



**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 UNA  
URBANIZACIÓN EN NUEVO CHIMBOTE, 2024**

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

**AUTOR**

**RODRIGUEZ VILELA, GEORGE STEVEN  
ORCID:0000-0003-0241-6539**

**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° 0167-092-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS**

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **19:45** 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 UNA URBANIZACIÓN EN NUEVO CHIMBOTE, 2024**

**Presentada Por :**  
(0112191315) **RODRIGUEZ VILELA GEORGE STEVEN**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **18**, quedando expedito/a el/la Bachiller para optar el TÍTULO PROFESIONAL de **Licenciado en Enfermería**.

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

**VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA**  
Presidente

**GIRON LUCIANO SONIA AVELINA**  
Miembro

**ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO**  
Miembro

**Dr(a). GORRITTI SIAPPO CARMEN LETICIA**  
Asesor



## CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS ADULTOS DE UNA URBANIZACIÓN EN NUEVO CHIMBOTE, 2024 Del (de la) estudiante RODRIGUEZ VILELA GEORGE STEVEN , asesorado por GORRITTI SIAPPO CARMEN LETICIA se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 11% 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 mi madre por el apoyo incondicional que me han brindado durante todo el proceso universitario y el esfuerzo por brindarme una educación de calidad, por demostrarme y enseñarme que siempre se debe ser perseverante en cada objetivo que uno desea lograr en la vida, por su gran comprensión en todo momento y por cada uno de los valores que inculcó en mí.

A mi hermano, al cual considero como un padre para mí, por sus consejos, su apoyo y por su gran motivación que siempre me brinda logrando que me supere día a día y sacando lo mejor de mí en todos los objetivos que me propongo.

## AGRADECIMIENTO

A Dios por siempre cuidar de mí, por estar presente en cada momento de mi vida y ser mi guía brindándome fortaleza y la capacidad en este momento tan especial para lograr uno de mis objetivos.

A mi madre, hermano por todo el cariño que me brindan en el día a día y apoyo incondicional para poder culminar mis estudios.

A mi tutora Carmen Gorriti, por sus conocimientos brindados en esta etapa universitaria, su empatía, la paciencia brindada día a día y por la gran dedicación que nos ha brindado a cada uno de nosotros.

Al dirigente y a los adultos del sector XI de la Urbanización Nicolás Garatea por el apoyo y la facilidad, que permitieron que la investigación se haga posible

## 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 .....  | 13   |
| 3.1 Tipo, Nivel y Diseño de Investigación .....   | 13   |
| 3.2 Población .....   | 13   |
| 3.3 Operacionalización de las variables/categorías .....  | 14   |
| 3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos/información .....   | 17   |
| 3.5 Método de análisis de datos/información .....   | 19   |
| 3.6 Aspectos Éticos.....  | 19   |
| IV. Resultados .....  | 21   |
| V. Discusión .....  | 27   |
| VI. Conclusiones .....  | 37   |
| VII. Recomendaciones .....  | 38   |
| Referencias bibliográficas .....  | 39   |
| Anexos .....  | 47   |
| Anexo 01. Matriz de Consistencia .....  | 47   |
| Anexo 02. Instrumento de recolección de información .....   | 48   |
| Anexo 03. Ficha técnica de los instrumentos .....   | 51   |
| Anexo 04. Formato de consentimiento informado, carta de recojo de datos y carta de aceptación a la investigación.....                   | 53   |

## LISTA DE TABLAS

Tabla 1 Estilo de vida de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote.....21

Tabla 2 Factores biosocioculturales de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote..... 22

## LISTA DE FIGURAS

|   |    |
|---|----|
| Figura 1 Modelo de Determinantes de Salud .....   | 10 |
| Figura 2 Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender.....  | 11 |
| Figura 3 Estilo de vida de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote .....       | 21 |
| Figura 4 Edad de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote .....                 | 23 |
| Figura 5 Sexo de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote .....                 | 23 |
| Figura 6 Religión de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote .....             | 24 |
| Figura 7 Grado de Instrucción de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote ..... | 24 |
| Figura 8 Estado Civil de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote .....         | 25 |
| Figura 9 Ocupación de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote .....            | 25 |
| Figura 10 Ingreso Económico de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote .....   | 26 |

## RESUMEN

El presente estudio tiene como objetivo general el Determinar el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI, Nuevo Chimbote. La metodología, fue de tipo Cuantitativo de corte transversal, nivel descriptivo y diseño no experimental de una sola casilla; una población de 231 y una muestra de 145 adultos, a quienes se le aplico a través de la encuesta y observación como técnicas, dos instrumentos: la Escala del estilo de vida y el cuestionario de factores biosocioculturales. Encontrando que: el 62,75% de los adultos tienen un estilo de vida no saludable y el 37,25% un estilo de vida saludable. respecto a los factores biosocioculturales se encontró que el 53,79% son adultos maduros de (30 a 59 años), 55,17% son de sexo femenino, el 63,45% son católicos, 45,52% tiene secundaria completa/incompleta, seguido de un 40,69% con superior completa / incompleta el 53,79% son casado(a)/conviviente, el 33,79% son empleados seguido del 25,42% que tiene como ocupación otros y el 58,62% de los adultos tiene un ingreso económico mayor de 1025 nuevos soles, seguido de un 33,79% con un ingreso de 500 a 1025 nuevos soles. Se concluyó que: más de la mitad de los adultos tienen un estilo de vida no saludable. En los factores biosocioculturales más de la mitad son adultos, mujeres, católicos, casados(a)/convivientes, empleados y ejercen otras ocupaciones, la mayoría tiene grado superior y secundaria e ingresos superiores a 500 nuevos soles

**Palabras clave:** 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 Nicolás Garatea Sector XI Urbanization, Nuevo Chimbote. The methodology was quantitative, cross-sectional, descriptive level and single-box non-experimental design; a population of 231 and a sample of 145 adults, to whom two instruments were applied through survey and observation as techniques: the Lifestyle Scale and the biosociocultural factors questionnaire. Finding that: 62.75% of adults have an unhealthy lifestyle and 37.25% a healthy lifestyle. Regarding the biosociocultural factors, it was found that 53.79% are mature adults (30 to 59 years old), 55.17% are female, 63.45% are Catholic, 45.52% have completed/incomplete secondary school. , followed by 40.69% with a complete/incomplete superior, 53.79% are married/cohabiting, 33.79% are employees, followed by 25.42% who have other occupations and 58.62% of adults have an income greater than 1,025 nuevos soles, followed by 33.79% with an income of 500 to 1,025 nuevos soles. It was concluded that: more than half of adults have an unhealthy lifestyle. In the biosociocultural factors, more than half are adults, women, Catholics, married/cohabiting, employed and carry out other occupations, the majority have a higher or secondary degree and income greater than 500 nuevos soles.

Keywords: adult, lifestyle, biosociocultural factors

## **I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) (1) las personas están viviendo más tiempo que antes, hoy en día la mayor parte de población cuenta con una esperanza de vida superior o igual a 60 años. Que conlleva a un incremento tanto de la cantidad como también de la proporción de adultos, en 2030 una de cada 6 personas a nivel mundial tendrá entre 60 años a más. Lo que genera un índice para el 2050 de 2100 millones de adultos mayores. Todo este cambio en la población se empezó en los continentes de mayor ingreso económico, en Japón el 30% de la población ya sobrepasa los 60 años, sin embargo, los cambios más importantes se viven actualmente en los continentes con ingresos bajos y medianos, lo que se estima que en 2050 dos tercios de la población a nivel mundial de más de 60 años vivirán en países de ingresos medianos a bajos. Por otro lado, el alcance de oportunidades para el adulto al poder contribuir con la familia o sociedad depende de un factor: su salud.

Así mismo, la OMS indica que la variación de la salud en el adulto está determinada por su genética, los factores que más influyen son el entorno físico como social, particularmente la comunidad, su vivienda como también características personales como sexo, nivel socioeconómico e incluso a etnia son algunos efectos a largo o corto plazo y de manera directa o indirecta por método de barrera o incentivos a poder cumplir con sus necesidades y hábitos relacionados con su salud como consumir una dieta equilibrada, realizar actividad física y abstenerse al consumo de sustancias nocivas lo que le ayudará a reducir el riesgo de enfermedades más comunes en este rango de edad como la diabetes, cardiovasculares, osteoartritis, neuropatías y síndrome gástricos y poder retrasar la dependencia de los cuidados (1).

En España durante el año 2020, los adultos de sexo masculino contaron con un mejor estado de salud que el de las mujeres considerando un 79,3% y un 71,9% respectivamente. Según la situación de ocupación de los adultos el estado de salud valorada en bueno y muy bueno corresponde a adultos jubilados 93,6% en hombres y 90,5% de mujeres, seguido de los adultos que trabajan en un 88,0% en hombres y 82,8% en mujeres. Así mismo manifiesta que el nivel socioeconómico está relacionado con la salud del adulto; medida a que se descende la clase social el estado de salud se va valorando en regular a mala (2).

En Sudáfrica a pesar de los años sigue establecido como un continente subdesarrollado, que ha venido viviendo diferentes crisis tanto en lo económico, social y

como también en la salud. Hoy en día lo que más afectan a los adultos es su estilo de vida y los factores que lo conllevan, como la economía, el comprar comida procesada les hace más factibles por lo accesible económicamente. Así mismo no cuentan con un nivel económico para abastecer los suministros básicos (3).

Según la OMS el continente africano convive con una doble epidemia en las últimas décadas el cual son las enfermedades no transmisibles y la desnutrición, el 86% de fallecidos son en gran cantidad por la diabetes y sus problemas que conlleva en un rango de edad de menores de 70 años. Se ha previsto que el número de adultos diabéticos pase de 19 millones en 2019 a 47 millones en 2045. En Sudáfrica, las mujeres mayores de 20 años cuentan con obesidad en un 47% y los hombres en un 15% (4).

En América latina se confirma que el envejecimiento poblacional es el principal fenómeno demográfico, donde se precisó el 2022 un 88,6 millón de adultos, quienes representan el 13,4% lo que se estima que llegue a 16,5% en 2030 y para el 2050 se alcance el 25,1% de la población total, así mismo para ambos sexos se ha aumentado la esperanza de vida pese al retroceso en 2021 por respecto a la pandemia de COVID-19 de 2,9 años se espera que llegue a 77,2 años en 2030. Por lo que se considera que América latina y el caribe pasó de considerarse una sociedad joven a una sociedad adulta joven en 2021, por lo que se espera en 2053 pasar a ser una sociedad envejecida (5).

En México, en el año 2021 se valoró una población de 53 años en rango de 45,6% años correspondiente a varones y 54,4% a mujeres. El cual es un rango de edad donde se puede desatar los estilos de vida no saludables el cual son modificables por la conducta, como los malos hábitos y el sedentarismo lo que contribuyen a diferentes enfermedades. Así mismo se detalla que las afecciones que más afecta a la población es la hipertensión y la diabetes seguidamente con un porcentaje de 43,3% y 25,6 %. Por otro lado, la obesidad es un factor de riesgo donde fue mayor en el sexo femenino a diferencia del sexo masculino con un 30.1% y 23,4% respectivamente, Así mismo se detalló que el 62,3% contaba con un estado de salud de regular a malo (6).

A nivel nacional, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) (7) manifestó de acuerdo a la proyección de la población en el Perú el dato de 4 millones 140 mil adultos el cual representa el 12,7% de la población total al año 2020. Donde resalta que el 52,4% son de sexo femenino y 47,6 masculino, representando el 13,2% y 12,2% de la población total de adultos respectivamente al sexo. De acuerdo a su tipo de seguro el 40,8% de la población adulta está afiliada al Seguro Integral de Salud (SIS) el 39,1% a

EsSalud y por último el 6,2% a otro tipo de seguro de salud, de acuerdo con el estado civil de los adultos son casados o convivientes el 63,6%; así mismo el 19,3% son viudos y el 17,1% cuentan con otro estado civil, por otro lado se detalló que solo el 36,8% de adultos estudió educación primaria y resaltó que 16 de cada 100 hogares con adulto pertenecen a programas alimentarios.

En el año 2023, el 78,9% de la población adulta del Perú presentó alguna enfermedad crónica. Siendo en mayor porcentaje los adultos que viven en una zona urbana presentando más problemas de salud con un porcentaje de 82,9% en tanto en la zona rural y en lima metropolitana fue el 77,7% y el 75,0% respectivamente (8).

Según el Ministerio de Salud (MINSA) (9) señala que la muestra de enfermedades más prevalente en los adultos son las enfermedades no transmisibles, considerada la más importante las enfermedades cardiovasculares, seguido de la diabetes, obesidad, hipertensión. Por lo que también se hace hincapié en que los adultos deben manejar un estilo de vida saludable para poder reducir estas incidencias, así mismo detalla que a nivel nacional se realizan diferentes actividades con el propósito de poder reducir y concientizar a la población adulta sobre la relevancia de promover acciones preventivas y estilo de vida saludables.

En el Perú, en el año 2021 se han reportado 13,914 casos de diabetes en adultos. Según el sexo el 61% a mujeres y el 39% a varones, así mismo el mayor porcentaje de prevalencia se registró en la costa peruana con un 5,8% y con mejor porcentaje en la sierra 3,3% y en la selva 4,0% respectivamente. Por otro lado, el padecer de esta enfermedad presenta un riesgo 40 veces mayor a las amputaciones, 25 veces mayor de insuficiencia renal terminal, 20 veces mayor de ceguera y de 2 a 3 veces mayor a infarto agudo al miocardio (10).

En la Política Nacional Multisectorial de Salud al 2030 “Perú, país saludable”, se valoró como principal problema público: “años de vida saludable perdidos en la población por causas evitables” mencionando algunas de las causas los inadecuados hábitos, conductas y estilos de vida. Así mismo, de acuerdo a la limitada cultura de salud en el autocuidado y prácticas saludables de la persona, familia y comunidad, los factores que potencian los riesgos para la salud son: el consumo de alcohol y tabaco, inadecuada higiene, prácticas sexuales inseguras (11).

En Áncash también se ve como principal problema de salud en los adultos las enfermedades no transmisibles durante el año 2020, la prevalencia de hipertensión fue de

19,5% donde fue más afectado el sexo masculino con un porcentaje de 20,8%. Otro dato significativo es el sobrepeso de las personas de 18 a más durante el año 2020 el 35,6% presentaron esta afección a comparación del 2018 del 34,0 %. Así mismo durante el mismo año el IMC fue de 26,9 kg/m<sup>2</sup> lo que indica que es una región con sobrepeso siendo en mayor índice en las mujeres con 27,7 kg/m<sup>2</sup>, y según el área de residencia es mayor en el área urbana que la rural con un 36,7% y 33,7% (12).

Por otro lado, otra afección que sufren los adultos de Áncash es la obesidad donde se ubica en el puesto de 10 dentro de todas las regiones del Perú con un porcentaje de 53,8%, siendo la región número uno Tacna con 71,3% y con menor porcentaje Huancavelica con un 32,2%. El rango de obesidad según el Instituto Nacional de Salud (INS) entre mujeres y varones llega casi al 70% en rango de edad de 30 a 59 años, así mismo afecta a un 42,4% de adulto joven de 18 a 29 años y a un 33,1% de adultos mayores de 60 años a más, en este contexto el INS enfatiza en combatir estas afecciones proponiendo prácticas y hábitos de vida saludable (12).

La Dirección Regional de Salud (13) de la región Áncash, manifiesto en el 2022 que la cifra de obesidad aumentó en los adultos de 30 a 59 años de edad, por ello buscan promover la prevención de enfermedades no transmisibles como sobrepeso, obesidad, hipertensión arterial, diabetes mellitus y enfermedades cardiovasculares; mediante la práctica de estilos de vida saludable como actividad física, disminución de alimentos grasos y evitando los hábitos nocivos de consumo de bebidas alcohólicas y fumar.

A nivel local, en el distrito de Nuevo Chimbote se detalló durante el primer semestre del año 2019 en el Hospital Regional un total de 1,235 nuevos casos de obesidad la mayoría en mujeres, con un total de 954 casos y el resto de casos corresponde a varones 380 en total. Por ello se recomendó realizar un chequeo por lo menos 2 veces al año. Asimismo, se detectaron 279 casos de hipertensión arterial y 603 casos nuevos de diabetes mellitus (14).

Así mismo, para el año 2022 reportaron 932 casos de diabetes en adultos de 30 años a más. La situación se agrava más por el desinterés y desconocimiento en la práctica de buenos hábitos en su alimentación, actividades diarias de ejercicios logrando así mejorar su estilo de vida y la falta de intervenciones en base a promoción de la salud donde se desarrollen actividades preventivas (15).

Esta realidad en salud, no es ajena a los adultos del sector XI de la Urbanización Nicolás Garatea perteneciente al distrito de Nuevo Chimbote, específicamente cuenta con saneamiento básico, pistas y veredas, parque biosaludable, campo deportivo, una Institución Educativa, una iglesia y el Puesto de Salud Nicolás Garatea, en cuanto a las viviendas se puede observar que son de material noble, triplay y eternit.

Entre las posibles causas que logran generar un estilo de vida no saludable en los adultos de esta comunidad es principalmente la deficiente capacitación, falta de conocimiento, responsabilidad en salud, autocuidado, la inadecuada alimentación por el consumo excesivo de frituras, alimentos procesados, bebidas azucaradas, sustancias nocivas; que son de muy rápido acceso en la comunidad, así mismo por la inactividad física pese a contar con un parque biosaludable en el cual se puede realizar ejercicios físicos y un campo deportivo el cual se puede realizar cualquier actividad física como el fútbol, vóley, básquet.

De continuar con estas causalidades traerá consigo daños en la salud de los adultos como enfermedades como diabetes, hipertensión arterial, sobre peso, obesidad, enfermedades cardiovasculares aumentando la cantidad de pacientes que normalmente puede atender el puesto de salud de la jurisdicción, además de fomentar hábitos no saludables en cada integrante de la familia.

Por ello, es importante trabajar con los adultos y sus familias el fomento de estilo de vida saludable, para que se pueda incentivar y conocer los hábitos adecuados y también los inadecuados que ponen en riesgo su salud incitando a sufrir de enfermedades, por consiguiente, si se capacita al adulto y educa este podrá tener un correcto autocuidado y responsabilidad en su salud, el presente estudio permite conocer el estilo de vida y sus factores biosocioculturales de la comunidad, para que con los resultados obtenidos se pueda intervenir con las autoridades pertinentes.

Por lo expuesto se planteó el siguiente problema de investigación:

¿Cuál es el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote, 2024?

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

Determinar el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote

Y los siguientes objetivos específicos:

- Identificar el estilo de vida de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote.
- Identificar los factores biosocioculturales (edad, sexo, estado civil, grado de instrucción, religión, ingresos económicos y ocupación) de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote.

El presente estudio es pertinente porque pertenece a la línea de investigación de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, denominada “Factores de riesgo y determinantes de la salud” donde se tiende a considerar la situación de salud por la que atraviesan los adultos de estudio generado por el estilo de vida y el entorno inadecuado que les rodea, trayendo enfermedades como la obesidad, diabetes y/o enfermedades cardiovasculares.

Así mismo, es relevante para la población en estudio porque las autoridades con los datos obtenidos y analizados, se lograrán involucrar buscando y/o proporcionando estrategias para la mejora de la problemática identificada. Por consiguiente, contribuye en el campo de la enfermería con conocimientos científicos sobre el día a día del adulto y sus factores biosocioculturales.

Sirve también para que los adultos del Sector XI de la Urbanización Nicolás Garatea se motiven con los resultados a participar en programas preventivos y capacitaciones sobre estilo de vida saludable logrando un cambio y bienestar en su salud.

Así mismo, es relevante para futuras investigaciones ampliando y contribuyendo en futuras investigaciones, brindando más campo en los conocimientos de enfermería con los son temas el cual involucra la salud de los adultos, teniendo en cuenta las variables del estilo de vida y los factores biosocioculturales.

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1 Antecedentes

#### **Internacionales:**

**Fernández, A et al** (16) investiga sobre los Estilos de vida saludable en adultos del Corregimiento La Playa sector la Playita implementando la teoría de Nola Pender, 2021, Colombia. Con el objetivo de caracterizar los estilos de adultos del Corregimiento La playa sector Playita. De estudio cuantitativo, descriptivo. Con una muestra de 117 adultos, se encontraron como resultados que 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. Se llega a concluir que se necesita fortalecer con estrategias educativas la responsabilidad en salud, la actividad física y la nutrición para contribuir a un mejoramiento en los estilos de vida.

**Benítez V, et al** (17) investiga sobre el Estilo de vida en adultos de 18 a 60 años de una comunidad rural en México. Con el objetivo de identificar el estilo de vida en adultos entre 18 a 60 años. Con una muestra censal de 111 adultos de una comunidad rural. De estudio cuantitativo, descriptivo, se encontraron como resultados que el 73% de los sujetos tienen un estilo de vida no saludable y que solo el 16,20% realiza algún tipo de actividad física. Se llegó a concluir que el 73% de los sujetos tienen un estilo de vida saludable.

**Rodríguez, P. et al** (18) investiga sobre la Valoración del estilo de vida saludable adquirido en adultos de 22 a 72 años de España. Con el objetivo de evaluar el nivel del estilo de vida saludable adquirido en adultos de las ciudades de Albacete y Murcia. Con una muestra de 788 adultos de edades comprendidas de 22 a 72 años. Con una metodología de muestra incidental y aleatoria. Se encontró como resultado que el 12% de adultos tiene un estilo de vida saludable, 53% tendente hacia la salud y el 35% nada o poco saludable. Se llega a concluir que es de suma importancia promover actividades preventivas para la mejora de la salud en los hábitos de la población española, especialmente en el 35% de poseer un nivel poco o nada saludable en su estilo de vida.

### **Nacionales:**

**Nuñez, C** (19) investiga sobre Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos en el Caserío de Tunal, distrito Lalaquiz, Huancabamba, Piura. Con el objetivo de determinar la relación entre ambas variables de estudio. Con una muestra de 100 adultos, estudio cuantitativo, descriptivo correlacional. Se encontraron como resultados que el 68,0% de los adultos tienen estilo de vida no saludable y el 32,0% con estilo de vida saludable. Además, se encontró que existe una prevalencia de adultos maduros de sexo femenino, 55,0% tienen secundaria completa, el 63,0% son convivientes, el 56,0% son amas de casa. Se llega a concluir que no hay relación entre las variables de estudio.

**Reyes, M** (20) investiga sobre Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto en el Asentamiento Humano los Polvorines Villa Piura Veintiséis de Octubre Piura. Con el objetivo de determinar la relación entre ambas variables de estudio, con una muestra constituido por 208 adultos, estudio de tipo cuantitativo, el nivel de investigación descriptivo, el diseño es correlacional. Se encontró como resultados que el 63% de los adultos tienen estilo de vida no saludable y el 37% con estilo de vida saludable. El 64% son de sexo femenino, 69% grado de instrucción primaria, 72% católico y el 52% de 650 a 850 de ingreso económico. Se llegó a concluir que si hay relación entre las variables de estudio sexo y estado civil.

**Toledo, B** (21) investiga sobre Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto en la Urbanización Vista Alegre, Áncash. Con el objetivo de determinar la relación entre ambas variables de estudio, con una muestra constituido por 150 adultos, estudio cuantitativo, de corte trasversal, con diseño de doble casilla. Se encontraron como resultados que el 76% de los adultos tienen estilo de vida no saludable, 59,33% de la población en estudio tiene la edad de (36 a 59 años), el 69,33% son de sexo femenino, se evidencia además que el 57,33% tiene la ocupación de empleados, y el 46,67% tiene el grado de instrucción primaria completa, así mismo el 51,33% son convivientes y el 47,33% tienen un ingreso de 500 nuevos soles al mes. Se llegó a concluir que se encontró relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos.

### **Locales:**

**Carrión, L** (22) investiga sobre Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa\_

Nuevo Chimbote. Con el objetivo de determinar la relación entre ambas variables de estudio, con una muestra 120 adultos, estudio cuantitativa, descriptiva, corte transversal y diseño correlacional. Se encontraron como resultados que el 65,83% tienen un estilo de vida no saludable y 34,17% estilos de vida saludables, 63.33% son de sexo masculino, el 65,83% tienen grado de instrucción primaria, del 67,50% su ocupación es otros; más de la mitad 55,00% son de religión católica; y 47,50% su ingreso económico es de 650 a 850 nuevos soles. Se llegó a la conclusión que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables de estudio.

**Carrión, T (23)** investiga sobre Factores sociodemográficos y estilos de vida del adulto del Asentamiento Humano Villa Universitaria en Nuevo Chimbote. Con el objetivo de determinar la relación entre ambas variables de estudio, con una muestra 130 adultos, estudio cuantitativo, descriptivo y correlacional. Se encontraron como resultados que el 90,7% tienen un estilo de vida saludable y 9,3% no saludables, 63.33% son de sexo masculino, el 65,83% tienen grado de instrucción primaria, del 67,50% su ocupación es otros; más de la mitad 55,00% son de religión católica; y 47,50% su ingreso económico es de 650 a 850 nuevos soles. Se llega a concluir que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables de estudio.

**Quiroz, K (24)** investiga sobre Estilo de vida y factores biosocioculturales adultos maduros del Asentamiento Humano Belén Nuevo Chimbote. Con el objetivo de determinar la relación entre ambas variables de estudio, con una muestra 120 adultos maduros, estudio cuantitativo, de corte transversal con diseño descriptivo, correlacional. Se encontraron como resultados que el 86,7% tienen un estilo de vida saludable y 13,3% estilos de vida no saludables, 75,0% son de sexo masculino, el 70,8% tienen grado de instrucción primaria, del 61,7% son de religión evangélica, y 88,3% su ingreso económico es de 850 a 1100 nuevos soles. Se llega a concluir que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables de estudio.

## **2.2 Bases teóricas**

El presente estudio se sustenta en los modelos de Marc Lalonde de determinantes de la salud y de Nola Pender con su modelo de promoción de la salud.

El Modelo planteado por Lalonde acentúa los determinantes de la salud en cuatro grupos como lo es el medio ambiente, estilo de vida, la biología humana y la

organización del servicio de salud. Por consiguiente, en el presente estudio se tomará los elementos de la biología humana, entorno sociocultural y estilo de vida de los adultos de la urbanización de estudio (25).

**Figura 1**  
**Modelo de Determinantes de salud**



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

**Biología humana:** está englobada todo elemento que logra influir en la salud, el cual depende de cada persona en su estructura biológica, su dotación genética, el crecimiento y desarrollo hasta el envejecimiento es por ello que se entiende que la biología tiene su origen en cada ser humano, en cuanto al estudio planteado se podrá identificar el sexo y la edad de los adultos (26).

**Medio ambiente/Entorno sociocultural:** en este grupo Lalonde incluye a todos los factores que se relacionan con la salud pero que se son externos al individuo. En donde el individuo no tiene ningún control sobre dichos factores del medio lo cuales son físicos y sociales, la presente investigación permitirá identificar la ocupación, ingreso económico del adulto, la religión y el grado de instrucción (26).

**El estilo de vida:** son las acciones o decisiones que logra tomar cada individuo con respecto a su salud, considerado este un determinante de mayor prevalencia e influencia en la salud por el grado de control que puede ocupar en los individuos en base a la alimentación, actividad física y consumo de sustancias nocivas (26).

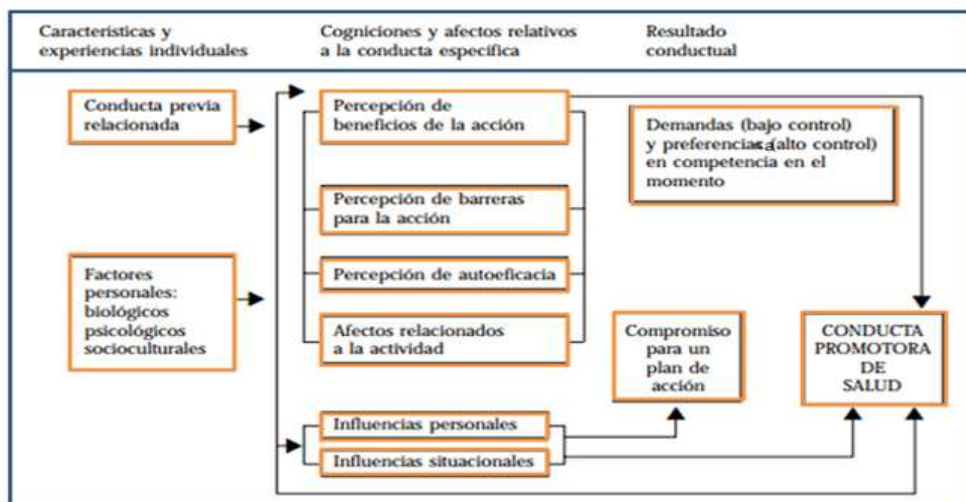
Por otro lado, destaca que dichos hábitos son aprendidos desde la infancia y si no se logra cambiar durante la vida, se convertirán en hábitos no saludables que puede lograr influenciar en el individuo a padecer complicaciones en su salud (27).

Así mismo, Lalonde menciona que los hábitos o decisiones crean riesgos y cuando estos resultan en enfermedad o muerte, afirma que el propio estilo de vida del individuo contribuyo o causo su propia afección o defunción (27).

Además, se fundamenta en el modelo de Nola Pender donde hace una enseñanza a los individuos y enfatiza en la interacción de este último con el entorno cuando se propone alcanzar un estado de salud óptimo, poniendo énfasis en las características y experiencias individuales. Ante lo mencionado, explica en base a las características y experiencias de cada individuo dos conceptos: donde primero resalta las conductas previas relacionadas, la cual son experiencias pasadas que pueden influir directa e indirectamente en la conducta promotora de la salud y el segundo son los factores personales, que se categorizan como biológico, psicológico y socioculturales las cuales son accionadas a promover la conducta de su salud del individuo (28).

**Figura 2**

**Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender**



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

Así mismo, el modelo de promoción de la salud pretende ilustrar la naturaleza multifacética de los individuos en su interacción con el entorno cuando intentan lograr el estado óptimo de salud, además expone como las características y experiencias individuales, así como los conocimientos y afectos específicos de la

conducta llevan al individuo a participar en comportamientos de salud que se pretende lograr en beneficio de su salud (28).

### **Bases conceptuales**

**Adulto:** es una de las etapas del ciclo de vida el cual se caracteriza por el desarrollo o crecimiento a plenitud, donde se le suma la adquisición de una responsabilidad, roles o funciones en lo personal como en lo social a las que antes no llegaba al grado de experiencia (29).

La edad adulta del ser humano se divide en tres etapas, la cual se comprende entre los intervalos; adulto joven de 18 a 29 años, adulto de 30 a 59 años y adulto mayor de 60 años a más. Dichos grupos de edades detallados fueron propuestos por el MINSA en el Modelo de Cuidado Integral de Salud por Curso de Vida Para la Persona, Familia y Comunidad (30).

**Estilo de vida:** Forma de vida basada en la interacción entre la condición de vida del ser humano y su conducta o hábitos, el cual son características propias del ser humano y de sus factores socioculturales que pone en práctica de manera permanente, logrando ser oportuno para la salud o que sean nocivas y ponga en riesgo a la persona (31).

**Factores Biosocioculturales:** son características detectables en el ser humano, las cuales no pueden ser modificables y que describen su esencia colectiva de los adultos maduros, en la investigación se está poniendo en consideración el sexo, la edad, el estado civil, ocupación, grado las de instrucción, ingreso económico y religión (32).

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1 Tipo, Nivel y Diseño de investigación

**Tipo de investigación:** El presente informe es de tipo cuantitativo de corte transversal porque fue medido numéricamente, además se presentarán los resultados numéricamente en tablas y gráficos (33).

**Nivel de investigación:** El presente informe es de tipo descriptivo motivo que se describieron fenómenos o eventos que nos interesan, midiéndolos, y evidenciando sus características (33).

**Diseño de la investigación:** El presente informe es de diseño no experimental de una sola casilla, ya que los presentes trabajos de investigación con diseño no experimental no se modifican ni se manipulan las variables a utilizar, por lo que se analizaron los acontecimientos en una circunstancia natural (33).

#### 3.2 Población

**Población:** Estuvo conformada por 231 adultos del Sector XI de la Urbanización Nicolás Garatea en Nuevo Chimbote.

**Muestra:** Estuvo constituida por 145 adultos del Sector XI de la Urbanización Nicolás Garatea en Nuevo Chimbote la cual se obtuvo aplicando la fórmula de cálculo de tamaño de muestra, mediante un muestreo aleatorio con una confiabilidad del 95%.

**Muestreo aleatorio:** Su característica esencial es que todos los casos del universo o población tengan la misma probabilidad de ser seleccionados (33). Para cumplir con esa probabilidad se realizó: mediante el programa Random Number Generator, donde se implanto los límites del 1 al 231 por ser nuestra población total de adultos, colocando el requisito de obtener aleatoriamente y sin repetirse 145 números por ser nuestra muestra.

La fórmula que se utilizó es:

N: 231

Z: 1.96

P: 0.5

q:0.5

e: 0.05

por lo tanto:

$$n = \frac{N * Z_{\alpha}^2 * p * q}{e^2 * (N - 1) + Z_{\alpha}^2 * p * q}$$

**n** = Tamaño de muestra buscado

**N** = Tamaño de la Población o Universo

**Z** = Parámetro estadístico que depende el Nivel de Confianza (NC)

**e** = Error de estimación máximo aceptado

**p** = Probabilidad de que ocurra el evento estudiado (éxito)

**q** = (1 - p) = Probabilidad de que no ocurra el evento estudiado

$$n: \frac{231 \times 1,96^2 \times 0,5 \times 0,5}{0,05^2 \times (231-1) + 1,96^2 \times 0,5 \times 0,5} = 145$$

**Unidad de Análisis:** Cada adulto del Sector XI de la Urbanización Nicolás Garatea que formo parte de la muestra y responden a los criterios de la investigación.

**Criterios de Inclusión:**

- Adultos que residen más de 3 años en la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI.
- Adultos registrados en el padrón de asociados del sector XI de la Urbanización Nicolás Garatea.
- Adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI que dispusieron de participar en la presente investigación.
- Adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI que firmaron el consentimiento informado.

**Criterios de exclusión:**

- Adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI que tuvieron problemas para comunicarse.
- Adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI que tuvieron trastornos psiquiátricos o discapacidad que impida responder la encuesta.
- Adultos que no se encontraron en su domicilio en las tres visitas para encuestar.

### **3.3 Operacionalización de las variables/categorías**

#### **ESTILO DE VIDA**

##### **Definición Conceptual**

Forma de vida basada en la interacción de las condiciones del ser humano y su conducta que pone en práctica de manera permanente en su vida diaria, que puede ser oportuno para la salud o que sean nocivas y ponga en riesgo a la persona (31).

##### **Definición operacional**

Escala nominal

- Estilo de vida saludable 75- 100 puntos.
- Estilo de vida no saludable 25-74 puntos.

## **FACTORES BIOSOCIOCULTURALES**

### **Definición conceptual**

Son las circunstancias o características que se puede detectar en la persona, pueden ser no modificables o no modificables; incluye también los comportamientos, conductas y hábitos de los individuos (32).

### **Definición operacional**

#### **Indicadores**

#### **Sexo:**

##### **Definición conceptual:**

Son las características físicas, biológicas, anatómicas y fisiológicas de los seres humanos que los diferencian como varones y mujeres. El sexo es una construcción natural con la que nace una persona (34).

##### **Definición operacional**

Escala nominal

- Masculino
- Femenino

#### **Edad**

##### **Definición conceptual:**

Es el tiempo que ha vivido una persona u otra ser vivo contando desde el momento que nació (35).

##### **Definición operacional**

Escala ordinal

- Adulto joven (18 a 29 años)
- Adulto (30 a 59 años)
- Adulto mayor (60 años a mas)

#### **Grado de instrucción**

##### **Definición conceptual:**

Es un indicador de conocimientos (cognitivo) y aprendizaje logrado por una persona, beneficiosos a las diversas fases del desarrollo personal de cada persona en las diferentes etapas de la vida (36)

##### **Definición operacional**

Escala ordinal

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

**Religión:**

**Definición conceptual:**

Son los principios o creencias sobre lo divino, acompañado de reglas, respeto y reverencia, como la oración tanto de manera individual como social (37).

**Definición operacional**

Escala nominal

- Católico(a)
- Evangélico(a)
- Testigo de Jehová
- Otros

**Estado civil**

**Definición conceptual:**

Es la situación de convivencia de un individuo al momento de la recogida de datos, además de ciertos derechos ante la ley con su pareja las cuales puede ser soltero, casado, conviviente (38).

**Definición operacional**

Escala nominal

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

**Ingreso económico**

**Definición conceptual:**

Es la cantidad de dinero que recibe una persona por un trabajo o por prestar servicio manual, profesionales y generan incrementos de activos o disminuciones de pasivos que se puede gastar en un hogar (39).

**Definición operacional**

Escala de intervalo

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

### **Ocupación**

#### **Definición conceptual:**

Son las funciones, obligaciones y tareas que desempeña un individuo, oficio o puesto de trabajo, donde lleva a cabo su trabajo y relacionado con agentes productivos y sociales (40).

#### **Definición operacional**

Escala nominal

- Obrero(a)
- Empleado
- Ambulante
- Ama de casa
- Estudiante
- Otros

## **3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de información**

### **3.4.1 Técnica**

Se utilizó la técnica de la encuesta para el óptimo recojo de datos a través de la aplicación de los instrumentos.

### **3.4.2 Instrumentos de recolección de datos**

En el presente informe de tesis para la recolección de datos se utilizaron dos instrumentos que se especifican a continuación.

**Instrumento N° 01:** Escala de Estilo de Vida.

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.

**Puntaje Máximo:** 100 puntos.

### **Instrumento N° 02**

Cuestionario sobre Factores Biosocioculturales. Elaborado por: Delgado R, Reyna E y Díaz, R, modificado por Reyna, E. y adaptado por Gorriti, C. está constituido por 8 ítems distribuidos en 4 partes. (Anexo 2)

- Datos de Identificación, donde se obtiene el nombre y la dirección de la persona entrevistada (01 ítems), se determina la edad, sexo (02 ítems), la escolaridad, religión (02 ítems), estado civil y el ingreso económico (03 ítems).

### **Control de Calidad de los datos**

Los dos instrumentos ya han sido evaluados en su validez y confiabilidad en anteriores investigaciones.

### **Validez**

Díaz, R; Reyna, E y Delgado, R aseguraron la validez externa del instrumento de la Escala de estilo de vida mediante el juicio de expertos, quienes con sus sugerencias brindaron mayor calidad y especificidad a los instrumentos. En cuanto a la validez interna de dicho instrumento, se realizó ítem por ítem total a través de la prueba piloto a una muestra similar a la población estudiada; aplicando la fórmula R de Pearson en cada uno de los ítems, obteniéndose: si  $r > 0.20$  el instrumento es válido (Anexo 3).

### **Confiabilidad:**

Los instrumentos ya cuentan con confiabilidad donde Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R midieron y garantizaron la confiabilidad de la Escala de estilo de vida mediante la prueba de Alfa de Cronbach y el método de división en mitades teniendo como resultado 0.794 que garantizó que el instrumento es confiable. En cuanto al 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 inició con la entrega de carta de recojo y se informó sobre el consentimiento a las personas adultas, haciendo hincapié que los datos recolectados y resultados obtenidos mediante su participación serán estrictamente confidenciales.
- Se procedió a aplicar los instrumentos a cada persona adulta.
- Se realizó la lectura del contenido o instrucciones de la escala de vida y del cuestionario para llevar a cabo las respectivas encuestas.
- Los dos instrumentos fueron aplicados en un tiempo no mayor de 15 minutos, las respuestas fueron 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, se presentaron los datos en tablas simples con frecuencias absolutas y relativas con sus respectivas figuras.

## **3.6 Aspectos éticos**

Los principios éticos que guiaron la presente investigación fueron considerados del Reglamento de Integridad Científica en la Investigación, V001, de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote (41) 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 resulto 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 causaron daño de ningún modo a los participantes de la investigación, los resultados de la investigación son descriptivos y permitieron implementar estrategias que mejoren su salud y calidad de vida. El participante no tuvo beneficios ni retribuciones por su participación.

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

**Justicia:** Se brindó un trato equitativo a todos los participantes durante todo el proceso a realizar en esta investigación.

#### IV. RESULTADOS

**Tabla 1**

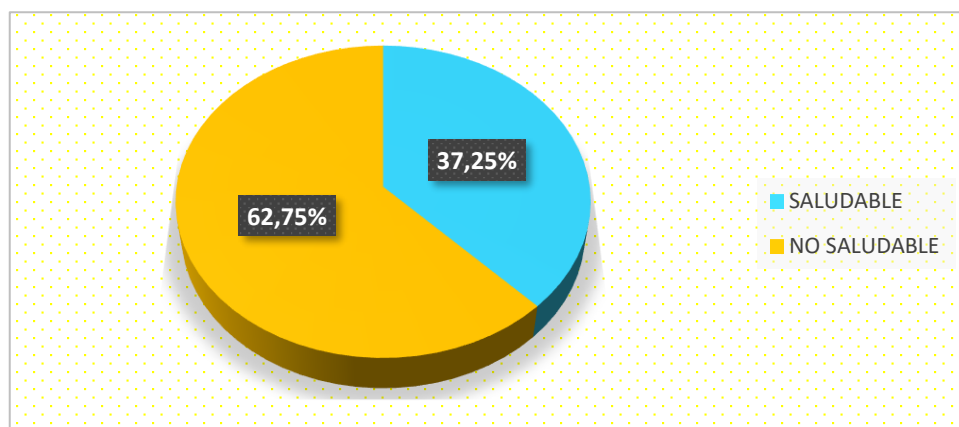
**Estilo de vida de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote**

| Estilo de vida | n   | %      |
|----------------|-----|--------|
| No saludable   | 91  | 62,75  |
| Saludable      | 54  | 37,25  |
| total          | 145 | 100,0% |

**FUENTE:** Escala de estilo de vida, adaptada por Delgado, R. Reyna, M. y Díaz, R. Aplicada a los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI, Nuevo Chimbote, setiembre, 2024

**Figura 3**

**Estilo de vida de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote**



**FUENTE:** Escala de estilo de vida, adaptado por Delgado, R. Reyna, M. y Díaz, R. Aplicada a los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI, Nuevo Chimbote, setiembre, 2024

**Tabla 2**

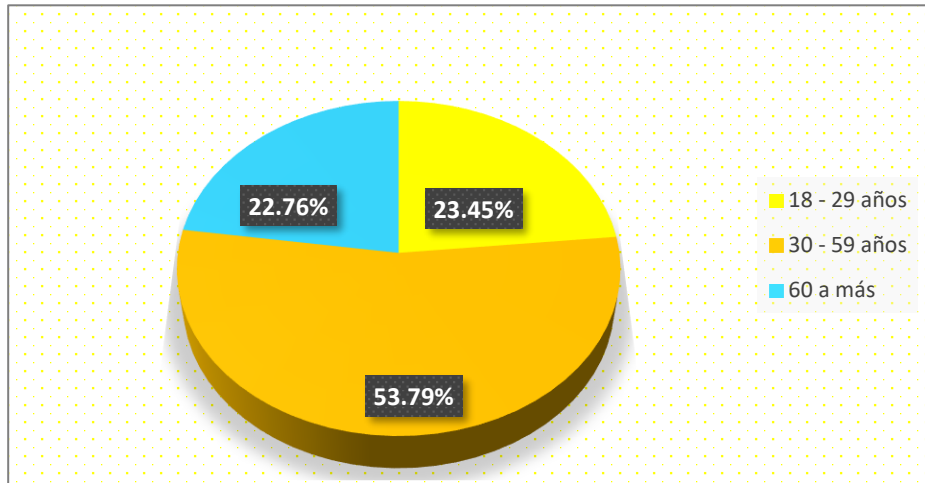
**Factores biosocioculturales de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea  
Sector XI en Nuevo Chimbote**

| <b>FACTORES BIOSOCIOCULTURALES</b>        |            |              |
|---|------------|--------------|
| <b>Edad</b>                               | <b>n</b>   | <b>%</b>     |
| Adulto Joven (18 a 29 años)               | 34         | 25,45        |
| Adulto (30 a 59 años)                     | 78         | 53,79        |
| Adulto Mayor (60 a más)                   | 33         | 22,76        |
| <b>Total</b>                              | <b>145</b> | <b>100</b>   |
| <b>Sexo</b>                               | <b>n</b>   | <b>%</b>     |
| Masculino                                 | 65         | 44,83        |
| Femenino                                  | 80         | 55,17        |
| <b>Total</b>                              | <b>145</b> | <b>100</b>   |
| <b>Religión</b>                           | <b>n</b>   | <b>%</b>     |
| Católico                                  | 92         | 63,45        |
| Evangélico                                | 25         | 17,24        |
| Testigo de Jehová                         | 6          | 4,14         |
| Otros                                     | 22         | 15,17        |
| <b>Total</b>                              | <b>145</b> | <b>100,0</b> |
| <b>Grado de Instrucción</b>               | <b>n</b>   | <b>%</b>     |
| Analfabeto                                | 0          | 0            |
| Primaria completa/Primaria incompleta     | 20         | 13,79        |
| Secundaria completa/Secundaria incompleta | 66         | 45,52        |
| Superior completa/Superior incompleta     | 59         | 40,69        |
| <b>Total</b>                              | <b>145</b> | <b>100</b>   |
| <b>Estado civil</b>                       | <b>n</b>   | <b>%</b>     |
| Soltero(a)                                | 46         | 31,72        |
| Casado(a)/Conviviente                     | 78         | 53,79        |
| Separado(a)/Divorciado(a)                 | 16         | 11,03        |
| Viudo                                     | 5          | 3,45         |
| <b>Total</b>                              | <b>145</b> | <b>100</b>   |
| <b>Ocupación</b>                          | <b>n</b>   | <b>%</b>     |
| Obrero(a)                                 | 3          | 2,07         |
| Empleado(a)                               | 49         | 33,79        |
| Agricultor                                | 6          | 4,14         |
| Ama de casa                               | 28         | 19,31        |
| Estudiante                                | 22         | 15,17        |
| Otros                                     | 37         | 25,52        |
| <b>Total</b>                              | <b>145</b> | <b>100</b>   |
| <b>Ingreso Económico</b>                  | <b>n</b>   | <b>%</b>     |
| Menor de 500 nuevos soles                 | 11         | 7,59         |
| De 500 a 1025 nuevos soles                | 49         | 33,79        |
| Mayor de 1025 nuevos soles                | 85         | 58,62        |
| <b>Total</b>                              | <b>145</b> | <b>100</b>   |

**FUENTE:** Cuestionario de factores biosocioculturales adaptado por Gorriti, C. Aplicada a los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI, Nuevo Chimbote, setiembre, 2024

**Figura 4**

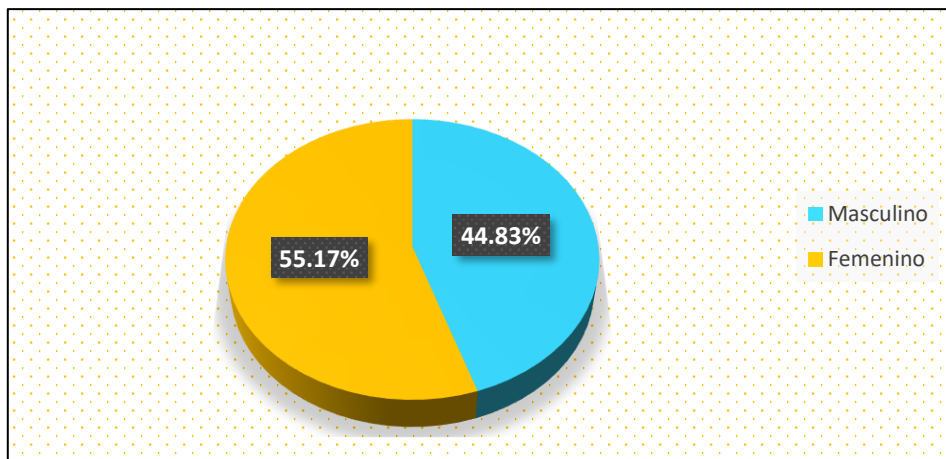
**Edad de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote**



**FUENTE:** Cuestionario de factores biosocioculturales adaptado por Gorriti, C. Aplicada a los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI, Nuevo Chimbote, setiembre, 2024

**Figura 5**

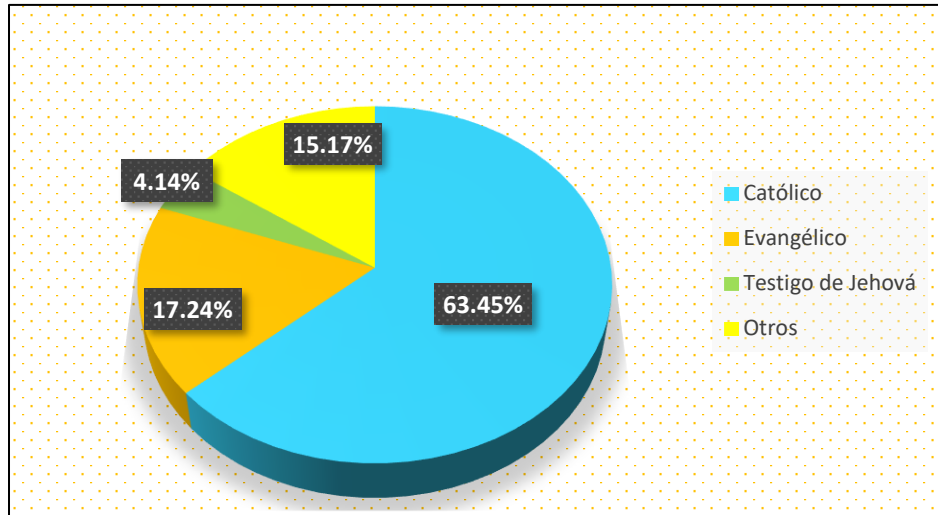
**Sexo de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote**



**FUENTE:** Cuestionario de factores biosocioculturales adaptado por Gorriti, C. Aplicada a los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI, Nuevo Chimbote, setiembre, 2024

**Figura 6**

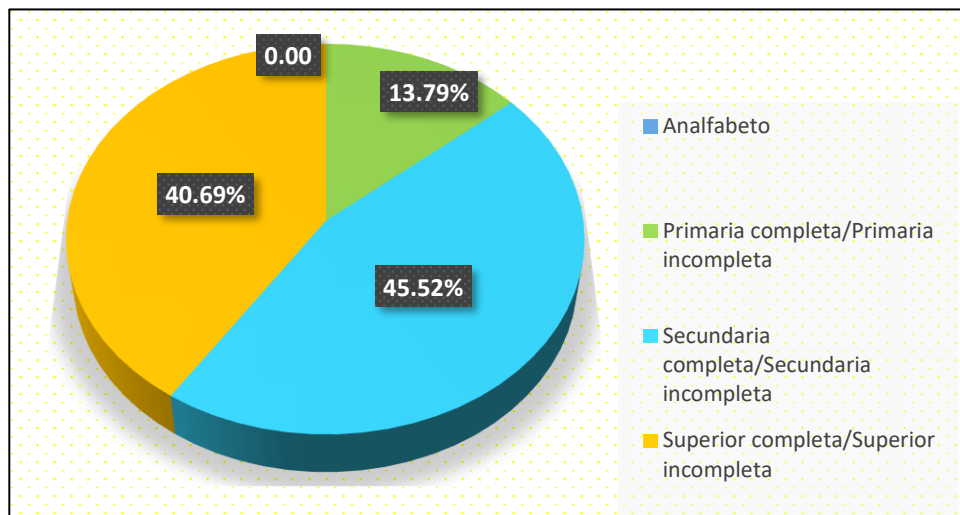
**Religión de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote**



**FUENTE:** Cuestionario de factores biosocioculturales adaptado por Gorriti, C. Aplicada a los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI, Nuevo Chimbote, setiembre, 2024

**Figura 7**

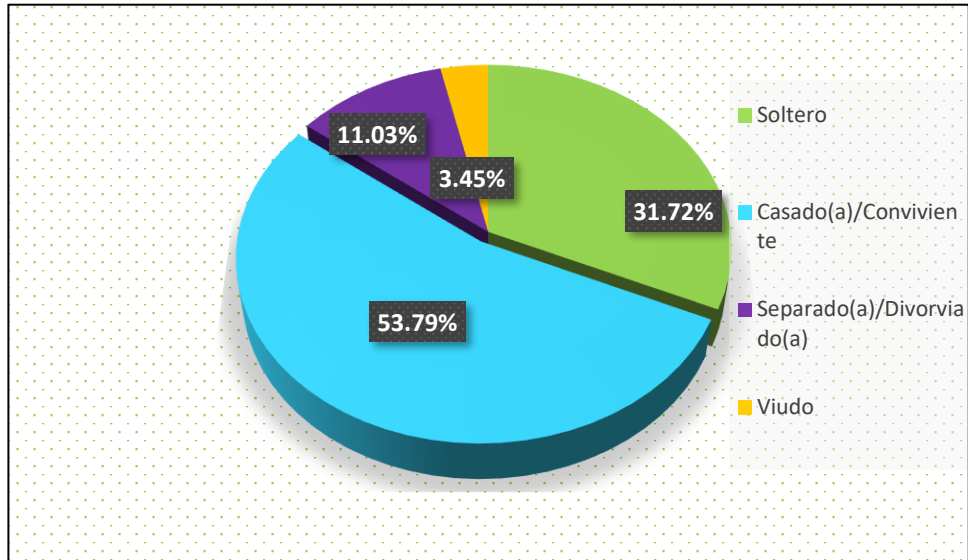
**Grado de instrucción de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote**



**FUENTE:** Cuestionario de factores biosocioculturales adaptado por Gorriti, C. Aplicada a los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI, Nuevo Chimbote, setiembre, 2024

**Figura 8**

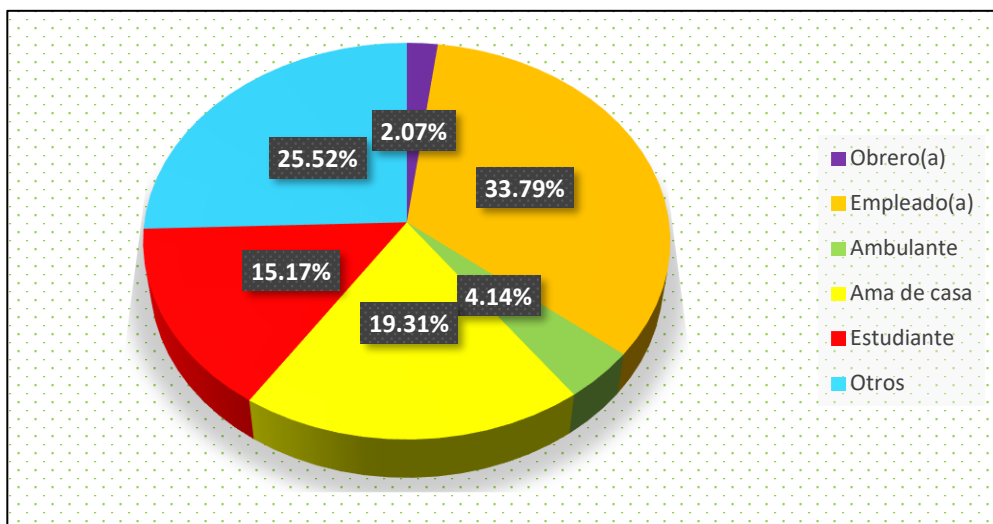
**Estado civil de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote**



**FUENTE:** Cuestionario de factores biosocioculturales adaptado por Gorriti, C. Aplicada a los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI, Nuevo Chimbote, setiembre, 2024

**Figura 9**

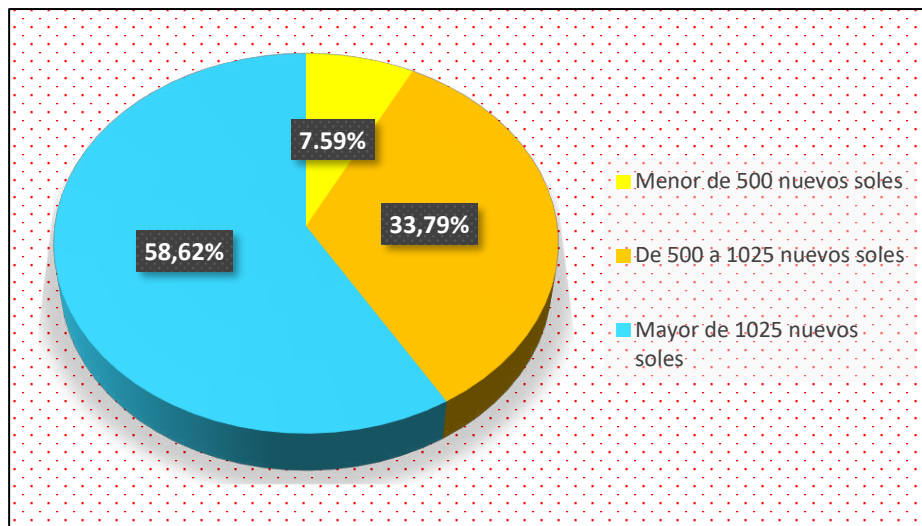
**Ocupación de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote**



**FUENTE:** Cuestionario de factores biosocioculturales adaptado por Gorriti, C. Aplicada a los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI, Nuevo Chimbote, setiembre, 2024

**Figura 10**

**Ingreso económico de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote**



**FUENTE:** Cuestionario de factores biosocioculturales adaptado por Gorriti, C. Aplicada a los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI, Nuevo Chimbote, setiembre, 2024

## V. DISCUSIÓN

Para el objetivo de determinar el estilo de vida en los adultos en estudio, **la Tabla 1** reporta que el 62,75% de la población tienen un estilo de vida no saludable y el 37,25% un estilo de vida saludable. Ante los resultados obtenidos se pudo observar en la aplicación de la encuesta que gran cantidad de adultos tienen una vida sedentaria, con una baja actividad física, alimentación inadecuada con consumo de carbohidratos en su día a día, no manejan el estrés, la falta de responsabilidad con su salud y el consumo de alcohol en actividades o reuniones familiares.

Existen resultados similares como los de Benítez V, et al (17) encontró que el 73% de los sujetos tienen un estilo de vida no saludable. Rodríguez, P. et al (18) encontró que el 53% tienen un estilo de vida no saludable.

Sin embargo, Carrión, T. (23) reporta resultados diferentes a los del presente estudio, enunciando que el 90,7% de los adultos sujetos de estudio tienen el estilo de vida saludable.

Debido a los resultados obtenidos, más de la mitad de los adultos participantes de la investigación cuentan con un estilo de vida no saludable y menos de la mitad un estilo de vida saludable. Lalonde fundamenta que el estilo de vida es la suma de hábitos individuales que toma cada ser humano con relación a su salud el cual puede influir un cierto grado de control convirtiéndose en un determinante de su salud donde se destaca la alimentación, el ejercicio físico y el consumo de sustancias nocivas (42).

Ante lo fundamentado, el estilo de vida no saludable es el conjunto de comportamiento y hábitos que logran poner en riesgo la salud de los adultos, los cuales son la inactividad física, alimentación no saludable, consumo de sustancias nocivas, descanso inadecuado y las relaciones sociales con las que pueda contar cada adulto, lo que logran condicionar una probable enfermedad a un corto o largo plazo (42).

Así mismo, Lalonde destaca que dichos hábitos son aprendidos desde la infancia y si no se logra cambiar durante la vida, se convertirán en hábitos no saludables que puede lograr influenciar en el individuo a padecer complicaciones en su salud. Así mismo, menciona que los hábitos o decisiones crean riesgos y cuando estos resultan en enfermedad o muerte, afirma que el propio estilo de vida del individuo contribuyo o causo su propia afección o defunción (27).

Dentro de las dimensiones estudiadas del estilo de vida tenemos a las siguientes: alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud

En consideración a la dimensión de alimentación, los adultos del sector XI de la urbanización Nicolás Garatea suelen comer tres veces al día, generalmente en el desayuno consumen pan, tostadas acompañándolo de carnes procesadas como son los embutidos, derivados lácteos como el queso, mantequilla, y en ocasiones de palta y bebidas como el café, jugos, avena o té filtrante, en el almuerzo manifiestan consumir arroz constantemente, pastas, menestras, carnes, papa, guisos, en algunas ocasiones incluyen el consumo de vegetales, en el caso de la cena consumen lo mismo que el almuerzo. Así mismo manifiestan que no consumen diariamente frutas. Al comparar con lo que dice la OMS se puede observar que su alimentación cuenta con un alto contenido de carbohidratos, grasas, azúcares sobrepasando las calorías nutricionales requeridas, lo que puede ser un desencadenante de alguna enfermedad o patología.

Ante lo mencionado, la OMS (43) argumenta que la alimentación para que sea equilibrada y sana estará determinada por las características de cada adulto, edad, cultura, accesibilidad de los alimentos; sin embargo, explica que actualmente se consumen más alimentos hipercalóricos, azúcares y evitan el consumo de frutas y verduras en su vida diaria. Siendo más vulnerables a padecer de enfermedades no transmisibles o cardiovasculares por consecuencia de su inadecuado estilo de vida.

Así mismo, manifiesta que una dieta saludable ayuda a proteger en toda la forma, así como de enfermedades no transmisibles como las cardiopatías, diabetes, cáncer. Las dietas insalubres y la falta de actividad son los principales factores, por lo que la ingesta calórica debe estar bien equilibrada con el gasto calórico para poder evitar un aumento de peso y sufrir complicaciones, donde resalta que se debe consumir 2,000 kcal diario por lo que recomienda consumir frutas y verduras motivo que ayuda a reducir el riesgo de enfermedades y garantiza una ingesta de fibra dietética (43).

En la dimensión de actividad y ejercicio, se pudo analizar que cada adulto es conocedor de su actividad física manifestando que no realizan ejercicio en su vida cotidiana por falta de tiempo esto debido a que tienen que cumplir sus horarios laborales para poder cumplir con el sustento familiar, sin embargo, mencionan que realizan actividades domésticas a diario como ir de compras, limpiar la casa, lo cual evidencia el conocimiento erróneo al considerar dichas actividades como actividad física, y la falta de

interés por realizarla pese a que cuentan con un parque biosaludable y campo deportivo donde se pueden realizar diferentes actividades físicas. Al comparar con lo que dice la OMS Y el MINSA se puede observar que su actividad física es inadecuada.

Ante lo mencionado, según la OMS (44) manifiesta que todas las personas, sea cual sea su edad y capacidad, pueden lograr ser físicamente activas y que cada tipo de movimiento cuenta siempre y cuando sea actividad física aeróbica de intensidad moderada o vigorosa con un intervalo de 2 horas a 5 horas entre la semana, además recalca que la actividad física en los adultos ayuda a reducir síntomas de ansiedad y depresión. En adultos mayores se recomienda incluir actividades que ayuden a reforzar la coordinación y equilibrio, así como también los músculos para prevenir caídas.

Así mismo la OMS (45) argumenta que cuando se practica dichas actividades el riesgo de enfermedades no transmisibles desciende, así como otros problemas de salud, la inactividad física en conjunto con hábitos sedentarios empeora la salud aumentando el porcentaje de padecer problemas de salud suponiendo una carga para el sistema de salud.

Por otro lado, el MINSA (46) a través de la Dirección de Promoción de la Salud (PROMSA) menciona que se debe realizar al menos 30 minutos de actividad física regularmente ya que lo recomendado en los adultos es de 150 minutos a la semana, logrando así prevenir enfermedades no transmisibles como la diabetes, hipertensión, cardiopatías, obesidad y sobrepeso.

En cuanto a la dimensión manejo del estrés, los adultos refieren que identifican las situaciones que le causan tensión y preocupación, como es la economía, la condición de trabajo, pensar en su jubilación, crisis familiar, divorcios. Sin embargo, no lo expresan con los demás, logrando que con el tiempo su estrés aumente y por ende se altere su estado emocional al estar solo frente a estos problemas, algunos realizan la meditación o alguna actividad de relajación para despejar la mente y buscar alternativas de solución. pero no todos están familiarizados con esas actividades de relajación. Al comparar con lo que dice la OMS Y la OPS se observa que no tienen un buen manejo del estrés.

Ante lo encontrado, la OMS (47) argumenta que todas las personas cuentan con grado de estrés, puesto que es una respuesta natural a ciertos estímulos, sin embargo, es la forma en que reacciona cada persona lo que marca la diferencia en cómo afecta a nuestra salud teniendo consecuencias físicas y psíquicas.

Ante lo argumentado anteriormente, la OPS (48) detalla que el manejo adecuado del estrés, es la capacidad para poder establecer un control sobre los pensamientos,

emociones, sentimientos e iras para poder llevar un control sobre la vida cotidiana y los problemas que se presentan sin causar ningún daño adyacente en el ser humano.

En la dimensión de apoyo interpersonal, mediante la encuesta se pudo evidenciar que los adultos cuentan con una buena relación entre vecinos, así mismo manifiestan que ante una actividad suelen ser solidarios y al participar todos los vecinos entablan vínculos personales evitando los conflictos. Además, manifiestan participar en las reuniones de la junta directiva donde actualmente realizan recorridos de patrullaje por las noches por el bien de la seguridad en el sector en compañía de serenazgos del distrito. Al comparar con lo que dice la OMS se observa un apoyo interpersonal adecuado sabiendo que es importante porque ayuda en la integración y bienestar general.

Ante lo encontrado, la OMS (49) manifiesta que todo ser humano es social, debido que necesita estar en comunicación para poder sobresalir y desarrollarse, por consiguiente, así nacen las relaciones interpersonales que son la fuente del saber escuchar, comprender y ser empáticos con los demás con la finalidad de lograr un entorno entre los humanos saludable.

En la dimensión de autorrealización, se pudo identificar qué, la mayoría de los adultos del estudio si están satisfechos con lo que han logrado en su vida y con sus actividades diarias, refieren que, a pesar de las diferentes adversidades en su vida como comprometerse a temprana edad, pérdida de su principal sustento, cuentan con grado de instrucción secundaria y superior evidenciando el deseo de superación de los adultos, han logrado conseguir un empleo, o abrir un negocio independiente para poder contar con un ingreso económico, formar un hogar donde vivir y brindar educación a sus hijos. Pese a ello no dejan de autoeducarse leyendo publicaciones o revistas sobre cultura y salud para seguir explotando su potencial. Ante lo manifestado por Maslow se puede observar que los adultos en estudio si cuentan con una autorrealización.

Ante lo encontrado, Abraham Maslow en González, A (50) según su criterio manifiesta que una persona autorrealizada es capaz de explotar su potencial para poder realizarse, con la finalidad de realizar tareas que cumplan un propósito y den sentido a su vida. También se le relaciona con la salud mental, por lo que se requiere de una actitud positiva durante el crecimiento y desarrollo social, prestando dominio e integración en el entorno en el que se desarrollen.

Con respecto a la responsabilidad en salud, se pudo identificar en los adultos varones que mayormente no acuden a un establecimiento de salud a pesar de sentir

molestias como fiebre, malestar de cuerpo, tos mencionado que; son molestias pasajeras, además, suelen automedicarse para calmar las molestias manifestando que solo les importa cumplir con sus respectivos trabajos y no le toman mucha en cuenta las recomendaciones del personal de salud. En el caso de las mujeres son las que en mayor cantidad acuden a un establecimiento de salud, para chequeos preventivos, molestias presentadas, campañas de salud. Ambos sexos manifiestan consumir sustancias nocivas como alcohol, cigarrillos en fiestas sociales. Ante lo fundamentado en responsabilidad en salud, se observa que no cuentan con una responsabilidad adecuada en su salud.

Ante lo encontrado, la responsabilidad en salud se basa en tomar las alternativas saludables escogiendo de una manera correcta dejando de lado todo aquello que puede poner en riesgo la salud. Lo que resalta que cada uno es autónomo al decidir el estado de su salud, es por ello que se cuenta con la habilidad de poder variar los riesgos que son inherentes en el entorno y que pueden ser modificables de acuerdo al comportamiento de cada persona. Así mismo se requiere reflexionar para poder analizar las consecuencias de las prácticas nocivas y poder lograr un cambio de hábitos heredados (51).

Por lo expuesto anteriormente, al analizar todas las dimensiones se identifica que los adultos de la urbanización Nicolás Garatea Sector XI tienen un estilo de vida no saludable debido a que tienen una alimentación inadecuada, no practican actividad física, no manejan el estrés ante diversas situaciones y no tienen una adecuada responsabilidad ante su salud, la cual pone en riesgo su propia salud de la cual no son conscientes. Por consiguiente, repercutir en su salud al sufrir diferentes enfermedades a largo o corto plazo, como hipertensión, diabetes, obesidad, diferentes tipos de cáncer. Aumentando así los pacientes atendidos en la jurisdicción, a pesar que se puede prevenir desde el cambio en el estilo de vida de cada adulto. Sin embargo, los adultos tienen ciertas limitaciones para optar un correcto estilo de vida saludable como son las costumbres, falta de conocimiento y educación sobre el estilo de vida saludable.

Para el objetivo de determinar los factores biosocioculturales de los adultos en estudio, **la Tabla 2** reporta que el 53,79% son adultos maduros (30 a 59 años,) el 55,17% son de sexo femenino, el 63,45% son católicos, el 45,52% tiene secundaria completa/incompleta, seguido de un 40,69% con superior completa / incompleta el 53,79% son casado(a)/conviviente, el 33,79% son empleados seguido del 25,42% que tiene como ocupación otros y el 58,62% de los adultos tiene un ingreso económico mayor de 1025 nuevos soles, seguido de un 33,79% con un ingreso de 500 a 1025 nuevos soles.

Existen resultados similares como los de Toledo, B (21) encontró que el 59,33% de la población en estudio son adultos maduros, el 69,33% son de sexo femenino, el 51,33% son convivientes, el 57,33% tiene la ocupación de empleados. Nuñez, C (19) encontró que el 75,0% son adultos maduros, 56,0% son de sexo femenino, 55,0% tienen secundaria completa, el 63,0% son convivientes.

Sin embargo, Fernández, A et al (16) reporta resultados diferentes en mayor porcentaje en adultos jóvenes de sexo masculino. Carrión, L (22) reportó que el 63,33% son de sexo masculino, el 65,83% y 47,50% su ingreso económico es de 650 a 850 nuevos soles. Quiroz, K (24) reportó que el 75,0% son de sexo masculino, el 70,8% tienen grado de instrucción primaria, el 61,7% son de religión evangélica, Reyes, M (20) reportó que el 52% tiene un ingreso económico de 650 a 850.

En el presente estudio se pudo identificar que la población encuestada son adultos maduros que comprenden la edad de 30 a 59 años. El MINSA (30) menciona que la adultez es la etapa donde se dan diversos cambios físicos como también dentro del organismo. Esta etapa del ser humano se divide en tres; adulto joven, adulto y adulto mayor. En el cual los adultos maduros asumen importantes responsabilidades y compromiso con la familia e hijos, adaptarse a nuevos cambios, empleos. Además, empieza la presencia de algunas enfermedades menores a comparación del adulto mayor.

Ante lo mencionado anteriormente, según Pérez, N. (52) detalla que los adultos generalmente están expuestos a padecer cambios en lo cognitivo, social, emocional, físico y laboral. Referente al físico menciona que mediante el tiempo y se envejece puede desarrollar problemas de salud. De ahí lo relevante de adoptar e implementar hábitos saludables para promover un bienestar físico, psicológico y social.

La vida adulta es una etapa que tiene diversos cambios tanto en lo físico, social y psicológico, además es la etapa donde más desafíos personales se presentan y a los que se enfrentan. Es la etapa óptima donde buscan logros en el trabajo, familia y entorno, por otro lado, es también la etapa donde muchos atraviesan conflictos, pérdidas trayendo consecuencias en su salud si es que no se enfrentan de una manera adecuada estos problemas, es por ello considerada la etapa de vida más compleja (29).

Ante lo sustentado en el párrafo anterior, los adultos de la urbanización Nicolás Garatea Sector XI, que fueron parte del estudio están en el proceso de todos los cambios anteriormente mencionados o ya lo han atravesado, ante ello están propensos a poder atravesar diferentes situaciones en su vida cotidiana, reconociendo que es la principal

etapa donde el adulto está en su eje de madurez y logros, cuenta con el criterio propio para tomar decisiones importantes para su desarrollo y bienestar. Así mismo los cambios también se ve reflejado en su salud, debido a que atraviesan también cambios físicos, psicológico, además al contar con mayores responsabilidades en lo individual y familiar puede también afectar su salud mental.

En cuanto al sexo, se pudo identificar que más de la mitad de los adultos son de sexo femenino. Cabe recalcar que la mujer en la actualidad es multifacética en estudio, empleo, cuidado del hogar y ha venido teniendo un amplio desarrollo a lo largo de la historia, donde según el contexto cultural y social la mujer era afiliada al cuidado de la familia y a roles domésticos lo que se ha ido evolucionando gracias a las oportunidades e igualdad de género (53).

En la Jornada “Mujer, Estrategia y Desarrollo”. Se enfatiza que la mujer puede adaptarse a diferentes cambios y busca el equilibrio en su vida. Así mismo se resalta que una mujer equilibrada en su rol de vida familiar y de vida en el trabajo es una mujer que debe sentirse empoderada y tomar decisiones que promuevan su autorrealización y también su satisfacción personal (54).

Ante lo sustentado en el párrafo anterior, las mujeres de la urbanización Nicolás Garatea Sector XI, se caracterizan por ser mujeres empoderadas, unidas que siempre buscan salir adelante, en cuanto al hogar, son ellas las que mayormente buscan las soluciones y como lograr un ambiente saludable y equilibrado entre todos los miembros de la familia. El contar con secundaria y superior destaca el deseo de superación de las mujeres buscando sobresalir y motivándose siempre a aprender algo nuevo. Ante ello las mujeres en estudio tienen la capacidad de ayudar a fortalecer la resiliencia de la comunidad frente a diferentes situaciones.

En cuanto a la religión, más de la mitad de los adultos de urbanización Nicolás Garatea Sector XI, profesan la religión católica, ya que sus padres le inculcaron desde niños a base de creencias familiares, al mismo tiempo porque cuentan con una iglesia católica cerca de sus domicilios facilitándoles el acceso al mundo de la religión católica y sus costumbres. Manifiestan asistir los domingos a horas de la mañana, de participar y seguir tradiciones que tenga que ver con los santos y sus conmemoraciones que se realizan. Como por ejemplo asistir a la procesión del Señor de los Milagros como tradición. Sin embargo, un porcentaje de adultos profesan otra religión como la evangélica, testigo de Jehová, entre otro, los cuales manifiesta tener una desaprobación

al catolicismo al tener la creencia de adorar a santos ya que para ellos solo existe un Dios. Ah pesar de ello contar con una comunidad seguidora del catolicismo benéfica a cada adulto a aumentar su espiritualidad, fe, convertirse en mejores personas, además de encontrar un apoyo espiritual.

Ante lo encontrado, el catolicismo es una religión jerárquica con radio universal, por lo que es considerada la religión con mayores creyentes dentro de la doctrina, brindan reconocimiento hacia el Papa como su jefe espiritual, creen en la presencia de Jesucristo en la Eucaristía el cual representa el cuerpo y sangre de Cristo. La visión del catolicismo es brindar conocimiento a sus feligreses, capacitándolos durante toda su vida con ética y valores (55).

Con respecto al grado de instrucción en los adultos del estudio, menos de la mitad tiene el grado de instrucción secundaria completa / incompleta seguido en menor porcentaje superior completa /incompleta. Manifiestan que cuentan con un grado de instrucción que les permite sentirse realizados, que a pesar de las diferentes adversidades en su vida siempre buscaron la superación, con ello muestra que son adultos capaces de tomar sus propias decisiones, velar por ellos y su familia. Por consiguiente, muestran tener una capacidad teórica brindada por una educación de calidad que les ayudo a encontrar un empleo de acuerdo a sus necesidades, a la vez manifiestan que tienen habilidades y destrezas que también les ayudo a la hora de conseguir un empleo o formar sus propios negocios para así cubrir las necesidades básicas en el hogar.

Ante lo encontrado, la escuela y la universidad constituyen un espacio formativo de suma importancia, donde se desarrolla la inteligencia, la voluntad y los aspectos a base de formación científica y humanística, así mismo ayuda a desarrollar las cualidades artísticas en base a los programas de servicio social educativo. Además, se detalla para la superación en la educación es importante el apoyo familiar (56).

Ante lo mencionado anteriormente, según el Programa Nacional de Becas y Crédito Educativo del Ministerio de Educación del Perú, manifiesta que contar con un nivel de instrucción que incluya a la educación superior es de gran beneficio por las oportunidades y beneficios que se puede conseguir en los trabajos, del mismo modo se puede conseguir trabajos formales, con salario estable y con seguro de salud que garantice una tranquilidad para a familia (57).

En cuanto al estado civil, más de la mitad de los adultos son casados o convivientes, lo que evidencia que es una comunidad que viven con pareja. muchos de

estos adultos consideran que ser convivientes o casados es lo mismo ya que al tener una familia y vivir en el mismo hogar se consideran ellos un matrimonio y les ayuda a tener una integración familiar sana, armoniosa, con respeto y comprensión logrando un entorno de paz y de ayuda mutua entre cada integrante. logrando una convivencia sana entre cada miembro de la familia, además mencionaron profesar una religión predominante lo que facilita el brindar un respeto mutuo a la pareja el cuales les ayuda también a superar problemas difíciles ya que son la principal fuente de apoyo ante estas situaciones. Por otro lado, hubo un porcentaje significativo menor de solteros que manifestaban que aún no se encontraban preparados en lo psicológico como en lo económico para poder sustentar una familia, o porque tienen metas claras para su futuro. Ante ello se puede mencionar que es una comunidad donde se practica el respeto mutuo entre familias y un entorno de paz.

Ante lo encontrado, la convivencia o unión de hechos, es la coexistencia libre entre una mujer y un hombre sin que haya un matrimonio de promedio que los una. Dicha convivencia es semejante al matrimonio a la hora de realizar deberes, actividades y roles, así mismo todo el bien logrado en la convivencia corresponde a los conyugues. Es por ello la importancia de registrar la convivencia en el Registro Personal de la SUNARP para deliberar los bienes de cada conviviente (58).

Por otro lado, en cuanto a la ocupación menos de la mitad son empleados conjuntamente con otros. Lo que se evidencia que es una comunidad trabajadora que busca el desarrollo familiar. En el caso de los empleados manifiestan tener un ingreso mensual estable, seguro de salud y algunos beneficios propios de su trabajo, además de sentirse cómodos con su ocupación y el ingreso económico que le genera. Los adultos con otras ocupaciones; son trabajadores independientes como electricistas, soldadores o comerciantes. y que mencionan que son ocupaciones que se acopla a sus aptitudes y habilidades recalcan que no cuentan con un sueldo mensual fijo en cantidad debido a que es muy variado, pero consideran que este genera buenos ingresos para su desarrollo.

Ante lo encontrado, la ocupación hace referencia a todas las personas que cuenten con un empleo remunerado o que ejerce una actividad independiente, para decir que un ser humano es empleado o ejerce una actividad remunerada debe ser mayor de 14 años con alguna actividad remunerad, trabajadores independientes, dependiente y laborar mínimo 1 hora con remuneración (59).

En cuanto al ingreso económico de los adultos del estudio, más de la mitad cuentan con un ingreso económico mayor a 1025 nuevos soles, seguidamente de ingreso económico de 500 a 1025, por lo que se podría decir que la mayoría de adultos de la urbanización Nicolás Garatea sector XI, cuentan con ingresos superiores a 500 nuevos soles debido a que son empleados y ejercen otras ocupaciones. Por consiguiente, cuentan con el sustento para poder satisfacer sus necesidades en el hogar como alimentación, vestimenta, comodidad y salud debido a que mayor ingreso mayor es la probabilidad de atenderse en un centro de salud de calidad y de mejores prestaciones.

Ante lo encontrado, el ingreso económico son los fondos financieros de una persona, el cuales son obtenidos durante un periodo estable. El ingreso económico puede favorecer positivamente en los adultos, debido a que un mayor ingreso económico está asociado a unos servicios de calidad, mejores oportunidades y por ende mejor condición de vida (60).

En el año 2022 a partir del 1 de mayo se aumentó el sueldo mínimo vital de 930 nuevos soles a 1025 nuevos soles el cual es un gran beneficio para los adultos, todo fue gracias el respaldo del Decreto Supremo N° 003-2022-TR que permitió lograr combatir los costos elevados de los productos de la canasta básica (60).

Por lo expuesto anteriormente, los factores biosocioculturales son características detectables en el ser humano, las cuales no pueden ser modificables y se pueden presentar de diferentes condiciones permitiéndose desarrollarse o no, contribuyendo al bienestar y al desarrollo integral teniendo en consideración los aspectos sociales, biológicos y culturales logrando interactuar de manera colectiva durante toda la vida. Por ello, es relevante comprender e interactuar con las condiciones de una comunidad, de este modo permitir generar estrategias e intervenciones para el fomento de la calidad de vida. Sin embargo, los adultos tienen ciertas limitaciones al fomentar una calidad de vida por la movilización de los adultos de un lugar a otro, llegada de nuevos habitantes, oportunidad de tener un desarrollo social y cultural evidenciado una inestabilidad al momento de adecuarse a los factores.

## **VI. CONCLUSIONES**

- En cuanto al estilo de vida más de la mitad de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote tienen un estilo de vida no saludable, esto debido a una alimentación inadecuada, inactividad física, estrés, no contar con apoyo interpersonal, la falta de responsabilidad con su salud y el consumo de alcohol en actividades o reuniones familiares.
- En relación a los factores biosocioculturales, más de la mitad son adultos, mujeres, católicos, casados(a)/convivientes, empleados y ejercen otras ocupaciones, la mayoría tiene superior y secundaria e ingresos superiores a 500 nuevos soles.

## **VII. RECOMENDACIONES**

- Se recomienda al personal de la posta de salud de la jurisdicción analizar los resultados de la presente investigación para luego implementar estrategias promocionales y preventivas en el mejoramiento del estilo de vida
- A las autoridades de la comunidad se recomienda gestionar convenios con instituciones que trabajen en favor de la mujer y del apoyo familiar. En casos de viudez, divorcio, crisis matrimonial.
- A los estudiantes de enfermería de diferentes universidades se recomienda realizar investigaciones que identifiquen factores que se relacionen con el estilo vida y factores biosocioculturales, ayudando a mejorar la problemática que pueda subsistir en su comunidad.

## Referencias bibliográficas:

1. Organización Mundial de la Salud. Envejecimiento y salud. [internet]. OMS. 2022 [consultado el 15 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
2. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Estado de salud (estado de salud percibido, enfermedades crónicas, dependencia funcional) [Internet]. INEI. 2023 [consultado el 15 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: [https://www.inec.es/ss/Satellite?L=es\\_ES&c=INESeccion\\_C&cid=1259926692949&p=%2F&pagename=ProductosYServicios%2FPYSLayout&param1=PYSDetalle&param3=1259924822888#:~:text=Seg%C3%BAAn%20la%20Encuesta%20Europea%20de,como%20muy%20bueno%20o%20bueno.](https://www.inec.es/ss/Satellite?L=es_ES&c=INESeccion_C&cid=1259926692949&p=%2F&pagename=ProductosYServicios%2FPYSLayout&param1=PYSDetalle&param3=1259924822888#:~:text=Seg%C3%BAAn%20la%20Encuesta%20Europea%20de,como%20muy%20bueno%20o%20bueno.)
3. Caus N. La pobreza en África [Internet]. ONG Manos Unidas. 2020 [consultado el 15 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.manosunidas.org/observatorio/pobreza-mundo/pobreza-africa#:~:text=A%20pesar%20de%20los%20relativos,la%20poblaci%C3%B3n%20sufre%20de%20desnutrici%C3%B3n.>
4. Carbajosa A. El “estilo de vida europeo” que asfixia la salud pública de África [internet]. El País. 2024 [consultado el 15 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://elpais.com/planeta-futuro/2024-04-06/el-estilo-de-vida-europeo-que-asfixia-la-salud-publica-de-africa.html>
5. Garrido W. Comisión Económica para América Latina y el Caribe. CEPAL examina el panorama actual del envejecimiento en la región, así como los avances y desafíos para el ejercicio de los derechos y la inclusión de las personas mayores. [internet] CEPAL. 2022 [consultado el 15 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.cepal.org/es/noticias/cepal-examina-panorama-actual-envejecimiento-la-región-así-como-avances-desafíos-ejercicio>
6. Instituto Nacional de Estadística y Geografía. Encuesta nacional sobre salud y envejecimiento en México (ENASEM) y encuesta de evaluación cognitiva. [internet] INEGI. 2021 [consultado el 15 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: [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)

7. Instituto Nacional de Estadística e Informática. En el Perú existen más de cuatro millones de adultos mayores. [internet] INEI .2020 [consultado el 15 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/en-el-peru-existen-mas-de-cuatro-millones-de-adultos-mayores-12356/>
8. Instituto Nacional de Estadística e Informática. El 78,9% de la población adulta mayor presenta algún problema de salud de manera crónica. [internet] INEI. 2024 [consultado el 15 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.gob.pe/institucion/inei/noticias/926048-el-78-9-de-la-poblacion-adulta-mayor-presenta-algun-problema-de-salud-de-manera-cronica>
9. Ministerio de Salud. Análisis de situación de salud del Perú. [internet] MINSA. 2021 [consultado el 15 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/6279.pdf>
10. Ministerio de Salud. La costa registra mayor porcentaje de personas con diabetes (5.8 %) [internet]. MINSA. 2022 [consultado el 15 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/668925-la-costa-registra-mayor-porcentaje-de-personas-con-diabetes-5-8>
11. Ministerio de Salud. Política Nacional Multisectorial de salud al 2030 [Internet]. 2020 [consultado el 15 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/1272348/Política%20Nacional%20Multisectorial%20de%20Salud%20al%202030.pdf>
12. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Enfermedades no transmisibles y no transmisibles. [internet] INEI. 2020. [consultado el 15 de agosto del 2024] Recuperado a partir de: [https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2020/departamentales\\_en/Endes02/pdf/Ancash.pdf](https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2020/departamentales_en/Endes02/pdf/Ancash.pdf)
13. Dirección Regional de Salud de Ancash. DIRESA Áncash promueve estilos de vida saludable en marco a la semana de oro [Internet] 2022 [consultado el 15 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://diresancash.gob.pe/diresa-ancash-promueve-estilos-de-vida-saludable-en-marco-a-la-semana-de-oro/>
14. Radio Santo Domingo. Hospital Regional: Incrementan casos de obesidad en Nuevo Chimbote. [internet] 2019 [consultado el 15 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://radiorsd.pe/noticias/hospital-regional-incrementan-casos-de-obesidad-en-nuevo-chimbote>

15. Exitosas noticias. Áncash: Reportan incremento de casos de diabetes en adultos [internet] 2020 [consultado el 23 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de: <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 [consultado el 15 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://bonga.unisimon.edu.co/server/api/core/bitstreams/ad0638c3-30a8-4ba5-aed0-58c394eb60c8/content>
17. Benítez V, et al. Estilo de vida en adultos de 18 a 60 años de una comunidad rural. Dial net [Internet]. 2020. [consultado el 15 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8805233>
18. Rodríguez P et al. Valoración del estilo de vida saludable adquirido en adultos españoles de 22 a 72 años de edad [Internet]. Elsevier.es. 2023 [consultado el 15 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.elsevier.es/es-revista-clinica-e-investigacion-arteriosclerosis-15-avance-resumen-valoracion-del-estilo-vida-saludable-S0214916822000675>
19. Nuñez C. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos en el Caserío de Tunal, distrito Lalaquiz, Huancabamba, Piura, 2024. Universidad católica los Ángeles de Chimbote [Internet]. 2024 [consultado el 15 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/37384>
20. Reyes M. estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto en el Asentamiento Humano los Polvorines Villa Piura Veintiséis de Octubre Piura, 2022. Universidad católica los Ángeles de Chimbote [Internet]. 2022 [consultado el 15 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/31784>
21. Toledo B. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto en la Urbanización Vista Alegre, Ancash, 2023. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote [Internet]. 2023 [consultado el 15 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/35803>
22. Carrión L. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa\_ Nuevo Chimbote,

- 2023 Universidad Católica los Ángeles de Chimbote [Internet]. 2023 [consultado el 15 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: :  
<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/35652>
23. Carrión T. Factores sociodemográficos y estilos de vida den el adulto del asentamiento humano Villa Universitaria en Nuevo Chimbote. Universidad católica los Ángeles de Chimbote [Internet]. 2024 [consultado el 24 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de:  
<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/35664>
24. Quiroz K. Estilo de vida y los factores biosocioculturales en adultos maduros del Asentamiento Humano Belén Nuevo Chimbote, 2021. Universidad católica los Ángeles de Chimbote [Internet]. 2021 [consultado el 15 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de:  
<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/35165>
25. Ávila M. Editorial de la Ministra de Salud. Hacia una nueva Salud Pública: Determinantes de la Salud [Internet]. 2009 [consultado el 24 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.scielo.sa.cr/pdf/amc/v51n2/art02v51n2.pdf>
26. Lalonde M. A new perspective on the health of Canadians. [Internet]. Canadá; 1974 [citado el 23 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.phac-aspc.gc.ca/ph-sp/pdf/perspect-eng.pdf>
27. Lalonde M. El concepto del “campo de la salud”- una perspectiva canadiense. [Internet]. Canadá; 1975. [citado el 17 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de: <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/46385/50923.pdf?sequence=1>
28. Ariztizabal G et al. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión [Internet]. 2011 [consultado el 23 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de:  
[https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-70632011000400003](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003)
29. Urbano C. Psicología del desarrollo: enfoques y perspectivas del curso vital [Internet]. Córdoba: Editorial Brujas, 2014 [citado el 23 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de : <https://elibro.net/es/ereader/uladech/78157?page=94>
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 23 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de: <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 [consultado el 24 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <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]. Recuperado a partir de: <https://www.paho.org/es/temas/determinantes-sociales-salud>
  33. Sampieri H. Metodología de la investigación. 6ta edición. México: Mc Graw Hill Educación; [Internet]. 2014 [consultado el 20 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.esup.edu.pe/wpcontent/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20BaptistaMetodología%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>
  34. Real Academia Española. Sexo. [Internet] 2023 [consultado el 24 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://dle.rae.es/sexo>
  35. Real Academia Española. Edad. [Internet]. 2023 [consultado el 24 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://dle.rae.es/edad>
  36. Instituto Nacional de Estadística e informática. Glosario de términos. [Página 11] Perú: Compendio Estadístico Provincia Constitucional del Callao. 2014. Consultado el 23 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de: [https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones\\_digitales/Est/Lib1268/Glosario.pdf](https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1268/Glosario.pdf)
  37. Real Academia Española. Religión [Internet] 2023 [consultado el 24 de agosto del 2024] recuperado a partir de: <https://dle.rae.es/religi%C3%B3n>
  38. Real Academia Española. Estado civil [Internet]. 2023 [consultado el 24 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://dpej.rae.es/lema/estado-civil>
  39. Instituto Nacional de Estadística e informática. Glosario de términos. [Página 12] Perú: Compendio Estadístico Provincia Constitucional del Callao. 2014. Consultado el 23 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de: [https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones\\_digitales/Est/Lib1268/Glosario.pdf](https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1268/Glosario.pdf)

40. Real Academia Española. Ocupación. [Internet]. 2023 [consultado el 24 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.rae.es/diccionario-estudiante/ocupaci%C3%B3n>
41. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Reglamento de integridad científica en la investigación Versión 001. [Internet]. ULADECH Católica, 2024 [citado el 20 de agosto del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.uladech.edu.pe/wpcontent/uploads/erpuniversity/downloads/transparencia-universitaria/estatuto-el-texto-unico-de-procedimientos-administrativos-tupa-el-plan-estrategicoinstitucional-reglamento-de-la-universidad-y-otras-normativas/reglamentos-de-la-universidad/reglamento-de-integridad-cientifica-en-la-investigacion-v001.pdf>
42. Tulchinsky T. Marc Lalonde, the Health Field Concept and Health Promotion [Internet]. PMC 2018 [consultado el 24 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780128045718000287?via%3Dih>
43. Organización Mundial de la Salud. Alimentación sana. [Internet]. 2019 [consultado el 15 de setiembre del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
44. Organización Mundial de la Salud. Cada movimiento cuenta para mejorar la salud – dice la OMS. [Internet]. 2020 [consultado 23 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.who.int/es/news/item/25-11-2020-every-move-counts-towards-better-health-says-who>
45. Organización Mundial de la Salud. Actividad física. [Internet]. 2024 [consultado el 15 de setiembre del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
46. Ministerio de Salud. MINSA insta a la población realizar actividades físicas para evitar el sedentarismo y la obesidad [Internet]. 2023 [consultado el 28 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/720499-minsa-insta-a-la-poblacion-realizar-actividades-fisicas-para-evitar-el-sedentarismo-y-la-obesidad>
47. Organización Mundial de la Salud. Estrés. [Internet]. 2023 [consultado el 15 de setiembre del 2024]. Recuperado a partir de: [https://www.who.int/es/news-room/questionsandanswers/item/stress?gad\\_source=1&gclid=Cj0KCQjwo8S3BhD](https://www.who.int/es/news-room/questionsandanswers/item/stress?gad_source=1&gclid=Cj0KCQjwo8S3BhD)

[eARIsAFRmkOO6F8KX3cVysGUnNQ0fN2wDW2LC1bVjwXghYY\\_VTnV5tGqP1m7J6GgaAsMeEALw\\_wcB](https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/336218/9789240009561-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

48. Organización Panamericana de la Salud. En tiempos de estrés, haz lo que importa. Una guía ilustrada. Versión adaptada para América Latina. [Internet]. 2020 [consultado el 23 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de: <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/336218/9789240009561-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
49. Organización Mundial de la Salud. La OMS pone en marcha una comisión para fomentar la conexión social. [Internet]. 2023 [consultado el 23 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de : <https://www.who.int/es/news/item/15-11-2023-who-launches-commission-to-foster-social-connection>
50. González A. Relevancia de los Ejercicios espirituales ignacianos como herramienta para el desarrollo humano desde la teoría maslowiana de la autorrealización. [Internet]. 2024 [consultado el 23 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de: [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)
51. Luis P, et al. Responsabilidad personal con la salud. Conocimientos y percepciones de diferentes actores sociales. [Internet]. 2020 [consultado el 23 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2221-24342020000300280](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2221-24342020000300280)
52. Pérez N. Psicología del desarrollo humano: del nacimiento a la vejez [Internet]. San Vicente, Alicante: ECU, 2012 [consultado el 23 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de: <https://elibro.net/es/lc/uladech/titulos/62378>
53. Bravo M. La mujer en la historia [en línea]. Madrid: Ediciones Encuentro, S.A. 2013 [consultado 01 noviembre 2024]. Recuperado a partir de: <https://elibro.net/es/lc/uladech/titulos/61616>
54. Cuenca C. et al. Memorias Jornada 8M, "Mujer, estrategia y desarrollo" [Internet]. Cuenca: Instituto Superior Tecnológico American College, 2024 [consultado 01 noviembre 2024]. Recuperado a partir de: <https://elibro.net/es/lc/uladech/titulos/272434>
55. Molina M. La Iglesia católica en el espacio público: un proceso de continua adecuación. [Internet]. 2012 [consultado el 23 de octubre del 2024]. Recuperado a

- partir de: [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0188-77422012000200004](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-77422012000200004)
56. Santa Cruz D. et al. Educación y desarrollo personal [En Línea]. Bogotá: Universidad Católica de Colombia, 2021 [consultado 01 noviembre 2024]. Recuperado a partir de: <https://elibro.net/es/lc/uladech/titulos/197114>
57. Programa Nacional de Becas y Crédito Educativo. ¿Por qué es importante estudiar una carrera profesional? [Internet]. 2020 [consultado el 23 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.pronabec.gob.pe/noticias/por-que-es-importante-estudiar-una-carrera-profesional/>
58. Superintendencia Nacional de los Registros Públicos. ¿Convives? Así puedes inscribir tu unión de hecho y garantizar tus derechos como conviviente. [Internet]. 2024 [consultado el 23 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.gob.pe/institucion/sunarp/noticias/583283-convives-asi-puedes-inscribir-tu-union-de-hecho-y-garantizar-tus-derechos-como-conviviente>
59. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Definiciones y conceptos. Perú: Participación de la Población en la Actividad Económica, 2017. [Internet]. 2017 [consultado el 23 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de: [https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones\\_digitales/Est/Lib1676/06.pdf](https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1676/06.pdf)
60. Ministerio de trabajo y promoción de empleo. \_\_Decreto Supremo N° 003-2022-TR [Internet]. 2022 [consultado el 23 de octubre del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.gob.pe/institucion/mtpe/normas-legales/2890811-003-2022-tr>

Anexos

Anexo 01. Matriz de Consistencia

| FORMULACIÓN DEL PROBLEMA   | OBJETIVOS  | VARIABLES   | METODOLOGÍA  |
|--|--|---|--|
| <p>¿Cuál es el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote, 2024?</p> | <p><b>Objetivo General:</b><br/>Determinar el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote</p> <p><b>Objetivos Específicos:</b><br/>- Identificar el estilo de vida de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote.<br/>- Identificar los factores biosocioculturales (edad, sexo, estado civil, grado de instrucción, religión, ingresos económicos y ocupación) de los adultos de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote</p> | <p><b>Estilo de vida</b><br/>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saludable</li> <li>• No saludable</li> </ul> <p><b>Factores biosocioculturales</b><br/>Dimensiones:</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 de Inv.</b><br/>Cuantitativa de corte transversal</p> <p><b>Nivel de Inv.</b><br/>Descriptiva</p> <p><b>Diseño de Inv.</b><br/>No experimental, de una sola casilla</p> <p><b>Población:</b> 231 adultos del Sector XI de la Urbanización Nicolás Garatea en Nuevo Chimbote.</p> <p><b>Muestra</b><br/>145 adultos del Sector XI de la Urbanización Nicolás Garatea en Nuevo Chimbote.</p> <p><b>Técnicas:</b><br/>Encuesta y observación</p> <p><b>Instrumentos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala de Estilo de Vida</li> <li>• Cuestionario de Factores Biosocioculturales</li> </ul> |

Anexo 02. Instrumento de recolección de información



**ESCALA DE ESTILO DE VIDA**

Elaborado por Walker, Sechrist y Pender

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



| N°                           | Ítems   | CRITERIOS |   |   |   |
|------------------------------|---|-----------|---|---|---|
|                              |   | N         | V | F | S |
| <b>ALIMENTACIÓN</b>          |   |           |   |   |   |
| 1                            | Come Ud. tres veces al día: desayuno, almuerzo y cena.  | 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 |



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: Gorriti, 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) Ambulante   
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 03. Ficha técnica de los instrumentos



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

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

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

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 DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



**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 Cron<br>Bach | N de elementos |
|----------------------|----------------|
| 0.794                | 25             |

Anexo 04. Formato de consentimiento informado u otros

**FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO**

PROTOCOLO 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 una urbanización en Nuevo Chimbote, 2024. y es dirigido por Rodriguez Vilela George Steven, 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 de la Urbanización Nicolás Garatea Sector XI en Nuevo Chimbote. Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 10 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 una copia física de los resultados. Si desea, también podrá escribir al correo [georgerv2001@gmail.com](mailto:georgerv2001@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:



# CARTA DE RECOJO DE INFORMACIÓN



Chimbote, 21 de agosto del 2024

**CARTA N° 0000001259- 2024-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA**

Señor/a:

CORZO CASANA KEYSI  
PUESTO DE SALUD NICOLAS GARATEA

Presente.-

A través del presente reciba el cordial saludo a nombre del Vicerrectorado de Investigación de la Universidad Católica Los Angeles de Chimbote, asimismo solicito su autorización formal para llevar a cabo una investigación titulada ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS ADULTOS DE UNA URBANIZACIÓN EN NUEVO CHIMBOTE, 2024, que involucra la recolección de información/datos en ADULTOS DE LA URBANIZACIÓN NICOLAS GARATEA, a cargo de GEORGE STEVEN RODRIGUEZ VILELA, perteneciente a la Escuela Profesional de la Carrera Profesional de ENFERMERÍA, con DNI N° 71386476, durante el período de 26-08-2024 al 21-09-2024.

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

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

Atentamente.



Dr. Willy Valle Salvatierra  
Coordinador de Gestión de Investigación

MINISTERIO DE SALUD  
RED DE SALUD INOCENTE  
PUESTO DE SALUD NICOLAS GARATEA  
21 08 24 10.23  
**RECIBIDO**

## CARTA DE ACEPTACIÓN A LA INVESTIGACIÓN

Chimbote, 15 de octubre del 2024

### CARTA DE ACEPTACIÓN

Coordinador de Gestión de la Investigación

Dr: Nilo Velásquez Castillo

Presente. –

A través del presente reciba el cordial saludo, que en atención a la carta de recojo de información Nro. CARTA N°0000001259- 2024-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA se autoriza al bachiller RODRIGUEZ VILELA GEORGE STEVEN, perteneciente a la Escuela Profesional de la Carrera Profesional de ENFERMERÍA, con DNI N° 71386476 ,a realizar la investigación, ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS ADULTOS DE UNA URBANIZACION EN NUEVO CHIMBOTE,2024; en los meses de septiembre a noviembre del 2024

Sin otro particular, quedo de usted.

Atentamente,

Morales Demetrio Bantiz Mosquera

