- Autorrealización: 17, 18, 19
- Responsabilidad en Salud: 20, 21, 22, 23, 24, 25

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 2:**

Cuestionario sobre los factores biosocioculturales elaborado por Delgado R, Reyna, E y Díaz, R modificado por Reyna, E y adaptado por Gorrutti, C. (Anexo 2)

Constituido por 7 ítems, distribuido de la siguiente manera:

- Edad
- Sexo
- Religión

- Grado de instrucción
- Estado civil
- Ocupación
- Ingreso económico

### **Control de calidad de los datos**

Los instrumentos fueron evaluados en su validez y confiabilidad anteriormente.

#### **Validez**

Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R aseguraron la validez externa del instrumento de la escala de estilo de vida mediante el juicio de expertos presentando el instrumento a 4 expertos en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindaron mayor calidad y especificidad a los instrumentos. La validez interna se realizó ítem por ítem total a través de la prueba piloto a una muestra similar a la población que se piensa estudiar. Se aplicó la fórmula R de Pearson en cada uno de los ítems; obteniéndose: Si  $r > 0.20$  que indica el instrumento es válido. El instrumento de Cuestionario de Factores biosocioculturales no se le realizó validez por la naturaleza de sus indicadores que son precisos en sus datos. (Anexo 3)

#### **Confiabilidad**

Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R midieron y garantizan la confiabilidad de la Escala de estilo de vida mediante la prueba de Alfa de Crombach y el método de división en mitades teniendo como resultado 0.794 lo cual indica que es confiable. El instrumento de Cuestionario de Factores biosocioculturales no se le realizó confiabilidad por la naturaleza de sus indicadores que son precisos en sus datos. (Anexo 3)

### **3.5 Método de análisis de datos**

#### **3.5.1 Procedimiento de recolección de datos**

- Se coordinó con el encargado del asentamiento humano las facilidades y la posibilidad para ejecutar la investigación en el adulto.
- Se entregó la carta de recolección de datos a la autoridad, para ejecutar la encuesta
- Se informó y se solicitó el consentimiento a las personas adultas, haciendo hincapié que los datos recolectados y resultados obtenidos mediante su participación serán estrictamente confidenciales.
- Se coordinó con los adultos, su disponibilidad y el tiempo para la fecha de la aplicación de los dos instrumentos.
- Se aplicaron los instrumentos a cada persona adulta.

- Se realizó la lectura del contenido o instrucciones de la escala y del cuestionario para llevar a cabo las respectivas entrevistas.
- Los dos instrumentos fueron aplicados en un tiempo no mayor de 15 minutos, las respuestas serán marcadas de manera personal y directa.

### 3.5.2 Procesamiento y análisis de los datos

Los datos obtenidos fueron procesados en el programa de office Microsoft Excel, para luego presentarlos en tablas simples con sus respectivas figuras.

### 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 cultural 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 tuvieron el derecho de estar informados acerca de los propósitos y la finalidad de la investigación en la cual fueron partícipes 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 causarán 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**

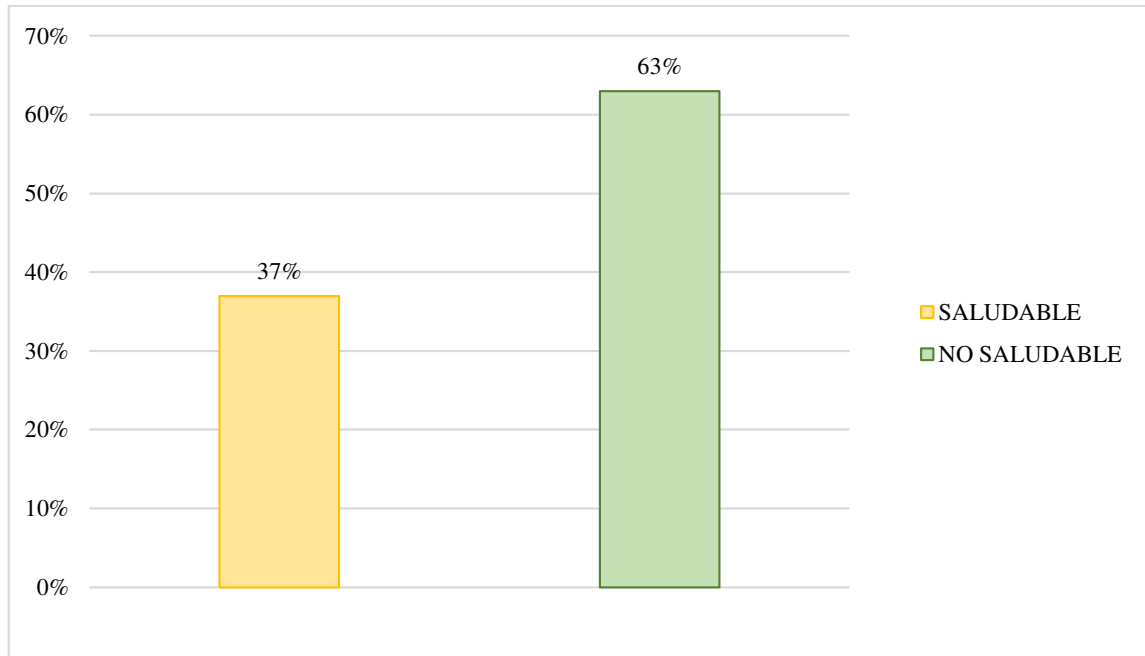
**Estilo de vida de los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote**

Estilo de vida	N	%
Saludable	42	37%
No saludable	71	63%
<b>Total</b>	<b>113</b>	<b>100</b>

**FUENTE:** Escala de estilo de vida adaptado por Delgado R, Reyna E y Díaz R. Aplicado a los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote, setiembre, 2024

**Figura 03**

**Estilo de vida de los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote**



**FUENTE:** Escala de estilo de vida adaptado por Delgado R, Reyna E y Díaz R. Aplicado a los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote, setiembre, 2024

**Tabla 02**

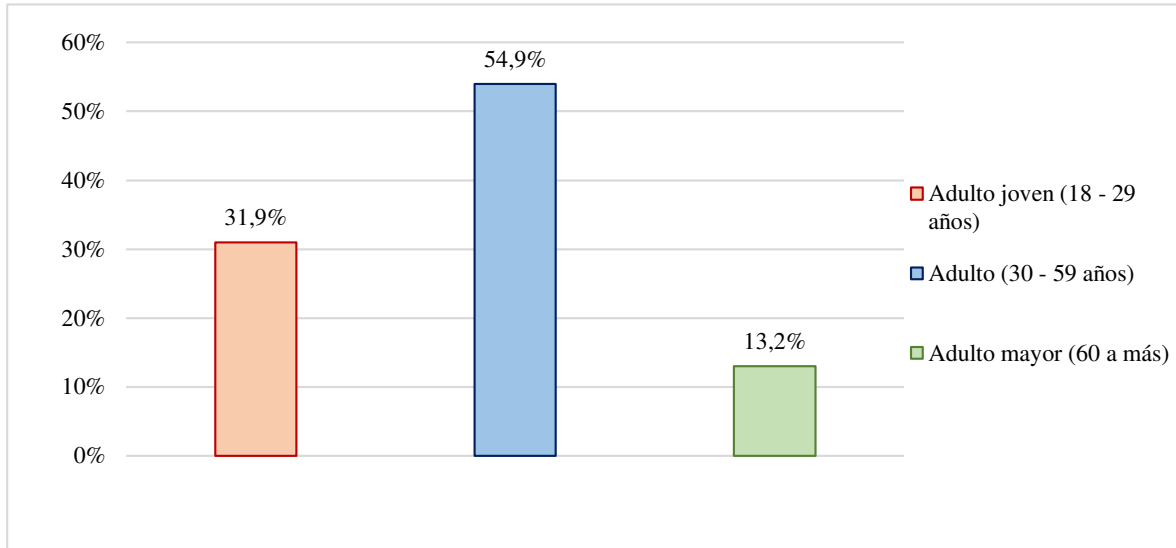
**Factores biosocioculturales de los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote**

<b>FACTORES BIOSOCIOCULTURALES</b>		
<b>Edad</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Adulto joven (18 a 29 años)	36	31, 9
Adulto (30 a 59 años)	62	54, 9
Adulto mayor (60 a más)	15	13, 2
<b>Total</b>	113	100
<b>Sexo</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Masculino	55	49
Femenino	58	51
<b>Total</b>	113	100
<b>Religión</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Católico	31	27
Evangélico	67	59
Testigo de Jehová	1	1
Otros	14	12
<b>Total</b>	113	100
<b>Grado de Instrucción</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Analfabeto	4	3, 5
Primaria completa/Primaria incompleta	60	53, 1
Secundaria completa/Secundaria incompleta	33	29, 2
Superior completa/Superior incompleta	16	14, 2
<b>Total</b>	113	100
<b>Estado civil</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Soltero(a)	28	25
Casado(a)/Conviviente	77	68
Separado(a)/Divorciado(a)	6	5
Viudo	2	2
<b>Total</b>	113	100
<b>Ocupación</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Obrero(a)	40	35
Empleado(a)	7	6
Agricultor	10	9
Ama de casa	33	29
Estudiante	12	11
Otros	11	10
<b>Total</b>	113	100
<b>Ingreso Económico</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Menor de 500 nuevos soles	68	60
De 500 a 1025 nuevos soles	32	28
Mayor de 1025 nuevos soles	13	12
<b>Total</b>	113	100

**FUENTE:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Delgado R, Reyna E y Díaz R. Adaptado por Gorriti, C. Aplicado a los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote, setiembre, 2024

**Figura 04**

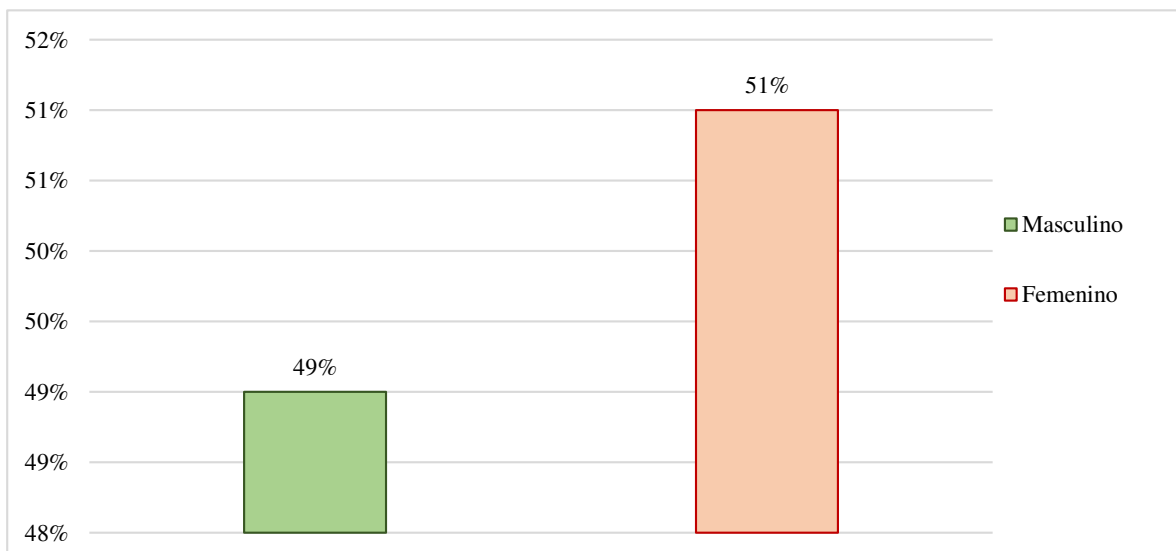
**Edad de los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote**



**FUENTE:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Delgado R, Reyna E y Díaz R. Adaptado por Gorriti, C. Aplicado a los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote, setiembre, 2024

**Figura 05**

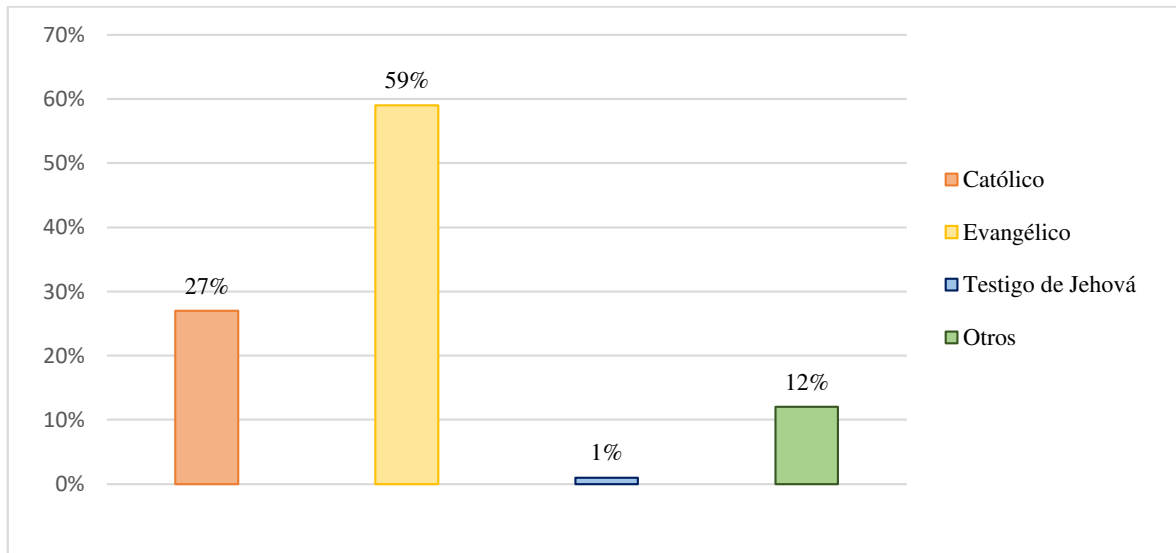
**Sexo de los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote**



**FUENTE:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Delgado R, Reyna E y Díaz R. Adaptado por Gorriti, C. Aplicado a los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote, setiembre, 2024

**Figura 06**

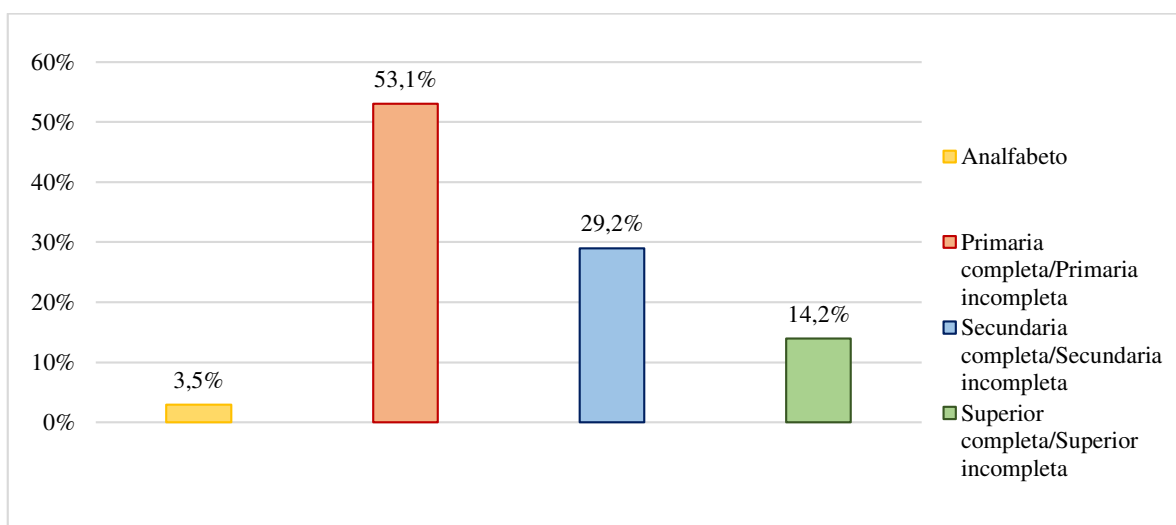
**Religión de los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote**



**FUENTE:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Delgado R, Reyna E y Díaz R. Adaptado por Gorriti, C. Aplicado a los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote, setiembre, 2024

**Figura 07**

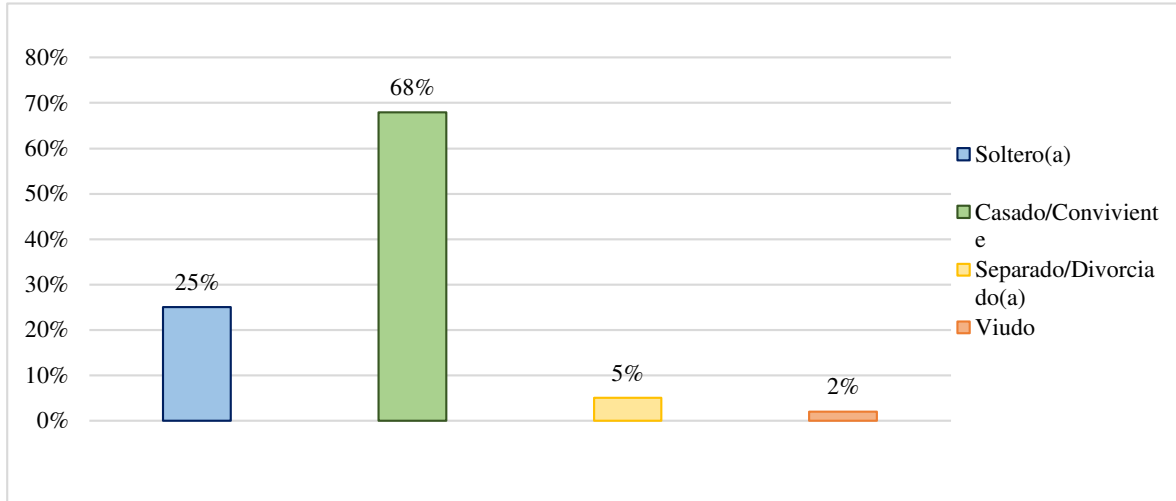
**Grado de instrucción de los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote**



**FUENTE:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Delgado R, Reyna E y Díaz R. Adaptado por Gorriti, C. Aplicado a los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote, setiembre, 2024

**Figura 08**

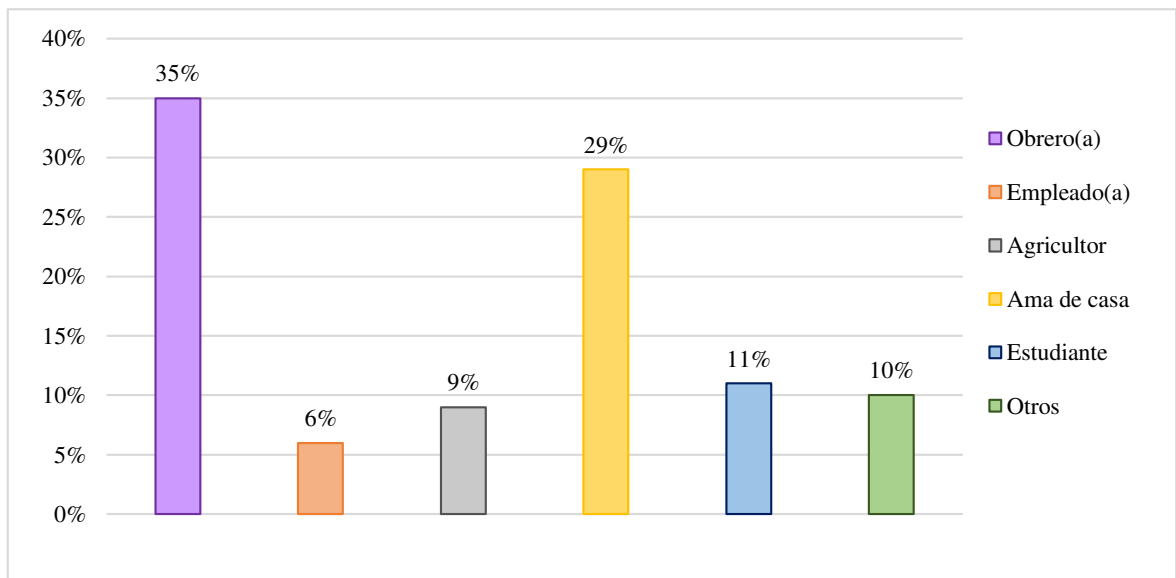
**Estado Civil de los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote**



**FUENTE:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Delgado R, Reyna E y Díaz R. Adaptado por Gorriti, C. Aplicado a los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote, setiembre, 2024

**Figura 09**

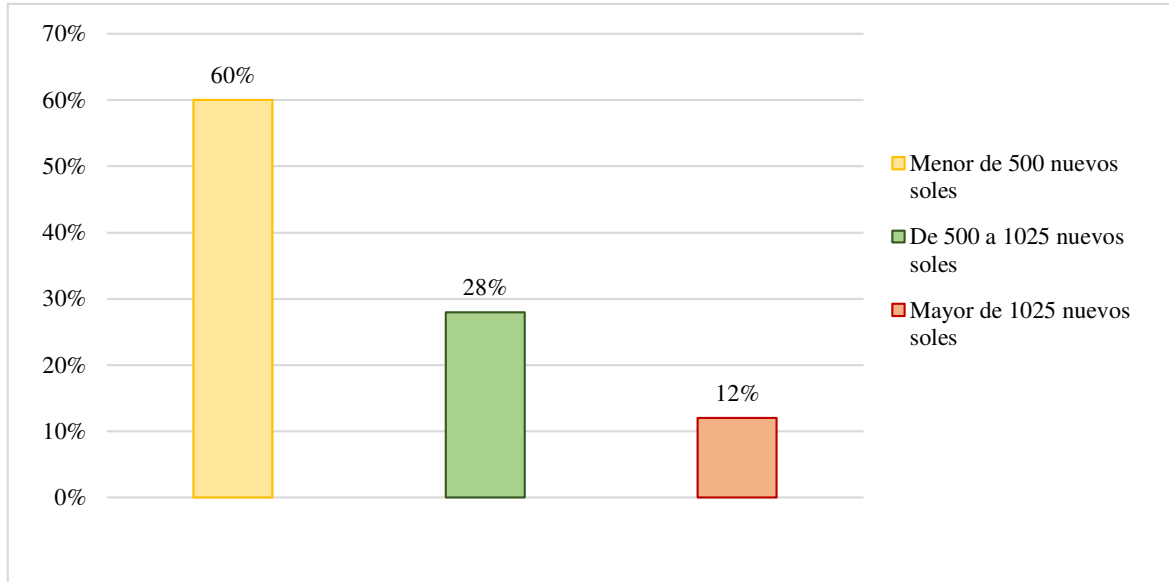
**Ocupación de los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote**



**FUENTE:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Delgado R, Reyna E y Díaz R. Adaptado por Gorriti, C. Aplicado a los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote, setiembre, 2024

**Figura 10**

**Ingreso económico de los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote**



**FUENTE:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Delgado R, Reyna E y Díaz R. Adaptado por Gorriti, C. Aplicado a los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote, setiembre, 2024

## V. DISCUSIÓN

La **Tabla 01** reporta que la población adulta que formaron parte de la investigación, en cuanto al estilo de vida, el 63% tienen un estilo de vida no saludable. Esto se debe a la inadecuada alimentación, ya que predomina la ingesta de grasas y carbohidratos, la práctica de vida sedentaria, inactividad física, no manejan el estrés eficazmente, no se sienten autorrealizados y con un deficiente en la responsabilidad en salud.

Se han encontrado resultados similares al presente estudio tales como el de García, J (22) quien reporta que el 63,2% de la población adulta estudiada tiene un estilo de vida no saludable y Casahuaman, S (23) quien encontró que el 66,3% de los adultos estudiados llevan un estilo de vida no saludable.

Sin embargo, Ramos J, (35) enuncia en resultados que difieren a los obtenidos en esta investigación, donde el 78,1% la población tiene un estilo de vida saludable.

La OMS (36) define el estilo de vida como la forma en que una persona se relaciona con su entorno y las condiciones que lo rodean. Este concepto abarca varios aspectos, como los hábitos alimentarios, la higiene personal, el uso del tiempo libre, las relaciones sociales y la actividad sexual. Además, está estrechamente vinculado con el comportamiento y la motivación del individuo en diferentes situaciones, influyendo en su bienestar físico y mental. Cada uno de estos elementos es fundamental para mantener el equilibrio entre el cuerpo y la mente.

Según Lalonde en Sobreviela C, et al (27) el estilo de vida es el conjunto de decisiones que un individuo toma con respecto a su salud, donde ejerce un alto grado de control al ir adaptando sus propios hábitos. Entre las costumbres que pueden afectar negativamente a la salud se encuentran una alimentación inadecuada, el sedentarismo y el consumo de sustancias nocivas. Estos comportamientos también pueden ser influenciados por el grupo social y el entorno, y son determinantes clave en el proceso salud-enfermedad.

Un estilo de vida no saludable es causa de diversas enfermedades, entre las que destacan la obesidad y el estrés. Este estilo incluye hábitos como el consumo de drogas y alcohol, el sedentarismo, y la exposición a contaminantes, entre otros. Además, una alimentación inadecuada puede llevar a que el cuerpo no reciba suficientes nutrientes o a un exceso de calorías, proteínas o vitaminas, lo que afecta especialmente a personas de mayor edad (25).

Según la OMS (37) los adultos deben consumir aproximadamente 2,000 calorías diarias para mantener una salud óptima. Para lograr esto, es esencial reducir el consumo de

calorías vacías, especialmente aquellas ricas en azúcares, y aumentar la ingesta de frutas, verduras y hortalizas. Además, se recomienda limitar el consumo de grasas y evitar el exceso de sal en las comidas. Una dieta equilibrada es crucial para protegernos tanto de la desnutrición como de enfermedades no transmisibles, como la diabetes, enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares y ciertos tipos de cáncer. Sin embargo, el creciente consumo de alimentos procesados, la urbanización y los cambios en los estilos de vida han alterado significativamente los hábitos alimentarios. Actualmente, muchas personas ingieren más grasas, alimentos altos en calorías, sal y azúcares añadidos, lo que ha disminuido la ingesta adecuada de fibra proveniente de frutas y verduras, afectando la salud general.

Por lo tanto, los adultos del asentamiento humano Casa Colorada, tiene una alimentación inadecuada porque no consumen la cantidad requerida de agua al día, además no incluyen entre sus comidas el consumo de frutas rara vez lo hacen, consumen arroz, papas, frituras en sus desayunos, almuerzo y en la cena, además el acceso a alimentos procesados perjudica su alimentación sin prestar atención a las etiquetas e ingredientes artificiales que lo componen y no toman conciencia que una alimentación saludable puede mejorar su vida. Este exceso nutricional puede contribuir al desarrollo de enfermedades no transmisibles, como la diabetes tipo 2, la hipertensión y las enfermedades cardiovasculares.

De acuerdo a la actividad física, es todo movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos. La OMS (38) la actividad física es crucial para el mantenimiento y la mejora de la salud, así como para la prevención de enfermedades en todos los grupos de personas. Esta actividad no solo contribuye a la prolongación de la vida, sino que también mejora su calidad al ofrecer beneficios a nivel fisiológico, psicológico y social. Los beneficios fisiológicos incluyen el fortalecimiento del sistema cardiovascular, el control del peso y la mejora de la función muscular y ósea. En el ámbito psicológico, la actividad física puede reducir el estrés, la ansiedad y la depresión, promoviendo un estado de bienestar emocional. Socialmente, participar en actividades físicas puede fomentar la interacción social y el sentido de pertenencia a una comunidad. Por lo tanto, incorporar la actividad física en la rutina diaria es esencial para promover un estilo de vida saludable y prevenir una variedad de enfermedades.

Del mismo modo, los adultos del asentamiento humano Casa Colorada no practican actividad física, aunque realizan actividades cotidianas que implican movimiento, como tareas del hogar o compras en el mercado. Sin embargo, estas actividades no son suficientes para garantizar un adecuado desarrollo musculoesquelético, lo que provoca pérdida de

fuerza, resistencia, aumento de peso y problemas relacionados con la obesidad. Esto aumenta el riesgo de padecer enfermedades crónicas. Muchos adultos creen que el ejercicio requiere una inversión económica, por lo que no consideran la posibilidad de ejercitarse en casa sin necesidad de pagar por un gimnasio o centro especializado. Además, no valoran la importancia de actividades simples y accesibles como salir a correr o trotar. Las redes sociales como TikTok, Facebook, y el tiempo frente a la televisión contribuyen al sedentarismo, lo que agrava aún más la situación.

En cuanto a la dimensión del manejo del estrés se refiere a la preocupación o tensión que surge ante situaciones difíciles en la vida de una persona. Según la OMS (39), todas las personas experimentan algún grado de estrés, ya que es una respuesta natural a ciertos estímulos. Sin embargo, lo que realmente marca la diferencia en su impacto sobre la salud, tanto física como mental, es cómo cada persona reacciona y gestiona ese estrés.

Los adultos del asentamiento humano Casa Colorada reconocen las situaciones que les generan tensión y preocupación, pero no las comparten con los demás, lo que provoca que, con el tiempo, el estrés se intensifique al enfrentarse solos a sus problemas. Muchos no buscan ayuda ni apoyo de familiares o amigos cercanos, ni consideran alternativas de solución, lo que afecta su salud emocional. Esta situación también impacta a sus seres queridos, quienes no saben cómo reaccionar ante estos problemas de tensión. Por ello, es fundamental contar con una adecuada intervención profesional para abordar estos desafíos.

Según la OMS (40) el ser humano es inherentemente un ser social que necesita la comunicación para desarrollar sus habilidades y satisfacer sus necesidades. Las relaciones interpersonales no solo requieren habilidades de escucha y comprensión, sino que también exigen empatía, elementos fundamentales para establecer conexiones saludables. Estas interacciones positivas son cruciales para fortalecer el bienestar general. Además, un ambiente laboral motivador y armonioso crea un espacio donde las personas se sienten seguras y capacitadas para desempeñar sus tareas de manera efectiva.

En la dimensión del apoyo interpersonal se pudo evidenciar que los adultos tienen buenas relaciones sociales con su entorno, reciben apoyo de los demás, participan de actividades, suelen ser solidarios y apoyarse entre vecinos, actualmente todos los moradores de este asentamiento humano están inscritos en el programa de vaso de leche donde cada semana diferentes comisiones se encargan de preparar los desayunos para las familias, los adultos en especial las mujeres manifiestan que suelen salir en las tardes a sentarse afuera de

sus casas a conversar entre vecinos algunas situaciones que atraviesan para recibir algún consejo, opinión y apoyo.

Desde el punto de vista de Abraham Maslow en González, A (41) una persona autorrealizada es aquella que logra maximizar su potencial para alcanzar metas significativas en su vida, dotando a sus acciones de un propósito y dirección claros. La autorrealización implica no solo la capacidad de utilizar las propias habilidades al máximo, sino también la motivación para encontrar y definir una identidad personal. Este proceso está estrechamente vinculado con la salud mental, ya que una actitud positiva, seguridad en uno mismo y la capacidad de integrarse en el entorno social son esenciales para el crecimiento y desarrollo personal. La autorrealización, por tanto, contribuye al bienestar mental al fomentar la satisfacción personal y la estabilidad emocional.

Los adultos de Casa Colorada que manifestaron haber alcanzado su autorrealización respondieron a la encuesta de manera muy asertiva, mostrando una elevada autoestima y confianza en sí mismos. Participan activamente en actividades que fomentan su desarrollo personal, toman decisiones de manera autónoma y reflejan satisfacción con lo que han logrado a lo largo de sus vidas.

De tal modo, la responsabilidad en salud se refiere a la capacidad de cada persona para tomar decisiones informadas sobre el cuidado de su bienestar físico y mental, con el objetivo de reducir el riesgo de enfermedades y mejorar la calidad de vida. Esta responsabilidad implica dos acciones fundamentales: la elección y la toma de decisiones conscientes, que permiten adoptar un estilo de vida saludable. Además, el concepto de responsabilidad en salud incluye la capacidad de modificar comportamientos y hábitos perjudiciales, así como la participación en actividades que promuevan el bienestar, como la práctica regular de ejercicio, una alimentación balanceada, y la gestión adecuada del estrés (42).

En su mayoría, los adultos de esa comunidad indican que no se someten a exámenes médicos de rutina y no suelen acudir al centro de salud cuando se sienten enfermos. En cambio, prefieren auto medicarse y, en algunos casos, manifiestan que primero optan por tratamientos de medicina natural. Solo en situaciones graves deciden acudir al centro de salud.

A partir de lo expuesto, se puede observar que estos adultos no siguen una alimentación adecuada, no practican actividad física, tienen dificultades para manejar el estrés y no están satisfechos con sus logros actuales. Además, muestran una falta de

responsabilidad en el cuidado de su salud. Este patrón de comportamiento aumenta el riesgo de desarrollar enfermedades no transmisibles como hipertensión arterial, diabetes mellitus, sobrepeso, obesidad y cáncer, tanto a corto como a largo plazo, lo que puede elevar la tasa de mortalidad por causas prevenibles.

Sin embargo, se tiene una gran limitación para realizar un estilo de vida saludable, pues las costumbres arraigadas, escaso conocimiento e insuficiente educación sobre los hábitos saludables, son unas de las limitantes preocupantes en los adultos de Casa Colorada.

La **Tabla 02** reporta los factores biosocioculturales de los adultos estudiados, donde un 54,9% son adultos (30-59 años), seguido del 31,9% que son adultos jóvenes (18-29 años). El 51% son de sexo femenino, el 59% profesan la religión evangélica, el 53,1% tienen primaria completa/primaria incompleta, el 68% tienen un estado civil casado/conviviente, el 35% son obreros, seguido de un 29% de amas de casa, el 60% tiene un ingreso económico menor de 500 nuevos soles.

Se han encontrado resultados similares al del presente estudio tales como Yajahuanca, A (43) quien reporta que, de la población adulta estudiada, el 64% son de sexo femenino, Tarazona, L (19) también encontró que el 45,1% son adultos y comprenden la edad entre 30 a 59 años, el 35,4% tiene un ingreso económico de 100 a 500 nuevos soles. Otros estudios que guardan similitud con los resultados del estudio son García, J (22) el 66,7% son adultos maduros, el 62,1% son de sexo femenino, el 63,2% son convivientes, Casahuaman, S (23) el 52,8% son del sexo femenino y son de 36 a 59 años. Sin embargo, los resultados se asemejan al presente estudio de Sosa F, (44) que el 68% de los adultos tienen primaria incompleta, el 55% profesan la religión evangélicos.

Por otro lado, difieren los resultados obtenidos de la investigación por Anizeto Z, (45) muestra sus resultados el 59,1% son de sexo masculino, el 67,8% profesan de religión católica. Casahuaman, S (23) encontró resultados diferentes al presente estudio, quien reporta que, de la población adulta estudiada, el 96,6% tiene grado de instrucción superior completa/incompleta y el 42,7% su ingreso económico de 1500 a más. Además, Maldonado, S (46) también reporta que el 55,9% de adultos en estudio fueron de sexo masculino.

El MINSA (31) se precisa que la adultez es una etapa de grandes transformaciones físicas y emocionales en el organismo. Generalmente, los hombres tienen mayor masa muscular que las mujeres, lo que les otorga mayor fuerza física. La adultez se divide en tres etapas: adulto joven, adulto maduro y adulto mayor. Los adultos maduros, por lo general, han alcanzado una fase de realización personal, caracterizada por tener una familia, empleo,

vivienda y una profesión establecida. Aunque en esta etapa pueden presentarse algunas enfermedades, suelen ser menos graves en comparación con las que afectan a los adultos mayores.

Según Perez, N (30) los adultos experimentan cambios significativos en su desarrollo cognitivo, emocional, social, laboral y físico. A medida que envejecen, estos cambios físicos se vuelven más notorios y pueden aumentar el riesgo de problemas de salud. Por esta razón, es esencial adoptar y mantener hábitos saludables a lo largo de la vida, ya que estos no solo promueven el bienestar físico, sino que también contribuyen al equilibrio social y mental, lo que resulta clave para mejorar la calidad de vida en la adultez y prevenir enfermedades.

Los adultos del asentamiento humano Casa Colorada están experimentando los cambios asociados con el desarrollo cognitivo, emocional, social y físico, lo que los expone a diversos riesgos. En el ámbito emocional, es común que enfrenten ansiedad y depresión; socialmente, pueden estar expuestos a conductas de riesgo, pandillaje y desempleo; y físicamente, enfrentan problemas como el sobrepeso, la obesidad y otras enfermedades no transmisibles que impactan su salud. A medida que los adultos avanzan en su desarrollo y se acercan a la vejez, la prevalencia de enfermedades aumenta considerablemente en comparación con los adultos jóvenes. El envejecimiento conlleva un deterioro progresivo de las funciones físicas y cognitivas, lo que incrementa la susceptibilidad a múltiples patologías, incluidas las enfermedades crónicas. Esto subraya la importancia de promover medidas preventivas y estilos de vida saludables a lo largo de toda la vida para mitigar estos riesgos en la vejez.

Asimismo, se encontró que un poco más de la mitad de la población es de sexo femenino, lo que evidencia su mayor prevalencia a nivel mundial. Las mujeres han logrado un amplio desarrollo en áreas como el trabajo, la salud y la educación, así como en cuestiones de género. Lo que indica que ellas no solo se encargan de las actividades del hogar y del cuidado de los hijos, sino que también participan activamente en actividades fuera del hogar para contribuir al sustento familiar. Sin embargo, todavía persisten la opresión y la desigualdad de género en diversas culturas alrededor del mundo (47).

La OMS (48) el sexo se refiere a las características biológicas que determinan si una persona es hombre o mujer. Aunque estas características suelen clasificar a las personas en estas dos categorías, no son excluyentes, ya que hay quienes presentan ambas. Este proceso no solo implica la interacción entre los gametos masculino y femenino, sino también un complejo equilibrio hormonal y fisiológico que asegura el desarrollo adecuado de la

descendencia. Es fundamental destacar que el sexo es una variable que influye no solo en la reproducción, sino también en la salud, el desarrollo físico y en cómo las personas experimentan diversos aspectos de la vida, desde lo biológico hasta lo social.

De igual manera, las mujeres del asentamiento humano Casa Colorada se encuentran empoderadas tanto en sus hogares como en sus trabajos. Además, están más dispuestas a aceptar cambios en temas de salud, ya que son más conscientes del impacto que el estilo de vida tiene en su familia. Al ser las principales cuidadoras de la salud de sus hijos, participan activamente en actividades relacionadas con la salud y muestran mayor interés en estos temas que los hombres, lo que refleja su compromiso con el bienestar familiar.

La religión se define como un conjunto de creencias y prácticas espirituales que giran en torno a la fe en Dios, el respeto reverencial hacia su figura y la observancia de normas morales siguiendo el mandato de amar al prójimo (49).

El movimiento evangélico se caracteriza por su enfoque en la difusión de la fe cristiana, su labor principal es anunciar el evangelio, que constituye el núcleo del mensaje cristiano y se centra en la salvación a través de Jesucristo. Compartir esta trascendental noticia con quienes la necesitan es esencial, lo que convierte la evangelización en una prioridad urgente para el pueblo de Dios. Este compromiso no solo busca transformar vidas, sino también fomentar una comunidad de fe que refleje los principios del amor y la esperanza (50).

Más de la mitad de los adultos del asentamiento humano Casa Colorada profesan la religión evangélica, son bautizados en su misma iglesia, también tratan de compartir la palabra de Dios con sus hijos, familiares y amigos con el fin de cumplir la misión del señor. Posiblemente debido a la tradición de sus familiares que los inculcaron desde pequeños, al mismo tiempo porque cuentan con una iglesia cerca de sus domicilios facilitándoles el acceso al mundo de la religión evangélica y sus costumbres.

El grado de instrucción se refiere al período en el que las personas adquieren conocimientos en un campo específico. Esta formación es esencial tanto para la integración social como para cumplir con los requisitos necesarios para acceder al mercado laboral (51).

Saavedra J. et al (52) resalta que el grado de aprendizaje refleja la capacidad del individuo para adquirir conocimientos de manera integral en un contexto social. Este proceso facilita el desarrollo tanto personal como colectivo, permitiendo una mejora continua en el nivel educativo, abarcando los sistemas de educación primaria, secundaria y superior.

En cuanto al nivel de instrucción, un poco más de la mitad de los adultos encuestados tienen primaria completa/incompleta. Señalan que, debido a los diversos factores, refirieron algunas personas que no les gusta el estudio, como la falta de recursos económicos, disfunción familiar, embarazos tempranos y responsabilidades inapropiadas para su edad, les impidieron continuar sus estudios. Hoy en día, reconocen las consecuencias de esta situación, ya que tienen dificultades para encontrar trabajos estables o que les ofrecen ingresos suficientes para cubrir sus necesidades.

El estado civil se define como un atributo esencial de la personalidad, que conlleva responsabilidades compartidas entre dos personas. No solo influye en el bienestar emocional de la pareja, sino que también está estrechamente relacionado con derechos constitucionales que protegen a cada individuo. Independientemente del estado civil, las personas están sujetas a derechos y obligaciones legales y contractuales (53).

Los adultos del asentamiento humano Casa Colorada consideran que el matrimonio y la convivencia son esenciales para mantener un hogar armonioso, tranquilo con sus hijos, favoreciendo una convivencia sana entre todos los miembros de la familia. Además, señalan que practicar una religión predominante en sus hogares facilita el respeto hacia la familia y las parejas con quienes conviven. También destacan que la compañía de su pareja es clave para superar dificultades en la vida, ya que ven en ella su principal fuente de apoyo en momentos críticos. Por ello, fueron los más dispuestos a brindar sus respuestas, especialmente en temas relacionados con la convivencia.

Por otro lado, la ocupación es fundamental en la vida de cada persona, ya que es el medio que permite cubrir necesidades básicas como alimentación, vestimenta y salud. Además, en el caso de adultos que conviven, el empleo suele ser el principal sustento de la familia. Asimismo, el trabajo es un espacio donde se pone a prueba la capacidad de cada individuo para desarrollarse y prosperar dentro de su entorno social (54).

La ocupación es una faceta esencial del ser humano, ya que le permite responder a las demandas sociales de su comunidad y encontrar un sentido de pertenencia. A través de sus actividades, la persona no solo se distingue y se expresa, sino que también revela su identidad como agente activo en su entorno. La ocupación se convierte en una forma de dar significado a la existencia, contribuyendo a la construcción y creación de su identidad personal, cultural y social (55).

Los adultos del asentamiento humano Casa Colorada, son obreros, cuentan con un ingreso fijo mensual que les permite sostener a sus hogares. Además, el predominio del sexo

femenino en la comunidad y su participación en el empleo refleja el empoderamiento creciente de las mujeres en el ámbito laboral, lo que les permite también contribuir económicamente al sustento de sus familias. Por otro lado, un porcentaje significativo se dedica a ser amas de casa, lo que resalta la importancia de esta labor, ya que es fundamental para el hogar y tan exigente como cualquier otra ocupación.

El ingreso económico de los adultos no siempre se relaciona directamente con su estilo de vida. Sin embargo, las personas con menores ingresos suelen enfrentar mayores obstáculos para acceder a servicios de salud, actividades recreativas y alimentos nutritivos. Además, el nivel de ingresos influye de manera significativa en el acceso a la educación sobre salud, lo que impacta su capacidad para tomar decisiones informadas sobre su bienestar. Los ingresos son un factor clave para mejorar la calidad de vida de los individuos, ya que un ingreso inferior resulta insuficiente para cubrir la canasta básica familiar. Asimismo, un mayor nivel de instrucción asegura el desarrollo integral de la persona, capacitándola para el trabajo, fomentando su participación activa en la sociedad y promoviendo la responsabilidad en el cuidado de su salud (56).

En cuanto al ingreso económico de los adultos del estudio, se obtuvo más de la mitad tienen un ingreso de menor de 500 nuevos soles, esto se debe a que los adultos son obreros recibiendo como remuneración el sueldo mínimo, mientras que otros tiene un trabajo informal o se dedican al trabajo del campo, donde genera un ingreso menor de 500 nuevos soles mensualmente ellos refieren que estos ingresos muchas veces son insuficientes para solventar sus necesidades básicas, por lo que se dedican a realizar otras actividades que les genere ingresos para poder cubrir todos los gastos mensuales que tienen como hogar, teniendo en cuenta que últimamente el gasto de la canasta familiar está en aumento al igual que el precio de los servicios básicos

Esto se debe a que muchos adultos, además de su ingreso monetario, cultivan productos en sus propias parcelas, destinados principalmente al consumo familiar. Sin embargo, este factor por sí solo no define si su estilo de vida es saludable tiene como limitaciones que la movilización de un lugar a otro, la integración de nuevos familiares lo cual hace que los factores biosocioculturales no sean definidos y estos cambios afecten así mismo al estilo de vida y a la salud.

## **VI. CONCLUSIONES**

1. Más de la mitad de los adultos del asentamiento humano Casa Colorada, tienen un estilo de vida no saludable, debido a que no tiene una buena alimentación rica en carbohidratos y grasas; con una ingesta inadecuada de agua y no realizan actividad física en su día a día; no manejan el estrés, no tiene un apoyo interpersonal y no se sienten autorrealizados y responsabilidad inadecuada debido a que se auto medican.
2. En relación a los factores biosocioculturales, un poco más de la mitad son de sexo femenino y adultos maduros, tienen grado de instrucción primaria completa/incompleto, por otra parte, más de la mitad son casados/convivientes, que profesan la religión evangélica, con ocupación obreros y amas de casa y con un ingreso menor de 500 nuevos soles.

## **VII. RECOMENDACIONES**

- Se recomienda al personal del centro de salud de la jurisdicción analizar los resultados de la presente investigación para luego implementar estrategias de mejoramiento del estilo de vida.
- A las autoridades de la comunidad se recomienda gestionar convenios con instituciones que trabajen en favor de la mujer.
- A los estudiantes de enfermería de diferentes universidades se recomienda realizar investigaciones que identifiquen factores que se relacionen con el estilo de vida.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Castillo E, et al. Estilo de vida activo según nuevas directrices de la OMS: ¿una influencia sobre la aptitud física, composición corporal y calidad de vida en mujeres mayores? [Internet], 2022; Ciencias de la actividad física (Talca), 23(especial).[Citado el 12 de agosto del 2024]- Disponible en : [https://dx.doi.org/10.29035/rcaf.23.especial\\_ihmn.2](https://dx.doi.org/10.29035/rcaf.23.especial_ihmn.2)
2. Organización Mundial de la Salud. Enfermedades no transmisibles [Internet]. Who.int. 2023 [citado el 12 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
3. Organización Mundial de la Salud. Cerca de 1800 millones de adultos corren riesgo de enfermar por falta de actividad física [Internet]. Who.int. 2024 [citado el 12 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/26-06-2024-nearly-1.8-billion-adults-at-risk-of-disease-from-not-doing-enough-physical-activity>
4. Bharath UP. La obesidad en Asia. [Internet]. 2023 [citado el 13 de agosto del 2024]. Disponible en: <https://www.genre.com/us/knowledge/publications/2023/may/ri23-1-sp>
5. Organización de las Naciones Unidas. La alta prevalencia de enfermedades no transmisibles en el Caribe está exacerbando el impacto de la pandemia y dificultando el avance de la subregión hacia el desarrollo sostenible [Internet]. Comisión Económica para América Latina y el Caribe; 2021 [citado el 13 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://www.cepal.org/es/comunicados/la-alta-prevalencia-enfermedades-transmisibles-caribe-esta-exacerbando-impacto-la>
6. Organización Panamericana de la Salud. Países de las Américas reportan avances en el envejecimiento saludable [Internet]. Paho.org. 2024 [citado el 12 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/2-4-2024-paises-americas-reportan-avances-envejecimiento-saludable>
7. Organización Panamericana de la Salud. Salud en las Américas. [Internet]. 2022 [citado el 12 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://hia.paho.org/es/paises-2022/perfil-estados-unidos>
8. Valdés E, et al. Control del sobrepeso y la obesidad en adultos de Chimborazo, Ecuador. Rev Cuba Med Gen Integr [Internet]. 2022 [consultado el 12 de agosto].

- Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21252022000300009](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252022000300009)
9. Bautista N. Mortalidad por riesgo cardiovascular en personas de 30 a 70 años se redujo en Colombia [Internet]. Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia. 2021 [citado el 12 de agosto 2023]. Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Mortalidad-por-riesgo-cardiovascular-en-personas-de-30-a-70-a%C3%B1os-se-redujo-en-Colombia.aspx>
  10. Instituto Nacional de Estadística y Geografía. Encuesta Nacional sobre salud y envejecimiento en México [Internet]. Org.mx. 2023 [citado el 12 de agosto de 2024]. Disponible en: [https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2023/ENASEM/ENASEM\\_21.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2023/ENASEM/ENASEM_21.pdf)
  11. Ministerio de Salud. El 30% de casos de cáncer se puede prevenir adoptando conductas saludables. [Internet] 2020. [Consultado el 13 de agosto del 2024]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/307480-el30-de-los-casos-de-cancer-se-puede-prevenir-adoptando-conductas-yestilos-de-vida-saludable>
  12. Ministerio de Salud. MINSA: 55.4% de personas tuvo más apetito durante la cuarentena. [Internet].; 2021 [citado el 13 de agosto del 2024]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/483609-minsa-55-4-de-personas-tuvo-mas-apetito-durante-la-cuarentena>
  13. Ministerio de Salud. MINSA: 15 millones de personas tienen sobrepeso y obesidad [Internet]. Gob.pe. 2022 [citado el 14 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/634511-minsa-15-millones-de-personas-tienen-sobrepeso-y-obesidad>
  14. Ancash Noticias. Ancash: Cifras de hipertensión y diabetes alertan a la población. [Internet].; 2023 [citado el 13 de agosto del 2024]. Disponible en: <https://ancashnoticias.com/2023/02/17/en-crecimiento-casos-de-hipertension-y-diabetes-en-la-region/>
  15. Exitosa Noticias. Ancash: Reportan incremento de casos de diabetes en adultos. [Internet].; 2022 [citado el 13 de agosto del 2024]. Disponible en: <https://www.exitosanoticias.pe/exitosa-peru/ancash-reportan-incremento-casos-diabetes-adultos-n87606>

16. Fernández A, et al. Estilos de vida saludable en adultos del Corregimiento La Playa sector la Playita 2021 implementando la teoría de Nola Pender. [Internet].; 2022 [citado el 14 de agosto del 2024]. Disponible en: <https://bonga.unisimon.edu.co/server/api/core/bitstreams/ad0638c3-30a8-4ba5-aed0-58c394eb60c8/content>
17. Rodríguez P, et al. Valoración del estilo de vida saludable adquirido en adultos españoles de 22 a 72 años de edad. [Internet].; 2022 [citado el 14 de agosto del 2024]. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/361956021\\_Valoracion\\_del\\_estilo\\_de\\_vida\\_saludable\\_adquirido\\_en\\_adultos\\_espanoles\\_de\\_22\\_a\\_72\\_anos\\_de\\_edad](https://www.researchgate.net/publication/361956021_Valoracion_del_estilo_de_vida_saludable_adquirido_en_adultos_espanoles_de_22_a_72_anos_de_edad)
18. Ruiz J, et al. Estilo de vida y nivel de riesgo para diabetes en adultos de Morelia, Michoacán, México. Revista Científica de Psicología Eureka [Internet]. 2022 [citado el 14 de agosto de 2024];19(M). Disponible en: <https://ojs.psicoeureka.com.py/index.php/eureka/article/view/279>
19. Perez Y. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto de Villa Vivate sector Conchal Paita Piura, 2022 [Internet].; 2022 [citado el 14 de agosto del 2024]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/30138/ESTILO\\_VIDA\\_PEREZ\\_GONZALES\\_YACKELINE.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/30138/ESTILO_VIDA_PEREZ_GONZALES_YACKELINE.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
20. Tarazona L. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos, Centro Poblado de Paria – Independencia - Huaraz, 2022. [Internet].; 2022 [citado el 14 de agosto del 2024]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/34810/ESTILOS\\_VIDA\\_TARAZONA\\_ZAMBRANO\\_LESLIE\\_KARINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/34810/ESTILOS_VIDA_TARAZONA_ZAMBRANO_LESLIE_KARINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
21. Bautista O. Factores socioculturales y estilos de vida de los adultos del Centro Poblado Ñunya Jalca - Amazonas, 2022. [Internet].; 2022 [citado el 14 de agosto del 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/11263/Bautista%20Palomino%20Osmar%20Cristian.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
22. García J. Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos del Pueblo Joven Miramar Bajo, sector III, Chimbote, 2024. [Internet].; 2024 [citado el 14 de agosto del 2024]. Disponible en:

- [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/37450/ESTILO DE VIDA FACTORES BIOSOCIOCULTURALES GARCIA AGUILAR JEN YFER NICOL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/37450/ESTILO_DE_VIDA_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_GARCIA_AGUILAR_JEN_YFER_NICOL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
23. Casahuaman S. Factores biosocioculturales y estilos de vida del adulto en la Urbanización Alto Chimbote I\_Chimbote\_Santa, 2023. [Internet]. 2023 [citado el 14 de agosto del 2024]. Disponible en:  
[https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32711/ESTILO VIDA CASAHUAMAN GONZALES SUSAN.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32711/ESTILO_VIDA_CASAHUAMAN_GONZALES_SUSAN.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
24. Alva M. Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos del Pueblo Joven Pueblo Libre Distrito Chimbote - Santa, 2020. [Internet].; 2023 [citado el 14 de agosto del 2024]. Disponible en:  
[https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32306/ESTILO\\_VIDA ALVA BAZAN MARIA.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32306/ESTILO_VIDA_ALVA_BAZAN_MARIA.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
25. Tulchinsky T. Marc Lalonde, the Health Field Concept and Health Promotion [Internet]. PMC 2018 [consultado el 15 de Agosto del 2024]. Disponible en:  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780128045718000287?via%3Dihub>
26. Sobreviela C, et al. Estilo de vida como determinante de salud. [Internet].; 2023 [citado el 15 de agosto del 2024]. Disponible en:  
<https://revistasanitariadeinvestigacion.com/estilo-de-vida-como-determinante-de-salud/>
27. Pender, N. et al. "Health Promotion in Nursing Practice" [internet]. 2015 [citado el 18 de octubre del 2024] disponible en:  
<https://www.pearsonhighered.com/assets/preface/0/1/3/4/0134754085.pdf>
28. Carpio D, et al. Teoría a de Nola Pender [internet]. Perú; 2019 [citado el 18 de octubre del 2024]. Disponible en:  
[https://www.academia.edu/24018132/Teoria\\_de\\_Nola\\_Pender](https://www.academia.edu/24018132/Teoria_de_Nola_Pender)
29. Pérez N. Psicología del desarrollo humano: del nacimiento a la vejez [En Línea]. San Vicente, Alicante: ECU, 2012 [citado el 22 de septiembre del 2024]. Disponible en:  
<https://elibro.net/es/lc/uladech/titulos/62378>

30. Ministerio de Salud. Documento Técnico: Modelo de Cuidado Integral de Salud por Curso de Vida Para la Persona, Familia y Comunidad (MCI). [Internet].; 2020 [citado el 16 de agosto del 2024]. Disponible en:  
<https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/12/1050369/mci.pdf>
31. Cerón C. La Organización Mundial de la Salud OMS- define los estilos de vida saludables. [Internet].; 2020 [citado el 16 de agosto del 2024]. Disponible en:  
<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-677540?src=similardocs>
32. Organización Panamericana de la Salud. Determinantes sociales de la salud. [Internet]. 2020 [citado el 23 de octubre del 2024]. Disponible en:  
<https://www.paho.org/es/temas/determinantes-sociales-salud>
33. Sampieri H. Metodología de la investigación. 6ta edición. México: Mc Graw Hill Education; [Internet]. 2014 [citado el 17 de agosto del 2024]. Disponible en:  
[https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.esup.edu.pe%2Fwp-content%2Fuploads%2F2020%2F12%2F2.%2520Hernandez%2C%2520Fernandez%2520y%2520Baptista-Metodolog%25C3%25ADa%2520Investigacion%2520Cientifica%25206ta%2520ed.pdf&psig=AOvVaw2JjAMaK7uD9ijxK2N\\_ihPY&ust=1711118345148000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CAgQr5oMahcKEwjAqvSKy4WFAxUAAAAAHQAAAAAQBA](https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.esup.edu.pe%2Fwp-content%2Fuploads%2F2020%2F12%2F2.%2520Hernandez%2C%2520Fernandez%2520y%2520Baptista-Metodolog%25C3%25ADa%2520Investigacion%2520Cientifica%25206ta%2520ed.pdf&psig=AOvVaw2JjAMaK7uD9ijxK2N_ihPY&ust=1711118345148000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CAgQr5oMahcKEwjAqvSKy4WFAxUAAAAAHQAAAAAQBA)
34. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Reglamento de integridad científica en la investigación Versión 001. [Internet]. ULADECH Católica 2024 [citado el 19 de agosto del 2024]. Disponible en: <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. Ramos J. Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven la Unión Sector 24 \_Chimbote, 2019 [Tesis de Grado]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote: Perú; 2020 [Consultado el 17 de septiembre del 2024]. Disponible en:

- [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19292/ADULTO\\_FACTORES\\_RAMOS\\_ECHEVARRIA\\_JEANETTE\\_ISABEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19292/ADULTO_FACTORES_RAMOS_ECHEVARRIA_JEANETTE_ISABEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
36. Organización Mundial de la Salud. Alimentación saludable [Internet]. Paho.org. 2024 [citado el 19 de octubre del 2024]. Disponible en: <https://www.paho.org/cs/temas/alimentacion-saludable>
  37. Organización Mundial de la Salud. Alimentación sana [Internet].; 2018 [citado el 17 de septiembre del 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
  38. Organización Mundial de la Salud. Actividad física [Internet]. Quién.int. 2022 [consultado el 17 de septiembre del 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
  39. Organización Mundial de la Salud. Estrés. [Internet]. 2023 [consultado el 15 de setiembre del 2024]. Disponible en: [https://www.who.int/es/news-room/questionsandanswers/item/stress?gad\\_source=1&gclid=Cj0KCQjwo8S3BhDeARIsAFRmkOO6F8KX3cVysGUnNQ0fN2wDW2LC1bVjwXghYY\\_VTnV5tGqP1m7J6GgaAsMeEALw\\_wcB](https://www.who.int/es/news-room/questionsandanswers/item/stress?gad_source=1&gclid=Cj0KCQjwo8S3BhDeARIsAFRmkOO6F8KX3cVysGUnNQ0fN2wDW2LC1bVjwXghYY_VTnV5tGqP1m7J6GgaAsMeEALw_wcB)
  40. Organización Mundial de la Salud. La OMS pone en marcha una comisión para fomentar la conexión social. [Internet]. 2023 [citado el 18 de octubre del 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/15-11-2023-who-launches-commission-to-foster-social-connection>
  41. González A. Relevancia de los Ejercicios espirituales ignacianos como herramienta para el desarrollo humano desde la teoría maslowiana de la autorrealización [Internet]. Scielo. 2024 [citado el 18 de septiembre del 2024]; 18(35). Disponible en: [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1870-879X2024000100110&lng=pt&nrm=iso&tlng=es](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-879X2024000100110&lng=pt&nrm=iso&tlng=es)
  42. Gonzales I, et al. Responsabilidad personal con la salud. [Internet]. Cuba: La Habana; 2020 [Consultado el 18 de septiembre del 2024]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2221-24342020000300280](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2221-24342020000300280)
  43. Yajahuanca A. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto en el Caserío Cabeza\_Huancabamba\_Piura, 2022. [Internet].; 2022 [citado el 18 de septiembre del 2024]. Disponible en:

- [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/29755/ESTILO\\_VIDA\\_YAJAHUANCA\\_GONZALES\\_ANGILLY.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/29755/ESTILO_VIDA_YAJAHUANCA_GONZALES_ANGILLY.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
44. Sosa A. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto en el centro poblado el Papayo \_ Tambogrande Piura, 2022 [Internet]. [citado el 18 de septiembre del 2024]. Disponible en:  
[https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/30200/ESTILO\\_VIDA\\_SOSA\\_YAMUNAQUE\\_FELICITA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/30200/ESTILO_VIDA_SOSA_YAMUNAQUE_FELICITA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
45. Anizeto Z. Estilos de vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Distrito de Caraz – Áncash, 2020. [internet] 2020 [Consultado el 18 de septiembre del 2024]. Disponible en:  
[https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19047/ESTILOS\\_FACTORES\\_ANICETO\\_TOLENTINO\\_ZENON\\_ANTONIO.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19047/ESTILOS_FACTORES_ANICETO_TOLENTINO_ZENON_ANTONIO.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
46. Maldonado S. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Llupa-Independencia-Huaraz, 2023. [Internet].; 2023 [citado el 22 de setiembre del 2024]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/35827/ESTILO\\_VIDA\\_MALDONADO\\_MILLA\\_SONIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/35827/ESTILO_VIDA_MALDONADO_MILLA_SONIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
47. García V, et al. Factores que impulsan e inhiben el empoderamiento femenino: una revisión de literatura [Internet]. 2022 [consultado el 22 de setiembre del 2024]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/729/72967100003/html/>
48. Organización Mundial de la Salud. La salud sexual y su relación con la salud reproductiva: un enfoque operativo [Internet]. Who.int. 2021 [citado el 7 de octubre de 2024]. Disponible en: <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/274656/9789243512884-spa.pdf>
49. Sarrazin J. Definición del concepto de “religión” en el marco de las relaciones de poder. [Internet]. 2021 [Consultado el 23 de septiembre del 2024]. Disponible en: <https://revistas.udea.edu.co/index.php/estudiospoliticos/article/view/342916https://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/03062016-programa-nivel-secundaria-ebr.pdf>
50. Claros M. El evangelismo más que una tarea; es parte de nuestra identidad [Internet]. Comibam Internacional. 2023 [citado el 23 de octubre del 2024]. Disponible en: <https://comibam.org/es/el-evangelismo-mas-que-una-tarea-es-parte-de-nuestra-identidad/>

51. Ministerio de Educación. Educación básica regular [Internet]. 2023 [consultado el 23 de setiembre del 2024]. Disponible en:  
<https://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/03062016-programa-nivel-secundaria-ebr.pdf>
52. Saavedra, J et al. Relevancia, adquisición y desarrollo de la competencia global en la educación superior [Internet] 2024 [Consultado el 23 de setiembre del 2024]. Disponible en:  
[https://www.researchgate.net/profile/Judith-Munoz-Saavedra/publication/378679178\\_Relevancia\\_adquisicion\\_y\\_desarrollo\\_de\\_la\\_competencia\\_global\\_en\\_la\\_educacion\\_superior/links/65e35d4eadc608480af62ffd/Relevancia-adquisicion-y-desarrollo-de-la-competencia-global-en-la-educacion-superior.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Judith-Munoz-Saavedra/publication/378679178_Relevancia_adquisicion_y_desarrollo_de_la_competencia_global_en_la_educacion_superior/links/65e35d4eadc608480af62ffd/Relevancia-adquisicion-y-desarrollo-de-la-competencia-global-en-la-educacion-superior.pdf)
53. Calva Y, Prado E. Derechos emergentes del Matrimonio y de la Unión de Hecho: Análisis Jurídico Comparativo [Internet]. 2022 [Consultado el 24 de setiembre del 2024]. Disponible en:  
[https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S200778902021000800071](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S200778902021000800071)
54. Bernal J, et al. Análisis de los principales indicadores del mercado laboral y las ramas de ocupación en el Ecuador [Internet]. 2023 [Consultado el 24 de setiembre del 2024]. Disponible en:  
<https://www.ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/3151/4813>
55. Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo. ¿Cuáles fueron las ocupaciones con mayor demanda durante el 2021? [Internet]. Gob.pe. [citado el 24 de setiembre de 2024]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/mtpe/noticias/576491-cuales-fueron-las-ocupaciones-con-mayor-demanda-durante-el-2021>
56. Organización Mundial de la Salud. Economía y salud para todos. [Internet]. 2024 [Consultado el 24 de setiembre del 2024]. Disponible en:  
[https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf\\_files/EB154/B154\\_26-sp.pdf](https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/EB154/B154_26-sp.pdf)

## ANEXOS

### Anexo 01. Matriz de Consistencia

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	VARIABLES	METODOLOGÍA
¿Cuál es el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote, 2024?	<p><b>Objetivo General:</b> Determinar el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote</p> <p><b>Objetivos Específicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar el estilo de vida de los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote</li> <li>- Identificar los factores biosocioculturales (edad, sexo, estado civil, grado de instrucción, religión, ingresos económicos y ocupación) de los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote</li> </ul>	<p><b>Estilo de vida</b></p> <p>Operacionalización: Saludable No saludable</p> <p><b>Factores biosocioculturales</b></p> <p>Operacionalización:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Sexo</li> <li>● Edad</li> <li>● Estado civil</li> <li>● Ingreso económico</li> <li>● Ocupación</li> <li>● Religión</li> <li>● Grado de instrucción</li> </ul>	<p><b>Tipo:</b> Cuantitativa de corte transversal</p> <p><b>Nivel:</b> Descriptiva</p> <p><b>Diseño:</b> No experimental, de una sola casilla</p> <p><b>Población muestral inicial:</b> 120 adultos</p> <p><b>Población muestral final:</b> 113 adultos</p> <p><b>Técnica:</b> Se utilizó la técnica de la encuesta y la observación.</p> <p><b>Instrumento:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Escala de estilo de vida</li> <li>● Cuestionario de factores biosocioculturales</li> </ul>

ANEXO 2



INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN

INSTRUMENTO N 1

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA  
ESCALA DE ESTILO DE VIDA



AUTOR: Walker, Sechrist, Pender

Modificado por: Díaz E.; Reyna, E; Delgado, R (2008)

N°	Ítems	CRITERIOS			
	<b>ALIMENTACIÓN</b>				
1	Come Ud. tres veces al día: desayuno, almuerzo y comida.	N	V	F	S
2	Todos los días, Ud. consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos.	N	V	F	S
3	Consume de 4 a 8 vasos de agua al día.	N	V	F	S
4	Incluye entre comidas el consumo de frutas.	N	V	F	S
5	Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales o químicos para conservar la comida.	N	V	F	S
6	Lee Ud. las etiquetas de las comidas empaquetadas, enlatadas o conservas para identificar los ingredientes.	N	V	F	S
	<b>ACTIVIDAD Y EJERCICIO</b>				
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
	<b>MANEJO DEL ESTRÉS</b>				
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
	<b>APOYO INTERPERSONAL</b>				

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
	<b>AUTORREALIZACIÓN</b>				
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
	<b>RESPONSABILIDAD EN SALUD</b>				
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 2

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



### CUESTIONARIO DE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES

AUTORAS: Delgado R, Reyna E y Díaz R. ADAPTADO POR: Gorritti, C.

**1. ¿Cuál es su edad?**

- a) 18-29 años      b) 30-59 años      c) 60 a más

**2. Marque su sexo**

Masculino ( )      Femenino ( )

**3. ¿Cuál es su religión?**

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

**4. ¿Cuál es su grado de instrucción?**

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

**5. ¿Cuál es su estado civil?**

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

**6. ¿Cuál es su ocupación?**

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

**7. ¿Cuál es su ingreso económico?**

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

### ANEXO 3

#### FICHA TÉCNICA DE LOS INSTRUMENTOS

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

VALIDÉZ 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:

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

	R-Pearson	
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 4**  
**FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO**

PROCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ENCUESTAS (CIENCIAS DE LA SALUD) 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: Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos de un asentamiento humano en Santa, Chimbote, 2024 y es dirigido por Gonzales Villanueva Yerita Judith, investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. El propósito de la investigación es: Determinar el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del asentamiento humano Casa Colorada en Santa, Chimbote. 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 [gonzalesvillanuevayerika@gmail.com](mailto:gonzalesvillanuevayerika@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/N° celular:

---

Firma del participante:

---

Firma del investigador (o encargado de recoger información):



## CARTA DE RECOJO DE INFORMACIÓN



Chimbote, 29 de agosto del 2024

**CARTA N° 0000001158- 2024-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA**

**Señor/a:**

**JUANA ROSA CAMPOS BANCES  
ASENTAMIENTO HUMANO CASA COLORADA**

**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 DE LOS ADULTOS DE UN ASENTAMIENTO HUMANO EN SANTA, CHIMBOTE, 2024, que involucra la recolección de información/datos en ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO, a cargo de YERITA JUDITH GONZALES VILLANUEVA, perteneciente a la Escuela Profesional de la Carrera Profesional de ENFERMERÍA, con DNI N° 75847942, 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.



Mgtr. Roxana Torres Guzmán  
COORD. DE GESTIÓN DE LA INVESTIGACIÓN (A)

Yo, Juana Rosa Campos Bances

29-08-2024

Sigue adelante felicidades.

## CARTA DE ACEPTACIÓN A LA INVESTIGACIÓN

“Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”

Chimbote, 31 de agosto del 2024

### **CARTA DE ACEPTACIÓN**

**Dr:**

**NILO VELASQUEZ CASTILLO  
COORDINADOR DE GESTION DE INVESTIGACIÓN**

**Presente.-**

A través del presente reciba el cordial saludo, que en atención a la carta de recojo de información Nro. CARTA N° 0000001158- 2024-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA, se autoriza a la egresada/bachiller YERITA JUDITH GONZALES VILLANUEVA, perteneciente a la Escuela Profesional de la Carrera Profesional de ENFERMERÍA, con DNI N° 75847942, a realizar la investigación, ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS ADULTOS DE UN ASENTAMIENTO HUMANO EN SANTA, CHIMBOTE, 2024 con los ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO en los meses de septiembre a noviembre de 2024 previa firma del consentimiento informado por cada uno de los participantes en la referida investigación.

Sin otro particular, quedo de usted.

Atentamente.

  
  
\_\_\_\_\_  
**JUANA ROSA CAMPOS BANCES**  
Teniente Gobernador  
DNI: 45664695