



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD DE HUMANIDADES, CIENCIAS Y SALUD
PROGRAMA DE ESTUDIO DE ENFERMERÍA**

**ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN EL ADULTO JOVEN.
PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE, 2025**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
FACTORES DE RIESGO Y DETERMINANTES DE LA SALUD**

AUTOR

FLORES AGURTO, NURIA MACARENA

ORCID:0009-0006-0494-8642

ASESOR

GIRON LUCIANO, SONIA AVELINA

ORCID:0000-0002-2048-5901

CHIMBOTE-PERÚ

2025



FACULTAD DE HUMANIDADES, CIENCIAS Y SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIO DE ENFERMERÍA

ACTA N° 0094-092-2025 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **03:50** horas del día **25** de **Mayo** del **2025** 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:

REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER Presidente
GORRITTI SIAPPO CARMEN LETICIA Miembro
ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO Miembro
Dr(a). GIRON LUCIANO SONIA AVELINA Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN EL ADULTO JOVEN. PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE, 2025**

Presentada Por :
(0112121067) **FLORES AGURTO NURIA MACARENA**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **14**, quedando expedito/a el/la Bachiller para optar el TITULO PROFESIONAL de **Licenciada en Enfermería**.

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

REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER
Presidente

GORRITTI SIAPPO CARMEN LETICIA
Miembro

ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO
Miembro

Dr(a). GIRON LUCIANO SONIA AVELINA
Asesor



CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN EL ADULTO JOVEN. PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE, 2025 Del (de la) estudiante FLORES AGURTO NURIA MACARENA, asesorado por GIRON LUCIANO SONIA AVELINA se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 10% 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, 14 de Agosto del 2025



Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

DEDICATORIA

Este proyecto está dedicado a mi madre, gracias por ser mi confidente, por ser una madre luchadora y darme lo mejor de ti.

A mi suegra por ser como una segunda madre para mí y apoyarme en cada paso que doy.

A mi esposo por compartir el amor y la vocación por esta hermosa carrera, por alentarme a salir de mi zona de confort y apoyarme a cumplir mis sueños. A mi pequeño hijo que todo esto es por y para él.

AGRADECIMIENTO

Agradecer a Dios, por hacerme entender que jamás estaría sola en mi lucha por ser una gran enfermera.

A mi madre que sé de todo el esfuerzo que hizo por verme cumplir mis sueños y darme más de lo que pudo.

A mi esposo por alentarme día a día a no rendirme y por hacerme saber que soñar es el inicio de algo grande.

Agradecer a mi asesora de tesis Dra. Enf. Sonia Girón Luciano por la paciencia y por brindarme sus conocimientos y apoyo en este proceso.

Índice General

	Pag.
Caratula	
Dedicatoria	IV
Agradecimiento.....	V
Índice de contenido.....	VI
Lista de tablas.....	VIII
Lista de figuras.....	IX
Resumen.....	XI
Abstract.....	XII
I. Planteamiento del problema.....	1
1.1 Descripción del problema.....	1
1.2 Formulación del problema.....	5
1.3 Objetivos de la investigación.....	5
1.4 Justificación.....	6
II. Marco teórico.....	8
2.1 Antecedentes.....	8
2.2 Bases teóricas.....	11
2.3 Hipótesis.....	17
III. Metodología.....	18
3.1 Tipo, Nivel y Diseño de la Investigación.....	18
3.2 Población.....	19
3.3 Operacionalización de las variables.....	20
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	21
3.5 Método de análisis de datos.....	24
3.6 Aspectos Éticos.....	24
IV. Resultados.....	26

V. Discusión.....	38
VI. Conclusiones.....	56
VII. Recomendaciones.....	58
Referencias bibliográficas	59
Anexos	71
Anexo 01. Documento de autorización para el desarrollo de la investigación.....	71
Anexo 02. Carta de recojo de datos.....	72
Anexo 03. Matriz de consistencia y operacionalización.....	73
Anexo 04. Instrumentos de recolección de datos.....	79
Anexo 05: Ficha técnica de los instrumentos.....	84
Anexo 06: Formato de consentimiento informado.....	87

LISTA DE TABLAS

	Pág.
TABLA 1: ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE,2025.....	26
TABLA 2: FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE, 2025.....	27
TABLA 3: FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE, 2025.....	31
TABLA 4: FACTORES CULTURALES Y ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE, 2025.....	32
TABLA 5: FACTORES SOCIALES Y ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE, 2025.....	33

LISTA DE FIGURAS

FIGURA 1: DETERMINANTES DE LA SALUD.....	11
FIGURA 2: ESQUEMA DEL MODELO DE LA PROMOCIÓN DE LA SALUD DE NOLA PENDER.....	13
FIGURA 3: ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO _CHIMBOTE, 2025.....	26
FIGURA 4: SEXO EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO _CHIMBOTE, 2025.....	28
FIGURA 5: GRADO DE INSTRUCCIÓN EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO _CHIMBOTE, 2025.....	28
FIGURA 6: RELIGIÓN EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO _CHIMBOTE, 2025.....	29
FIGURA 7: ESTADO CIVIL EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO _CHIMBOTE, 2025.....	29
FIGURA 8: OCUPACIÓN DE EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO _CHIMBOTE, 2025.....	30
FIGURA 9: INGRESOS ECONÓMICOS EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO _CHIMBOTE, 2025.....	30
FIGURA 10: RELACIÓN ENTRE EL ESTILO DE VIDA Y EL SEXO EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO _CHIMBOTE, 2025.....	34
FIGURA 11: RELACIÓN ENTRE EL ESTILO DE VIDA Y LA RELIGIÓN EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO _CHIMBOTE, 2025.....	35
FIGURA 12: RELACIÓN ENTRE EL ESTILO DE VIDA Y EL GRADO DE INSTRUCCIÓN EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO _CHIMBOTE, 2025.....	35
FIGURA 13: RELACIÓN ENTRE EL ESTILO DE VIDA Y EL ESTADO CIVIL EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO _CHIMBOTE, 2025.....	36

FIGURA 14: RELACIÓN ENTRE EL ESTILO DE VIDA Y LA OCUPACIÓN EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE, 2025.....36

FIGURA 15: RELACIÓN ENTRE EL ESTILO DE VIDA Y EL INGRESO ECONÓMICO EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE, 2025.....37

RESUMEN

El presente informe de investigación fue de tipo cuantitativo, con diseño descriptivo correlacional, tuvo como objetivo general analizar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en el adulto joven Pueblo Joven El Progreso Chimbote, 2025. La muestra estuvo conformada por 81 adultos jóvenes; para la recolección de datos se aplicaron dos instrumentos: La escala del estilo de vida y el cuestionario sobre factores Biosocioculturales; ambos instrumentos fueron garantizados en su confiabilidad y validez. Los datos fueron procesados en paquete estadístico. SPSS software versión 25.0 y presentados en tablas simples y de doble entrada; entre las variables de estudio se utilizó la prueba independencia de criterios de Chi cuadrado, con el 95% de confiabilidad y significancia de $p > 0.05$. Concluyendo que: el 76.5% (62) de adultos jóvenes tienen un estilo de vida saludable. En relación a los factores biosocioculturales son de sexo masculino con un 54.3% (44), grado de instrucción secundaria completa con 37.0 (30), profesan la religión católica un 90.1% (73), el 70.4% (57) presentan estado civil soltero(a), ingreso económico mayor a 1000 soles mensuales con un 45.7% (37), la mayoría tienen ocupación obrera con un 43.2% (35). Encontramos que no existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: sexo, ocupación e ingreso económico; el grado de instrucción y estado civil no se pudo encontrar relación ya que no cumple con las condiciones para aplicar la prueba del chi-cuadrado.

Palabras clave: adultos Jóvenes, estilo de vida, factores biosocioculturales

ABSTRACT

This research report was quantitative, with a descriptive correlational design, its general objective was to analyze the relationship between lifestyle and biosociocultural factors in young adults Pueblo Joven El Progreso Chimbote, 2025. The sample consisted of 81 young adults; for data collection, two instruments were applied: The lifestyle scale and the questionnaire on Biosociocultural factors; both instruments were guaranteed in their reliability and validity. The data were processed in the statistical package. SPSS software version 25.0 and presented in simple and double-entry tables; among the study variables, the Chi square independence criteria test was used, with 95% reliability and significance of $p > 0.05$. Concluding that: 76.5% (62) of young adults have a healthy lifestyle. In relation to biosociocultural factors, they are male with 54.3% (44), complete secondary education level with 37.0 (30), profess the Catholic religion 90.1% (73), 70.4% (57) have single marital status, economic income greater than 1000 soles per month with 45.7% (37), the majority have a working occupation with 43.2% (35). We found that there is no statistically significant relationship between lifestyle and biosociocultural factors: sex, occupation and economic income; the level of education and marital status could not find a relationship since it does not meet the conditions to apply the chi-square test.

Keywords: young adults, lifestyle, biosociocultural factors

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción del problema:

El modo de vida de la población adulto joven puede diferir significativamente dependiendo de aspectos como la cultura, el nivel educativo, la condición económica y las vivencias individuales. Muchos adultos jóvenes comienzan a vivir de manera independiente, lo que implica tomar decisiones sobre su vida diaria, finanzas y responsabilidades. Esto puede incluir mudarse de casa, gestionar un presupuesto y asumir responsabilidades laborales. Esta etapa a menudo se asocia con la finalización de estudios superiores y el inicio de una carrera profesional. Los adultos jóvenes pueden estar enfocados en construir su trayectoria laboral, lo que puede incluir la búsqueda de empleo, la formación continua y el desarrollo de habilidades (1).

Los adultos jóvenes suelen establecer conexiones significativas, participar en actividades sociales y explorar diferentes tipos de relaciones. Muchos adultos jóvenes comienzan a ser más conscientes de su salud. Esto puede incluir la adopción de hábitos de ejercicio, una alimentación más saludable y la gestión del estrés. No obstante, también pueden tener una tendencia a adoptar conductas de riesgo, como el consumo desmedido de alcohol o el uso de sustancias. En resumen, el estilo de vida de un adulto joven es dinámico y multifacético, marcado por la búsqueda de independencia, el desarrollo personal y profesional, y la exploración de nuevas experiencias. Cada individuo vivirá esta etapa de manera única, influenciado por sus circunstancias y elecciones personales.

En la actualidad, el crecimiento urbano, los avances tecnológicos y los cambios en los ritmos de vida, han fomentado el sedentarismo, el consumo excesivo de alimentos ultraprocesados y sustancias nocivas, aumentando el riesgo de enfermedades crónicas. Como consecuencia, las afecciones derivadas de hábitos poco saludables han superado a las enfermedades infecciosas como principales causas de mortalidad. Adicionalmente a ello, existe una desconexión entre los hábitos cotidianos y el bienestar general, donde factores como la alimentación, la actividad física, la calidad del sueño y el uso excesivo de dispositivos electrónicos influyen significativamente en la salud y el desempeño diario (2).

Las enfermedades no transmisibles (ENT) constituyen la principal causa de mortalidad a nivel global. Gran parte de sus repercusiones humanas y sociales podrían evitarse mediante intervenciones eficaces y accesibles. La Organización Mundial de la Salud (OMS) respalda esta

idea, señalando que en 2021 al menos 43 millones de personas fallecieron por ENT, lo que equivale al 75% de las muertes globales no vinculadas a pandemias. Asimismo, destaca que factores como el tabaquismo, la inactividad física, el consumo excesivo de alcohol, una alimentación desequilibrada y la exposición a la contaminación ambiental elevan considerablemente el riesgo de padecer y morir por estas enfermedades (3).

En 2023, Hansen llevó a cabo un estudio en Noruega con el propósito de analizar la relación entre la actividad física, la alimentación, el tabaquismo, el consumo de alcohol y los factores sociodemográficos, como el sexo y el nivel educativo. Los resultados revelaron que el 66% de los participantes no siguieron las recomendaciones para mantener un estilo de vida saludable. Asimismo, se encontró que el 23% de las personas con educación media y superior tenían mayores probabilidades de adoptar hábitos saludables, presentando una alimentación más equilibrada y respetando las recomendaciones sobre el consumo de tabaco. A partir de estos hallazgos, el estudio concluyó que las personas con un menor nivel educativo son más propensas a adoptar comportamientos que pueden afectar negativamente su salud (4).

En 2022, Pinillos realizó un estudio en Colombia con la finalidad de analizar los estilos de vida de los estudiantes universitarios y las diferencias según su sexo y nivel socioeconómico. Los hallazgos indicaron que menos del 24.02% de los participantes controlan su alimentación, en particular el consumo de azúcar y grasas, mientras que solo entre el 20% y 30% incluye frutas y verduras en su dieta. Además, se identificó que aproximadamente el 60% de la muestra mantiene estilos de vida no saludables, los cuales están estrechamente relacionados con su formación personal, el entorno familiar y el contexto sociocultural en el que se desenvuelven (5).

El acceso a una alimentación balanceada es un elemento esencial en el estilo de vida de los adultos jóvenes, ya que repercute directamente en su salud física, emocional y social. Sin embargo, según el informe Panorama de la Seguridad Alimentaria y Nutricional 2022 de Naciones Unidas, el 22.5% de la población en América Latina y el Caribe no dispone de los medios necesarios para sostener una dieta adecuada, siendo esta situación más crítica en el Caribe (52%), Mesoamérica (27.8%) y América del Sur (18.4%). Este desafío está asociado tanto al elevado costo de los alimentos saludables como a factores económicos y socioculturales, entre ellos la pobreza, la desigualdad y los ingresos familiares. En el caso de los jóvenes adultos,

estas limitaciones pueden condicionar sus patrones de alimentación, favoreciendo el consumo de productos ultra procesados y elevando el riesgo de padecer enfermedades crónicas (6).

El Perú también es un país en donde la tasa de crecimiento poblacional en los últimos años ha ido en aumento, el ritmo de trabajo cambió, la esperanza de vida aumentó y todo ello trajo como consecuencia cambios en el estilo de vida de las personas. La población trabaja más horas al día, consumen comidas rápidas, no realizan actividad y ejercicio y consumen sustancias nocivas; cada vez se observa una vida sedentaria en los individuos. En los últimos años la incidencia de enfermedades relacionadas al comportamiento humano como las enfermedades no transmisibles ha aumentado.

Las personas tienden a adoptar estilos de vida poco saludables debido a las dificultades para incorporar hábitos beneficiosos, priorizando la satisfacción de necesidades básicas, especialmente las económicas. La pobreza sigue siendo una problemática persistente, y muchas de sus decisiones están condicionadas por la necesidad de sobrevivir. Por ello, es fundamental que se implementen estrategias a nivel gubernamental, político y social que promuevan la adopción de conductas saludables. Mejorar la calidad de vida implica garantizar acceso a una vivienda digna, incrementar las oportunidades de empleo, reducir el subempleo y fortalecer la cobertura universal de servicios esenciales.

El Ministerio de Salud (Minsa), respaldado por datos de la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (Endes, 2020), expone que la obesidad es uno de los mayores problemas críticos de salud pública en el Perú. Según estos datos, 7 de cada 10 peruanos presentan exceso de peso, una situación que ahora afecta también a la población infantil. Además, se identificó que el 39.9 % de las personas mayores de 15 años padece al menos una comorbilidad o factor de riesgo asociado, como obesidad, diabetes mellitus o hipertensión arterial, lo que resalta la urgencia de implementar estrategias efectivas para la prevención y el control de estas condiciones (7).

A nivel regional en el departamento de Ancash, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) (9) informa que el porcentaje de personas que presentan alguna comorbilidad como diabetes, obesidad o hipertensión es de un 37%, siendo una cifra mayor en el área urbana comparada al área rural, obteniendo 41% y 30,1% respectivamente. Además, estas enfermedades son en muchos casos prevenibles, pues están ligadas al estilo de vida que cada adulto joven lleva, evidenciando que no tienen una alimentación saludable ni hábitos que contribuyan a mejorar su estado de salud. Por otro lado, nos brinda datos acerca del consumo

de bebidas alcohólicas, donde afirman que el 51% de las personas entrevistadas consumieron alcohol durante el último año, lo que confirma que no tienen una responsabilidad y compromiso con cuidar su salud (8).

En la ciudad de Chimbote, las condiciones socioeconómicas y laborales han impactado el estilo de vida de los adultos jóvenes. Según el director de Promoción del Empleo y Capacitación Laboral de la Dirección Regional de Trabajo (Diretra) de Áncash, el 84.2% de los jóvenes entre 15 y 29 años enfrenta condiciones de empleo informal, lo que genera estrés, jornadas laborales extensas y dificultad para mantener hábitos saludables. Además, el acceso a espacios recreativos para la actividad física es limitado, lo que contribuye a un estilo de vida sedentario (9).

Los estilos de vida en los adultos jóvenes son un reflejo de una etapa crucial en el desarrollo humano, marcada por la búsqueda de identidad, la exploración de nuevas experiencias y la formación de hábitos que pueden perdurar a lo largo de la vida. En un mundo cada vez más interconectado y dinámico, los jóvenes enfrentan una variedad de influencias que moldean sus decisiones y comportamientos, desde la tecnología y las redes sociales hasta las tendencias culturales y los cambios en el entorno laboral.

Los estilos de vida en los jóvenes son multifacéticos y están en constante evolución, influenciados por una combinación de factores personales, sociales y culturales. Comprender estos estilos es esencial para promover su bienestar y apoyar su desarrollo en un mundo en constante cambio.

En este contexto, los adultos jóvenes atraviesan una etapa de gran vitalidad, caracterizada por altos niveles de energía y resistencia. No obstante, su estilo de vida juega un papel determinante en su bienestar futuro. Aspectos como la alimentación, el sedentarismo, el sobrepeso, el consumo de tabaco y el abuso de sustancias pueden representar riesgos para su salud y calidad de vida. Estos hábitos están influenciados por factores biosocioculturales, como el entorno familiar, el acceso a la educación y la situación económica, los cuales no solo afectan su estado físico, sino también su estabilidad general. Además, el tabaquismo y el consumo excesivo de drogas pueden comprometer seriamente su salud y reducir su esperanza de vida.

Esta Esta problemática también afecta a los adultos jóvenes que residen en el Pueblo Joven El Progreso, ubicado a escasa distancia del centro de la ciudad de Chimbote y dentro de la jurisdicción del puesto de salud El Progreso. Este sector colinda al norte con la Urbanización El Carmen, al sur con el centro histórico de Chimbote, al este con la Urbanización 21 de Abril y al

oeste con la Urbanización Bolívar Alto. La población total de esta comunidad es de 301 habitantes, de los cuales 81 son adultos jóvenes. La mayoría de ellos trabaja en actividades como la agricultura, el comercio ambulatorio, el servicio de taxi y la soldadura, mientras que muchas de las mujeres adultas se desempeñan como amas de casa.

El Centro de Salud El Progreso implementa diversas estrategias de promoción y prevención dirigidas a esta comunidad, abordando áreas clave como infecciones respiratorias agudas (IRAS), enfermedades diarreicas agudas (EDAS), control del crecimiento y desarrollo infantil (CRED) y tuberculosis (TBC). Además, desarrolla actividades informativas como la elaboración de periódicos murales y realiza intervenciones extramuros que incluyen visitas domiciliarias, seguimiento de casos de CRED, IRAS y EDAS, así como campañas de salud y visitas a instituciones educativas.

En cuanto a las enfermedades más frecuentes entre los adultos jóvenes de la zona, se destacan las infecciones respiratorias agudas, enfermedades diarreicas, tuberculosis y resfriados comunes. Asimismo, se ha identificado que una gran parte de esta población presenta hábitos poco saludables, como el consumo de alcohol y tabaco, la falta de actividad física y la preferencia por alimentos ultraprocesados.

En términos de infraestructura y servicios, todos los habitantes cuentan con acceso a servicios básicos, aunque solo una minoría dispone de cobertura de salud a través del SIS o ESSALUD. La comunidad también cuenta con espacios recreativos y deportivos, como parques, polideportivos, losas deportivas e instituciones educativas, que podrían ser aprovechados para fomentar un estilo de vida más saludable.

Ante lo mencionado, se consideró relevante llevar a cabo la presente investigación, formulando la siguiente problemática:

1.2 Formulación del problema:

¿Cuál es la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en el adulto joven del Pueblo Joven El Progreso_Chimbote, 2025?

1.3. Objetivos:

Objetivo General:

- Analizar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso, Chimbote.

Objetivos Específicos:

- Describir el estilo de vida de los adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso, Chimbote.
- Identificar los factores biosocioculturales (edad, sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico) presentes en los adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso, Chimbote.

1.4. Justificación:

La presente investigación se justificó por la necesidad de abordar los estilos de vida saludables desde una perspectiva integral, más allá de una simple enumeración de conductas individuales o colectivas que influyen en la esperanza de vida, sin considerar su calidad. Los estilos de vida están moldeados por la coexistencia de factores de riesgo y factores protectores que inciden en el bienestar, lo que los convierte en un proceso dinámico. Este proceso no solo depende de las acciones y decisiones individuales, sino también de las condiciones y factores sociales que las rodean.

Del mismo sentido, resulta relevante para el personal de salud que trabaja en los establecimientos de salud de Chimbote, ya que sus hallazgos permitirán optimizar la atención integral dirigida a los adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso. Además, resalta la importancia de fortalecer los programas preventivo-promocionales enfocados en esta población, con el propósito de disminuir los factores de riesgo y contribuir a la mejora de su calidad de vida.

Para la profesión de Enfermería, este conocimiento es fundamental, ya que su labor no solo se enfoca en el tratamiento de enfermedades, sino también en su prevención. Adoptar y promover estilos de vida saludables facilita que los profesionales de la salud orienten a sus pacientes sobre la relevancia del autocuidado

Del mismo modo, este estudio permitirá que instituciones dedicadas a la formación de profesionales de la salud, como la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, enriquezcan el conocimiento sobre la influencia de los estilos de vida en la salud, el bienestar

y el desarrollo social. Asimismo, ayudará a comprender su impacto directo en la calidad de vida tanto de las personas como de las comunidades.

Este estudio tendrá un valor significativo para las autoridades regionales y municipales del sector salud en el Perú, así como para la población analizada. Permitirá identificar los factores de riesgo que enfrentar y fomentar la adopción de hábitos saludables. Al comprender los estilos de vida predominantes, se podrán implementar estrategias orientadas a reducir la incidencia de enfermedades, promoviendo el bienestar y fortaleciendo la calidad de vida de la comunidad.

Finalmente, el presente estudio servirá de marco referencial de conocimientos para estudiantes y la sociedad en futuros trabajos de investigación.

II. MARCO TEÓRICO Y CONCEPTUAL

2.1. Antecedentes

Antecedentes a nivel internacional:

Rodríguez (10) en el año 2023, realizó su estudio sobre “Valoración del estilo de vida saludable adquirido en adultos españoles de 22 a 72 años” el objetivo fue evaluar el nivel del estilo de vida saludable adquirido en adultos españoles; la muestra conformada por 788 adultos y el estudio de enfoque cuantitativo con diseño no experimental – transversal; en los resultados se encontró que el 12,0% presentaron estilo de vida saludable y el 53,0% es tendencia hacia su salud, el 35,0% es poco saludable, existe asociación entre las mujeres y estilo de vida; concluyeron que es importante promover programas preventivos para mejorar los estilos de vida de la población.

Espín (11), en su estudio: “El estilo de vida y su relación con la obesidad - Brasil, 2022” tuvo como objetivo analizar la relación entre los hábitos de vida y la obesidad. La investigación siguió un enfoque cuantitativo con un diseño no experimental, de tipo transversal y correlacional. Se trabajó con una muestra de 229 personas, evaluadas mediante el cuestionario de estilos de vida II de la Universidad de Nebraska. Los resultados indicaron que el 61,6 % de los participantes presentaban sobrepeso y el 12,7 % obesidad. Además, se observó que el 69,9 % llevaba un estilo de vida sedentario, mientras que el 50,7 % casi nunca realizaba actividad física y el 49,3 % lo hacía solo ocasionalmente. La investigación concluyó que el sedentarismo y los hábitos poco saludables son los principales factores de riesgo en el desarrollo del sobrepeso y la obesidad.

Suarez (12) en el año 2021, llevó a cabo un estudio titulado “Factores que influyen en el estilo de vida de los adultos en la ciudadela Virgen del Carmen - Santa Elena, Ecuador”, con el propósito de identificar los elementos que impactan en sus hábitos cotidianos. La investigación, de nivel correlacional y diseño no experimental, incluyó una muestra de 45 adultos. Los hallazgos indicaron que el 78 % de los participantes presentaba un estilo de vida poco saludable, mientras que solo el 22 % mantenía hábitos favorables para su bienestar. En conclusión, se determinan que la alimentación, la actividad física y las relaciones sociales son factores determinantes en la configuración del estilo de vida en esta población.

Antecedentes a nivel nacional:

Agustín (13) en su estudio titulado Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos que visitan el Centro de Salud Chilka en 2021. Presentó el objetivo de determinar el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos que visitan el Centro de Salud Chilka Asociaciones entre factores culturales, metodología de diseño descriptivo, una muestra de 200 adultos, mostró que el 89% tenía un estilo de vida adecuado y el 11% tenía un estilo de vida poco saludable. En cuanto a los factores biosocioculturales el 51% eran hombres, el 59% eran primarios y la religión el 99% eran católicas, se concluyó que el 1% eran evangélicos, en la relación entre los factores biosocioculturales del estilo de vida y del adulto, existe una asociación estadísticamente significativa entre.

Baylon (14) el investiga el “Estilo de vida relacionado con los factores biosocioculturales y Estado nutricional del adulto de la localidad de Tarmatambo 2021” el objetivo determinar la relación entre los Estilos de vida con los factores biosocioculturales y Estado de nutrición del adulto de la localidad de Tarmatambo. La metodología su muestra de 92 personas. estudio cuantitativo, diseño no experimental, correlacional. Los resultados el estilo de vida es un poco adecuado en el 47% de los pobladores y es mayor entre los que tienen 56 a 60 años de edad 41,3% la conclusión existe significativa relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales y estado nutricional del adulto.

Aparicio (15) en su investigación titulada “Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto en el A.H. Juan de Mori I Etapa_Catacaos_Piura,2022”. Tuvo como objetivo determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto del A.H Juan de Mori I etapa. La metodología es de tipo cuantitativo, descriptivo de corte transversal con una muestra de 253 adultos, se aplicó el instrumento: Escala de estilo de vida y Cuestionario sobre los factores biosocioculturales. Resultados: un 83,8% mantiene estilo de vida no saludable, un 69,96% tiene una edad de 36 a 59 años, el 59,68% sexo femenino, 61,66% secundaria completa, 86,96% católicos, 74,70% casados, 48,22% tienen el ingreso económico de 1000 a más y un 50,20% empleados. Conclusiones: no existe relación entre estilo de vida y factores biológicos, estilos de vida y factores culturales, estilo de vida y factores sociales. La investigación, es importante para la carrera profesional de enfermería y para los profesionales a futuro ya que estos resultados abrirán caminos hacia más investigaciones en poblaciones de las cuales tengan más vulnerabilidad en el conocimiento sobre estilo de vida y factores biosocioculturales.

Antecedentes a nivel Local:

Quezada (16) investiga: “Factores sociodemográficos y estilo de vida en adultos del asentamiento humano Balcón – Chimbote, 2023”. Objetivo: determinar la relación de los factores sociodemográficos y estilo de vida en los adultos. Metodología: la muestra fue de 227 adultos, estudio cuantitativo, correlacional, de corte transversal y diseño no experimental. Resultados: el 64,6% son de sexo femenino, el 49% tienen entre 18 a 35 años, el 54,9% tienen un grado de instrucción de nivel secundario; el 54,0% profesan la religión católica; el 37,5% son convivientes; el 46,2% son amas de casa; el 25,3% tienen un ingreso económico de 850 a 1000 soles. Conclusión: no existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos y estilo de vida.

Carrión (17) investiga: “Factores sociodemográficos y estilos de vida en el adulto del asentamiento humano Villa Universitaria_Nuevo Chimbote, 2023”. Objetivo: determinar la relación entre los factores sociodemográficos y estilos de vida del adulto. Metodología: la muestra fue de 130 adultos, estudio cuantitativo, descriptivo correlacional. Resultados: el 76.8% son de sexo femenino, el 56.9% tienen entre 19 – 8 35 años, el 54.6% tienen secundaria, el 45,7% son de religión católica, el 41.9% son convivientes y el 44.6% tiene un ingreso económico de menos de 1100 nuevos soles. Conclusión: no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Chinchay (18) desarrolló la investigación titulada “Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto en el Centro Poblado de Jahua – Jangas, Huaraz, Áncash”, con el objetivo de determinar la relación entre estos aspectos en la población adulta de la zona. Se empleó una metodología cuantitativa con un diseño no experimental de doble casilla, bajo un enfoque descriptivo-correlacional y de corte transversal. Los hallazgos revelaron que la mayoría de los participantes mantenían un estilo de vida no saludable. En relación con los factores biosocioculturales, se identificó que más de la mitad eran mujeres, predominantemente amas de casa. Asimismo, la mayoría pertenecía a la etapa de adultez media, con un nivel educativo mayormente limitado a la primaria, estado civil conviviente y un ingreso mensual de entre 601 y 800 soles. Además, casi todos los encuestados profesaban la religión católica. Finalmente, el estudio concluyó que no existía una relación

estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales analizados.

2.2. Bases teóricas:

Esta investigación se sustentó en las teorías de Marc Lalonde y Nola Pender, las cuales están estrechamente relacionadas con los factores que influyen en los estilos de vida de las personas.

El modelo de “Determinantes de la Salud” de Marc Lalonde (1974) se centró en el bienestar colectivo y comunitario, diferenciándose significativamente en el enfoque del cuidado de la salud. A través de este modelo conceptual, propuso un método para analizar problemas y establecer necesidades en el ámbito sanitario. Es importante destacar que el estilo de vida es un componente clave en la salud, ya que, si una persona adopta hábitos beneficiosos, podrá alcanzar una mejor calidad de vida. Por el contrario, un estilo de vida poco saludable aumenta la vulnerabilidad frente a diversas enfermedades no transmisibles, afectando el bienestar general. (19).

Figura 1



Fuente: Determinantes de la salud, Informe de Lalonde, 1974

Los comportamientos de salud, como lo es el estilo de vida, son situaciones que influyen en la vida del ser humano tanto en la salud mental y física. La salud se relaciona con el entorno ambiental y los factores de la salud humana teniendo por control con la distorsión sociocultural, química, psicosocial, biológica y física.

Es responsabilidad de enfermería dentro de la práctica médica en el sistema de salud, el tiempo de espera y la burocracia asistencial como recursos adversos. Para Marc Lalonde, un estilo de vida consiste en decisiones y actividades físicas que realiza el adulto joven; en casos de no tener determinaciones positivas y no mejoran sus hábitos, puede generar en la persona afectos negativos, como la enfermedad, el continuo malestar y posteriormente el deceso. Por lo tanto, la base del bienestar personal es el estilo de vida. Además, el estilo de vida son acciones y decisiones permanentes buscando un bienestar físico, social y mental; como los ejercicios, alimentación balanceada, que favorecen una situación saludable.

Lalonde nos explica mediante determinantes de la salud la importancia del estilo de vida del ser humano:

Biología humana: Hace referencia a los factores genéticos y fisiológicos que pueden influir en la salud. Esto incluye la predisposición hereditaria a ciertas enfermedades, características fisiológicas que pueden afectar el bienestar del adulto.

Medio ambiente: Incluye todo lo que rodea al adulto y que puede afectar su salud, como los factores sociales y económicos que rodean al individuo.

Estilos de vida: Hace referencias a las elecciones y comportamientos individuales que afectan la salud, como la alimentación, la actividad física, el consumo de alcohol y tabaco, y otros hábitos que pueden tener un impacto positivo o negativo en el bienestar general.

Organización de atención en salud: Este componente abarca la disponibilidad y calidad de los servicios de salud, así como el acceso a la atención médica y la efectividad de los tratamientos.

Los estilos de vida tienen un impacto significativo en la salud física, mental y emocional de los adultos jóvenes. Durante esta etapa de la vida, las personas experimentan una mayor autonomía, lo que puede influir tanto positiva como negativamente en su bienestar. Los adultos jóvenes que adoptan dietas equilibradas y nutritivas tienen más probabilidades de mantener un peso saludable, prevenir enfermedades crónicas como diabetes y enfermedades cardiovasculares, y mejorar su rendimiento mental. Por el contrario, una dieta rica en comida chatarra puede contribuir a problemas de salud a largo plazo.

Por otro lado, los factores biosocioculturales juegan un papel crucial en el desarrollo y bienestar del adulto joven, ya que influyen en su salud, identidad, relaciones y en cómo enfrenta las distintas experiencias de la vida. Estos factores incluyen aspectos biológicos, sociales y culturales, y se interrelacionan para dar forma a la vida de una persona.

Figura 2

Esquema del modelo de la promoción de salud de Nola Pender

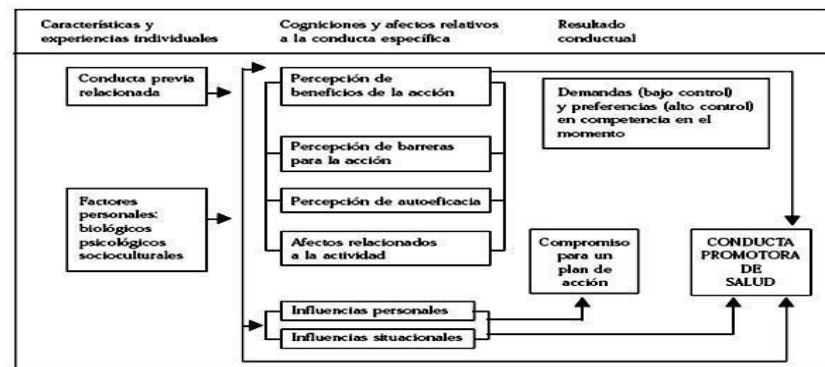


Figura 1. Modelo de Promoción de Salud de Nola Pender, 1996.

El Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender, se centra en la comprensión de los factores que influyen en la adopción de comportamientos saludables. Así mismo, este modelo se utiliza en la promoción de la salud, y es una herramienta valiosa para los enfermeros, educadores y profesionales de la salud al diseñar intervenciones dirigidas a fomentar hábitos saludables (20).

El modelo de la teórica Nola Pender es un marco conceptual que se centra en la complejidad de las relaciones entre las personas y el mundo que los rodea, enfocándose en las características personales, experiencias, creencias y el entorno que influyen de manera directa o indirecta en los comportamientos relacionados con su salud. El modelo se divide en dos componentes clases: Los factores perceptivos, que influyen en la forma en que las personas perciben su salud y su capacidad para adoptar comportamientos saludables y los cognitivos que se refiere a la toma de decisiones respecto a la salud. Esta perspectiva enfatiza que los cambios en el comportamiento de una persona están condicionados por su entorno. Por lo tanto, resulta fundamental implementar medidas preventivas que fomenten la adopción de comportamientos y actitudes saludables tanto para el individuo como para su entorno (21).

Por otro lado, estos factores también se enfocan en los factores personales como:

Factores biológicos: Hace referencia a las características físicas, genéticas, y de salud que afectan el comportamiento de una persona que influyen a adoptar comportamientos saludables o perjudiciales respecto a su salud.

Factores psicológicos: Este factor es clave ya que habla sobre la salud mental y emocional que influyen en las decisiones de salud de los individuos. Estos son fundamentales en el modelo de Pender porque afectan la percepción de los beneficios, las barreras y la autoeficacia de las personas para tomar decisiones y responsabilidades para su bienestar.

Factores biosocioculturales: Está relacionado al entorno social, culturales, familiar, apoyo social que afectan los comportamientos de salud.

Estos tres factores interactúan y se combinan en el modelo de Pender para explicar cómo y por qué las personas adoptan comportamientos saludables y toman decisiones en relación con su bienestar (21).

Metaparadigmas desarrollados en la teoría de Nola Pender

Nola Pender es conocida por su Teoría de la Promoción de la Salud, que se centra en la promoción de la salud y el bienestar, así como en la prevención de enfermedades (21). Su enfoque se basa en varios metas paradigmas que son fundamentales en la enfermería y la salud, las cuales son:

La persona se refiere a los individuos que son el objeto de atención en la atención de salud. Pender considera a las personas como seres únicos con capacidades, experiencias y contextos que influyen en su salud y bienestar. En su teoría, los individuos son vistos como participantes activos en su propio cuidado y promoción de la salud (22).

El entorno, se refiere a las condiciones externas que afectan la salud y el comportamiento de las personas. Pender reconoce que el entorno puede influir en las decisiones de salud y en los comportamientos de las personas, y aboga por la creación de entornos que promuevan estilos de vida saludables (22).

La enfermería, en el contexto de la teoría de Pender, la enfermería se entiende como un proceso que apoya a las personas en la promoción de su salud y en la adopción de

comportamientos saludables. Los profesionales de enfermería juegan un papel crucial en educar, motivar y proporcionar recursos que faciliten la toma de decisiones en salud (22).

En la presente investigación se consideró la teoría de Nola Pender porque estudia el comportamiento del individuo en el aspecto cognitivo y perceptual que modifican diversos rasgos que son propios o adquiridos por influencia de su propio entorno, también está el estilo de vida de un individuo que se basa principalmente en las conductas y comportamientos que tenemos en beneficio de nuestra salud, aunque también pueden ser perjudiciales, la teorista habla del cuidado que debe tener la persona para hacer lo correcto sin provocar un factor de riesgo que desequilibre su propio bienestar.

Los metaparadigmas de la enfermería son conceptos fundamentales que guían las teorías de enfermería y ayudan a conceptualizar la práctica profesional. En el caso de la Teoría de Promoción de la Salud de Nola Pender, los metaparadigmas se utilizan para comprender cómo influyen los diferentes aspectos de la vida de una persona en la adopción y el mantenimiento de estilos de vida saludables. Los cuatro metaparadigmas clave en la teoría de Pender son:

Persona: Es el centro de la teoría, cada persona es responsable de sus comportamientos y actos contra su salud. Por ejemplo, si una persona tiene una alta percepción de autoeficacia, es más probable que adopte comportamientos saludables como hacer ejercicio, seguir una dieta balanceada o gestionar el estrés de manera efectiva. Además, las experiencias previas de salud, como haber estado enfermo o haber tenido éxito en mejorar la salud, pueden reforzar la adopción de un estilo de vida saludable.

Salud: Es importante para el ser humano y va a depender de cada uno como lleve su ritmo y estilo de vida diario. Las personas que valoran su salud y bienestar general son más propensas a tomar decisiones que apoyen estos comportamientos saludables, mientras que aquellos con una baja valoración de su salud pueden estar menos motivados para realizar cambios positivos.

Entorno: Se refiere al ambiente en que la persona vive sea positivo o negativo. Por ejemplo, una persona que vive en una comunidad con fácil acceso a instalaciones deportivas o alimentos saludables tendrá más oportunidades de practicar hábitos saludables. Por otro lado, un entorno con barreras sociales, como la falta de acceso a servicios de salud o un entorno de trabajo estresante, puede dificultar la adopción de un estilo de vida saludable.

Enfermería: La función de la enfermera en concientizar a la población a que opten estilos de vida saludables a través de la educación, orientación y el apoyo (23).

Bases conceptuales de la investigación

El estilo de vida: Es definido como una forma individual de las vivencias de cada persona, igualmente con el medio ambiente están vinculados por factores físicos, laborales y/o sociales, que dependen tanto de la persona asimismo del entorno que nos rodea. Hoy por hoy, se cree que la familia es un equipo particular con condiciones de vidas parecidas (23).

Salud: Es la condición absoluta del bienestar tanto como físico, mental y social. El concepto de la salud no es solamente la ausencia de la enfermedad. Sino que es positivo, es tener la actitud gozosa en la vida y la aceptación alegremente de sus responsabilidades (24).

Factor biosociocultural: Es el proceso social que comprende hábitos de comportamientos, tradiciones y conductas de la persona o población en general, que le orienta a la satisfacción, la carencia o las necesidades humanas con el fin de obtener el bienestar, de tal manera hace referencia al proceso relacionado con lo biológico, social y, además, que implica la cultural del usuario, dentro de ello se considera la edad, sexo, religión, ocupación, grado de instrucción y el ingreso económico (25)

Factor biológico: Hace referencia a que cada persona es diferente, dentro de ello abarca la edad y el sexo, ya que esto va definir a cada persona, también, la biología que es el estudio de la anatomía tanto interno como externo, por lo tanto, estudia los comportamientos y evolución de ser vivo, con la finalidad de conocer el origen de los seres vivos y el proceso de desarrollo (26).

Factor Social: Comprende el estado civil de la persona, la relación que presenta dentro de la familia y las conductas. Además, dentro de ellos están los roles de cada integrante de la familia y el estatus social. De tal manera abarca la ocupación o empleo del individuo (27).

Adulto joven: Se refiere a una persona que se encuentra en una etapa de la vida que generalmente abarca entre los 18 y los 30 años. En esta fase, las personas están dejando atrás la adolescencia y entrando en la adultez, a menudo experimentando cambios importantes en su independencia, carrera, relaciones y toma de decisiones.

El rol que desempeña la enfermera es crucial en la promoción de estilos de vida saludables, ya que su labor va más allá del cuidado clínico y directo de los pacientes. Su conocimiento en salud, habilidades de comunicación y cercanía con la comunidad le permiten incidir de manera significativa en la prevención de enfermedades y en la mejora de la calidad de vida. Al educar, orientar y acompañar a las personas en la adopción de hábitos saludables, se convierte en un pilar fundamental para el bienestar físico, mental y emocional a lo largo del ciclo de vida. En el contexto actual, donde las enfermedades crónicas no transmisibles, como la diabetes, la hipertensión y los trastornos cardiovasculares, así como los problemas de salud mental, están en constante aumento. Ya no se limita solo a brindar atención, sino que también asume una función activa en la promoción de la salud, contribuyendo a la prevención primaria mediante la educación sobre nutrición equilibrada, actividad física, manejo del estrés y reducción de conductas de riesgo.

En ese sentido, el impacto de su labor es evidente en diversos escenarios, desde hospitales y centros de salud hasta comunidades y hogares, donde su intervención es clave para fomentar una cultura de prevención y autocuidado. Gracias a su compromiso y capacidad de influencia, las enfermeras impulsan cambios positivos en la sociedad, ayudando a las personas a adoptar estilos de vida más saludables y sostenibles que mejoren su bienestar integral.

2.3 Hipótesis

H1: Existe relación significativa entre el estilo de vida y factores

biosocioculturales en el adulto joven. Pueblo Joven El Progreso_Chimbote,2025.

H0: No existe relación significativa entre el estilo de vida y factores

Biosocioculturales en el adulto joven. Pueblo Joven El Progreso_Chimbote,2025.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo, nivel y diseño de la investigación

Tipo de Investigación:

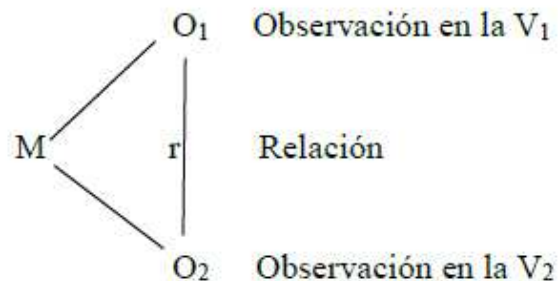
Cuantitativo, porque se empleó datos estadísticos y numéricos donde se estudió el comportamiento de la variable de los adultos jóvenes con bases teóricas para un amplio conocimiento científico sin acercarnos a la solución de problemas inmediatos.

Nivel de la investigación:

Descriptivo correlacional, porque se describió hechos y acontecimientos en el campo del conocimiento, teniendo en cuenta una circunstancia temporal y geográfica determinada, que delimite su alcance. La recolección de datos se obtuvo a través de la encuesta y el cuestionario realizado a los adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso. (28).

Diseño de la investigación:

Descriptivo correlacional y transversal, porque se empleó las tablas de contingencia, para conocer la relación de las variables, donde se seleccionó la muestra de un grupo de personas y se recopiló los datos en un solo período de tiempo en una tabla de doble casilla establecido en la primera casilla y los factores de riesgo en la segunda casilla (29).



Donde:

M = Muestra de estudio

O₁ = Observación en la Variable 1

r = Correlación

O₂ = Observación en la Variable 2

3.2. Población

Población total

Estuvo conformada por 301 adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso_Chimbote.

Muestra

Se utilizó el muestreo aleatorio simple, el tamaño de muestra fue de 81 adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso-Chimbote.

$$n_0 = \frac{(N \times Z^2 \times p \times q)}{(e^2 \times (N-1)) + (Z^2 \times p \times q)}$$

Dónde:

n = Tamaño de muestra

N =Tamaño de la población= X

Z = Nivel de confianza al 95% establecido por el investigador = 1.96

p = 0.5 Proporción de individuos de la población que tiene las características que se desean estudiar.

q = 0.5 Proporción de individuos de la población que no tienen las características de interés.

e = 0.05 Margen de error permisible establecido por el investigador = 5%

Reemplazando:

$$n = \frac{(301 \times (1.96)^2 \times 0.50 \times 0.50)}{((0.05)^2 \times (301-1)) + (1.96)^2 \times 0.50 \times 0.50}$$

$$n = 81$$

Unidad de análisis:

- Cada adulto Joven del Pueblo Joven El Progreso que formó parte del universo muestral y respondió a los criterios de la investigación.

Criterios de Inclusión

- Adultos Jóvenes Pueblo Joven El Progreso_Chimbote que viven más 3 años.

- Adultos Jóvenes Pueblo Joven El Progreso Chimbote de ambos sexos
- Adulto Jóvenes Pueblo Joven El Progreso Chimbote que aceptaron participar en el estudio.

Criterios de Exclusión:

- Adultos Jóvenes Pueblo Joven El Progreso_Chimbote y que presentaron algún trastorno mental.
- Adultos Jóvenes Pueblo Joven El Progreso - Chimbote y que presentaron problemas de comunicación.
- Adultos Jóvenes Pueblo Joven El Progreso – Chimbote con alguna alteración patológica.

3.3 Operacionalización de las variables

Estilos de vida

Definición conceptual:

Los estilos de vida son formas de vivir y comportarse que las personas adoptan en su vida diaria, influenciadas por una serie de factores como la cultura, valores, entorno social, salud, trabajo y creencias personales (30).

Factores biosocioculturales

Definición conceptual:

Se refieren a los elementos biológicos, sociales y culturales que influyen en el comportamiento, la salud y el desarrollo de las personas. Estos factores son interdependientes y afectan tanto a nivel individual como colectivo (31).

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos/información

Técnicas

En este informe de investigación se empleó la encuesta y la observación como técnicas para la aplicación de los instrumentos de recolección de datos.

Instrumentos

En el presente informe de investigación se empleó dos instrumentos para la recolección de datos, los cuales se describen a continuación:

Instrumento No 01

Escala del Estilo de vida

Para la recolección de datos se utilizó la escala de Estilos de Vida Promotor de la Salud, desarrollada por Walker, Sechrist y Pender, y adaptada por las investigadoras de la línea de la Escuela Profesional de Enfermería de ULADECH CATÓLICA: Delgado, R.; Reyna, E.; y Díaz, R. Esta escala, ajustada para los fines de la presente investigación, se compone de seis dimensiones y 25 ítems, permitiendo evaluar y medir los estilos de vida en función de las siguientes áreas: alimentación, actividad física y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud.

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

Alimentación: Ítems 1,2,3,4,5,6 constituidas por interrogantes sobre la alimentación que consume el adulto

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

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

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

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

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

Cada ítem tiene el siguiente criterio de calificación

NUNCA: N = 1

A VECES: V = 2

FRECUENTEMENTE: F = 3

SIEMPRE: S = 4

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

Los puntajes de la escala total se calcularon a partir del promedio de las respuestas obtenidas en los 25 ítems. Del mismo modo, cada subescala fue evaluada individualmente siguiendo este mismo procedimiento, permitiendo un análisis detallado de cada dimensión.

Instrumento No 02

Cuestionario sobre factores biosocioculturales de la persona adulto joven

Este instrumento fue elaborado por las investigadoras de línea de la escuela profesional de enfermería de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote ULADECH: Delgado R, Reyna E, y Díaz R, que está constituido por 8 ítems divididos en 4 partes que incluye los datos de la identificación, factores biológicos, culturales y sociales.

Estuvo constituido por 8 ítems distribuidos en 4 partes:

- Datos de Identificación, se obtuvo datos completos o iniciales del adulto joven entrevistado (1 ítems).
- Factores Biológicos, donde se determinó la edad y el sexo (2 ítems).
- Factores Culturales, donde se determinó la escolaridad y la religión (02 ítems)

- Factores Sociales, donde se determinó el estado civil, la ocupación y el ingreso económico (3 ítems).

Control de calidad de los datos:

Validez externa:

Se aseguró mediante el juicio de 3 expertos del área de investigación, quienes con sus sugerencias brindaron mayor calidad y especificidad a los instrumentos de medición (32).

Validez interna

En cuanto a la validez interna de la escala de estilo de vida se aplicó la fórmula de persona en cada uno de los ítems. Se obtendrá un $r > 0.20$, lo cual nos indicaron que el instrumento es válido (32).

Confiabilidad

De un total de 29 encuestados realizados a nivel piloto que se realizó midiendo la confiabilidad del instrumento que se obtuvo para la escala total con un índice de confiabilidad alfa de Cronbach de 0.794, lo cual nos indicó que la escala permitió medir el estilo de vida del adulto joven siendo confiable.

Técnicas e Instrumentos de la recolección de datos:

Técnicas

En el presente informe de investigación se utilizó la encuesta y la observación para la aplicación de los instrumentos a todos los adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso_Chimbote.

- Se le solicitó e informó del consentimiento informado a cada adulto.
- Se realizó la coordinación con los adultos para la fecha y hora oportuna para aplicar el instrumento.
- Se aplicó el instrumento a cada adulto.
- Se leyó a cada adulto el contenido del instrumento.

3.5 Método de análisis de datos:

Es fundamental resaltar que el análisis y procesamiento de los datos fueron llevados a cabo por un investigador con experiencia en técnicas estadísticas y en la interpretación de los resultados. Además, se garantizó el cumplimiento de las normas éticas y de integridad científica en todas las etapas de la investigación. El análisis descriptivo se realizó a través de tablas de frecuencia y porcentaje, así como mediante el cálculo de promedios y desviaciones estándar, acompañados de sus respectivos gráficos según el tipo de variable. Para el análisis correlacional, cuyo objetivo es determinar la asociación de cada variable con los factores relacionados con el comportamiento de la salud, se aplicó la prueba de Chi-cuadrado, considerando el tipo de variable correspondiente y estableciendo un nivel de confianza del 95%. La variable de estudio, que corresponde a los estilos de vida, fue categorizada con base en la variación estadística mediante el uso de porcentajes. Asimismo, para el procesamiento y análisis de los datos, estos fueron ingresados en una base de datos utilizando el software estadístico IBM y posteriormente exportados a SPSS versión 25.0. Los resultados se presentaron en tablas simples con frecuencias y porcentajes para su adecuada interpretación y análisis.

3.6. Aspectos éticos

El informe de investigación estuvo sujeto bajo los principios éticos desarrollados en el estudio que se encontraron en el Reglamento de Integridad Científica en la Investigación V001, de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. (33)

Los principios éticos constituyen un conjunto de normas y directrices que orientan el comportamiento humano, permitiendo discernir entre lo correcto e incorrecto en distintas circunstancias. Estos fundamentos son esenciales en la ética filosófica y tienen aplicación en múltiples ámbitos, como la moral, la política, la medicina, el mundo empresarial y las relaciones interpersonales (33).

- **Respeto y la protección de los derechos de los intervinientes:** Se garantizó que las personas que participaron en esta investigación sean tratadas con dignidad, respeto y cuidado en todo momento.
- **Cuidado del medio ambiente:** Se respetó el entorno, protección de especies y preservación de la biodiversidad y naturaleza.

- **Libre participación por propia voluntad:** Estuvieron informados de los propósitos y finalidades de la investigación en la que participarán, sin ninguna presión, con plena conciencia de su participación.
- **Beneficiencia, no maleficiencia:** Durante la investigación y con los hallazgos encontrados se aseguró el bienestar de los participantes y de la comunidad, evaluando los riesgos y beneficios.
- **Integridad y honestidad:** Se buscó que la investigación sea confiable, respetuosa y honesta, garantizando la confianza de los resultados.
- **Justicia:** A través de un juicio razonable y ponderable que permitió la toma de precauciones y limite los sesgos, así también, el trato equitativo con todos los participantes.

IV. RESULTADOS

TABLA 1

ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO

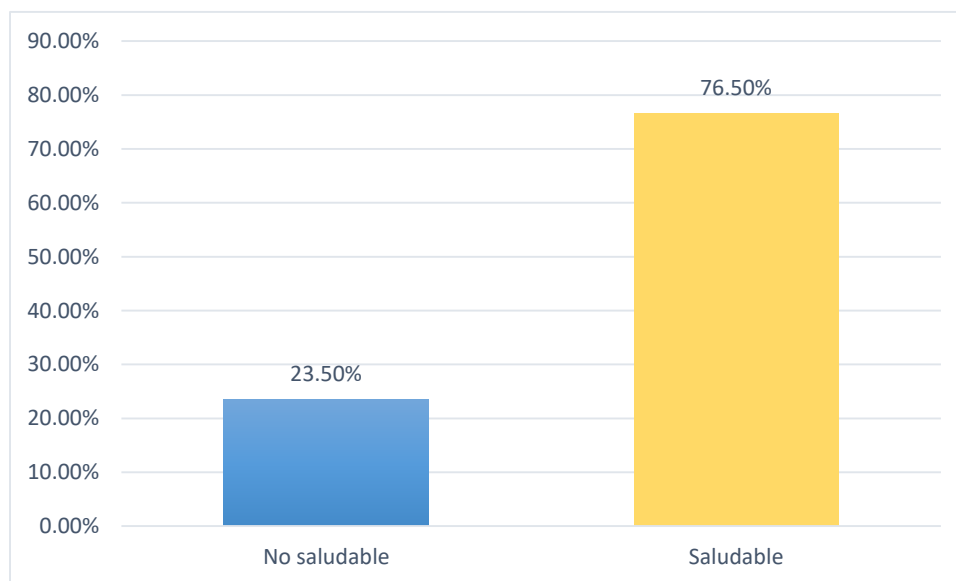
JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE, 2025.

Estilo de Vida	Frecuencia	%
No saludable	19	23,5
Saludable	62	76,5
Total	81	100,0

Fuente: Escala de estilos de vida, elaborado por Walker, Sechrist y pender y modificado por Díaz R; Reyna E; Delgado R (2008), aplicado a los adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso_Chimbote, abril, 2025

FIGURA 03

ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE, 2025.



Fuente: Escala de estilos de vida, elaborado por Walker, Sechrist y pender y modificado por Díaz R; Reyna E; Delgado R (2008), aplicado a los adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso_Chimbote, abril,2025

TABLA 2

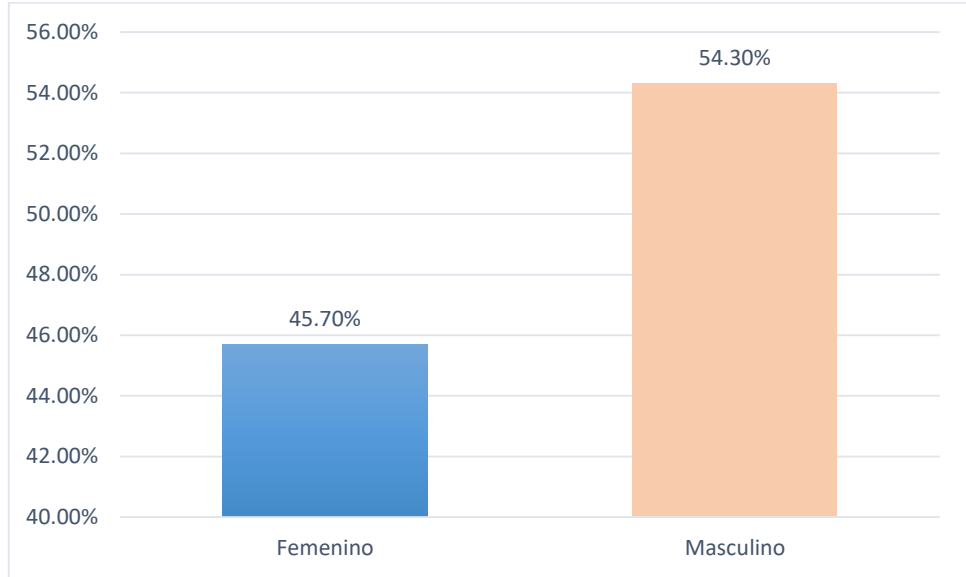
FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE, 2025.

ESTADO CIVIL	Frecuencia	%
Soltero (a)	57	70.4
Casado (a)	6	7.4
Viudo (a)	0	0.0
Unión Libre	16	19.8
Separado (a)	2	2.5
TOTAL	81	100.0
RELIGIÓN	Frecuencia	%
Católico (a)	73	90.1
Evangélico (a)	5	6.2
Otra religión	3	3.7
TOTAL	81	100.0
GRADO DE INSTRUCCIÓN	Frecuencia	%
Analfabeto	0	0.0
Primaria Completa	1	1.2
Primaria Incompleta	1	1.2
Secundaria Completa	30	37.0
Secundaria Incompleta	17	21.0
Superior Completa	11	13.6
Superior Incompleta	21	25.9
TOTAL	81	100.0
OCUPACIÓN	Frecuencia	%
Obrero	3	3.7
Empleado	35	43.2
Ama De Casa	8	9.9
Estudiante	15	18.5
Ambulante	3	3.7
Otros	17	21.0
TOTAL	81	100.0
INGRESO ECONÓMICO	Frecuencia	%
Menos de 100 Soles	4	4.9
De 100 a 599 Soles	8	9.9
De 600 a 1000 Soles	32	39.5
De 1000 a Más Soles	37	45.7
TOTAL	81	100.0
SEXO	Frecuencia	%
Femenino	37	45.7
Masculino	44	54.3
TOTAL	81	100.0

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales, modificado por Gorriti C., aplicada. a los adultos de jóvenes Pueblo Joven El Progreso_Chimbote, abril,2025

FIGURA 04

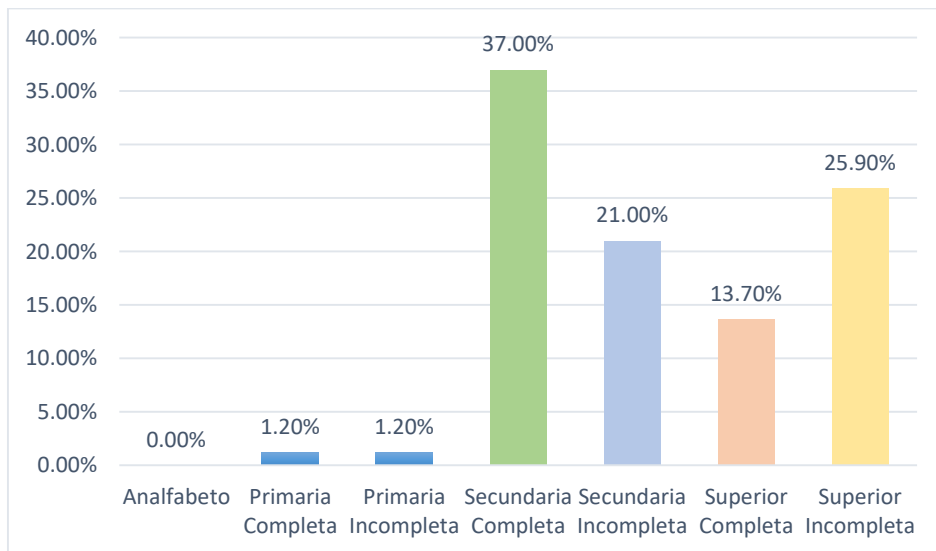
SEXO DE LOS ADULTOS JÓVENES PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE,2025



Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales, modificado por Gorriti C., aplicada a los adultos de jóvenes Pueblo Joven El Progreso_Chimbote, abril, 2025

FIGURA 05

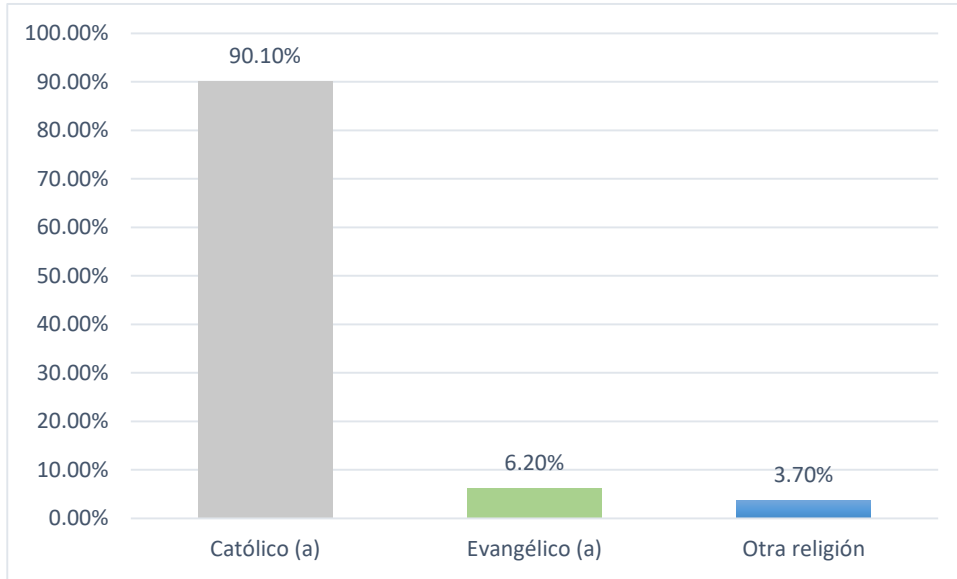
GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS ADULTOS JÓVENES PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE,2025



Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales, modificado por Gorriti C., aplicada a los adultos de jóvenes Pueblo Joven El Progreso_Chimbote, abril, 2025

FIGURA 06

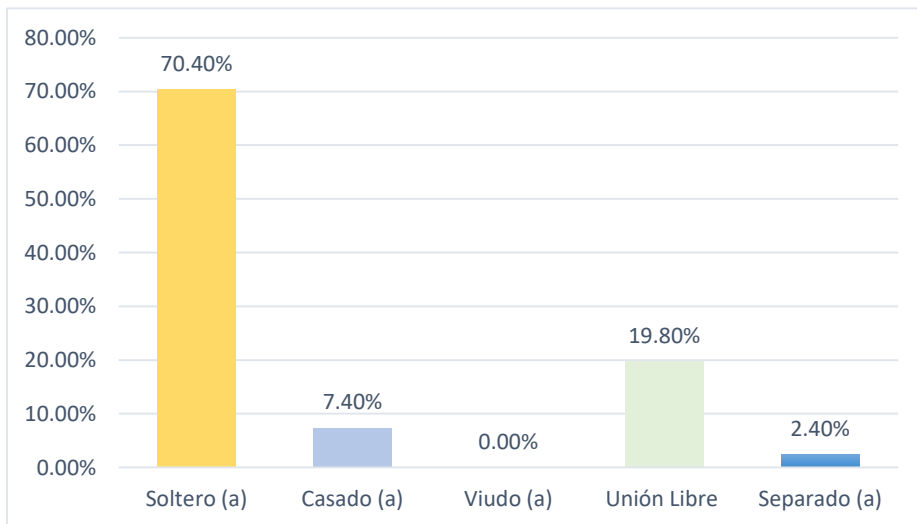
RELIGIÓN DE LOS ADULTOS JÓVENES PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE,2025



Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales, modificado por Gorritti C., aplicada a los adultos de jóvenes Pueblo Joven El Progreso_Chimbote, abril, 2025

FIGURA 07

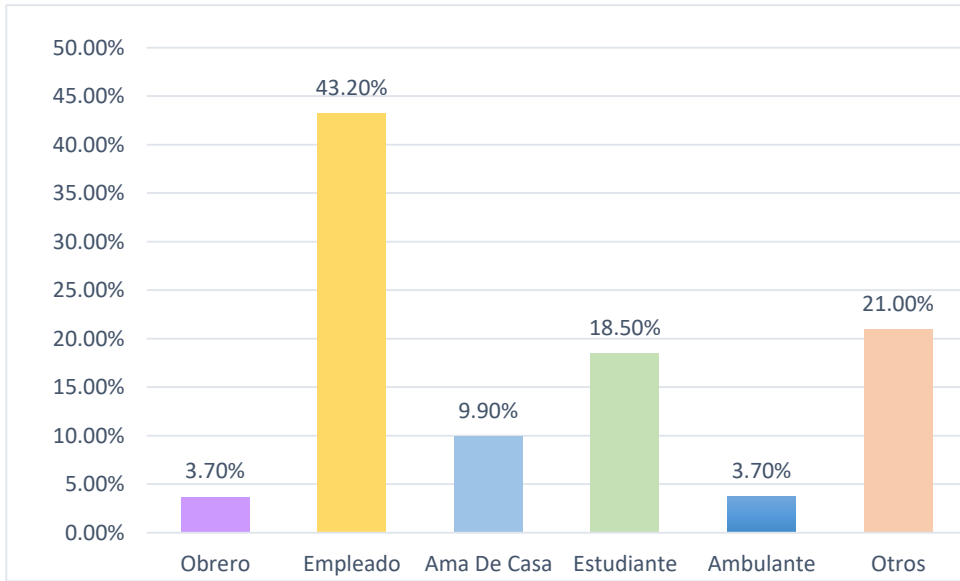
ESTADO CIVIL DE LOS ADULTOS JÓVENES PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE,2025



Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales, modificado por Gorritti C., aplicada a los adultos de jóvenes Pueblo Joven El Progreso_Chimbote, abril, 2025

FIGURA 08

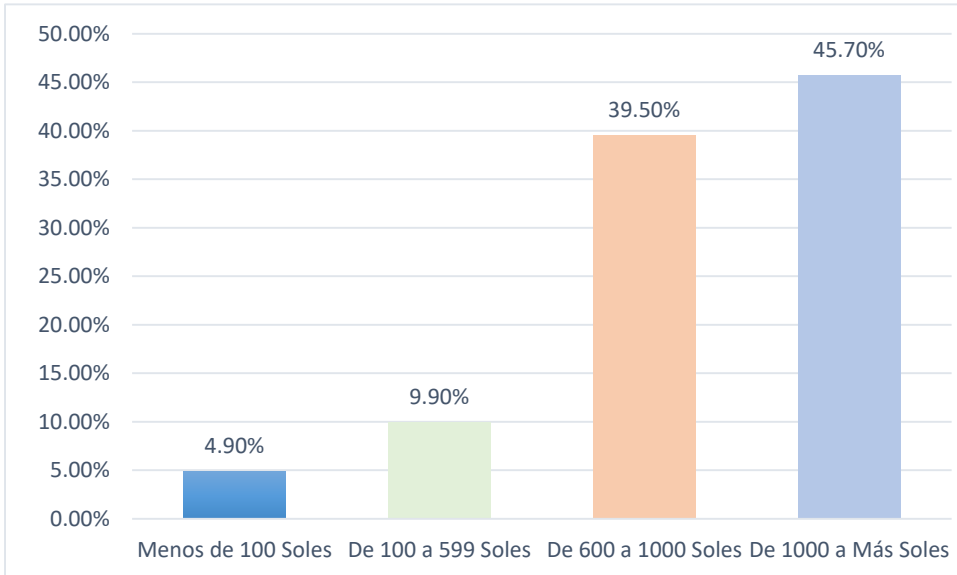
OCUPACIÓN DE LOS ADULTOS JÓVENES PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE,2025



Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales, modificado por Gorrutti C., aplicada a los adultos de jóvenes Pueblo Joven El Progreso_Chimbote, abril, 2025

FIGURA 09

INGRESO ECONÓMICO DE LOS ADULTOS JÓVENES PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE,2025



Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales, modificado por Gorrutti C., aplicada a los adultos de jóvenes Pueblo Joven El Progreso_Chimbote, abril, 2025

RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES BIOSOCIOCULTURALES Y EL ESTILO DE VIDA DEL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE,2025

TABLA 3

FACTOR BIOLÓGICO Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE, 2025

Sexo	Estilo de vida				Total		Chi ²
	Saludable		No saludable				
	N	%	N	%	N	%	
Masculino	35	43.2	9	11.1	44	54.3	X ² =0,484; 1 gl p=0,487 >0,05. No existe relación estadísticamente significativa
Femenino	27	33.3	10	12.3	37	45.7	
Total	62	76.5	19	23.5	81	100.0	

Fuente: Escala de estilo de vida, modificado por Reyna E. y Cuestionario sobre factores biosocioculturales, modificado por Gorriti C., aplicada a los adultos jóvenes Pueblo Joven El Progreso_Chimbote, abril, 2025

TABLA 4

FACTOR CULTURAL Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE, 2025

Religión	Estilo de vida				Total		Chi ²
	Saludable		No saludable		N	%	
	N	%	N	%	N	%	
Católico	57	70.4	16	19.8	73	90.1	X ² =3,249; 2 gl p=0,197 >0,05. No existe relación estadísticamente significativa
Evangélico (a)	4	4.9	1	1.2	5	6.2	
Otra religión	1	1.2	2	2.5	3	3.7	
Total	62	76.5	19	23.5	81	100.0	
Grado de Instrucción							Chi ²
Analfabeto(a)	0	0.0	0	0.0	0	0.0	
Primaria completa	0	0.0	1	1.2	1	1.2	
Primaria incompleta	1	1.2%	0	0.0	2	1.2	
Secundaria completa	25	30.9	5	6.2	30	37.0	
Secundaria incompleta	12	14.8	5	6.2	17	21.0	
Superior completa	8	9.9	3	3.7	11	13.6	
Superior incompleta	16	19.8	5	6.2	21	25.9	
Total	62	76.5	19	23.5	81	100.0	

Fuente: Escala de estilo de vida, modificado por Reyna E. y Cuestionario sobre factores biosocioculturales, modificado por Gorriti C., aplicada a los adultos jóvenes Pueblo Joven El Progreso_Chimbote, abril, 2025

TABLA 5

FACTOR SOCIAL Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE, 2025

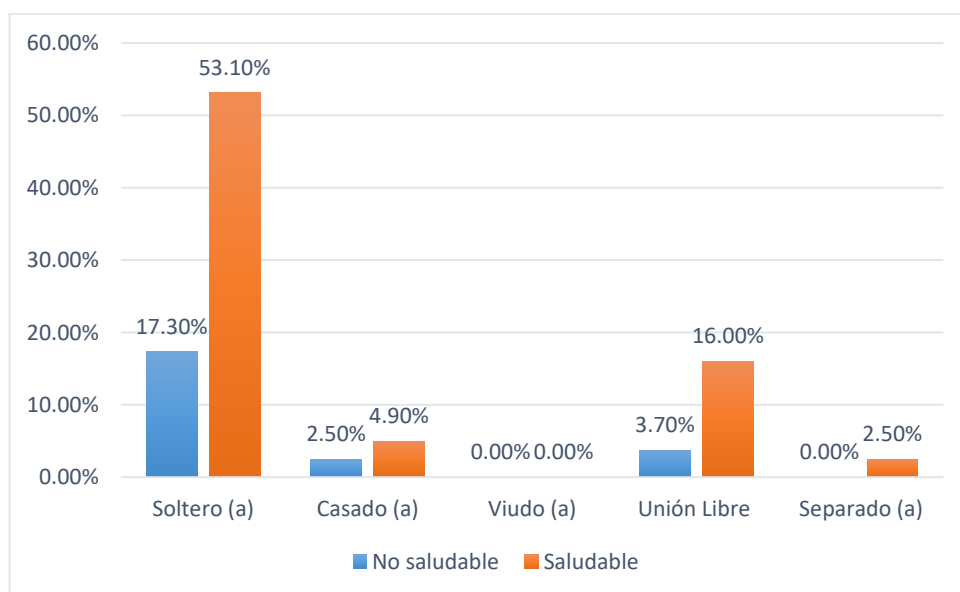
Ingreso económico	Estilo de vida				Total		Chi ² X ² =2,179; 3 gl p=0,536 >0,05. No existe relación estadísticamente significativa
	Saludable		No saludable		N	%	
	N	%	N	%	N	%	
Menor de 100 nuevos soles	3	3.7	1	1.2%	4	4.9	
De 100 a 599 nuevos soles	6	7.4	2	2.5	8	9.9	
De 600 a 1000 nuevos soles	22	27.2	10	12.3	32	39.5	
De 1000 a más nuevos soles	31	38.3	6	7.4	37	45.7	
Total	62	76.5	19	23.5	81	100.0	
Ocupación							Chi ² X ² =3,116; 5 gl p=0,682 >0,05. No existe relación estadísticamente significativa
Obrero(a)	2	2.5	1	1.2	3	3.7	
Empleado(a)	29	35.8	6	7.4	35	43.2	
Ama de casa	5	6.2	3	3.7	8	9.9	
Estudiante	10	12.3	5	6.2	15	18.5	
Ambulante	2	2.5	1	1.2	3	3.7	
Otros	14	17.3	3	3.7	17	21.0	
Total	62	76.5	19	23.5	81	100.0	

Estado Civil							Chi ²
Soltero(a)	43	53.1	14	17.3	57	70.4	
Casado(a)	4	4.9	2	2.5	6	7.4	
Viudo (a)	0	0,0	0	0.0	0	0.0	
Unión libre	13	16.0	3	3.7	16	19.8	
Separado (a)	2	2.5	0	0.0	2	2.5	
Total	62	76.5	19	23.5	81	100.0	

Fuente: Escala de estilo de vida, modificado por Reyna E. y Cuestionario sobre factores biosocioculturales, modificado por Gorriti C., aplicada a los adultos jóvenes Pueblo Joven El Progreso_Chimbote, abril, 2025

FIGURA 10

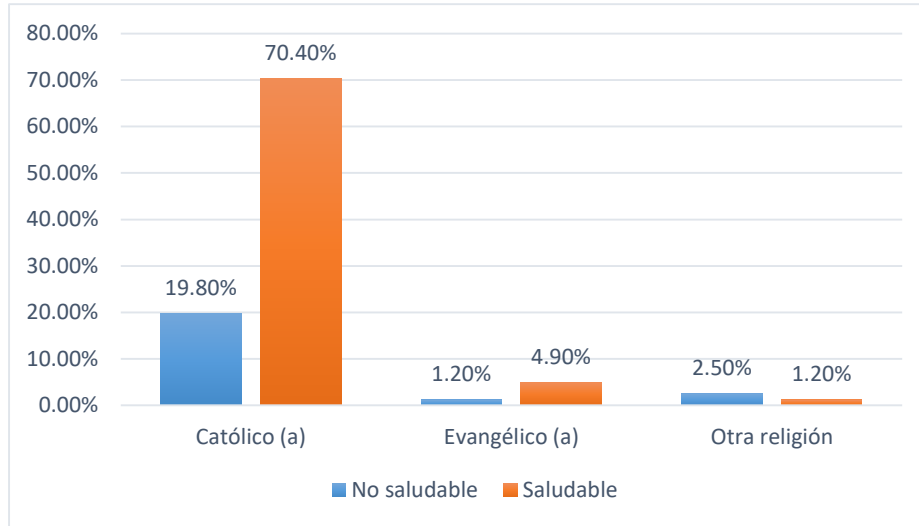
ESTILO DE VIDA Y ESTADO CIVIL EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE, 2025.



Fuente: Escala de estilo de vida, modificado por Reyna E. y Cuestionario sobre factores biosocioculturales, modificado por Gorriti C., aplicada a los adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso_Chimbote, abril, 2025

FIGURA 11

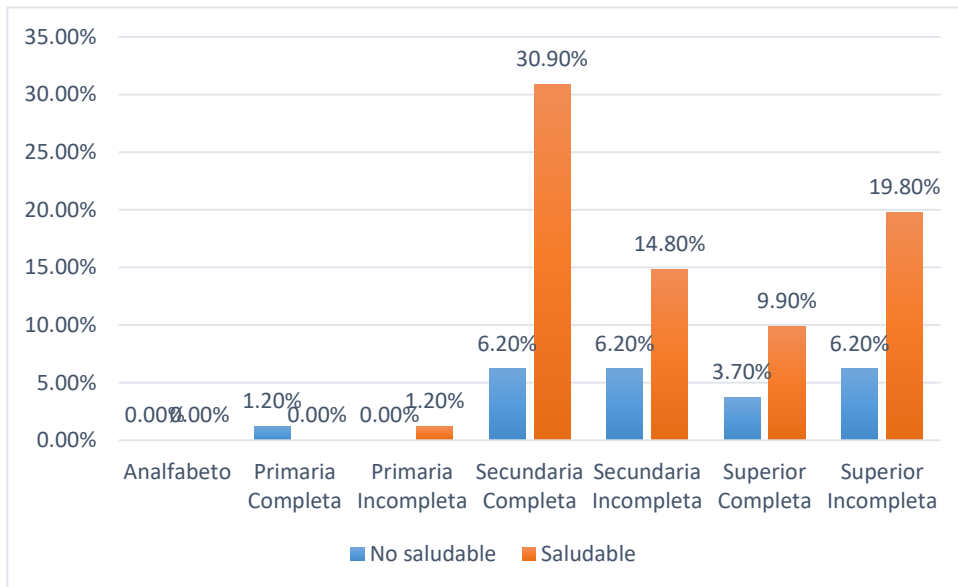
ESTILO DE VIDA Y RELIGIÓN EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE, 2025.



Fuente: Escala de estilo de vida, modificado por Reyna E. y Cuestionario sobre factores biosocioculturales, modificado por Gorritti C., aplicada a los adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso_Chimbote, abril, 2025

FIGURA 12

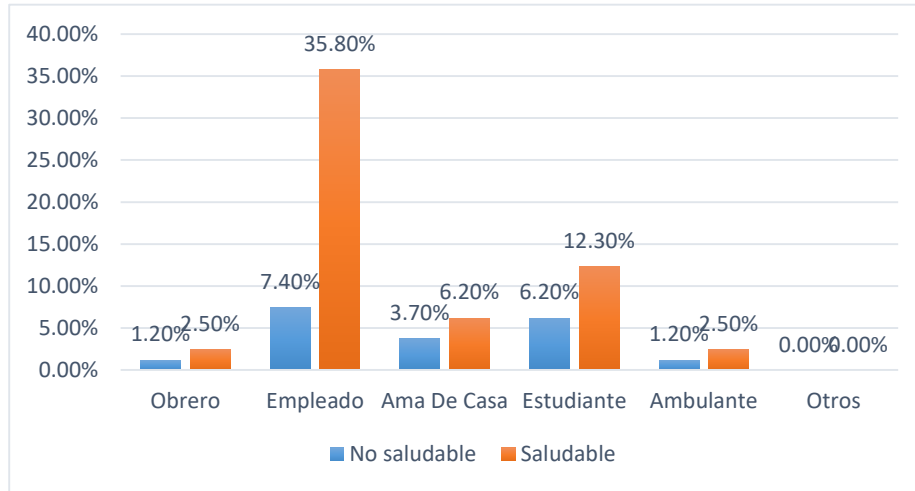
ESTILO DE VIDA Y GRADO DE INSTRUCCIÓN EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE, 2025.



Fuente: Escala de estilo de vida, modificado por Reyna E. y Cuestionario sobre factores biosocioculturales, modificado por Gorritti C., aplicada a los adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso_Chimbote, abril, 2025

FIGURA 13

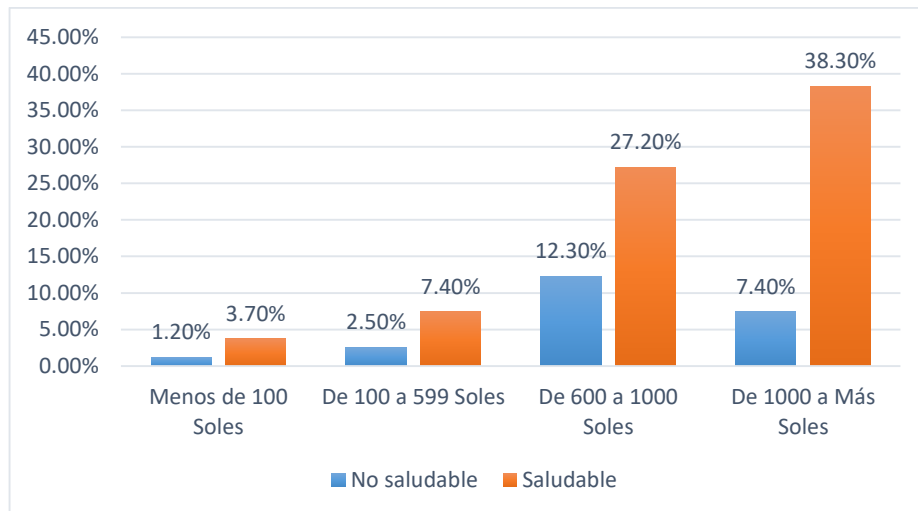
ESTILO DE VIDA Y OCUPACIÓN EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE, 2025.



Fuente: Escala de estilo de vida, modificado por Reyna E. y Cuestionario sobre factores biosocioculturales, modificado por Gorritti C., aplicada a los adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso_Chimbote, abril, 2025

FIGURA 14

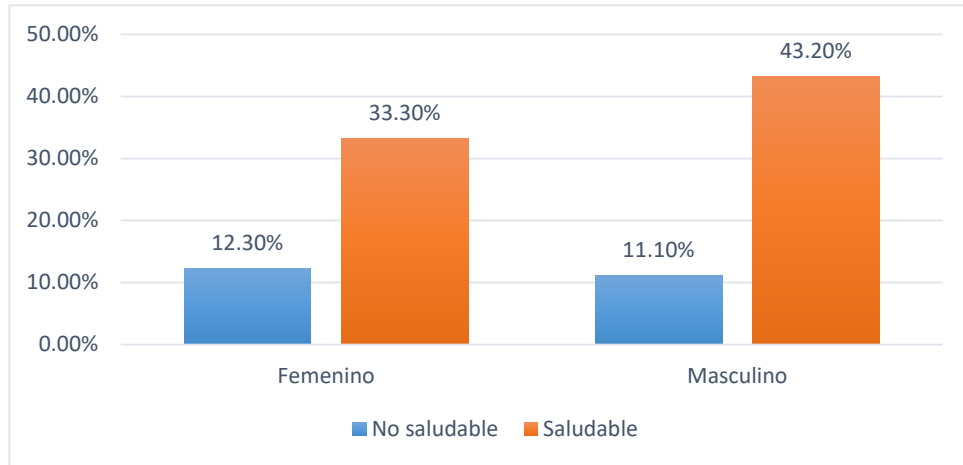
ESTILO DE VIDA E INGRESO ECONÓMICO EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE, 2025.



Fuente: Escala de estilo de vida, modificado por Reyna E. y Cuestionario sobre factores biosocioculturales, modificado por Gorritti C., aplicada a los adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso_Chimbote, abril, 2025

FIGURA 15

ESTILO DE VIDA Y SEXO EN EL ADULTO JOVEN PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE, 2025.



Fuente: Escala de estilo de vida, modificado por Reyna E. y Cuestionario sobre factores biosocioculturales, modificado por Gorritti C., aplicada a los adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso_Chimbote, abril, 2025

V. DISCUSIÓN:

Tabla 1:

Con respecto al estilo de vida del adulto joven del Pueblo Joven El Progreso, se encontró que el 76.5% tienen un estilo de vida saludable y el 23.5% no saludable.

En el presente estudio se evidencia que la mayoría de los adultos jóvenes tienen un estilo de vida saludable, esto se debe a diversas razones como la conciencia sobre la importancia de la salud y hábitos alimenticios adecuados que les hace optar por conductas saludables, otro punto importante es la influencia de las redes sociales ya que a menudo promueven estilos de vida saludables desde la alimentación hasta la práctica de ejercicios, ya que hoy en día las redes están llenas de influencers y comunidades que fomentan el bienestar.

Sabemos también, que un buen estilo de vida mejora no solo el bienestar mental sino, a la apariencia física, el tener una buena imagen corporal motiva a los jóvenes a hacer ejercicios y comer de manera saludable.

Según, La Organización Mundial de la Salud (OMS), mencionan que el estilo de vida está basado en la interacción del individuo con las situaciones y los patrones personales que define la conducta social, cultural y características propias. También influye las costumbres que adquirimos en nuestra vida cotidiana que puede ser favorable o perjudicial para la salud tanto físico como psicológico, la práctica del ejercicio de forma continua, una alimentación adecuada y saludable, disfrutar del tiempo libre, actividades de socialización, mantener una autoestima alta, el consumo de sustancias tóxicas (alcohol, drogas), el tabaquismo, el sedentarismo son factores que influyen en la adopción de conductas saludables (34).

Además, Lalonde destaca que los estilos de vida 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 contribuyó o causó su propia afección o defunción (35).

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 jóvenes del Pueblo Joven El Progreso suelen comer tres veces al día, generalmente en el desayuno

consumen pan, acompañado siempre de frutas, derivados lácteos como queso, mantequilla, también, consumen palta y bebidas lácteas o vegetales, en el almuerzo manifestaron la gran mayoría que comen siempre acompañado de una generosa porción de ensaladas, Estos resultados al compararlas con lo que describe La Organización Mundial de la Salud (OMS), se puede observar que los jóvenes optan por llevar un alimentación adecuada, pese a que muchos de ellos trabajan y otros a su vez estudian.

En lo que respecta a la actividad y ejercicio la gran mayoría realiza actividad física de vez en cuando debido a su ritmo de vida y trabajo lo que cubre la mayor parte de su tiempo.

La importancia de la actividad física para la salud pública otorgado a la Organización Mundial de la Salud para la promoción de la actividad física y la prevención de las enfermedades no transmisibles (ENT), evidencian la necesidad de desarrollar recomendaciones de alcance mundial que aborden los vínculos entre la frecuencia, la duración, la intensidad, el tipo y la cantidad total de actividad física necesaria para los adultos de este grupo de edades, la actividad física consiste en actividades recreativas o de ocio, desplazamientos (por ejemplo, paseos a pie o en bicicleta), actividades ocupacionales (es decir, trabajo), tareas domésticas, juegos, deportes o ejercicios programados en el contexto de las actividades diarias, familiares y comunitarias (36).

Respecto al manejo del estrés en los adultos jóvenes del Pueblo Joven el Progreso manifestaron saber gestionar su estrés pese a su vida rutinaria, entre el trabajo o el estudio lo que muchas veces puede provocar cuadros de estrés, refirieron también en sus tiempos libres tratan de hacer alguna actividad que les permita relajarse tales como, tomar una buena ducha, salir a caminar, bailar, entre otras cosas.

Es así, que Hans Selye, sostiene que el estrés es la respuesta del cuerpo ante cualquier demanda, ya sea positiva o negativa. Además, el estrés no solo afecta su bienestar general, sino que también influye en el desarrollo de estrategias de manejo y enfoques terapéuticos diseñados para tratar las enfermedades relacionadas con el estrés (37).

En la dimensión de apoyo interpersonal los adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso refirieron llevar buena relación interpersonal con sus amigos, familiares y entorno en general, sin embargo, manifestaron que cuando presentan algún problema de tipo familiar o laboral suelen resolverlos de manera privada y muy íntima.

Las relaciones interpersonales son conductas que tienen influencia en el desarrollo e integración del entorno de una persona, esto también se basa en la interacción de manera recíproca donde puede realizar las personas con las demás y esto sucede a diario donde se construye la personalidad y pueda expresarse con mucha facilidad sus deseos o inquietud en cualquier problema que está atravesando (38).

Respecto a la Autorrealización muchos de los adultos jóvenes manifestaron no sentirse satisfechos con lo que realizan en su vida diaria, ya que algunos trabajan como obreros y les hubiese gustado mucho estudiar una carrera técnica o universitaria no solo para mejorar su economía sino sus ideales y aspiraciones, en cuanto a los adultos jóvenes que aun estan en estudiando refirieron que por la falta de economía no podrán realizar estudios superiores ya que tienen otros hermanos en etapa escolar.

Según Abraham Maslow, una persona autorrealizada es aquella que logra maximizar su potencial para alcanzar su pleno desarrollo. Este proceso implica un compromiso con la realización de actividades que aporten un propósito y sentido a su vida. La autorrealización también está estrechamente relacionada con la motivación para descubrir y afirmar su identidad personal. Además, tiene un vínculo directo con la salud mental, ya que exige una actitud positiva hacia el crecimiento y desarrollo social, así como la capacidad de integrarse y adaptarse al entorno en el que se desenvuelve (39).

Por último, tenemos la dimensión responsabilidad en salud, se observó que la mayoría frecuentemente se realiza un chequeo médico general, además manifestaron que mayormente acuden al establecimiento de salud cuando presentan algún malestar, también suelen auto medicarse si presentan alguna molestia leve. Escasamente participan en campañas de salud o sesiones educativas, el consumo de alcohol y tabaco es frecuente en esta población principalmente en los varones.

El estilo de vida saludable según la Organización Mundial de la Salud, se refiere a un conjunto de comportamientos y prácticas que promueven la salud y previenen enfermedades. La Organización Mundial de la Salud aboga por adoptar hábitos que incluyan una dieta equilibrada, actividad física regular, evitar el consumo de tabaco y alcohol en exceso, así como promover la salud mental y el bienestar social (40).

Por otro lado, El estilo de vida no saludable está referido a la manera como la gente se comporta con respecto a la exposición a factores nocivos que representan riesgo para la salud, los comportamientos o conducta son determinantes, decisivos de la salud física, mental y del estado, decisivo de la salud pública, estando fuertemente vinculado al bienestar (41).

Estos resultados de asemejan al estudio realizado por **Llontop M** (42) titulado “Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto del Asentamiento Humano. Costa verde - Nuevo Chimbote”, en la cual concluye que del 100% de encuestados, el 76,0% mantiene estilos de vida saludables, mientras el 24,0% aún tiene estilos de vida no saludables para su salud.

La presente investigación se asemeja al estudio elaborado por **Regalado T**, (43) en su tesis “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Callima Pariacoto-Huaraz, 2023” donde el 84,4% de adultos presentaron estilo de vida saludable y el 15,6% estilo de vida no saludable.

Existen resultados similares como los de **Benítez V** (44) quien reporta que un 73% de los adultos estudiados practican un estilo de vida saludable. **Ramírez R.** (45) también encontró que el 86% de los adultos estudiados practican un estilo de vida saludable.

Sin embargo, **Vílchez M.** (46) reporta resultados diferentes a los del presente estudio reportando que el 55,8% practica un estilo de vida no saludable, así mismo, **Suárez D** (47) también encontró que el 78% % de los adultos estudiados practican un estilo de vida no saludable.

Por lo tanto, en la población adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso se demostró que la mayoría lleva un estilo de vida saludable y menos de la mitad estilos de vida no saludables, esto genera un impacto positivo en su salud ya que disminuye la probabilidad de padecer o desarrollar enfermedades no transmisibles (ENT) y prolongar sus años de vida. Además, las personas jóvenes se interesan por su bienestar emocional y descubren que una vida saludable mejora su estado de ánimo, reduce el estrés y la ansiedad mejorando su salud mental.

El rol de enfermería en la promoción de estilos de vida saludables en adultos jóvenes es clave para prevenir enfermedades crónicas y fomentar un bienestar integral a largo plazo. Por ejemplo, dando una orientación personalizada sobre una alimentación equilibrada, manejo del estrés, sueño adecuado y salud mental promoviendo el autocuidado ya que la enfermera no solo brinda

cuidados clínicos sino, también, actúa como agente de cambio en la salud pública, especialmente en la etapa de adultez joven, donde se consolidan hábitos que impactarán toda la vida.

Tabla 2:

Se muestra la distribución porcentual de los factores biosocioculturales de los adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso, Chimbote_2025. Donde Del 100% (81) de adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso donde un poco más de la mitad son de sexo masculino con un total de 53.3% (44), menos de la mitad 37% (30) tienen grado de instrucción secundaria completa, la mayoría con un 90.1% (73) profesan la religión católica, el 70.4% (57) tienen estado civil soltero(a), un poco menos de la mitad con un 45.7% (37) cuentan con un ingreso económico mayor a 1000 nuevos soles; y menos de la mitad presenta una ocupación de empleado con un 43.2% (35).

Los resultados obtenidos en la presente investigación indican que los adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso tienen como dominante al sexo masculino. Donde menos de la mitad tienen como grado de instrucción secundaria completa, existen diversos factores, entre ellos el factor económico ya que muchos jóvenes tienen que empezar a trabajar desde que acaban el colegio para ayudar económicamente a su familia lo que les impide seguir estudiando, otro factor importante es que muchos jóvenes tienen ya responsabilidades familiares, es decir, muchos adultos jóvenes forman una familia a edad temprana, cuidan al hermano menor mientras los padres trabajan, lo que les hace difícil estudiar.

El género, los estilos de vida de los adultos jóvenes y su salud están interrelacionados. Los patrones de vida, como los hábitos alimentarios y la actividad física, están influenciados por las expectativas y roles de género. El estilo de vida ocupa un lugar central en las explicaciones actuales de las diferencias de género en la salud a lo largo de la vida. En un artículo muy influyente que explora las diferencias de género en la mortalidad y la morbilidad, Verbrugge observó dos diferencias de comportamiento distintivas entre mujeres y hombres en relación con la salud. En primer lugar, señaló que las mujeres y los hombres difieren en la adquisición de conductas de riesgo. Argumentó que los hombres se involucran desproporcionadamente en conductas que aumentan el riesgo de contraer enfermedades, como fumar y el consumo excesivo

de alcohol, mientras que las mujeres se involucran más en optar por prácticas de salud preventiva (48).

En biología, el sexo es un proceso de combinación y mezcla de rasgos genéticos a menudo dando por resultado a la especialización de organismos en variedades femenina y masculina (conocidas como sexos). El sexo es un organismo que se define por los gametos que produce: los de sexo masculino producen gametos masculinos (espermatozoides) mientras que los de sexo femenino producen gametos femeninos (óvulos). Sexo, en su definición estricta es una variable biológica y genética que divide a los seres humanos en dos posibilidades solamente: mujer u hombre. La diferencia entre ambos es fácilmente reconocible y se encuentra en los genitales, el aparato reproductor y otras diferencias físicas (49).

De acuerdo con el nivel educativo un poco menos de la mitad de adultos jóvenes presentan secundaria completa. Se sabe que los adultos jóvenes con un mayor grado de instrucción suelen tener mejores oportunidades laborales y un mejor desarrollo personal y social fomentando así su autonomía e independencia rompiendo las barreras ante la desigualdad social.

La relación entre el grado de instrucción y los adultos jóvenes es fundamental para su desarrollo personal y profesional, así como para el progreso social en general. Según la Organización de las Naciones Unidas (ONU), la educación forma la base para la formación de las personas, siendo un derecho que debe ser cumplido desde sus niveles iniciales hasta la secundaria, permitiendo un desarrollo sostenible y una mejora en la calidad de vida. Parte de una educación de calidad, es que esta tenga un carácter inclusivo y equitativo, ya que elimina barreras y entrega a la población joven herramientas necesarias para desarrollar soluciones innovadoras a los problemas del mundo actual, el no terminar la educación obligatoria arrastra costos enormes como menor cohesión social, menor posibilidad de movilidad social y menor participación en actividades cívicas y políticas. Estos factores aumentan las brechas de desigualdad y vulnerabilidad social, en particular, de la educación de personas jóvenes para combatir esta problemática (50).

Se habla de nivel de instrucción al grado académico que se ha alcanzado en la educación formal, es decir, es el grado más alto completado, dentro del nivel más avanzado que se ha cursado, de acuerdo a las características del sistema educacional del país, considerando tanto

los niveles primario, secundario, terciario y universitario del sistema educativo no reformado, como la categorización del sistema educativo reformado (ciclos de Educación General Básica y Polimodal) (51).

Respecto a la religión la mayoría profesan la religión católica, manifestaron que esto se debe más a una herencia cultural, transmitida de generación a generación ya que la religión católica fue y es parte fundamental de la educación ya que en muchas escuelas públicas y privadas tienen o tuvieron formación religiosa católica como parte de sus materias, lo cual refuerza esa identidad desde jóvenes.

En cuanto a la relación entre la religión y el adulto joven hay una realidad diversa, que va desde quienes se adhieren a una religión y participan de una iglesia sin cuestionar sus creencias, hasta aquellos que se identifican como “sin religión”, pero sin que ello signifique no tener creencias. Sin embargo, hay otros jóvenes que se autoidentifican como buscadores, combinan creencias y construyen sus propias “religiones”. A su vez, si bien las dinámicas en cada país tienen su propia velocidad, un rasgo común es la tendencia a una pérdida de la influencia de la religión en la construcción de la identidad individual y social de la juventud, sin que ello signifique la desaparición total de esta (52).

La religión es un sistema de la actividad humana compuesto por creencia a cerca de lo considerado como diseño sagrado, de tipo existencial moral y espiritual, sin embargo, los adultos jóvenes son menos propensos a identificarse con una religión organizada que generaciones anteriores, una de las razones principales es el enfoque en la espiritualidad personal ya que hoy en día se prioriza más la autonomía individual, la diversidad, y los derechos sociales (53).

Analizando el estado civil la mayoría de adultos jóvenes son solteros(as) ya que están enfocados en trabajar para mantenerse o ayudar a sus familias, por lo que no priorizan una relación formal o matrimonio, además, que no cuentan aún con una estabilidad económica y emocional como para formar una familia.

El estado civil, es la condición particular que caracteriza a una persona en la que hace vinculo personales con individuo de otro sexo o de su mismo sexo. El concepto de estado civil existe desde el momento que en el ser humano crea la institución de matrimonio, pero al mismo

se vincula específicamente con el alcance que tiene el estado como institución política para organizar y regir el establecimiento de vinculo de este tipo (54).

El estado civil es el estado de la persona que se encuentra dentro de una relación, en el Perú la RENIEC en sus datos refiere que en Lima 25 de junio del 2021, se realizaron 53,148 matrimonios; en el año 2020 35,350 parejas que se casaron, en el mes de febrero fue el mayor número con 6,760 seguido con 6,050 en el mes de diciembre; en los meses de abril, mayo y junio 587 parejas se casaron; en el año 2021 hasta el 30 del mes de Abril se realizaron 17,798 nupcias civiles a nivel nacional, seguido de enero con 4,715, marzo con 4,312 y abril 3,823 matrimonios; en los 82 distritos las municipalidades tienen un sistema lo cual permite casarse de manera electrónica (55).

En la presente investigación respecto al ingreso económico de los adultos jóvenes en estudio un poco menos de la mitad manifestó tener un ingreso mayor a 1000 nuevos soles. La relación que existe entre el ingreso económico y el adulto joven suele ser bastante importante, ya que el ingreso puede influir en su calidad de vida, en sus decisiones y en su independencia. Por ejemplo, un ingreso estable y suficiente puede permitirles acceder a mejores oportunidades educativas, vivienda y salud, además de facilitarles la planificación a largo plazo. Sin embargo, muchos adultos jóvenes enfrentan desafíos para obtener ingresos altos debido a la economía, la competencia laboral o la falta de experiencia. En conclusión, un ingreso económico adecuado puede marcar una gran diferencia en su desarrollo y bienestar.

Los ingresos económicos son todas las entradas financieras que recibe una empresa, una familia, una organización o un gobierno, el tipo de ingreso que recibe una persona depende del tipo de actividad que realice (un trabajo, un negocio, venta, etc.). El ingreso es una remuneración que se obtiene por realizar dicha actividad habitualmente en forma de dinero, los ingresos pueden ser por una venta de mercancía, e intereses bancarias de una cuenta, por préstamos o cualquier otra fuente. Se deben registrar cada movimiento en la contabilidad para saber de dónde proviene en que se gasta (56).

La educación tiene un efecto positivo sobre el ingreso económico de los jóvenes que trabajan, ya que es un factor fundamental de la determinación del ingreso de los jóvenes. La rama económica donde el joven trabaja y la categoría ocupacional que tiene son las principales

variables que determinan el ingreso de los jóvenes que ejercen alguna labor. Los factores laborales los que cobran una mayor importancia. Estos factores están relacionados más a las condiciones de crecimiento y desarrollo económico (57).

En cuanto a ocupación menos de la mitad de adultos jóvenes trabajan como empleados, ya que estos puestos no requieren de títulos universitarios o técnicos, además, influye mucho la necesidad económica porque necesitan empezar a ganar dinero ya sea para ayudarse a sí mismos o a sus familias, la falta de acceso a una educación superior por falta de dinero es un factor limitante para el adulto joven. Tener un título profesional le brinda al individuo la posibilidad de acceder a mayores oportunidades de trabajo, mantener las relaciones interpersonales construidas, permitirá establecer un contacto más directo con las personas y empresas para encontrar un empleo. Contar con mejores puestos y posiciones laborales se convierten en salarios y remuneraciones más rentables para ellos y sus familias.

La ocupación es una faceta esencial del ser humano, ya que le permite responder a las demandas sociales de su comunidad. A través de sus actividades, la persona no solo se distingue y se expresa, sino que también revela su identidad como agente activo en su entorno. La ocupación se convierte en una forma de dar significado a la existencia, contribuyendo a la construcción y creación de su identidad personal, cultural y social (58).

La vida laboral del adulto joven comienza en la adolescencia con las ideas y experiencias que culminan en la elección de carrera, prosigue con el ejercicio de la profesión y culmina con la jubilación. El trabajo es muy importante porque no solo influye en la actividad laboral que realice el individuo también va a permear otros ámbitos de nuestra vida como lo son nuestras actitudes, el estilo de vida que llevemos, el tipo de comunidad que habitemos, el hogar y el nivel de vida que tendremos. Según Robert Havighurts (1964) el ciclo ocupacional comienza en la infancia media. Lo divide en una serie de etapas basadas en la relación que el individuo establece con el trabajo en distintas etapas de su vida tales como: Adquisición del hábito básico para laborar, adquirir una identidad como trabajador y convertirse en una persona productiva, todo esto va a influenciar ya sea de manera positiva o negativa el desarrollo personal y laboral del adulto joven (59).

Estos resultados se asemejan con los del autor **Álvarez N. (60)** en su trabajo de investigación encuentra que la mayoría 80.22 % son de sexo masculino, el 58.96 se encuentra

en la etapa de adulto maduro, el 81,72 % es de religión católica, el 84,70 % su estado es soltero. Otro autor **Castillo R. (61)** encontrando que el 65,75% son de sexo masculino, el 61,64% son adultos maduros, el 63,01% son de religión católica. Otro trabajo de investigación donde difiere es del autor **Núñez C. (62)** en su trabajo de investigación donde tuvo como resultado que el 56,0 % son de sexo femenino, el 63,0 % son convivientes, el 55,0 % tienen secundaria completa, el 56,0 % son ama de casa y el 90,0 % tiene un ingreso económico menor de 500 soles. Este estudio también difiere con los resultados obtenidos por **García J. (63)** en su trabajo de investigación donde se encontró que la mayoría 62.1 % son de sexo femenino, el 63.2 % son convivientes.

Según Nola Pender, en su modelo de promoción de la salud, los determinantes de la salud se dividen en factores cognitivos y perceptuales. Estos incluyen las creencias, ideas y pensamientos que una persona tiene sobre su salud, lo que guía sus conductas y decisiones para mantener o mejorar su bienestar. Pender enfatiza la autonomía del individuo, independientemente de su sexo, para tomar decisiones que impactan su salud. Sin embargo, también reconoce que la cultura y el entorno, moldeados por experiencias y vivencias, pueden influir en la forma en que cada persona protege o pone en riesgo su salud. La primera columna del gráfico de Nola Pender, vinculada a su Modelo de Promoción de la Salud, suele centrarse en los factores que impactan la salud y el bienestar de las personas. Esto incluye aspectos como las características personales, experiencias pasadas y creencias, que influyen en cómo un individuo percibe la salud y su disposición a adoptar conductas saludables (64).

En ese sentido, los factores biosocioculturales son diversos, el nivel educativo, el grupo social al que pertenece, su cultura, sus creencias, sus costumbres y tradición, sus valores e ideologías. El individuo vive en su contexto social de los cuales depende para conservar su vida, formar su carácter y aprender el modo de ganarse el sustento (65).

Cada persona adulto joven en estudio tiene sus propias características socioculturales, las cuales van a influenciar en el comportamiento que cada persona ponga en práctica en su vida cotidiana, generando conductas favorables o desfavorables para su salud (66).

El rol de la enfermera es fundamental al tener contacto directo y frecuente con el paciente y su entorno. La enfermera al identificar los factores biosocioculturales le permite personalizar el plan de cuidados, respetando sus creencias y culturas adaptando así las intervenciones según

el contexto cultural, por eso su rol frente a los factores biosocioculturales es esencial para ofrecer una atención humanizada, empática y efectiva. Entender estos factores permite mejorar la comunicación, la adherencia al tratamiento y la calidad de vida del paciente y sobre todo un cuidado culturalmente competente.

Tabla 3:

Se presenta la siguiente relación en cuanto a los factores biológicos que comprenden (sexo) y el estilo de vida, referente al sexo tenemos que el 54.3% (44) corresponden al sexo masculino de los cuales el 43.2% (35) de los hombres presentan un estilo de vida saludable y el 11.1% (9) de los hombres presentan un estilo de vida no saludable.

Empleando el estadístico Chi-Cuadrado de Independencia ($X^2=0,484$; 1 gl $p=0,487 >0,05$) encontramos que no existe relación estadísticamente significativa entre la variable sexo y estilo de vida.

En cuanto a los resultados no existe relación estadísticamente entre la variable sexo y el estilo de vida de nuestros adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso, donde se encontró que un poco más de la mitad son de sexo masculino y de los cuales presentan un estilo de vida saludable, lo que se observó durante la ejecución refirieron que se preocupan mucho por su aspecto físico, realizan rutinas de ejercicios en sus horas libres o también asisten al gimnasio, la mayoría de jóvenes pese que trabajan o estudian siempre se toman un tiempo para ejercitarse, tratan de tener un alimentación equilibrada. Hoy en día la tecnología juega un papel fundamental en sus vidas, ya que existen aplicativos de cómo llevar una rutina de ejercicios y alimentación, la televisión con sus comerciales mostrando hombres y mujeres de contextura delgada, fornidos lo que motivan a los jóvenes a querer verse bien físicamente.

La mayoría de las actividades que engloba los estilos de vida se relacionan con los sistemas de salud, incluyendo comportamientos como el consumo de alcohol, tabaco, realización de dietas, ejercicios, manejo del estrés, higiene personal y descanso que son parte de la naturaleza sin la influencia del género, existe varones que optan por aplicar comportamientos saludables siguiendo patrones familiares o por propia decisión. El sexo no define los comportamientos y prácticas del ser humano sino es una construcción inteligente que toma la persona para su bienestar tomando riesgos y certezas (67).

Los estilos de vida también son definidos como, el comportamiento que una persona, grupo social o familia realiza de manera repetitiva, dependiendo de sus conocimientos, necesidades, posibilidades económicas, entre otros; las cuales llegan a influenciar en la salud del individuo o individuos; estas se ven comúnmente vinculadas a los alimentos, actividad y hábitos nocivos, este no solo depende de un factor sino es la formación que tiene dentro de su núcleo familiar o su propio entorno (68).

El sexo forma parte de la salud integral y de la personalidad del individuo, porque permite desarrollar el aspecto físico y emocional ya que durante nuestra vida surgen múltiples necesidades básicas como el deseo de contacto, de intimidad, de expresión emocional, de placer y de amor. Por ello el individuo debe ser responsable con su cuidado ser consciente de las decisiones que tome con el fin de beneficiarse o afectarse como un impacto en su vida.

Nola Pender en su modelo explica que el comportamiento del individuo y sus diversos factores cognitivos y perceptivos que se transforman por los rasgos situacionales, propios e interpersonales, siendo estos positivos para la salud siguiendo el patrón establecido para la acción a realizar en favor de la persona. La educación en el cuidado del individuo debe de ser correcto para permitirle llevar una vida saludable y conservar su salud (69).

Los resultados del autor **Trujillo D (70)** son semejantes a la presente investigación: “Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto de Centro Poblado de Quenuayoc Independencia – Huaraz – Ancash, 2021” donde se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre el sexo y el estilo de vida.

Se observa que los resultados obtenidos en este estudio son similares en cuanto a que no existe relación estadística entre el sexo y estilo de vida, independientemente de si la persona es hombre o mujer. Para llevar una vida saludable y no saludable se hace lo mismo independientemente del género, depende de su decisión ajustar o cambiar sus hábitos en beneficio de tu salud.

Conforme evidencian los resultados obtenidos en la tabla, no se encontró una relación estadísticamente significativa entre el sexo y el estilo de vida de los adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso – Chimbote ($\text{Chi}^2 = 0.484$; $\text{gl} = 1$; $p = 0.487 > 0.05$).

Esto indica que tanto hombres como mujeres presentan estilos de vida saludables y no saludables en proporciones relativamente similares, sin que el sexo sea un factor determinante. A pesar de que un mayor porcentaje de varones (43.2%) presentó un estilo de vida saludable en

comparación con las mujeres (33.3%), estas diferencias no son lo suficientemente marcadas como para considerarse significativas desde el punto de vista estadístico. Por lo tanto, se concluye que el sexo no influye de manera directa sobre el tipo de estilo de vida que llevan los adultos jóvenes en esta población en específico.

El personal de enfermería cumple un rol fundamental en la promoción de estilos de vida saludables tanto en hombres como en mujeres, el personal de salud debe crear espacios donde los jóvenes puedan cuestionar cómo los estereotipos de género influyen en sus decisiones sobre salud, cuerpo y autocuidado. El personal de enfermería, desde un enfoque humanizado, equitativo y libre de estereotipos, tiene el potencial de transformar la forma en que los jóvenes viven y entienden su salud, promoviendo estilos de vida que respeten la diversidad de género y fomenten la equidad.

Tabla 4:

Al relacionar el estilo de vida y los factores socioculturales, en los factores culturales, se observa que del 37.0% de los adultos jóvenes que tienen grado instrucción secundaria completa, el 30.9% tienen estilo de vida saludable seguido de 6.2% con estilo de vida no saludable; en relación a la religión el 90.1% profesan la religión católica el 70.4% presenta estilo de vida saludable seguido de 19.8% un estilo de vida saludable.

Se presenta la relación entre los factores culturales (grado de instrucción y religión) y el estilo de vida. Al relacionar el grado de instrucción con el estilo de vida empleando el estadístico Chi - Cuadrado de Independencia ($X^2=3,116$; 5 gl $p=0,682 >0,05$) se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables.

Según los resultados obtenidos en el adulto joven del Pueblo Joven El Progreso-Chimbote vemos que menos de mitad de los adultos jóvenes presentan grado de instrucción secundaria completa y a la vez tienen un estilo de vida saludable, cabe resaltar que cuando existe un mayor nivel educativo los adultos jóvenes suelen tener más conciencia y acceso a conocimientos sobre nutrición y alimentos más saludables, hay más conciencia sobre la importancia del ejercicio de manera regular y de este modo evitar conductas de riesgo.

El bajo nivel educativo de una persona es un factor que influye en la relación con estilos de vida menos saludables, esto se ve asociado a una mayor prevalencia de obesidad,

tabaquismo, alcoholismo, sedentarismo y sobre todo a una mayor exposición a factores de riesgo ambiental o laboral y menos hábitos preventivos.

La educación a nivel secundaria, es un proceso de aprendizaje donde se desarrollan competencias ciudadanas para la vida, donde les permita valorar la importancia de actuar y formarse como sujetos sociales basándose en su cultura con legalidad y respetando los derechos humanos propios y de los demás, así como las normas de convivencia social.

Según Erickson en la etapa adulta, la vida de la mujer normalmente alcanza la plenitud de su desarrollo biológico y psíquico. Se consolida el desarrollo de la personalidad y el carácter, los cuales se presentan relativamente firmes y seguros, con todas las diferencias individuales que pueden darse en la realidad. De este modo la edad adulta constituye un período muy extenso dentro del ciclo vital (71).

El grado de instrucción se relaciona con la forma de percibir la salud; las personas con mayor grado de instrucción suelen identificar signos de alarma y buscan ayuda de un profesional de salud oportunamente, en grupos con menor grado de instrucción pueden actuar con indiferencia y rechazo. La madre es quien asume la responsabilidad total en la atención fuera y dentro de su hogar y, ejerce influencia decisiva sobre las conductas que adoptan a la protección de salud, siendo modelo para la formación de conductas de sus hijos y familiares (72).

Se aplica la relación entre la religión y el estilo de vida usando el estadístico Chi -Cuadrado de Independencia ($X^2=3,249$; 2 gl $p=0,197 >0,05$) encontrando que no existe relación estadísticamente entre las dos variables.

Los adultos encuestados profesan la religión católica y los resultados se evidencia que no existe relación significativa con los estilos de vida, aunque opten por diferentes religiones los estilos de vida pueden ser diferentes. La religión puede proporcionar una base moral y ética para tomar decisiones la creencia y la práctica religiosa contribuyen a la formación de criterios morales personales algunas veces la práctica religiosa inmuniza a las personas contra una serie de problemas entre ellos el suicidio, las drogas delincuencia, tabaquismo y consumo de alcohol que afecta de manera directa su salud y bienestar.

El modelo de Pender sostiene que los estilos de vida se utilizan para identificar los factores y comportamientos que las personas exhiben, con el objetivo de fomentar un estilo de vida saludable que ayude a prevenir cualquier tipo de enfermedades que puedan afectar su salud física y psicológica (73).

En cuanto a la variable religión, se considera que su misión principal es desarrollar, impartir y difundir la enseñanza cristiana, así como cuidar de la unidad de los fieles conforme a sus doctrinas y estructuras jerárquicas. Algunos sostienen que ser religioso implica meditar todo el día en la iglesia, evitar la interacción con personas de otras creencias e incluso prohibir ciertos alimentos que, según sus creencias, están vedados.

La religión es un conjunto de creencias religiosas, de normas de comportamiento y de ceremonias de oración o sacrificio que son propias de un determinado grupo humano y con las que el hombre reconoce una relación con la divinidad (un dios o varios dioses) (74).

Según en la teoría de Pender la conducta de los seres humanos son las actitudes y motivaciones hacia el accionar que promoverá la salud de la persona para alcanzar el bienestar y potencial humano, los cuales son necesarios para que el individuo cambie hábitos y estilos poco saludables, ayudando así a los usuarios a tomar decisiones oportunas y promoviendo el autocuidado (75).

Se hallaron estudios que difieren con los resultados de **Arias J (76)**, donde se demuestra que existe una relación estadísticamente significativa entre el grado de instrucción, mientras que no se observa una relación significativa entre la religión y los estilos de vida. Asimismo, se encontraron investigaciones que se asemejan a las de **Rafael M (77)**, que evidencian una relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y el grado de instrucción, y que no hay una relación significativa entre el estilo de vida y la religión. Sin embargo, un estudio que presenta diferencias con los resultados de **Ordiano C (78)** confirma que sí hay una relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida, el grado de instrucción y la religión.

En conclusión, los factores culturales contribuyen a que los adultos jóvenes opten por desarrollar estilos de vida saludables, especialmente entre aquellos con secundaria completa y que profesan la religión católica. Esta situación afecta positivamente en su salud, ya que un conocimiento suficiente es lo que les permite mantener hábitos saludables. Además, las distintas

doctrinas religiosas influyen en la adopción de hábitos de vida que pueden ser favorables en la salud de los adultos jóvenes.

Además, las autoridades e instituciones deben dar importancia a la educación para tener individuos capacitados e informados para tomar decisiones correctas en bienestar de su salud, fomentar talleres educativos para toda la población con el fin de informar acerca de llevar estilos de vida saludable, promover actividades religiosas en la comunidad para que los ciudadanos participen en festividades religiosas con responsabilidad y respeto.

Tabla 5:

Respecto a la relación entre los factores sociales con el estilo de vida, se observa que el 53.1% (43) son soltero (a) tienen estilo de vida saludable; seguido del 17.3 (14) que presentan un estilo de vida no saludable; Por otro lado se observa que un 35.8% (29) tienen una ocupación de empleado (a) y tiene un estilo de vida saludable, seguido del 7.4%(6) que son empleados y tiene estilo de vida no saludable Por último, se muestra que el 38.3%(131) con ingreso económico de 1000 a más nuevos soles mensuales tienen un estilo de vida saludable; seguido del 12.3% (10) tienen un estilo de vida no saludable.

Se encontró que no existe relación entre el estilo de vida con los factores biosocioculturales. Al aplicar la prueba de chi cuadrado en cuanto al estado civil se obtuvo un $X^2=1,175$; 3 gl, en cuanto a la ocupación se obtuvo un $X^2=3,116$; 5 gl y en cuanto al ingreso económico se obtuvo un $X^2=2,179$; 3 gl.

Existen trabajos similares como el de **Núñez C. (79)** donde muestra que no existe relación significativamente en el estilo de vida y los factores biosocioculturales grado de instrucción $X^2=26,950$, estado civil $X^2=1,7967$, ocupación $X^2=5,3550$ e ingreso económico $X^2=0,0204$. **García J. (80)** donde se aprecia que no existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales (estado civil, ocupación e ingreso económico).

Se encontró estudios que difieren como el de **Toledo B. (81)** donde se evidencia que si existe una relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales grado de instrucción $X^2=13,947$, estado civil $X^2=9,440$, ocupación $X^2=11,242$ e ingreso económico $X^2=8,379$. También difiere **Ramírez R. (82)** en su estudio

donde se evidencia que si existe relación estadísticamente significativa entre el Estilo de vida y los factores biosocioculturales (estado civil, ocupación e ingreso económico).

Analizando el estado civil de los adultos jóvenes, la mayoría son solteros (as) esto se debe a que muchos de ellos trabajan ya sea para cubrir sus necesidades personales o brindar ayuda económica a sus familias, sin embargo, se evidencia que el estado civil a pesar de no existir una relación estadística si pueden influir en múltiples aspectos del bienestar y las conductas diarias presentando una mezcla más diversa de estilos de vida, pues se enfrenta a mayores conductas de riesgo como el consumo de alcohol, comidas rápidas y una vida nocturna más activa, los adultos jóvenes que están en una etapa escolar se enfrentan a horarios de comida mucho más variados, sueño y actividad física suelen ser menos constantes lo que incrementa una mayor vulnerabilidad a conductas de riesgo o desorganización en los estilos de vida.

El estado civil es la unión de personas de diferentes sexos con fines de procreación y vida en común y que asumen permanencia en el tiempo, lo que define claramente el concepto de matrimonio, como la formación de vínculos que generalmente se presenta en esta etapa de la edad adulta, buscando con la unión a una pareja la prolongación de sus vidas a través de sus hijos (83).

La ocupación a la que más se dedican los adultos jóvenes es a la labor de empleado (a), a pesar de que no exista una relación estadísticamente significativa, la ocupación de los adultos jóvenes, ya sea su trabajo, estudios o actividad principal, tiene una influencia directa y significativa en su estilo de vida, ya que determina factores claves como el ingreso económico, el tiempo disponible, el estrés, los hábitos diarios, en conclusión la ocupación que realicen los adultos jóvenes condiciona el estilo de vida que puedan adoptar, ya que determina el acceso a los recursos, el tiempo que disponen, del nivel de estrés ya sea por lo laboral o educativo y la capacidad de organización personal.

La ocupación, se considera como un conjunto de obligaciones, funciones y tareas que va desempeñando la persona en su centro laboral, y la forma como se desenvuelve en la rama de actividades y las relaciones que establece con los agentes sociales y productivos, determinado por la posición del trabajo (84).

Los adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso indicaron que tienen un ingreso económico de 1000 a más nuevos soles. Finalmente, al relacionar el estilo de vida con el ingreso

económico y aunque no exista una relación netamente estadística, a pesar de eso, sí existe una relación directa e influyente, ya que el nivel de ingresos determina en gran medida qué pueden hacer, consumir, acceder o evitar en su vida cotidiana, se pudo observar mediante los resultados de las encuestas que muchos de estos jóvenes trabajan y otros estudian y esto directamente afecta su estilo de vida ya que el nivel de ingresos económicos influye en la alimentación, la salud, el tiempo libre y un adecuado manejo del estrés que no ponga en riesgo su salud física ni mental.

Silva J, et al. (85), menciona un ingreso económico que debe ser suficiente para que cada familia pague los gastos del hogar, los menores ingresos pueden ser perjudiciales para el bienestar ya que no pueden cubrir sus necesidades básicas y afectarán la calidad de vida de todos los miembros de la familia, ya que también provoca un desequilibrio emocional y mental, debido al gran impacto que tiene en el cuerpo, también provoca físicos y cambios de comportamiento, tiene recursos económicos más adecuados, y también puede mejorar el acceso a la educación, la salud y la vivienda de calidad.

Nola Pender en su modelo explica que el comportamiento del individuo y sus diversos factores cognitivos y perceptivos se transforman por los rasgos situacionales, propios e interpersonales, siendo estos positivos para la salud siguiendo el patrón establecido para la acción a realizar en favor de la persona. La educación en el cuidado del individuo debe de ser correcta para permitirle llevar una vida saludable y conservar su salud (86).

El estilo de vida es independiente del ingreso económico las personas con solvencia económica similares pueden tener prioridades diferentes en cuanto a cómo gastar su dinero, una persona con un alto ingreso puede vivir de manera modesta y ahorrar dinero, una persona con bajo ingreso puede elegir gastar su dinero y una persona con ingreso medio puede elegir invertir en educación y habilidades para mejorar su calidad de vida.

Considerando que no se encontró evidencia significativa de una relación entre el estilo de vida y los factores sociales (estado civil, ocupación e ingreso económico) los resultados sugieren identificar otros factores contextuales o individuales que pueden influenciar en el estilo de vida. las estrategias de promoción de la salud deben ser individualizadas, los programas de salud más efectivos para la población adulta joven y en las investigaciones futuras explorar otros factores que influyan en el estilo de vida.

VI. Conclusiones

- La mayoría de los Adultos Jóvenes Pueblo Joven El Progreso tienen un estilo de vida saludable seguido de un porcentaje significativo con estilo de vida no saludable. Los adultos jóvenes optan por estilos de vida saludables ya que buscan cuidar su bienestar físico, mental y emocional, a través de la información y la educación sobre salud que reciben hoy en día ya que los motivan a hacer elecciones más saludables en beneficio de su propio bienestar.
- En los factores sociales la mayoría de adultos jóvenes profesan la religión católica, de estado civil soltero (a), menos de la mitad presentan grado de instrucción secundaria completa, ocupación empleado, un poco más de la mitad son de sexo masculino, un poco menos de la mitad cuenta con un ingreso económico de más de 1000 nuevos soles. Los factores sociales tienen una gran influencia en los adultos jóvenes, ya que en esta etapa de la vida las relaciones y el entorno social juegan un papel fundamental en sus decisiones, valores y comportamientos. Además, pueden ofrecer apoyo y motivación, ayudando a los jóvenes a superar obstáculos y a desarrollar habilidades sociales importantes para su crecimiento personal y profesional.
- No existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores socioculturales: ocupación del adulto joven. Pueblo Joven El Progreso-Chimbote, al aplicar la prueba estadística del chi-cuadrado con $P < 0,05$; con el grado de instrucción, religión, estado civil e ingreso económico no se pudo encontrar relación ya que no se cumple con las condiciones para aplicar la prueba del chi-cuadrado.

Considero que a pesar que no existe una relación significativa puede deberse a varios factores. Primero, es posible que los estilos de vida de los adultos jóvenes estén más influenciados por factores individuales o contextuales inmediatos (como experiencias personales, situaciones emocionales o influencias sociales puntuales), más que por sus condiciones biosocioculturales generales. Además, puede que la muestra no haya sido lo suficientemente grande como para reflejar patrones más claros. También podría influir la forma en que se midieron las variables: Algunas respuestas pudieron ser más subjetivas o influenciadas por el contexto social, lo que puede haber afectado la consistencia de los datos.

VII. Recomendaciones

- Informar a los Adultos Jóvenes los resultados para seguir manteniendo la calidad del estilo de vida del adulto Joven y los factores biosocioculturales siguiendo las visitas domiciliarias, programas educativos sobre prevención y promoción de la salud a los adultos jóvenes, que permitirá mantener el buen estilo de vida que llevan.
- Se recomienda al personal de salud a realizar talleres dirigidos a los adultos jóvenes, con el fin de promover e incentivar a adoptar estilos de vida saludables y hacer que tomen conciencia de la importancia de la salud de la persona adulta joven.
- Realizar otros estudios, en base a los resultados de la presente investigación, utilizando variables que no tengan relación con el estilo de vida que permitan explicar, comprender otras variables que modifiquen el estilo de vida e intervenir en la prevención de problemas de salud en el adulto joven con la finalidad de garantizar una mejor calidad de vida.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Pérez JG. Relación entre el estilo de vida y el estado de salud. *Revista UNO*. 4 de febrero de 2025;3(4):14-26.
2. Sinche, J. C. L., Palacios, I. A. M., Quiñónez, M. B. R., Ruiz, R. D. T., & Zúñiga, P. I. V. Hábitos de vida saludables para un mejor rendimiento académico de los estudiantes de Bachillerato General Unificado: Healthy lifestyle habits for better academic performance of Unified General Baccalaureate Students. *Latam: revista latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 5(4), 191. (2024).
3. Organización Mundial de la Salud. Enfermedades no transmisibles [Internet]. 2024 [citado 8 de febrero de 2025]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/noncommunicable-diseases>
4. Bjørnerud Korslund, S., Hansen, B.H. & Bjørkkjær, T. Association between sociodemographic determinants and health behaviors, and clustering of health risk behaviors among 28,047 adults: a cross-sectional study among adults from the general Norwegian population. *BMC Public Health*. 2023 Marzo 22; 23(541). Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s12889-023-15435-y>
5. Pinillos-Patiño Y, Rebolledo-Cobos R, Herazo-Beltrán Y, Oviedo-Argumedo E, Ospino MG, Valencia-Fontalvo P. Estilo de vida en adultos jóvenes universitarios de Barranquilla, Colombia. Diferencias según sexo y estatus socioeconómico. *Retos*. 2022; 43: p. 979-987.
6. Organización Panamericana de la Salud (OPS). Informe ONU: 131 millones de personas en América Latina y el Caribe no pueden acceder a una dieta saludable - OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud [Internet]. 2023 [citado 8 de febrero de 2025]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/19-1-2023-informe-onu-131-millones-personas-america-latina-caribe-no-pueden-acceder-dieta>
7. Ministerio de Salud (MINSa). Minsa: nutricionistas advierten que 7 de cada 10 peruanos sufre de exceso de peso [Internet]. 2023 [citado 8 de febrero de 2025]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/720469-minsa-nutricionistas-advierten-que-7-de-cada-10-peruanos-sufre-de-exceso-de-peso>

8. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Enfermedades no transmisibles y transmisibles 2020. [Internet]. Citado el 8 de febrero de 2025. Disponible en: https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2020/departamentales_en/Endes02/pdf/Ancash.pdf
9. Radio Santo Domingo (RSD). Áncash: el 84 % de jóvenes de 15 a 29 años trabaja en la informalidad [Internet]. 2023 [citado 8 de febrero de 2025]. Disponible en: <https://radiorsd.pe/noticias/ancash-el-842-de-jovenes-de-15-29-anos-trabaja-en-la-informalidad>
10. Rodríguez, P. et al. Valoración del estilo de vida saludable adquirido en adultos españoles de 22 a 72 años de edad. Nut. Hosp. [internet] 2023 [citado el 10 de febrero del 2025], 41(1). Disponible en: <https://dx.doi.org/10.20960/nh.04267>
11. Espín. El estilo de vida y su relación con la obesidad - Brasil, 2022. [la referencia], consultado el 10 de febrero de 2025. Recuperado a partir de: https://www.lareferencia.info/vufind/Record/BR_9f45f29a7c5efdeceb34542ecdca47c2
12. Suarez D. Factores que influyen en el estilo de vida de los adultos mayores en la ciudadela Virgen Del Carmen - Santa Elena. [tesis de pregrado]: Universidad Estatal Península de Santa Elena, Ecuador, 2021 [citado el 10 de febrero del 2025]. Disponible en: <https://repositorio.upse.edu.ec/handle/46000/6459>
13. Agustín O. Estilos de vida y factores biosocioculturales en Adultos Mayores que acuden al Centro de Salud Chilca 2021. Huancayo: Universidad Peruana del Centro;2021. [Consultado el 10 de febrero del 2025]. Recuperado a partir de:<https://repositorio.upecen.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14127/283/TESIS%20%20AGUSTIN%20BENIGNO%20OLIVAS%20ALVAREZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
14. Baylon J. Cosme J. Estilo de vida relacionado con los factores biosocioculturales y Estado nutricional del adulto de la localidad de Tarmatambo 2021. [Internet] 2023, [citado el 10 de febrero de 2025]. Disponible en: http://repositorio.undac.edu.pe/bitstream/undac/3340/1/T026_72083711_T.pdf
15. Aparicio J. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto en el A.H. Juan de Mori I Etapa_Catacaos_Piura,2022. Piura: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2022. [Consultado el 10 de febrero del 2025]. Recuperado a partir de:

- https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/30392/ESTILO_VIDA_APARICIO_BAYONA_JESUS.pdf?sequence=1&isAllowed=y
16. Quezada Y. Factores sociodemográficos y estilo de vida en adultos del asentamiento humano Balcón – Chimbote, 2023. [Tesis de licenciatura]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2020 [consultado el 10 de febrero del 2025]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/36092/ESTILO_VIDA_QUEZADA_ALBA_YASEIDY.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 17. 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 10 de febrero del 2025]. Recuperado a partir de: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/35664>
 18. Chinchay R. Estilo de vida y factores biosocioculturales del Adulto- Centro Poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Ancash, 2021. Huaraz: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2023. [Consultado el 11 de febrero del 2025]. Recuperado a partir de: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32095/ADULTO_S_ESTILO_DE_VIDA_Y_FACTOR_BIOSOCIOCULTURALES_CHINCHAY_PONCIANO_ROSA_ANA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 19. Lalonde M. A new perspective on the health of Canadians. A workingdocument. [Documento en internet]. Canadá. 1974. Disponible desde el URL: http://www.hc-sc.gc.ca/hcs-sss/alt_formats/hpb-dgps/pdf/pubs/1974-lalonde/lalonde-eng.pdf
 20. Meléndez O. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión 2017. [Consultado el 11 de febrero del 2025]. Recuperado a partir de: <http://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v8n4/v8n4a3.pdf>
 21. Aristizabal G. et al. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno su comprensión. Enferm. Univers. [internet] 2011 [citado el 11 de Febrero del 2025]; 8(4). Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S16657063201100040003

22. Organización Mundial de la Salud. Preguntas más frecuentes – Salud. Oficinas Regionales de la OMS; 2019. [Consultado el 11 de febrero del 2025]. Recuperado a partir de: <https://www.who.int/es/about/frequently-asked-questions>
23. Revista electrónica de portales médicos. Metaparadigmas, modelo y teoría en enfermería. 2015. [Consultado el 11 de febrero del 2025]. Disponible en: <https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/metaparadigma-modelo-y-teoria-en-enfermeria/>
24. López L. Definición de salud. [Internet]. [Consultado el 12 de febrero del 2025]. Recuperado a partir de: <https://definicion.de/salud/>
25. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión: Enfermería Universitaria; 2018. [Consultado el 12 de febrero del 2025]. Recuperado a partir de: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003
26. Escobar. Estilo de vida promotor de salud y sentido de coherencia en adultos jóvenes universitarios - Colombia, 2019. [internet], [consultado el 12 de febrero del 2025], recuperado a partir de: https://www.lareferencia.info/vufind/Record/CO_a39dfd7edd5be68532506b7bbb4987d9/Description#tabnav
27. Sosa S. Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores que acuden al centro de salud Materno Infantil el Socorro Huaura, 2020. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. [Internet]. 2020. [Consultado el 12 de febrero del 2025].
28. Samaniego G. Enfoque, tipo, diseño y método de investigación. [Internet]. 2022. [Consultado el 12 de febrero del 2025]. Recuperado a partir de: <https://miasesorde tesis.com/enfoque-tipo-diseno-metodo-de-investigacion/>
29. Supo José. Niveles de Investigación. [Internet]. 2020. [Consultado el 12 febrero del 2025]. Recuperado a partir de: <https://bioestadistico.com/niveles-de-investigacion>
30. Revista Latinoamericana de psicología. Fundación Universitaria Konrad Lorenz. Colombia;1971. [Consultado el 16 de febrero del 2025]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/805/80503105.pdf>

31. Revista Intercontinental de Psicología y Educación. Universidad Intercontinental México. vol. 8, núm. 2, julio-diciembre, 2006, pp. 61-72. [Consultado el 16 de febrero del 2025]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/802/80280205.pdf>
32. Vera C. Validez interna y externa. 2018. [. [Consultado el 13 de febrero del 2025]. Recuperado a partir de: <http://www4.ujaen.es/~eramirez/Descargas/tema7>
33. Universidad Católica los ángeles de Chimbote. Código de ética para la investigación. [Internet]. 2022. [Consultado el 14 de febrero del 2025]. Disponible en: [file:///C:/Users/PERSONAL/Downloads/reglamento-de-integridad-cientifica-en-lainvestigacion-v001%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/PERSONAL/Downloads/reglamento-de-integridad-cientifica-en-lainvestigacion-v001%20(1).pdf)
34. Gerencia Asistencial de Atención Primaria. Estilos de vida. Madrid: Comunidad de Madrid; 2021. [Consultado el 14 de Abril del 2025]. Recuperado a partir de: <https://www.comunidad.madrid/hospital/atencionprimaria/ciudadanos/estilosvida#:~:text=La%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de%20la,factores%20so%20cioculturales%20y%20caracter%C3%ADsticas%20personales%E2%80%9D>
35. Lalonde M. El concepto del “campo de la salud”- una perspectiva canadiense. [Internet]. Canadá; 1975. [citado el 17 de Abril del 2025]. Recuperado a partir de: <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/46385/50923.pdf?sequence=1>
36. OMS. Recomendaciones Mundiales sobre Actividad Física para la Salud. Gobierno del Reino Unido;2009. [Consultado el 14 de Abril del 2025]. Recuperado a partir de: https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/44441/9789243599977_spa.pdf?sequence=1
37. Casanova M, Gonzales W, Machado F. Casanova D, Gonzales M. Hans Hugo Bruno Selye y el estrés, hito en la historia de la Medicina moderna. [internet] Gac. Méd. Espirit, 2023 [citado el 13Abril del 2025]; 25(2): 1-12. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S160889212023000200009#:~:text=En%201936%20Hans%20Hugo%20Bruno,demanda%20del%20ambiente%20que%20suceda.
38. Ramírez J, Tesen J. Las relaciones interpersonales y la calidad educativa [internet] Tecnohum. 2021 [citado el 14 de Abril del 2025]; 1(4): 33-51 Disponible en: <https://doi.org/10.53673/th.v2i3.113>

39. Salas R. La Autorrealización, según la teoría de Maslow. Psicología Salas. [Online]; 2020. Acceso 19 de Abril de 2025. Disponible en: <https://www.rafaelsalaspsicologo.com/autorrealizacion-teoria-maslow/49>.
40. OMS. Concepto de Estilos de vida saludable. Significados web. [citado el 19 de Abril del 2025]. Disponible en: <https://significadosweb.com/concepto-de-estilo-de-vida-saludable-segun-la-oms-definicion-y-que-es/#>
41. Valencia, C. Definición Estilos de Vida [Serie en Internet].2011 [citado 19 de Abril del 2025]. [Alrededor de 1 pantallazos] disponible: <http://www.definicionabc.com/social/sociocultural.php>
42. Llontop Z. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto. Asentamiento Humano Costa Verde - Nuevo Chimbote, 2016. Chimbote: ULADECH, 2018.
43. Regalado T. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Callima Pariacoto- Huaraz, 2023. Repositorio Uladech Católica. [Online]; 2023. Acceso 20 de Abril de 2025. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/34596>
44. Benítez V, et al. Estilo de vida en adultos de 18 a 60 años de una comunidad rural. EDU [Internet]. 20 de diciembre de 2020 [consultado el 20 de Abril del 2025]; 28(29):166-80. Disponible en: <https://tecnocientifica.com.mx/educateconciencia/index.php/revistaeducate/article/view/27>
45. Ramírez R. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la comunidad de Huacran_Anta_Ancash, 2023. [Tesis de licenciatura]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2022 [consultado el 20 de Abril del 2025]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/33698>
46. Vílchez M, et al. Determinantes de la salud en adultos de la ciudad de Chimbote, Perú: estudio descriptivo. MEDWAVE [Internet]. 2019 [consultado el 20 de Abril del 2025]. Disponible en: <https://www.medwave.cl/investigacion/estudios/7637.html>
47. Suárez D. Factores que influyen en el estilo de vida de los adultos en la Ciudadela Virgen del Carmen - Santa Elena 2021 [Internet]. Universidad Estatal Península de Santa Elena; 2021. [consultado el 20 de Abril del 2025] Disponible en: <https://repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/6459/1/UPSE-TEN-2021-0144.pdf>

48. Verbrugge LM. Género y salud: Actualización sobre hipótesis y evidencia. Revista de Salud y Comportamiento Social. 1985;26:156–182. [PubMed] [Citado el 24 de abril del 2025] Disponible en: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3693089/>
49. Girondella L. Sexo y género: definiciones. 2012. [Citado el 24 de abril del 2025]. [Alrededor de una pantalla]. Disponible desde URL: <http://contrapeso.info/2012/sexo-y-genero-definiciones>.
50. Revista de psicología. Educación para jóvenes y adultos: visibilizando diversas trayectorias educativas. vol.40 no.1 Lima ene./jun. 2022 [citado 24 de abril de 2025] Disponible en:http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S025492472022000100073#B13
51. Sociología de la religión. Jóvenes y la religión. Marzo 2023[citado 24 de abril de 2025] Disponible: <https://www.elmosaicoeducacion.com/2023/03/jovenes-y-religion.html>
52. Vernaque, Z. Religión Serie en Internet] 2010 [Citado Abril. 24]. [Alrededor de 3 pantallazos] Disponible en: <http://www.definicionabc.com/religion/religion.php>
53. Concepto Jurídico. Estado Civil [serie en internet]. [citada 2025 Abril 24]: Disponible en: <http://definicionlegal.blogspot.pe/2011/06/estado-civil.html>
54. Registro Nacional de Identificación y Estado Civil. Reniec registró más de 50 mil matrimonios entre el 2020 y lo que va del 2021, 2025. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/reniec/noticias/502625- reniec-registro-mas-de-50-mil-matrimonios-entre-el-2020-y-lo-que-va-del2021>
55. Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo. ¿Cuáles fueron las ocupaciones con mayor demanda durante el 2021? [Internet]. Gob.pe. [citado el 25 de Abril de 2025]. Disponible en: https://www.gob.pe/institucion/mtpe/noticias/576491-cuales_fueron-las-ocupaciones-con-mayor-demanda-durante-el-2021
56. Arrieta, M. Concepto de instrucción. Definición. Org [Serie en Internet] 2010 [Citado abril 25]. [Alrededor de 1 pantallazos] Disponible en: <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:V6iY8MwPTMJ:www.definicion.org/educabilidad+definicion+de+grado+de+instruccion&cd=28&hl=es&ct=clnk&source=www.google.com>

57. RESUMEN EJECUTIVO. El ingreso económico y los jóvenes. [artículo en internet].2020 [Citado abril 25]. [Alrededor de 1 pantallazos] Disponible en:
<https://proyectos.inei.gob.pe/web/biblioineipub/bancopub/Est/Lib0181/RESU-EJE.HTM>
58. Organización Internacional del Trabajo (OIT). Sueldo mínimo en Perú está por debajo del promedio de América Latina. [serie en internet].2010 [citada 2025 Abril 26]: [Alrededor de 55 pantalla].Disponible en
[URL:http://www.peru.com/economiafinanzas/portada20100111/75289/OIT-Sueldo-minimo-en-Peru-esta-por-debajo-del-promedio-de-America-Latina](http://www.peru.com/economiafinanzas/portada20100111/75289/OIT-Sueldo-minimo-en-Peru-esta-por-debajo-del-promedio-de-America-Latina)
59. Álvarez N. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto que acude a la Clínica Arthromeds_Lima, 2022. [Internet] 2023, [citado el 26 de Abril de 2025]. Disponible en:https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/30525/ESTILO_VIDA_ALVAREZ_LAVAN_NICOOLS.pdf?sequence=343
60. Castillo R. Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos – centro poblado de Cantú-Pira – Huaraz - Ancash, 2021 [Internet] [citado el 26 de Abril de 2025] Disponible en:https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32094/ADULTOSESTILO_DE_VIDA_Y_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_CASTILLO_REYES_RUTH_KARINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
61. Núñez C. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos en el caserío de Tunal distrito Lalaquiz, Huancabamba, Piura, 2024 [internet] 2024 [citado el 26 de Abril de 2025] Disponible en:[file:///C:/Users/Edita%20Carmen/Downloads/ESTILO_DE_VIDA_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_NUNEZ_CORDOVA_CARMEN_ROSA%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Edita%20Carmen/Downloads/ESTILO_DE_VIDA_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_NUNEZ_CORDOVA_CARMEN_ROSA%20(1).pdf)
62. García J. Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos del Pueblo Joven Miramar Bajo, sector III, Chimbote, 2024. [Internet] 2024. [citado el 28 de Abril de 2025]. Disponible en:
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/37450/ESTILO_DE_VIDA_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_GARCIA_AGUILAR_JENYFER_NICOL.pdf?sequence=1&isAllowed=y
63. Aristizabal et al. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Enferm Univ [Internet]. 2021;8(4):16-23. Disponible en:
<https://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v8n4/v8n4a3.pdf>

64. Yenque, V. Estilo de Vida y Factores Socioculturales de la mujer adulta mayor. P.J. 1 ro de mayo- Nuevo Chimbote 2011 [Trabajo Tesis para optar el título de licenciada de Enfermería]. Nuevo Chimbote; Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2011
65. Salomé, P. Atención al adulto joven en la ciudad de Tacna. [citado Abril 2025]. [Alrededor de 3 pantallazos] disponible en http://www.clinicamedicina.com/index_archivos/estilo_devidasaludable.htm
66. Garcia R, Corocel M. Diferencias de género en la elección de estilos de vida en Argentina. Argentina: Universidad Nacional del Litoral; 2014. Recuperado a partir:<https://revistas.ucr.c.cr/index.php/economicas/rticle/dwnlo d/15053/14318/>
67. Universidad Mariana. Programa de hábitos y estilos de vida y trabajo saludables. San Juan de Pasto; 2018. [Consultado el 28 de Abril del 2025]. Recuperado a partir: <https://www.umariana.edu.co/images/Gestion-Talento-Humano/estilos-vidasaludable.Pdf>
68. Angelucci L, Cañoto Y. Influencia del estilo de vida, el sexo, la edad y el imc sobre la salud física y psicológica en jóvenes universitarios. Venezuela: Universidad Simón Bolívar, Venezuela; 2017. [Consultado el 28 de Abril del 2025]. Recuperado a partir de: <https://www.redalyc.org/journal/799/79952834009/html/>
69. Meléndez O. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión 2017. [Consultado el 28 de abril del 2025]. Recuperado a partir de: <http://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v8n4/v8n4a3.pdf>
70. Trujillo D. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto de Centro Poblado de Quenuayoc– Independencia – Huaraz – Ancash, 2021. Huaraz: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2023. [Consultado el 28 de abril del 2025]. Recuperado a partir de: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32081/ESTILO_VIDA_TRUJILLO_TICRA_MARTHA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
71. Educación secundaria. [Serie en Internet] 2010 [Citado abril 29]. [Alrededor de 3 pantallazos] Disponible en: http://www.babylon.com/definicion/educaci%C3%B3n_secundaria/Spanish
72. Arrieta, M. Concepto de instrucción. Definición. Org [Serie en Internet] 2010 [Citado Abril. 25]. [Alrededor de 1 pantallazos] Disponible en:

<http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:V6iY8MwPTMJ:www.definicion.org/educabilidad+definicion+de+grado+de+instruccion&cd=28&hl=es&ct=clnk&source=www.google.com>

73. Organización Panamericana de la salud OPS. Determinantes sociales de la salud [Internet]. Paho.Org. [citado 29 de abril de 2025]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/determinantessociales-salud>
74. Gonzales T. Las creencias religiosas y su relación con el proceso salud enfermedad. [Serie Internet] Rev. Elect Psic Iztac; 2004 [Citado el 29 de Abril 2025] 7(2): 25 [Alrededor de 2 pantallas]. Disponible en: www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia
75. Sendler I. Nola Pender: Modelo de promoción de la salud [Internet]. Enfermería Virtual. Hernández; 2022 [citado 29 de abril de 2025]. Disponible en: <https://enfermeriavirtual.com/nola-pender-modelo-de-promocion-de-la-salud/>
76. Arias J. Factores biosociales y estilos de vida del adulto mayor atendido en el centro de salud Alianza I – 4 Azangaro. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería] 58 Universidad Nacional Del Altiplano, facultad de enfermería [Documento Internet] [Citado el 29 de abril del 2025]; Disponible en: http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/10491/Arias_Infantes_Jennifer_Yelvetia.pdf?sequence=1&isAllowed=y
77. Rafael M. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la Comunidad Unidos Venceremos – Huashao – Yungay. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería] Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, facultad de ciencias de la salud [Documento Internet] [Citado el 29 de abril del 2025]; Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/7794/ADULTOS_ES_TILOS_DE_VIDA_RAFAEL_LEON_MARY_ELENA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
78. Ordiano C. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Queshcap – Huaraz. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería] Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, facultad de ciencias de la salud [Documento Internet] [Citado el 29 de abril del 2025]; Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/7788/ESTILO_DE_VI

[DA ADULTOS ORDEANO FIGUEROA CAROLINA MAGDALENA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)

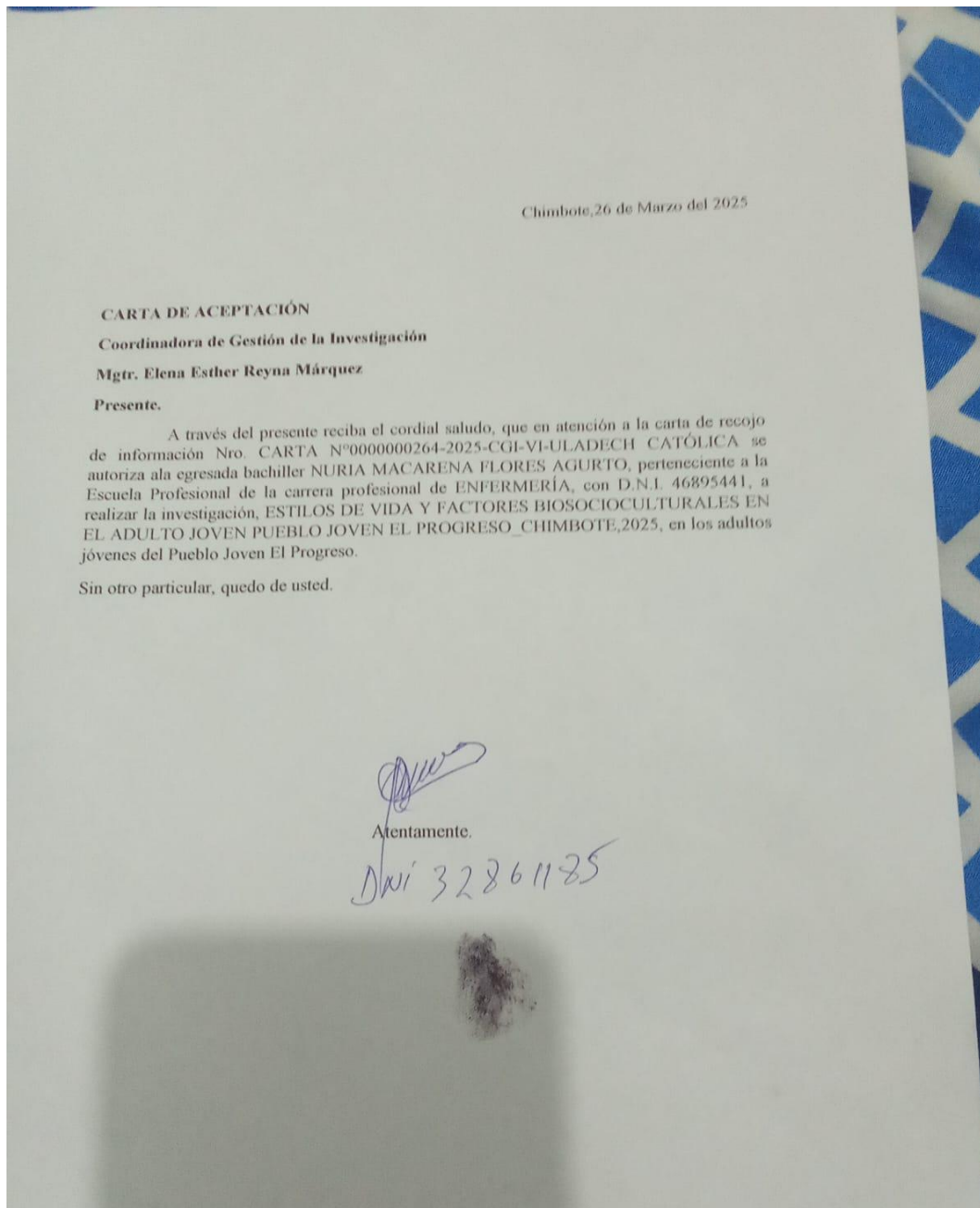
79. Núñez C. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos en el caserío de Tunal distrito Lalaquiz, Huancabamba, Piura, 2024 [internet] 2024 [citado el 29 de abril de 2025]. Disponible en:
[file:///C:/Users/Edita%20Carmen/Downloads/ESTILO DE VIDA FACTORES BIOSOCIOCULTURALES NUNEZ CORDOVA CARMEN ROSA%20\(1\).pdf](#)
80. García J. Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos del Pueblo Joven Miramar Bajo, sector III, Chimbote, 2024. [Internet] 2024. [citado el 29 de abril de 2025]. Disponible en:
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/37450/ESTILO_DE_VIDA_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_GARCIA_AGUILAR_JENYFER_NICO_L.pdf?sequence=1&isAllowed=y
81. Toledo B. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos en la urbanización Vista Alegre-Ancash, 2023 [internet] 2024 [citado el 29 de abril 2025] disponible en:
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/35803/ESTILO_VIDATOLEDO_MACEDO_BLANCA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
82. Ramírez R. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la comunidad de Huacran_Anta_Ancash, 2023 [internet] 2023 [citado el 29 de abril 2025] disponible en:
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/33698/ESTILO_VIDA_RAMIREZ_SALDANA_ROSAMELIA.pdf?sequence=5&isAllowed=y
83. Bustillo C. Estado civil. [Serie en internet]. [Citado el 29 de abril del 20125]. Disponible desde el URL:<http://facultaddederecho.es.tl/Resumen-01.htm>
84. Diccionario de la lengua española. Ocupacion. Real Academia Española [Documento Internet] [Citado el 29 de abril del 2025]; Disponible en:
<https://dle.rae.es/ocupaci%C3%B3n>
85. Silva J, Páez P y Rodríguez T. finanzas públicas territoriales. Programa de administración pública territorial. [Escuela superior de administración pública, 57 ESAP], Bogotá 2018. [Documento Internet] [Citado el 29 de abril del 2025]; Disponible en:
<https://www.esap.edu.co/portal/wp-content/uploads/2017/10/6-FinanzasPublicas>

Territoriales


86. Díaz R. Et al. Efectividad de Intervención de Enfermería en Hábitos Saludables desde el modelo de Nola Pender [Internet]. Colombia: 17 setiembre 2021 [citado 29 de abril de 2025]. Disponible en: [https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC-D-21-0020. ORIGINAL.pdf](https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC-D-21-0020_ORIGINAL.pdf)

ANEXOS

Anexo 1. Documento de autorización para el desarrollo de la investigación



Anexo 2. Carta de recojo de datos



Chimbote, 24 de febrero del 2025

CARTA N° 0000000264- 2025-CGI-VI-ULADECH CATOLICA

Señor/a:

**JACINTO PABLO AGURTO FERNANDEZ
PUEBLO JOVEN EL PROGRESO**

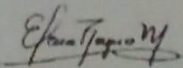
Presente.

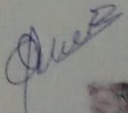

A través del presente reciba el cordial saludo a nombre del Vicerrectorado de Investigación de la Universidad Católica Los Angeles de Chimbote, asimismo solicito su autorización formal para llevar a cabo una investigación titulada ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN EL ADULTO JOVEN, PUEBLO JOVEN EL PROGRESO CHIMBOTE, 2025, con la LINEA DE INVESTIGACIÓN: FACTORES DE RIESGO Y DETERMINANTES DE LA SALUD, que involucre la recolección de información/datos en ADULTOS JÓVENES, a cargo de NURIA MACARENA FLORES AGURTO, perteneciente al PROGRAMA DE ESTUDIO DE ENFERMERIA, con DNI N° 46895441, durante el periodo de 06-02-2025 al 25-02-2025.

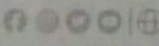
La investigación se llevará a cabo siguiendo altos estándares éticos y de confidencialidad y todos los datos recopilados serán utilizados únicamente para los fines de la investigación.

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

Atentamente,


Wbr. Diana Esther Reyna Marquez
Coordinadora de Gestión de Investigación
ANI: 32861135

 www.uladech.edu.pe email: cooperacion@uladech.edu.pe
Tel: (051) 983444 Cel: 98540063
H. Tumbes N° 347 - Centro Comercial y Financiera - Chimbote, Perú

Anexo 3. Matriz de consistencia y operacionalización

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>¿Cuál es la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en el adulto joven del Pueblo Joven El Progreso_Chimbote, 2025?</p>	<p>Objetivo general:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Analizar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en los adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso, Chimbote. <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Describir el estilo de vida en los adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso. • Identificar los factores biosocioculturales: edad, sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico en el adulto joven del Pueblo Joven 	<p>¿Existe relación significativa entre el estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto joven del Pueblo Joven El Progreso_Chimbote, 2025?</p>	<p>Variable 1:</p> <p>Estilo de vida</p> <ul style="list-style-type: none"> • Saludable • No saludable <p>Variable 2:</p> <p>Factores biosocioculturales</p> <ul style="list-style-type: none"> • Factores biológicos • Factores sociales • Factores culturales 	<p>Tipo: cuantitativo</p> <p>Nivel: descriptivo, correlacional.</p> <p>Diseño: no experimental de doble casilla.</p> <p>Población y muestra: 81 adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso.</p> <p>Técnicas: encuesta y observación.</p> <p>Instrumento:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Escala de estilos de vida • Cuestionario de factores biosocioculturales.

	El Progreso_ Chimbote.			
--	---------------------------	--	--	--

	un estilo de vida no saludable.		Edad	Ordinal	20-35 años 36-59 años 60 a más
		Factores Culturales	Grado de Instrucción Religión	Nominal Nominal	Analfabeto Primaria Secundaria Superior Evangélico Católico Otros
Variable 2 Factores Biosocioculturales: Se refieren a los elementos	La variable fue medida a través de un cuestionario a	Factores sociales	Estado civil	Nominal	Casado Viudo Soltero Conviviente

<p>biológicos, sociales y culturales que influyen en el comportamiento, la salud y el desarrollo de las personas. Estos factores son interdependientes y afectan tanto a nivel individual como colectivo (31).</p>	<p>los adultos (previamente validado) esto nos permitió conocer los diferentes factores biosocioculturales.</p>		<p>Ocupación</p> <p>Ingreso económico</p>	<p>De razón</p>	<p>Separado</p> <p>Obrero</p> <p>Empleado</p> <p>Ama de casa</p> <p>Estudiante</p> <p>Otros</p> <p>Menor de 400 soles</p> <p>de 400 a 650 soles</p> <p>de 650 a 850 soles</p> <p>de 850 a 1100 soles</p> <p>Mayor de 1100</p>
--	---	--	---	-----------------	---

					soles
--	--	--	--	--	-------

Anexo 4. Instrumentos de recolección de datos



UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

ESCALA DE ESTILO DE VIDA

AUTOR: Walker, Sechrist, Pender

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

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

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

22	Toma medicamentos solo prescritos por el médico.	N	V	F	S
23	Toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud.	N	V	F	S
24	Participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud.	N	V	F	S
25	Consume sustancias nocivas.: cigarro, alcohol y/o drogas.	N	V	F	S

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:

NUNCA: N = 1

A VECES: V = 2

FRECUENTEMENTE: F = 3

SIEMPRE: S = 4

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

PUNTAJE MÁXIMO: 100 puntos



**UNIVERSIDAD LOS ANGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

AUTOR: Walker, Sechrist, Pender

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

**CUESTIONARIO SOBRE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO JOVEN
PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE,2025.**

DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

INICIALES O SEUDÓNIMO DEL NOMBRE DE LA PERSONA:

.....

A) FACTORES SOCIALES:

2. ¿CUÁL ES SU ESTADO CIVIL?

- A) SOLTERO(A) B) CASADO(A) C) VIUDO(A)
D) UNIÓN LIBRE E) SEPARADO(A)

3. ¿CUÁL ES SU RELIGIÓN?

- A) CATÓLICO (A) B) EVANGÉLICO C) OTRA RELIGIÓN

B) FACTORES CULTURALES:

4. ¿CUÁL ES SU GRADO DE INSTRUCCIÓN?

- A) ANALFABETO(A) B) PRIMARIA COMPLETA C) PRIMARIA INCOMPLETA
D) SECUNDARIA COMPLETA E) SECUNDARIA INCOMPLETA
F) SUPERIOR COMPLETA G) SUPERIOR INCOMPLETA

5. ¿CUÁL ES SU OCUPACIÓN?

- A) OBRERO(A) B) EMPLEADO(A) C) AMA DE CASA
D) ESTUDIANTE E) AMBULANTE F) OTROS

6. ¿CUÁL ES SU INGRESO ECONÓMICO?

- A) MENOS DE 100 NUEVOS SOLES () B) DE 100 A 599 NUEVOS SOLES ()
C) DE 600 A 1000 NUEVOS SOLES () D) DE 1000 A MÁS NUEVOS SOLES ()

C) FACTORES BIOLÓGICOS:

1. ¿QUÉ EDAD TIENE USTED?

A) 20 A 35 AÑOS ()

B) 36–59 AÑOS () C) 60 A MÁS AÑOS ()

2. MARQUE SU SEXO

MASCULINO ()

FEMENINO ()

Anexo 5. Ficha técnica de los instrumentos

VALIDEZ INTERNA DE LA ESCALA

ESTILO DE VIDA

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

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

	R-Pear	
Items 1	0.35	
Items 2	0.41	
Items 3	0.44	
Items 4	0.10	(*)
Items 5	0.56	
Items 6	0.53	
Items 7	0.54	
Items 8	0.59	
Items 9	0.35	
Items 10	0.37	
Items 11	0.40	
Items 12	0.18	(*)
Items 13	0.19	(*)
Items 14	0.40	
Items 15	0.44	
Items 16	0.29	
Items 17	0.43	
Items 18	0.40	
Items 19	0.20	

Items 20	0.57	
Items 21	0.54	
Items 22	0.36	
Items 23	0.51	
Items 24	0.60	
Items 25	0.04	(*)

Si $r > 0.20$ el instrumento es válido.

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

CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

Resumen del procesamiento de los casos

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

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

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Crombach	N de elementos
0.794	25

Anexo 6. Formato de consentimiento informado



PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ENCUESTAS (CIENCIAS MÉDICAS Y 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: ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN EL ADULTO JOVEN. PUEBLO JOVEN EL PROGRESO_CHIMBOTE,2025

y es dirigido por Nuria Flores Agurto, investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es:

Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en los adultos jóvenes del Pueblo Joven El Progreso_Chimbote. Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará _____ 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 _____. Si desea, también podrá escribir al correo nuria_03tkm@hotmail.com para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

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

Nombre: _____

Fecha: _____

Correo electrónico: _____

Firma del participante: _____

Firma del investigador (o encargado de recoger información):

