



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE
CHIMBOTE**

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

**FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE
PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL
COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA
Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO. ASENTAMIENTO
HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO
CHIMBOTE_2019**

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

AUTOR

PAZ GAMARRA, ETTY MAYTE

ORCID: 0000-0002-8028-4810

ASESOR

VÍLCHEZ REYES, MARÍA ADRIANA

ORCID: 0000-0001-5412-2968

CHIMBOTE – PERÚ

2020

EQUIPO DE TRABAJO

AUTOR

Paz Gamarra, Ety Mayte

ORCID: 0000-0002-8028-4810

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de

Pregrado, Chimbote, Perú

ASESOR

Vílchez Reyes, María Adriana

ORCID: 0000-0001-5412-2968

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencia de la
Salud, Escuela Profesional de Enfermería, Chimbote, Perú

JURADO

Urquiaga Alva, María Elena

ORCID: 0000-0002-4779-0113

Guillén Salazar, Leda María

ORCID: 0000-0003-4213-0682

Ñique Tapia, Fanny Roció

ORCID: 0000-0002-1205-7309

HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR

**DRA. ENF. URQUIAGA ALVA, MARÍA ELENA
PRESIDENTE**

**MGTR. GUILLÉN SALAZAR, LEDA MARÍA
MIEMBRO**

**MGTR. ÑIQUE TAPIA, FANNY ROCÍO
MIEMBRO**

**DRA. ENF. VÍLCHEZ REYES, MARÍA ADRIANA
ASESOR**

DEDICATORIA

A mi Padre:

Paz Fernandez Juan. Porque siempre está conmigo presente en todo momento de mi vida, guiándome por el buen camino; recordando sus palabras que ser fuerte es levantarse de cada caída limpiarse las heridas y seguir adelante, te amo papá.

A mi familia:

No ha sido sencillo el camino hasta ahora, pero gracias a sus aportes, a su amor, a su inmensa bondad y apoyo, lo complicado de lograr esta meta se ha notado menos. Les agradezco, y hago presente mi gran afecto hacia ustedes, mi hermosa familia.

A mis hermanas (o):

Anays, Alan, Thai y Thalia, les agradezco por su apoyo incondicional en cada etapa de mi vida; siempre contare con ustedes en los buenos y malos momentos, realmente agradecida de tenerlos los amo.

AGRADECIMIENTO

A Dios:

Por bendecirnos la vida, por guiarnos a lo largo de nuestra existencia, ser el apoyo y fortaleza en aquellos momentos de dificultad y de debilidad. Porque nada está perdido cuando se tiene el valor de comenzar una vez más.

A mi profesora:

Vílchez Reyes, Adriana por haberme brindado su confianza y apoyo durante las clases, por su dedicación de tiempo conmigo y consejos muchas gracias.

A mi hermana:

Anays por darme su amor, comprensión y confianza , por estar siempre a mi lado apoyándome en todo momento; demostrándome todo ese cariño hermoso que me muestra en cada momento.

RESUMEN

El presente trabajo de investigación es tipo cuantitativo, nivel correlacional – transversal, diseño no experimental. Tuvo como objetivo general determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto. Asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social, Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote_2019. El universo muestral estuvo constituido por 153 adultos; los datos fueron procesados en Software estadísticos IBM para luego ser exportados a una base de datos en el software SPSS statistics 24.0, para su respectivo análisis estadístico. Entre sus resultados y conclusiones de los factores sociodemográficos más de la mitad de adultos es sexo femenino, grado de instrucción secundaria, el ingreso económico es percibido entre los 850 a 1100 soles, el seguro de salud es SIS. Menos de la mitad su edad es de 36 a 59 años. La prevención y la promoción de la salud la totalidad sus acciones son adecuadas. En estilo de vida la totalidad de adultos no tienen estilo de vida saludable. En el apoyo social más de la mitad de adultos no tienen. La relación entre factores sociodemográficos, el estilo de vida encontramos que estadísticamente si existe relación significativa con la variable edad y con el poyo no existe relación.

Palabras clave: Adulto, promoción, prevención, salud.

ABSTRACT

The present research work is quantitative type, correlational level - transversal, non-experimental design. Its general objective was to determine the sociodemographic factors and the actions of prevention and promotion of adult health. Associated with health behavior: lifestyles and social support, Human Settlement-Magisterial Villa II Stage, Nuevo Chimbote_2019. The sample universe was made up of 153 adults; the data were processed in IBM statistical software and then exported to a database in the SPSS statistics 24.0 software, for their respective statistical analysis. Among its results and conclusions of sociodemographic factors, more than half of adults are female, secondary education level, economic income is perceived between 850 to 1100 soles, health insurance is SIS. Less than half their age is from 36 to 59 years. The prevention and promotion of health, all its actions are adequate. In lifestyle, all adults do not have a healthy lifestyle. In social support more than half of adults do not have. The relationship between sociodemographic factors, lifestyle, we found that statistically if there is a significant relationship with the variable age and with the support there is no relationship.

Key words: Adult, promotion, prevention, health.

ÍNDICE DE CONTENIDO

	Pág.
1. TÍTULO DE LA TESIS.....	i
2. EQUIPO DE TRABAJO.....	ii
3. HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR	iii
4. HOJA DE DEDICATORIA Y/O AGRADECIMIENTO.....	iv
5. RESUMEN Y ABSTRACT.....	vi
6. CONTENIDO.....	viii
7. ÍNDICE DE GRÁFICOS, TABLAS Y CUADRADO.....	ix
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. REVISIÓN DE LITERATURA	7
III. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN.....	19
IV. METODOLOGÍA.....	20
4.1. Diseño de la investigación.....	20
4.2. Población y muestra	20
4.3. Definición y operacionalización de variables.....	21
4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	26
4.5. Plan de análisis	31
4.6. Matriz de consistencia	33
4.7. Principios éticos.....	34
V. RESULTADOS	35
5.1. Resultados	35
5.2. Análisis de resultados.....	48
VI. CONCLUSIONES.....	76
ASPECTOS COMPLEMENTARIOS.....	77
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	78
ANEXO.....	97

ÍNDICE DE TABLA

	Pág.
TABLA 1: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE_2019.....	35
TABLA 2: ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE _ 2019.....	40
TABLA 3: ESTILO DE VIDA DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE_2019.....	42
TABLA 4: APOYO SOCIAL DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE_2019.....	44
TABLA 5: RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y EL ESTILO DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE _ 2019.....	47

ÍNDICE DE GRÁFICOS

	Pág.
GRÁFICOS DE TABLA 1: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE_2019.....	36
GRÁFICO DE TABLA 2: ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE _2019.....	41
GRÁFICO DE TABLA 3: ESTILO DE VIDA DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE_2019.....	43
GRÁFICOS DE TABLA 4: APOYO SOCIAL DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE_2019.....	45

I. INTRODUCCIÓN:

Según la OMS (Organización Mundial de la Salud) la promoción es un transcurso donde el individuo puede incrementar el control sobre su propia salud, donde los ciudadanos ponen en práctica los enfoques participativos ya que las organizaciones establecen condiciones para dar garantía en la salud y el bienestar para todos, donde se fomentan cambios en el ambiente para promover y proteger la salud. Así mismo se basa en enfoques saludables promoviendo la salud y prevenir enfermedades (1).

Asimismo, OMS (Organización Mundial de la Salud) nos habla de que la prevención se da en distintas sociedades con conocimientos sobre diversas enfermedades y promotores de vida saludables, así mismo se da una manifestación de necesidad con una profunda preocupación en las enfermedades de neumonía y que cae sobre la población de bajos recursos, ellos son los más vulnerables en la cual en la sociedad se está tratando de mejorar las estrategias de salud para la disminución de pobreza (2).

Así también el mundo la promoción y prevención tiene un propósito continuo de evitar la aparición de enfermedades que es un riesgo para la salud del individuo, así mismo esto es una preocupación de algo creciente en todos los países, por ello se está reforzando en las actividades preventivas y promocionando la salud en el individuo fomentando los buenos hábitos (3).

Por lo tanto, en América Latina la promoción, es una preocupación de la salud pública, políticas, sociales y económicas en la cual se da en busca constante de equidad en la salud, a fin de mejorar la calidad de vida de la población, así mismo la salud toma un interés en el individuo a través de los tiempos, también es un asunto de interés

social, condiciones sociales y económicas donde deben ser analizadas como causa de enfermedad (4).

Asimismo, en Ecuador destacan la importancia de poder prevenir en los sectores más vulnerables ya que son los más susceptibles de poder adquirir enfermedades, así mismo lo que más prevalece es el sobrepeso y la obesidad para ello se trabaja informando a la población de llevar una vida saludable y así prevenir enfermedades (5).

De tal manera en Brasil se promueve una buena salud donde es un recurso de suma importancia del desarrollo social, económico y personal, donde los individuos puedan tener un entorno laboral saludable donde debe promoverse la participación para controlar y mejorar la salud de cada ciudadano y así mismo mejorará la calidad de vida en toda la población y a través de ello promover entornos saludables (6).

Así también la Organización Panamericana de la Salud en Ecuador se ha fortalecido en la prevención con el apoyo político, así mismo ellos se enfocan en la priorización de la salud como un derecho de cada ciudadano, también tienen retos que cumplir en la salud donde permita la eficiencia en el gasto de salud. Para fortalecer la vigilancia epidemiológica y sobre todo informar a la población (7).

Donde también la promoción de la salud ha sido discutida desde 1978, donde el individuo tiene conocimiento sobre la vida en el contenido cultural y social, donde es influenciada por el estado de salud, así mismo el enfermo tiene importancia en los niveles de atención donde el profesional de enfermería debe proporcionar cambios en los estilos de vida a través de un empoderamiento de la persona, familia y comunidad, así mejorando la salud de nuestra sociedad (8).

Entonces también la prevención es conocido por los servicios de salud en el Perú, en la cual siempre se enfocan atender a las personas enfermas así mismo es importante realizar actividades preventivas para todos los ciudadanos, para que permanezcan sanas y no lleguen a enfermar, de tal manera se da la orientación a la población de cuidar de su salud ya que de forma anticipada para disminuir un riesgo, y conseguir que toda la población comprenda que es necesario cambiar sus hábitos para mejorar su calidad de vida y la de aquellos que lo rodean (9).

De tal manera en Ancash los profesionales de salud se preocuparon por la población por lo cual realizan campañas promocionando la salud y la prevención de enfermedades, realizando un avance en la salud, así mismo en las zonas más vulnerables se está trabajando para lograr el bienestar de los individuos, disminuir enfermedades para sí obtener el estado óptimo en la persona (10).

Por último en Chimbote la promoción de salud busca difundir contenidos preventivos basados en la salud y promover información a través de medios digitales, con responsabilidad de mantener informados a todos los pobladores sobre los nuevos servicios de salud, atención, actividades internas y proyección a la comunidad, en la cual las acciones y esfuerzo se realizará en forma de beneficiar a la población con información útil y eficaz en la salud. En Chimbote se toman medidas de precauciones para prevenir enfermedades brindando información a la población, así mismo brindan cuidados prenatales a las madres primerizas por lo cual las madres se sienten satisfechas por la atención del personal de salud (11,12).

Frente a esta problemática no escapan los adultos del Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa, fue creada el 7 de febrero del 2005 siendo reconocido por la

Municipalidad provincial de Santa, así mismo en el año 2006 formalizaron a todos los pobladores con su respectivo título de propiedad. Es por ello que el Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa se encuentra ubicado en la parte sur de Nuevo Chimbote, dentro de la jurisdicción del Centro de Salud de Yugoslavia, la mayoría de casas son de material noble en la cual todos tienen titulación propia, ellos se dedican, mayor mente a la docencia, algunos son comerciantes, empleados, moto taxistas y cuenta con todos los servicios básicos (13).

Después de todo lo expuesto se planteó el siguiente enunciado:

¿Existe asociación entre los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: Estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote_2019?

Para dar respuesta al problema, se ha trazado el subsiguiente objetivo general:

Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto Asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social, Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote_2019.

Para poder conseguir el objetivo general, se planteó los siguientes objetivos específicos:

- Caracterizar los factores sociodemográficos del adulto. Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote_2019.
- Caracterizar las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto. Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote_2019.

- Caracterizar el comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote_2019.
- Explicar la relación de los factores sociodemográfico asociados al comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote_2019.
- Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote_2019.

Asimismo, no obstante, en el Perú la prevención y promoción cumple un papel importante en su accionar como generador de procesos sociales de salud, donde existe desconocimiento, por lo cual tratan de vincular con la información, educación para poder prevenir enfermedades. La promoción de la salud se organiza en un proceso político, social y global donde permite incrementar su control a través de la participación social y empoderamiento del individuo.

Además, en cuanto al impacto de la prevención y promoción de salud es poder brindarles estrategias a los adultos ya que son los más vulnerables a enfermedades para que puedan tener mejor control sobre su salud con el propósito de lograr un envejecimiento exitoso y calidad de vida. Asimismo, contribuirá información de investigación donde permitirá la indagación necesaria para la ciencia, comunidad científica e instituciones de salud además que los resultados ayudaran a mejorar, verificar, actualizar directrices y guías de salud para la prevención y promoción en el adulto, también serán necesario para el aporte científico hacia la casa de estudios Uladech Católica, puesto que se tendría evidencia para el apoyo de la comunidad.

Por ultimo esta investigación es de tipo cuantitativo, correlacional – transversal, no experimental, por lo cual se llegó a las siguientes conclusiones y resultados: más de la mitad de adultos son de sexo femenino, grado de instrucción secundaria, con un ingreso económico de 850 a 1100 nuevos soles. Sus acciones de prevención y promoción son adecuadas, no tienen estilo de vida saludable, no tienen apoyo social. También en factores sociodemográficos y el estilo de vida si hay relación en la variable edad y con apoyo social; no hay relación estadísticamente significativa entre las variables.

II. REVISIÓN DE LITERATURA:

2.1. Antecedentes de la investigación:

A Nivel Internacional:

Díaz S, Rodríguez L, Valencia A, (14). En su investigación “Análisis de publicaciones en promoción de la salud: una mirada a las tendencias relacionadas con prevención de la enfermedad. Colombia, Gerencia y Políticas de Salud, 2015”. Objetivo: Conocer las tendencias y los aportes a la discusión de promoción de la salud. Metodología: cualitativo. Resultado: La revista que publicaron en promoción de la salud se encuentran: Hacia la Promoción de la Salud, de la Universidad de Caldas (27,0%); Facultad Nacional de Salud Pública, de la Universidad de Antioquia (16,2%); Salud Pública de la Universidad Nacional (13,5%). Conclusión: La mayoría si conocen de la promoción de salud evitando los riesgos y problemas de enfermedades.

Sosa D, García S, Oliva M, Durand R, Fernández J. (15). En su investigación “Promoción de salud de carácter gerontagógico en la atención primaria Cuba. 2017”. Objetivo: Valorar las acciones de promoción de salud de carácter gerontagógico para adultos mayores en la atención primaria de salud. Metodología: Transversal. Resultado: Las acciones que favorecieron las relaciones comunitarias con la enseñanza con la práctica que mejoraron la calidad de vida de los adultos. Conclusión: Las acciones cumplen con los indicadores establecidos, así mismo contribuyen al desarrollo de capacidades, a un envejecimiento activo, y satisfactorio, protagónico y al fortalecimiento de valores en recursos humanos para la vida social y laboral de forma útil.

Cangui P, (16). En su investigación: “Repercusión de la Promoción de Salud sobre la prevención de Hipertensión Arterial en Adultos, en el centro de salud San Buenaventura- México 2017”. Objetivo: Determinar la prevalencia de hipertensión arterial y principales factores de riesgo. Metodología: Cualitativo- cuantitativo, de tipo no experimental y con corte transversal. Resultado: El 71% tiene una vida sedentaria, ya que el tiempo no les permite y solo el 29% hace actividad física. Conclusión: No solo los adultos mayores que son propensos a adquirir esta enfermedad, sino que hay adultos jóvenes, de edad media y adultos mayores con Hipertensión Arterial.

Freire A, Landeiro L, Martins D, Martins T, Pérez C, (17). En su investigación “Echando un vistazo a la promoción de la salud y prevención de complicaciones: diferencias por contexto- Portugal 2016”. Objetivo: Conocer las prácticas de promoción de salud y prevenir complicaciones en los enfermeros que trabajan en hospitales en cuidados de atención primaria de salud. Metodología: El estudio es de tipo estudio descriptivo, exploratorio y transversal. Resultado: Fue constituida por 474 enfermeros utilizándose un cuestionario así mismo la mayoría eran del sexo femenino 87,3%. Conclusión: Que los profesionales de enfermería realizan actividades de promoción de salud y prevención para mejorar la calidad de atención a los individuos.

Salazar R, Herrera F, (18). En su investigación “Promoción a la salud mental y la prevención del comportamiento suicida en jóvenes a través de la psicoterapia México. 2019”. Objetivo: Identificar la efectividad de la psicoterapia para favorecer el desarrollo de habilidades en la promoción de la salud mental y prevenir el comportamiento suicida en jóvenes. Metodología:

Cualitativo. Resultado: Se aplicó a mujeres que fue figura con 42.9%, la disfuncional de reposo y energización de 28.6% y la más bloqueada fue la de acción con 28.6%. Conclusión: Lo más importante es hablar de promoción de salud ya que puede haber más comportamientos de suicida por ello se hace la prevención primaria.

A Nivel Nacional

Palomino A, Mendoza A, (19). En su investigación “Participación del profesional de enfermería en la promoción de hábitos de salud y el autocuidado destinados a prevenir complicaciones por hipertensión arterial en el Hospital EsSalud Tumbes 2016”. Objetivo: El profesional de enfermería participe en la promoción de prácticas de salud para sí poder prevenir complicaciones. Metodología: Diseño cuantitativo de un nivel descriptivo, donde el instrumento fue aplicado por un cuestionario de preguntas abiertas. Resultado: Los profesionales con 80% de ellos realizan los procedimientos preventivos entre las edades 41 y 50 años. Conclusión: La mayoría de profesionales participan en la promoción mejorando los hábitos de salud para beneficiar a las personas y minimizar complicaciones.

Gomero R, Francia J, (20). En su investigación “La promoción de la salud en el lugar de trabajo, una alternativa para los peruanos, Lima 2018”. Objetivo: Lograr la implementación de la promoción de la salud en los trabajos. Metodología: Descriptiva, correlacional y cuantitativa no experimental. Resultado: Se 51% incrementó en ambientes de trabajos seguros y saludables. Conclusión: La promoción de salud ha logrado influenciar en la salud y estilos de vida de los adultos y mantener ambientes saludables en los trabajos.

Rico L, (21). En su investigación “Promoción de salud en el adulto. Una estrategia de enfermería para la calidad de vida, Trujillo 2017”. Objetivo: Analizar la percepción del adulto sobre promoción de salud en una perspectiva de enfermería para la calidad de vida. Metodología: Tipo descriptivo, cualitativo. Resultado: El 51% de los adultos se les brinda calidad de vida. Conclusión: La promoción y la prevención se brindan al adulto para el bienestar de su salud lo cual plantea una enfermera para mejorar la calidad de vida.

Urquiaga M, (22). En su investigación “Saberes y prácticas de la enfermera relacionadas a la promoción de la salud, Trujillo 2016”. Objetivo: Analizar y describir las prácticas de enfermería relacionados a la promoción de la salud. Metodología: Tipo cualitativo método descriptivo se utilizó como técnica, la entrevista semiestructurada. Resultado: El 50% de enfermeras participan en la Promoción de la salud como acciones orientadas a la práctica de estilos de vida saludables. Conclusión: Las profesionales de enfermería conocen sobre promoción de salud en la cual no todos ponen en práctica de promover la salud en los individuos.

Cochachin L, (23). En su investigación “Determinantes que influyen el cuidado de enfermería en la promoción, prevención y recuperación de la salud en el adulto maduro del centro poblado de Santa Rosa II_ Monterrey - Huaraz, 2016” Objetivo: Describir los determinantes que influyen el cuidado de enfermería en la promoción, prevención y recuperación de la salud del adulto maduro del centro poblado de Santa Rosa II_ Monterrey - Huaraz, 2017. Metodología: Fue de tipo cuantitativo, descriptivo con diseño de una sola casilla. Resultado: La mayoría la ocupación del jefe de familia es eventual, más

de la mitad tiene grado de instrucción inicial / primaria, tienen ingreso económico familiar menos de s/. 700,50 soles y la mitad son de sexo masculino.

Conclusión: La salud en el adulto es muy importante lo cual los cuidados deben ser de calidad para el bienestar de la salud.

A Nivel Local

Vigo A, (24). En su investigación “Determinantes de la salud en adultos maduros. Asentamiento humano Los Geranios-Nuevo Chimbote, 2016”.

Objetivo: Describir los Determinantes de la salud en adultos maduros.

Metodología: Tipo cuantitativo, descriptivo de una sola casilla. Resultado:

Estuvo constituido 120 adultos, la mayoría son de sexo femenino, su ingreso económico es menor de 750 nuevos soles, la mayoría tiene secundaria completa. Conclusión: Los adultos no cuentan con apoyo social y no realizan actividad física lo cual perjudica la calidad de vida y también la mayoría cuenta con seguro de salud.

Romero A, (25). En su investigación “Actitudes y prácticas de prevención del cáncer de mama en mujeres en edad fértil atendidas en el Hospital la Caleta Chimbote, en enero-diciembre 2017”.

Objetivo: Determinar las actitudes y prácticas de prevención del cáncer de mama en mujeres. Metodología: Tipo

básico, cuantitativo, descriptivo de corte transversal. Resultado: La edad de 20

a 24 años, 58,8% su grado de instrucción es secundaria, el 76,3% tienen actitud positiva ante la prevención. Conclusión: Se llegó que el 57,5% tienen actitudes

en la prevención, el 42,5% tienen prácticas positivas del cáncer de mama.

2.2 Bases teóricas de la investigación:

En la investigación es importante destacar en la salud pública una constante preocupación a nivel mundial por sus alcances político, social y económico. La salud es de interés para los seres humanos, desde años atrás muchas culturas abrieron acciones dirigidas a la salud pública; donde la promoción se apoya en las transformaciones de las conductas a nivel individual como en los estilos de vida saludable. A partir de ahí se lanzaron campañas educativas a los individuos donde los resultados al principio fueron muy alterados y con el pasar del tiempo se desvanecían; donde consistía el traspaso de información de las conductas de riesgo y una continuación de intervenciones para convertir las situaciones de vida creando hábitos y conductas para mejorar la salud (26).

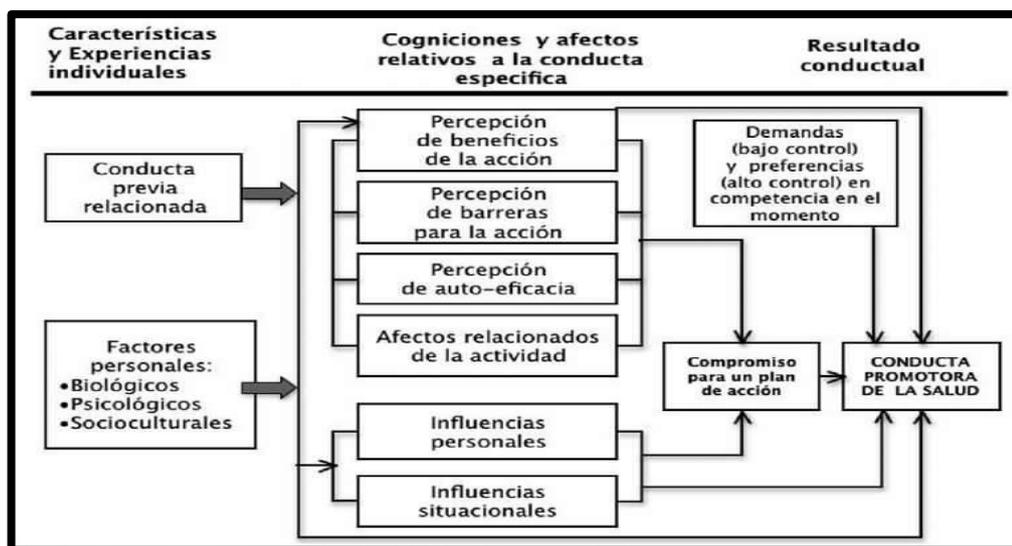
Además en una Conferencia Internacional en el año 1992, de Promoción de la Salud se destacó en satisfacer las necesidades y eliminar la desigualdad, adoptar medidas educativas y participación comunitaria, vencer las barreras políticas, eliminar los obstáculos de acceso a los sectores de bienestar, así mismo lograr un desarrollo integral y equitativo. Ottawa 1986 se consideró la promoción como estrategia, aumentando la salud en los ciudadanos y permitiendo así incrementar control sobre su propia salud, Adelaida 1988 se estableció políticas públicas favorables en la salud, Sundsvall 1991 se enfatizó la creación de ambientes optimistas a la salud, Jakarta 1997 se aumentó la capacidad de promover la salud incluyendo aspectos como la promoción de la responsabilidad social, en México se abordó las inequidades de salud con estrategia y recursos promocionando en local, nacional e internacional (27).

Asimismo la investigación se fundamenta en las bases conceptuales del modelo de promoción de la salud, de Nola Pender que es una enfermera nacida en EE.UU en la cual ella obtuvo una experiencia al ver como recibía los cuidados de enfermería su tía, es por ello que su idea sobre enfermería es cuidar y ayudar a las personas que se cuiden de sí mismas (28).

Por lo tanto ella siempre tuvo vocación para ayudar a las personas por lo cual decidió estudiar enfermería, en 1964 obtuvo su licenciatura y logro hacer su doctorado, donde comenzó a trabajar su teoría y fue presentada en su libro de promoción de la salud en la práctica de enfermería, donde las personas toman medidas preventivas para evitar e reducir enfermedades, así mismo detalla los roles significativos de las enfermeras con un solo propósito de ayudar a los pacientes a prevenir enfermedades. Se preocupó en la creación de un ideal sanitario donde proporcionara solución a los individuos con firmeza llegar a su propia salud, en la cual ella se inspiró en otros sustentos de Albert Bandura y Feather (29).

Es por ello que su teoría identifica los factores cognitivos-perceptuales en la persona que son transformados por la características situacionales, personales e interpersonales, dando así la intervención en las conductas que benefician a la salud. Donde sigue perfeccionándose la teoría de Pender, basándose en la formación de las personas con una vida saludable porque de esa manera podemos disminuir las enfermedades y se tendría menos gastos de los recursos para un mejor futuro (30).

Por lo cual se toma como importancia de los procesos cognitivos y comportamiento sabiendo de algunas circunstancias que intervienen en las actuaciones de los individuos y es de una conducta racional, donde los conocimientos de las personas llevan a que mejoren su salud. En el modelo de Nola Pender presenta las características y experiencias propias, así como de la conducta que llevan a la persona a participar o no en la salud (31).



En el grafico se muestro lo siguiente; en la principal columna presenta la particularidad de estilo personal de los individuos dividida en, conductas previas relacionadas que son las experiencias de los humanos ya sean saludables o no y los factores personales como lo biológicos que sería el cuerpo, psicológicos que es la mente y socioculturales que está relacionada con nuestra sociedad. La segunda columna son cogniciones y efectos relativos a la conducta específica, (como las emociones, sentimientos y creencias) dividida en 6; el primero corresponde a los percepción de beneficios de la acción esto quiere decir a los beneficios que pueden tener las personas de llevar un estilo de vida saludable, el segundo es las barreras percibidas para la acción esto

indica a las apreciaciones negativas que se presenta para no lograr un estilo de vida saludable perjudicando su salud (31, 32).

El tercero es la auto-eficacia percibida siendo la percepción para ejecutar una cierta conducta ya que el individuo es capaz y eficiente de llevar a cabo hábitos saludables, el cuarto es el afecto relacionado de la actividad, ya sean beneficioso o no según su comportamiento; el quinto habla de las influencias personales, donde son las acciones del individuo que se compromete practicar hábitos saludables, el último es influencias situacionales que se refiere a las influencias que se presentan en nuestro entorno ya que pueden beneficiar o no nuestra salud. (31).

Culminando con la tercera columna procede al resultado conductual, donde se constituye demandas de competencias en el momento dando paso al compromiso para un plan de acción y conductas promotoras de salud; donde se promueve la salud porque de ese modo tendríamos menos personas enfermas y se gastarían menos recursos, entendiendo que la promoción de la salud es un movimiento donde participan los profesionales de salud (31).

Enfermería abarca en los cuidados independientes en contribución a los individuos promocionando y previniendo para mejorar la salud, así mismo mantener la calidad de vida en el individuo lo que concierne a los aspectos que influyen en las relaciones, la convivencia y la manera cotidiana en que se vive para el beneficio de la población (33).

Además, Nola Pender enfatizó en los meta paradigmas, uno de ellos es la salud que es el bienestar físico, psicológico y social donde el individuo está

ausente de enfermedades, la persona es considerada como un ser único que a través de su conducta puede beneficiar o no su salud, el entorno son los factores que influyen en las conductas promotoras de la salud y enfermería que son las acciones de cuidados sanitarios en cargándose de motivar a las personas de mantener su salud individual (34).

Asimismo también están las dimensiones como la alimentación y nutrición lo cual es la elección y conocimiento para consumir alimentos que beneficien la salud en ello está de poder tener en cuenta los tres grandes grupos de alimentos y saber equilibrarlos para una dieta sana; la higiene que es importante para prevenir enfermedades y mantener un aspecto físico sano, las habilidades para la vida es poder solucionar nuestros problemas con una actitud positiva; la actividad física es la rutina de ejercicios o deporte que realiza el individuo para mejorar su salud lo cual también forma parte de las actividades de ocio lo cual beneficia el estado de ánimo y reducir el estrés; la salud sexual y reproductiva es la responsabilidad del individuo que planifica sobre los hijos que desea tener y toma dicciones antes de empezar una relación sexual (35).

Así también la salud bucal es importante como el uso del enjuague bucal con flúor y los exámenes odontológicos para prevenir enfermedad bucal; la salud mental es el punto de partida para la salud del individuo acompañado de la autoestima y la percepción que uno mismo se tiene y por último la seguridad vial que es la responsabilidad del individuo al salir y cumplir con las señales de tránsito para minimizar daños o pérdidas humanas (35).

2.3 Marco conceptual

Promoción de la salud: Es un transcurso donde se fortalece las destrezas de los individuos para iniciar una acción tomando control sobre su propia salud, es de atención primaria en salud pública siendo así una estrategia fundamental para mejora de los determinantes de la salud y equidad tanto para las personas como para la comunidad; en la cual es ofrecer servicios integrales que potencialicen la salud y promuevan en ellos una vida sana (36).

Prevención de la salud: Es un grupo de acciones y estrategias de intervenciones para informar y evitar que los individuos se vean afectados su salud, con el propósito de prevenir anticipadamente enfermedades, está relacionada con el control e intervención de los Factores de Riesgo de las enfermedades (37).

Educación para la salud: Se ocupa de crear oportunidades de aprendizaje para proporcionar cambios en la conducta o estilo de vida saludables, donde los individuos conozcan y analicen las causas sociales, económicas y ambientales que influyen en la Salud de la comunidad. Por lo cual se debe motivar a la población para que consiga hábitos más saludables (38).

Cuidado: Es un conjunto de conocimientos y técnicas que aumentan nuestra esperanza de vida. Por lo cual las personas toman decisiones todos los días que determinan su calidad de vida o mejoran su salud de esa manera se ejerce un rol preventivo aportando mejoras en nuestra salud (39).

Proyección comunitaria: Son todas aquellas acciones de motivación u organización y planificación participativa a través de la cual se logra el compromiso con los involucrados, que favorece en la toma de decisiones de la

comunidad de acuerdo a sus necesidades e intereses. Con la finalidad de involucrar a la comunidad en el análisis de sus problemas y aumentar la responsabilidad del ciudadano (40).

Estilo de vida: Es la manera en que vive la persona, de las acciones cotidianas realizadas cada día por el individuo para mantener su cuerpo y mente de manera adecuada, con el objetivo de satisfacer sus necesidades para lograr la calidad de vida con un compromiso individual de mejorar la salud y disminuir las enfermedades (41).

III. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN:

- Existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote-2019.
- No existe relación estadísticamente significativa entre las acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del Adulto. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote _ 2019.

IV. METODOLOGÍA:

4. 1. Diseño de la investigación:

Esta investigación fue cuantitativo, con el objetivo de evaluar los datos numéricamente medible (42,43).

Nivel de investigación:

El nivel de investigación fue correlacional – transversal, lo cual se buscó determinar la relación entre dos o más variables y la recolección de la información fue tomada en un solo periodo de tiempo (43,44).

Diseño de la investigación:

El diseño de la investigación es no experimental, debido a que el investigador no manipulo o influyo en las variables de estudio, reportándolas en su contexto natural tal y como son (43).

4.2. Universo muestral:

4.2.1. Universo muestral: La población estuvo constituido por 153 adultos del Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa. Habiéndose tomado como totalidad de esta población, siendo este el universo muestral.

4.2.2. Unidad de análisis: Cada adulto del Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa que formaron parte de la muestra y responde a los criterios de la investigación.

Criterios de Inclusión:

- Adultos que viven más de 3 años en el Asentamiento Humano –Villa Magisterial II Etapa.
- Adultos del Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, que aceptaron participar en el estudio.
- Adultos del Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, que estuvieron aptas para participar en los cuestionarios como informantes sin importar nivel de escolarización, sexo y condición socioeconómica.

Criterios de Exclusión:

- Adultos Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, que tuvieron problemas de comunicación.
- Adultos del Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, que presentaron problemas psicológicos.

4.3. Definición y operacionalización de variables:

I. FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS:

SEXO

Definición Conceptual.

Define la condición orgánica, la cual distingue a ambos ya sea varón o mujer, indica la existencia de una estructura anatómica que permite distinguir al varón de la mujer (45).

Definición Operacional

Escala nominal

- Masculino
- Femenino

EDAD

Definición conceptual

Es el tiempo en que ha vivido una persona desde el momento en que nació lo cual es el tiempo transcurrido, pasando por las etapas de la vida ganando experiencia y madurez. (46)

Definición Operacional

Escala nominal

- 18 a 35 años
- 36 a 59 años
- 60 a más

GRADO DE INSTRUCCIÓN

Definición Conceptual

Es el nivel de estudios conseguido por una persona, Se considera que una persona ha alcanzado un determinado nivel de instrucción cuando ha finalizado y aprobado todos los cursos de este nivel y se encuentra en condiciones de obtener el correspondiente título o diploma (47).

Definición Operacional

Escala Nominal

- Analfabeto
- Primaria

- Secundaria
- Superior

RELIGIÓN

Definición Conceptual

Se define como como una cultura que está acompañados de comportamientos y prácticas, de lo cual se dan las ceremonias de oración, sacrificio y sobre todo el lado espiritual del ser humano con el ser divino (48).

Definición Operacional

Escala nominal

- Católico
- Evangélico
- Otras

ESTADO CIVIL

Definición Conceptual

Es un registro jurídico, de lo cual se le relaciona con una pareja por lo cual también esta las cuatro posibilidades de las cuales es soltero, casado, viudo o divorciado donde se identifica en un DNI (49).

Definición Operacional

Escala Nominal

- Soltero
- Casado
- Viudo
- Conviviente

- Separado

OCUPACIÓN

Definición Conceptual

Es empleo o facultad que alguien ejerce y por el que percibe una retribución, engloba sus labores concretas, las tareas que lo configuran, su formación, sus requerimientos de aptitud funcional, su adscripción normativa (50).

Definición Operacional

Escala Nominal

- Obrero
- Empleado
- Ama de casa
- Estudiante
- Otros.

INGRESO ECONÓMICO

Definición Conceptual

Son aquellos ingresos con los que cuenta una familia, esto obviamente incluye al sueldo, salario, de todos aquellos miembros de la misma que trabajan y que por ello perciben un sueldo y todos esos otros ingresos que puede considerarse extras son utilizados para beneficio de la familia (51).

Definición Operacional

Escala Nominal

- Menor de 400 nuevos soles
- De 400 a 600 nuevos soles
- De 650 a 850 nuevos soles

- De 850 a 1100 nuevos soles
- Mayor de 1100 nuevos soles

SISTEMA DE SEGURO

Definición Conceptual

Es un sistema de seguro de la cual el objetivo es proteger a la persona de diferentes amenazas, por la cual las personas tienen derecho a tener un seguro donde se prioriza el bienestar de los individuos (52).

Definición Operacional

Escala Nominal

- EsSalud
- SIS
- Otro Seguro
- No tiene seguro

II. PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD

Definición conceptual:

Proceso, cuyo objeto consiste en fortalecer las habilidades y capacidades de las personas para emprender una acción, y la capacidad de los grupos o las comunidades para actuar colectivamente con el fin de ejercer control sobre los determinantes de la salud (53).

Definición operacional:

Escala Nominal

- Inadecuado
- Adecuado

III. ESTILOS DE VIDA

Definición conceptual:

Conjunto de patrones conductuales de un individuo que pone en práctica de manera consistente y contenida en su vida cotidiana, por el cual puede ser oportuna para el mantenimiento de su salud o en caso contrario que lo coloca en situación de riesgo para la enfermedad (54).

Definición operacional:

Escala Nominal

- Estilo de vida saludable
- Estilo de vida no saludable

IV. APOYO SOCIAL

Definición conceptual:

El apoyo social es el conjunto de recursos humanos y materiales con que cuenta un individuo o familia para superar una determinada crisis (enfermedad, malas condiciones económicas, rupturas familiares, etc.) (55).

Definición operacional:

Escala Nominal

- Si tiene
- No tiene

4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos:

Técnicas

En la presente investigación se utilizó la entrevista y la observación para la aplicación de los instrumentos.

Instrumento

En la presente investigación se utilizó 4 instrumentos para la recolección de la información que se detallan a continuación:

Instrumento N°01

FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS

Elaborado por DRA. María Adriana Vílchez Reyes en Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación (Anexo N° 01).

Estuvo constituido por 8 ítems distribuidos en 4 partes:

- Datos de Identificación, donde se obtiene las iniciales o seudónimo de del adulto. (1 ítems).
- Factores sociodemográficos el sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación, ingreso económico y si cuenta con Seguro. (8 ítems).

Instrumento N°02

PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD

Estuvo constituido por 72 ítems distribuidos en 8 ejes temáticos:

- Datos de Identificación, donde se obtiene las iniciales o seudónimo de del adulto. (2 ítems).
- Ejes temáticos: Alimentación nutrición (10 ítems).
- Ejes temáticos: Higiene (10 ítems).
- Ejes temáticos: habilidades para la vida (17 ítems).
- Ejes temáticos: Actividad física (4 ítems).
- Ejes temáticos: Salud sexual y reproductiva (5 ítems).
- Ejes temáticos: Salud bucal (6 ítems).
- Ejes temáticos: Salud mental y cultura de paz (9 ítems).
- Ejes temáticos: Seguridad vial y cultura de tránsito (9 ítems).

Para la confiabilidad del instrumento de **Acciones de Prevención Y Promoción de la Salud** en nuestra localidad se obtuvo el coeficiente estadístico de Alfa de Cronbach con una muestra piloto del 10% del total de la muestra del estudio. Asimismo, se realizó la validez de contenido mediante la evaluación por juicios de expertos. (Anexo N° 02).

Control de calidad de los datos:

Evaluación Cualitativa:

Fue concluida a través de la entrevista a personas del área de Salud que actuaron como jueces; Se realizó en reuniones, con el objetivo de evaluar la propuesta del Cuestionario sobre Acciones de Promoción y Prevención de la salud. Desarrollado por Dra. Vílchez Reyes Adriana, Directora de la presente línea de Investigación y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaque.

Durante las reuniones se brindó a los jueces información respecto a la matriz de operacionalización de la variable y la propuesta del cuestionario, para su análisis y socialización, luego cada participante emitió observaciones al cuestionario propuesto, los cuales permitieron realizar ajustes necesarios a los enunciados y categorías de respuestas de las preguntas relacionadas a la promoción y prevención de la salud en los adultos.

Evaluación Cuantitativa:

Validez de contenido: Se realizó mediante la calificación de criterio de expertos, de los cuales fueron diez, Para efectos de este análisis, se utilizó para la evaluación de la validez de contenido la fórmula de V de Aiken (Penfield y Giacobbi, 2004).

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

Dónde:

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

l : Es la calificación más baja posible.

k : Es el rango de los valores posibles.

El coeficiente V de Aiken total es 0,998, Indica que el instrumento es válido para recabar información sobre la promoción y prevención de la salud.

Confiabilidad

Confiabilidad interevaluador

Se evaluó aplicando el cuestionario a la misma persona por dos entrevistadores diferentes en un mismo día, Se realizó a un mínimo de 15 personas. A través del Coeficiente de Kappa se estudia el porcentaje de concordancia entre los entrevistadores, un valor a partir de 0,8 se considera muy bueno.

Instrumento N°03

ESTILOS DE VIDA

Estuvo constituido el instrumento por 6 subescalas, y cuenta con 52 ítems, distribuidos en los siguientes:

- En la subescala Responsabilidad hacia la salud: **9 ítems**
- En la subescala Actividad física: **8 ítems**
- En la subescala nutrición: **9 ítems**
- En la subescala manejo de stress: **8 ítems**
- En la subescala relaciones interpersonales: **9 ítems**
- En la subescala Crecimiento Espiritual y Relaciones Interpersonales: **9 ítems**

El instrumento de estilo de vida proviene del cuestionario Health Promoting Lifestyle Profile II (HPLP-II) en la versión original, el cual estuvo compuesto por 52 items en una escala de Likert de 1 a 4 puntos (desde nunca hasta rutinariamente) en 6 dimensiones: Actividad física (8 ítem), Crecimiento espiritual (9 ítem) , Manejo de estrés (8 ítem) , Nutrición (9 ítem) , Relaciones interpersonales (9 ítem) y Responsabilidad hacia la salud (9 ítem).

El instrumento validado en la versión español por Serrano, M. (2016) reportó que la validez se dio por validez de constructo reportando la prueba de esfericidad de Bartlett y índice Kaiser Meyer- Olkin , estos indicaron la adecuación muestral (0.86) y de datos para realizar un análisis factorial, seguido se utilizó el Análisis Factorial Exploratorio utilizando método Promin, reportando que de los 52 ítem se depuraron 4 ítem que reportaron tener una carga factorial menores a 0.3, y en solo 4 dimensiones : Responsabilidad hacia la salud, Actividad física , Nutrición, Crecimiento Espiritual y Relaciones interpersonales. Asimismo, se realizó validez discriminante y concurrente para el instrumento HPLP – II mediante la correlación con otros instrumentos (MBI-GS, Autoeficacia, Satisfacción de vida y Engagement).

La confiabilidad del instrumento estuvo dado en 4 dimensiones fue reportada mediante el índice de Alfa de Cronbach mostrando una buena confiabilidad por dimensiones: Responsabilidad hacia la salud ($\alpha=0.81$), Actividad física ($\alpha=0.86$) , Nutrición($\alpha=0.7$), Crecimiento Espiritual y Relaciones interpersonales ($\alpha=0.88$). (Anexo N° 03).

Instrumento N°04

DE APOYO SOCIAL

El instrumento tiene 4 dimensiones que fueron distribuidos en los siguientes:

- En la dimensión apoyo emocional: 8 ítems
- En la dimensión ayuda material: 4 ítems
- En la dimensión relaciones de ocio y distracción: 4 ítems
- En la dimensión apoyo afectivo: 3 ítems

Apoyo social: Se utilizó el cuestionario autoadministrado del Estudio de desenlace de estudios médicos de apoyo social (MOS), donde el instrumento original consta de 20 ítems, conformado en 4 dimensiones (Red de apoyo social, Apoyo social, Apoyo instrumental, Interacción social positiva y Apoyo afectivo) con una escala de Likert de 5 categorías. (Anexo N° 04)

Nuestro estudio utilizo la versión validada en español Londoño, N. et al (2012). Realizado en Colombia, el cual estuvo comprendido por 20 ítems, pero distribuido en 4 dimensiones (Apoyo emocional informacional, Apoyo instrumental, Interacción social positiva y Apoyo afectivo).

La confiabilidad del instrumento fue reportada por el coeficiente de Alfa de Cronbach para los cuatros dimensiones y escala total. Presentó una alta confiabilidad para la escala total con 0.94 y por dimensiones: Apoyo emocional/informacional ($\alpha=0.92$), Apoyo instrumental ($\alpha=0.79$), Interacción social positiva ($\alpha=0.83$) y Apoyo afectivo ($\alpha= 0.74$).

Finalmente, la validez de este instrumento se reportó a través de validez de constructo mediante un Análisis Factorial Confirmatorio reportando aceptables índices de bondad de ajuste (GFI= 0.780, AGFI= 0.713, RMSEA=0.113, AIC=566.98 Y BIC= 707.22).

4.5. Plan de análisis:

4.5.1. Procedimientos de la recolección de datos:

En cuanto a la recolección de datos del estudio de investigación se tuvo en cuenta los siguientes aspectos:

- Se informó y se pidió el consentimiento a los adultos del Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa, haciendo énfasis que los datos y resultados son totalmente confidenciales.
- Se coordinó la disponibilidad y el tiempo de la fecha de la aplicación del instrumento para proceder a aplicar el instrumento a cada adulto del Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa.
- Se realizó lectura de las instrucciones de los instrumentos a los adultos del Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa.
- El instrumento fue aplicado en un tiempo de 20 minutos, las respuestas serán marcadas de manera personal y directa.

4.5.2. Análisis y Procesamiento de los datos:

Para la presente investigación se realizó el análisis descriptivo mediante tabla de frecuencias/ porcentaje y promedio/ desviación estándar según tipo de variable con sus respectivos gráficos. Asimismo, para el análisis correlacional con el fin de cada variable perteneciente a los factores sociodemográficos asociado con el comportamiento de la salud. Se utilizó el estadístico Chi cuadrado según el tipo que corresponda, presentando el p-valor con un nivel de confianza del 95%.

Para el procesamiento y análisis de datos fueron ingresados a una base de datos software estadísticos IBM para ser exportados a una base de datos en el software SPSS Statistics 24.0.

4.6. Matriz de consistencia

Titulo	Enunciado del problema	Objetivo general	Objetivos específicos	Metodología
Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote_2019	¿Existe asociación entre los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano-Villa magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote_2019?	Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto. Asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social, Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote_2019.	<ul style="list-style-type: none"> • Caracterizar los factores sociodemográficos del adulto. Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote_2019. • Caracterizar las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto. Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote_2019. • Caracterizar el comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote_2019. • Explicar la relación de los factores sociodemográfico asociados al comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote_2019. • Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote_2019. 	<p>Tipo: Cuantitativo.</p> <p>Nivel: Correlacional – transversal.</p> <p>Diseño: No experimental.</p>

4.7. Principios éticos:

La ética es una ciencia que tiene por objeto de estudio a la moral y la conducta humanas. La investigación estuvo sujeta a normas éticas que sirven para promover el respeto a todos los seres humanos, proteger su salud y sus derechos individuales (56).

Protección a las personas

Se aplicó el cuestionario respetando la dignidad humana, la diversidad, la confidencialidad y la privacidad de los adultos y se le explicó que la información obtenida será solo para fines de la investigación.

Libre participación y derecho a estar informado

Solo se trabajó con los adultos del Asentamiento Humano Villa Magisterial II Etapa, que aceptaron voluntariamente participar en el presente trabajo de investigación.

Beneficencia y no maleficencia

La totalidad de la información que se recibió en la presente investigación se mantuvo en secreto y se evitó ser expuesto respetando la intimidad de los adultos del Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa, siendo útil solo para fines de la investigación.

Integridad científica

Se informó a los adultos los fines de la investigación, cuyos resultados se encontraron plasmados en el presente estudio.

Consentimiento informado

Solo se trabajó con los adultos del Asentamiento Humano Villa Magisterial II Etapa que aceptaron voluntariamente participar en el presente trabajo. (Anexo 05)

V. RESULTADO

5.1. Resultado:

TABLA 1

FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE 2019

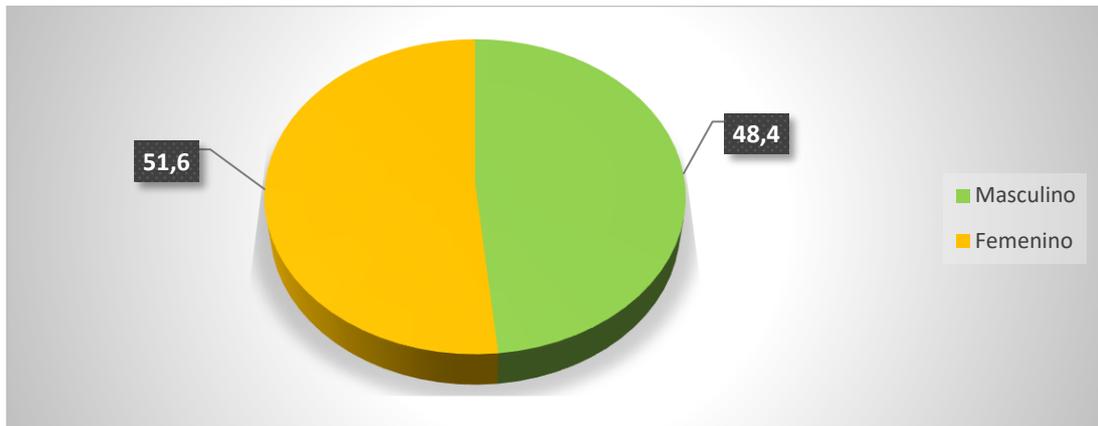
Sexo	N	%
Masculino	74	48,4
Femenino	79	51,6
Total	153	100,0
Edad	N	%
18-35 años	65	42,4
36-59 años	70	45,8
60 a mas	18	11,8
Total	153	100,0
Grado de instrucción de la madre	N	%
Analfabeto	0	0,0
Primaria	22	14,0
Secundaria	90	59,0
Superior	41	27,0
Total	153	100,0
¿Cuál es su religión?	N	%
Católico	83	54,0
Evangélico	30	20,0
Otras	40	26,0
Total	153	100,0
¿Cuál es su estado civil?	N	%
Soltero	49	32,0
Casado	50	33,0
Viudo	0	0,0
Conviviente	49	32,0
Separado	5	3,0
Total	153	100,0
¿Cuál es su ocupación?	N	%
Obrero	10	6,0
Empleado	33	22,0
Ama de casa	58	38,0
Estudiante	18	12,0
Otros	34	22,0
Total	153	100,0
¿Cuál es su ingreso económico?	N	%
Menor de 400 nuevos soles	1	1,0
De 400 a 650 nuevos soles	16	10,0
De 650 a 850 nuevos soles	52	34,0
De 850 a 1100 nuevos soles	82	54,0
Mayor de 1100 nuevos soles	2	1,0
Total	153	100,0
¿Cuál es el sistema de seguro que tiene?	N	%
EsSalud	40	26,0
SIS	78	51,0
Otro seguro	35	23,0
No tiene seguro	0	0,0
Total	153	100,0

Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes, aplicado en los adultos. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote, 2019.

FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO

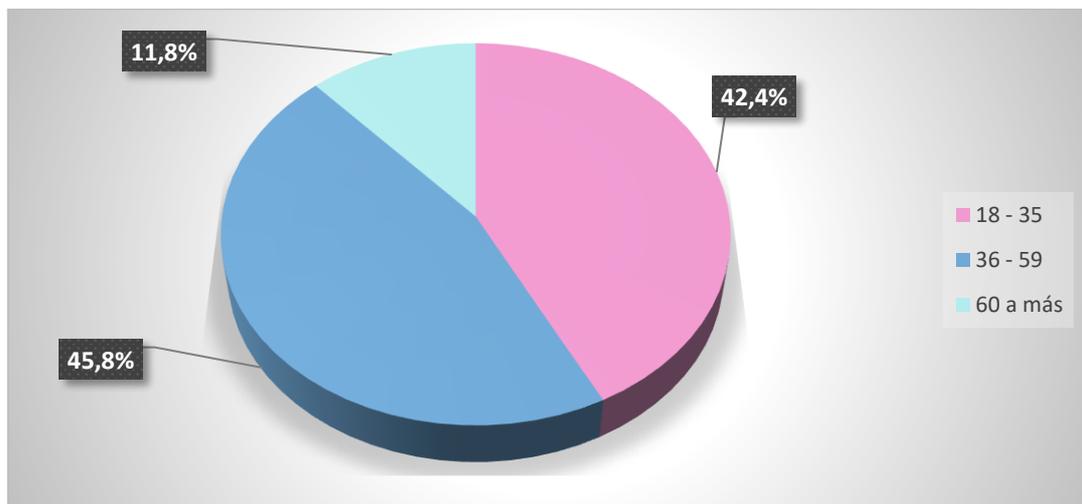
GRAFÍCOS: TABLA N°1

GRAFÍCO 1: SEXO DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE_2019



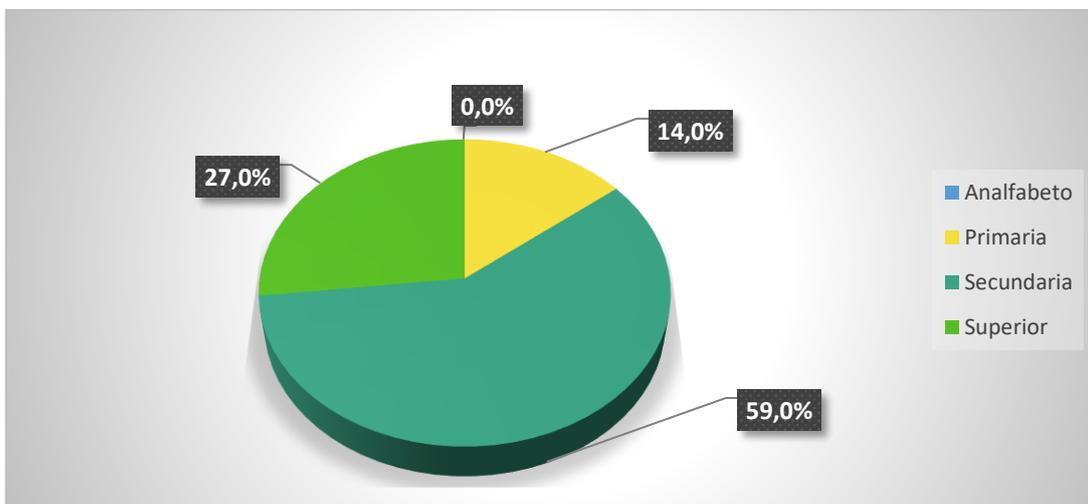
Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes, aplicado en los adultos. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote, 2019.

GRAFÍCO 2: EDAD DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE_2019



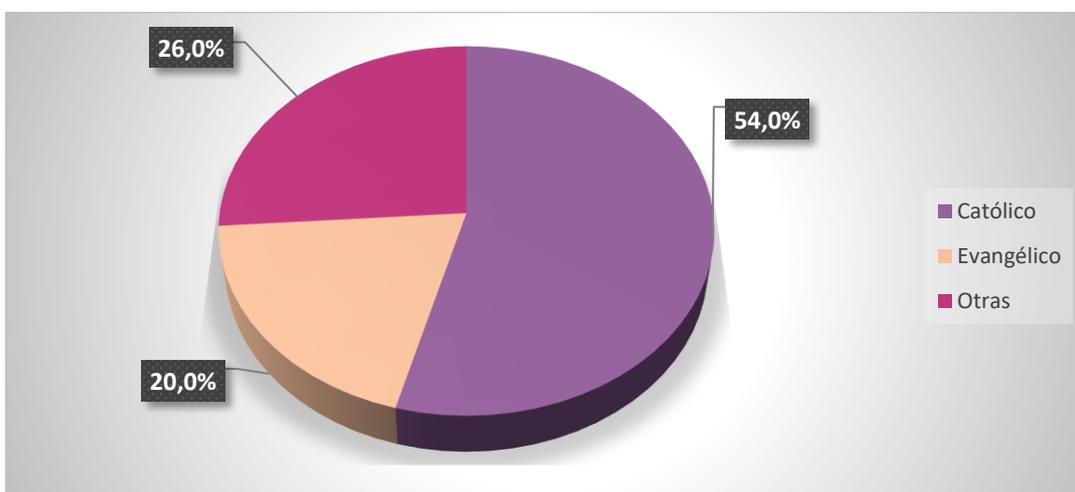
Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes, aplicado en los adultos. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote, 2019.

GRAFÍCO 3: GRADO DE INSTRUCCIÓN DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE_2019



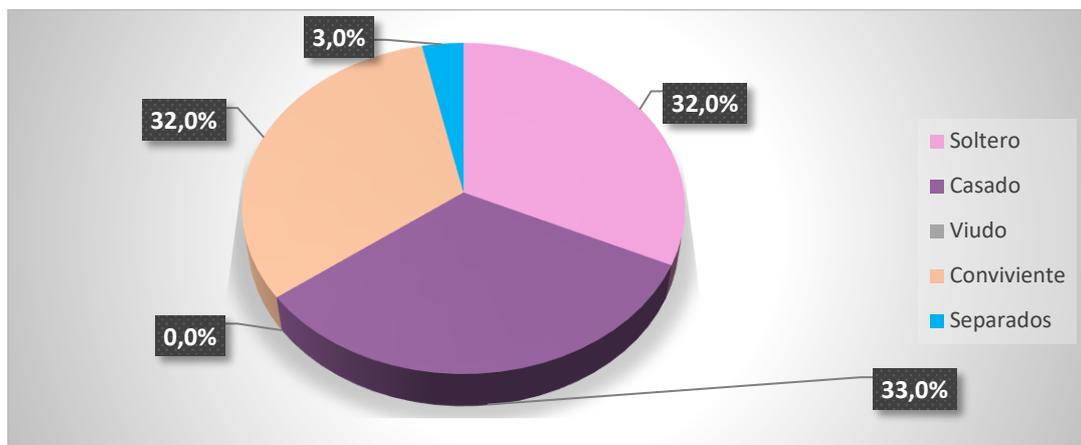
Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes, aplicado en los adultos. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote, 2019.

GRAFÍCO 4: RELIGIÓN DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE_2019



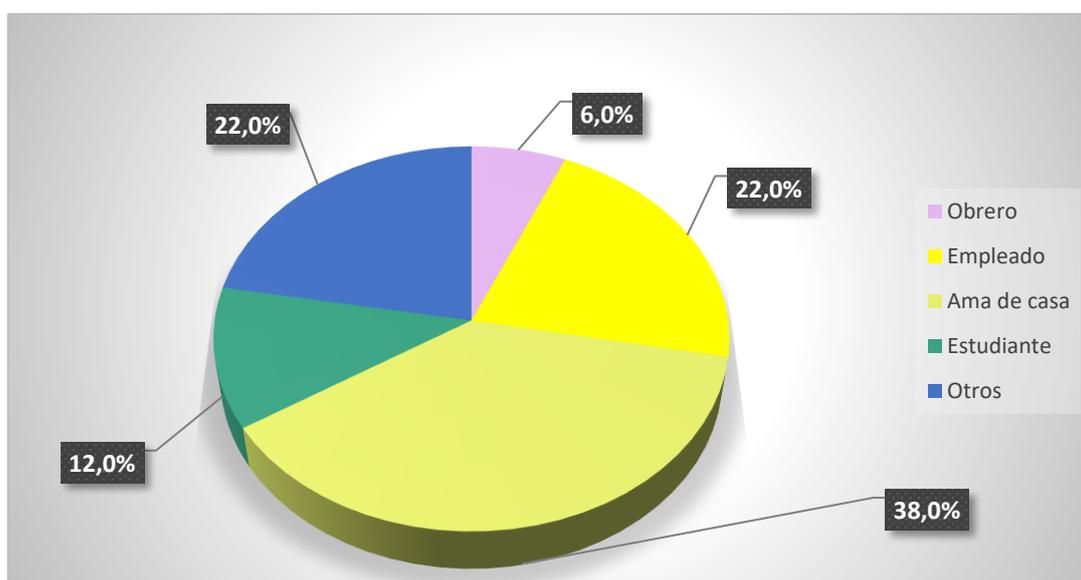
Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes, aplicado en los adultos. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote, 2019.

GRAFÍCO 5: ESTADO CIVIL DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE_2019



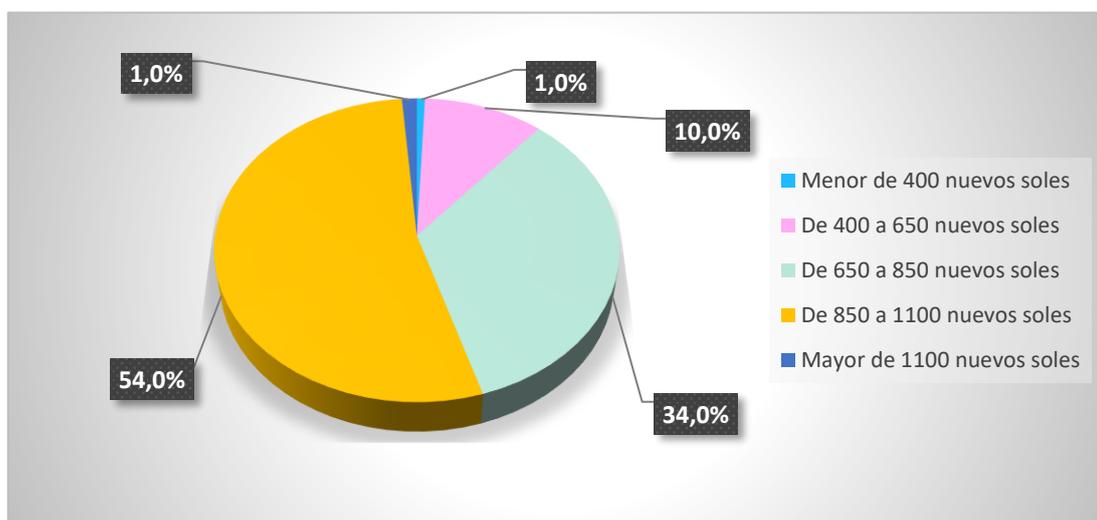
Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes, aplicado en los adultos. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote, 2019.

GRAFÍCO 6: OCUPACIÓN DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE_2019



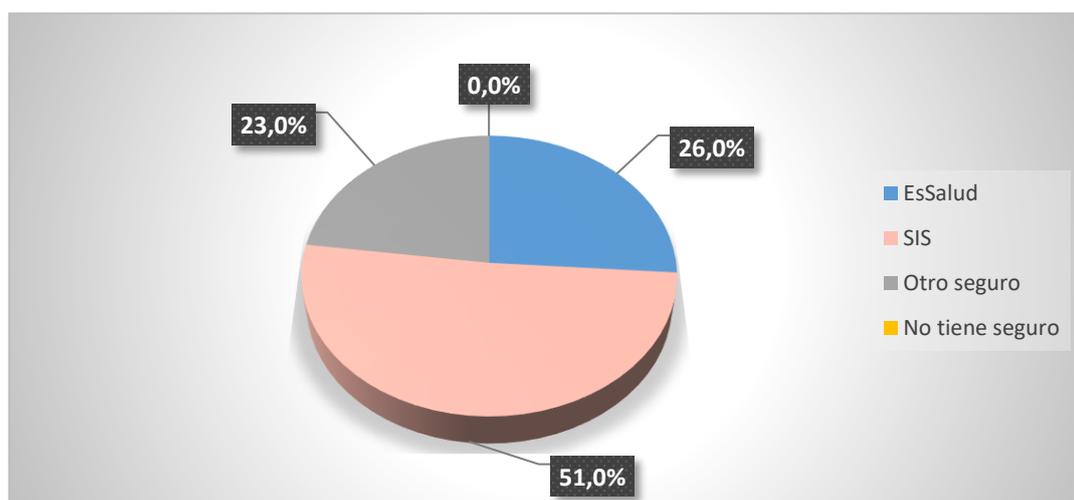
Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes, aplicado en los adultos. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote, 2019.

GRAFÍCO 7: INGRESO ECONÓMICO DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE_2019



Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes, aplicado en los adultos. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote, 2019.

GRAFÍCO 8: SISTEMA DE SEGURO DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE_2019



Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes, aplicado en los adultos. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote, 2019.

TABLA 2

***ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO.
ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO
CHIMBOTE _ 2019***

Prevención y Promoción de la Salud del adulto.	Promedio	Desviación Estándar	Min	Max
D1	18.0784314	1.51105319	15	25
D2	21.9934641	1.90393198	16	26
D3	24.2352941	3.11989521	17	40
D4	7.4509803	1.16382523	5	10
D5	6.8104575	1.27088673	4	11
D6	7.9869281	0.97324017	5	10
D7	14.5686275	1.70048254	7	19
D8	24.6405229	2.29305123	17	28
Total	125.764706	6.56021171	111	158

Fuente: Cuestionario de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por Dra. Vílchez Reyes Adriana, Directora de la presente línea de Investigación y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaqué; aplicado en los adultos. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote, 2019.

TABLA 2

***ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO.
ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO
CHIMBOTE _ 2019***

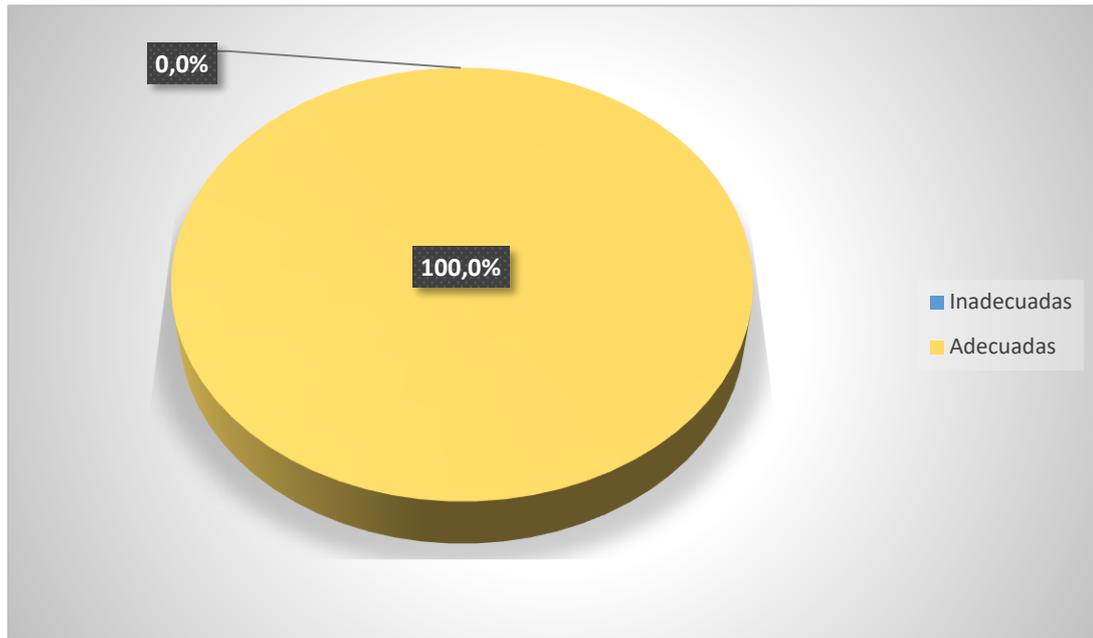
Prevención y Promoción de la Salud del adulto.	Rango	N	%
Inadecuadas	0-91	0	0,0
Adecuadas	92-130	153	100,0
Total		153	100,0

Fuente: Cuestionario de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por Dra. Vílchez Reyes Adriana, Directora de la presente línea de Investigación y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaqué; aplicado en los adultos. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote, 2019.

PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD.

GRAFÍCO: TABLA N°2

GRÁFICO 9: PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE _ 2019



Fuente: Cuestionario de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por Dra. Vílchez Reyes Adriana, Directora de la presente línea de Investigación y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaqué; aplicado en los adultos. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote, 2019.

TABLA 3***ESTILO DE VIDA DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE_2019***

Estilo de Vida	Promedio	Promedio	Min	Max
D1	14.4183007	1.43092894	12	19
D2	31.5228758	1.68618601	23	35
D3	28.5882353	1.31053129	25	25
Total	74.5294118	2.68783523	67	83

Fuente: Cuestionario de Estilo de Vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C; aplicado en los adultos del Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote, 2019.

TABLA 3***ESTILO DE VIDA DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE_2019***

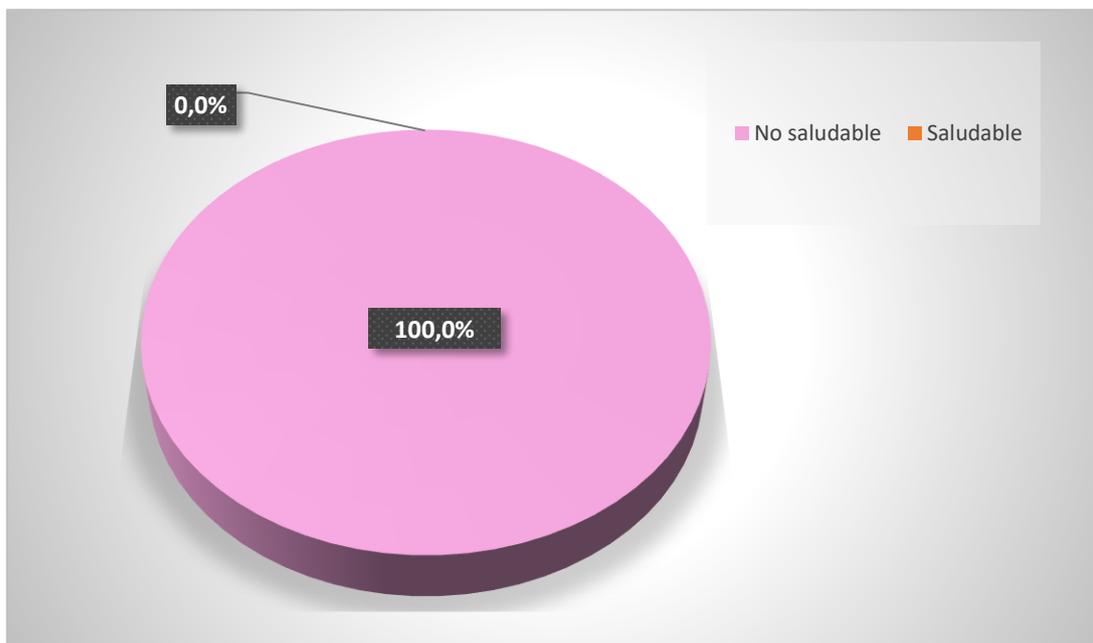
Estilo de Vida	Rango	N	%
No Saludable	0 - 91	153	100,0
Saludable	92 – 130	0	0,0
Total		153	100,0

Fuente: Cuestionario de Estilo de Vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C; aplicado en los adultos del Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote, 2019.

ESTILO DE VIDA DEL ADULTO

GRAFÍCO: TABLA N°3

GRAFÍCO 10: ESTILO DE VIDA DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE_2019



Fuente: Cuestionario de Estilo de Vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C; aplicado en los adultos. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote, 2019.

TABLA 4***APOYO SOCIAL DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE_2019***

Apoyo Emocional	N	%
No tiene	78	51,0
Si tiene	75	49,0
Total	153	100,0
Apoyo Material	N	%
No tiene	70	46,0
Si tiene	83	54,0
Total	153	100,0
Relaciones de Ocio y Distracción	N	%
No tiene	88	58,0
Si tiene	65	42,0
Total	153	100,0
Apoyo Efectivo	N	%
No tiene	84	55,0
Si tiene	69	45,0
Total	153	100,0

Fuente: Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria; aplicado en los adultos. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote, 2019.

TABLA 4***APOYO SOCIAL DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE_2019***

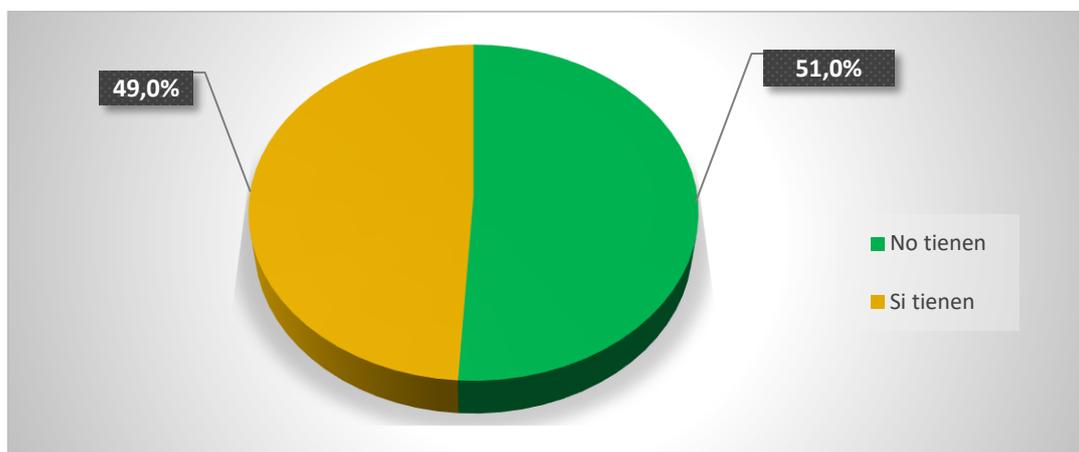
Apoyo Social	Rango	N	%
No tienen	0 - 57	82	53,6
Si tienen	58 - 94	71	46,4
Total		153	100,0

Fuente: Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria; aplicado en los adultos. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote, 2019.

APOYO SOCIAL DEL ADULTO

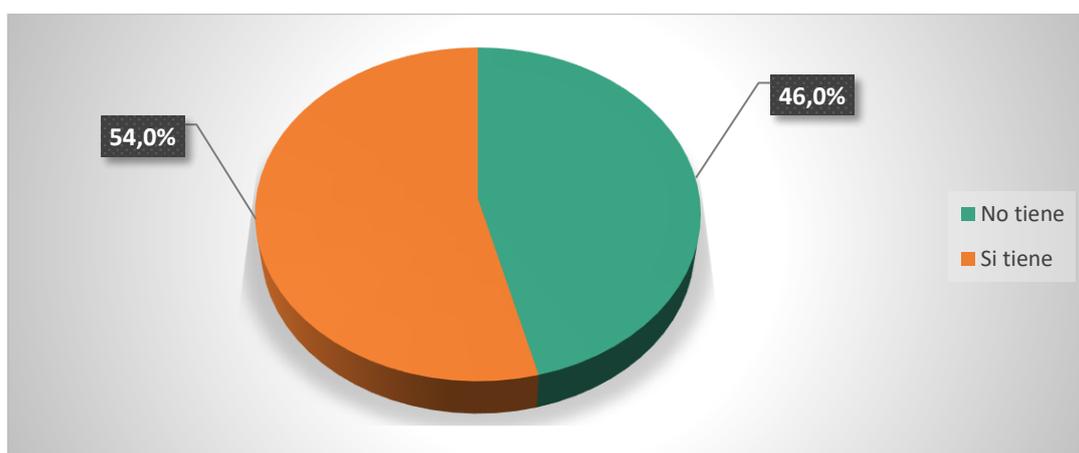
GRAFÍCOS: TABLA N°4

GRAFÍCO 11: APOYO EMOCIONAL DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE_2019



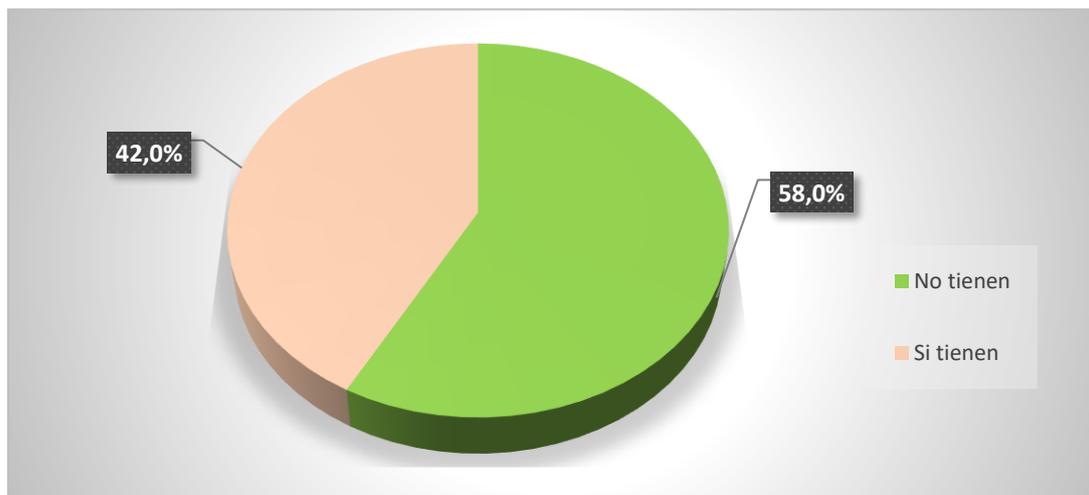
Fuente: Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria; aplicado en los adultos. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote, 2019.

GRAFÍCO 12: APOYO MATERIAL DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE_2019



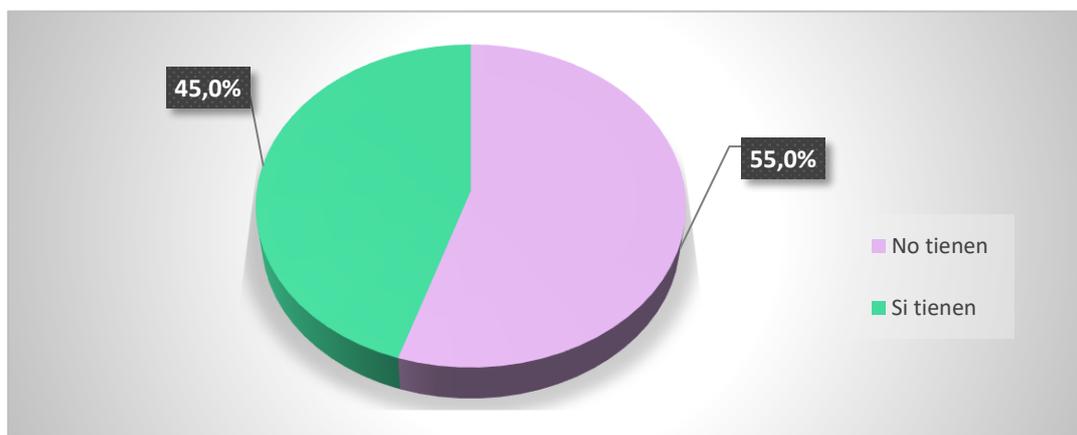
Fuente: Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria; aplicado en los adultos. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote, 2019.

GRAFÍCO 13: RELACIÓN DE OCIO Y DISTRACCIÓN DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE_2019



Fuente: Cuestionario de Apoyo Social, Adaptado de Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de Apoyo Social en Atención Primaria; aplicado en los adultos. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote, 2019.

GRAFÍCO 14: APOYO EFECTIVO DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE_2019



Fuente: Cuestionario de Apoyo Social, Adaptado de Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de Apoyo Social en Atención Primaria; aplicado en los adultos. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote, 2019.

TABLA 5

RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y EL ESTILO DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO – VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE _ 2019

Variable sociodemográfica	Estilo vida		Apoyo Social	
	X2	p-valor	X2	p-valor
Sexo	0.77	0.38035713	1.10	0.29358674
Edad	6.21	0.04484168	1.16	0.55919116
Grado de instrucción	1.04	0.79105867	2.94	0.22966034
Religión	1.63	0.44275591	0.83	0.66138685
Estado Civil	2.47	0.64952596	2.20	0.69868300
Ocupación	1.96	0.74260497	3.05	0.55011965
Ingreso económico	2.93	0.57005206	1.07	0.89828238
Tipo de seguro	0.31	0.95729200	2.57	0.46189464

Fuente: Cuestionarios de Factores sociodemográficos elaborado por Dra. María Adriana Vélchez Reyes. Cuestionario de Estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C. Cuestionario de Apoyo Social elaborado por Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I; aplicado en los adultos del Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote, 2019

5.2. Análisis de resultado:

A continuación, se analizan las variables de los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote_2019.

Tabla 1:

Del 100% (153) de adultos del Asentamiento Humano Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote; el 51,6% (79) son de sexo femeninos, el 45,8% (70) son adultos maduros; el 59,0% (90) su grado de instrucción es secundaria; el 54,0% (83) profesan la religión católico, el 33,0% (50) son de estado civil casados; el 38,0% (58) son amas de casa, el 54,0% (82) tienen un ingreso económico familiar de 850 a 1100 soles y el 51,0% (78) tienen un seguro integral de SIS.

Asímismo existen estudios que se asemejan a la investigación realizada como Alcasihuincha T (57), Concluye que más de la mitad son de sexo femenino y menos de la mitad son masculino. Pero también existen estudios que difieren con esta investigación como Acuña J. (58), Concluye que la mayoría son de sexo femenino y menos de la mitad masculinos.

Los resultados obtenidos en el presente estudio se asemejan con lo encontrado por Saavedra J. (59), Concluye que menos de la mitad son adultos maduros. Pero también hay estudios que se dieron a los resultados obtenidos como Leon K. (60), Concluye que la mayoría son adultos maduros.

Asimismo el estudio se asimila en la de Alayo A. (61), Concluye que más de la mitad tienen un grado de instrucción secundaria. En la cual se difiere de otra

investigación encontrada por Moreno E. (62), Concluye que menos de la mitad tienen grado de instrucción secundaria.

Asimismo existen estudios que se asemejan a la investigación realizada por Mora F, (63), Concluye que más de la mitad profesan la religión católica. Ante ello también hay otras investigaciones que difieren como Palacios G. (64), Concluye que la mayoría profesa la religión católica.

Los resultados mencionados en esta investigación se asemejan a lo encontrado por Alayo A. (61), Concluye que menos de la mitad su estado civil es casado. Pero también hay estudios que difieren esta investigación por Quiroz S, Guzmán M, Pérez L. (65). Concluye que casi la mitad su estado civil es casado.

Los resultados de esta investigación se asemejan a lo encontrado por Gutierrez M. (66), Concluye que menos de la mitad su ocupación es ama de casa. Pero en otro estudio se difiere a lo encontrado por Leon K. (60), Concluye que más de la mitad son amas de casa.

Asimismo los resultados que se expusieron se asemejan a lo encontrado por Rojas C. (67), Concluye que más de la mitad tienen un ingreso económico de 100 a 1000 nuevos soles. Pero también hay estudios que difieren a esta investigación encontrado por Moreno E. (62), Concluye que menos de la mitad tienen un ingreso económico de 850 a 1100 soles.

Los resultados que se hallaron en la tesis se asemejan a lo encontrado por Guerrero J. (68), Concluye que más de la mitad cuentan con un seguro integral de SIS. Pero también hay estudios que difieren a la investigación como Saldana S. (69), Concluye que la mayoría cuenta con seguro integral de SIS.

En la investigación que se llevó a cabo, se encontró que más de la mitad de adultos son de sexo femenino, grado de instrucción secundaria, profesan la religión católica, el ingreso económico es percibida entre los 850 a 1100 soles, el seguro de salud es SIS; menos de la mitad su edad comprendida es de 36 a 59 años, su estado civil es casado, su ocupación es ama de casa.

El sexo son características biológicas que diferencias a los individuos como mujer y varón, que se encuentra basado en los genes, hormona y partes del cuerpo diferenciándose por sus órganos genitales cuando nace, asimismo teniendo derechos e igualdad de oportunidades en la sociedad y desarrollarse con los de su entorno (70).

El adulto se caracteriza por haber dejado su etapa de infancia y adolescencia alcanzado un buen desarrollo físico, mental y emocionalmente; adquiriendo más responsabilidades presentando un carácter firme y seguro, teniendo deberes ciudadanos (71).

El grado de instrucción es el nivel que obtiene un individuo cuando termina o no de estudiar, en la cual está dividida por nivel primario, secundario y superior de ello dependerá el conocimiento adquirido que tiene el individuo para desarrollarse en la sociedad y obtener mejores ingresos y oportunidades (72).

De acuerdo a la investigación realizada a los adultos de Villa Magisterial II Etapa, podemos referir que más de la mitad son de sexo femenino, esto se debe a que las mujeres son más accesibles al dar información y en responder acerca de algunas preguntas, ya que las mujeres se encuentran en sus hogares cumpliendo con sus responsabilidades; asimismo el adulto se considera a partir de los 18 años habiendo ya pasado la etapa de la niñez y la adolescencia; podríamos decir que es el desarrollo del

individuo tanto físico como biológico y mental. Como también las responsabilidades en esta etapa aumentan ya sea con su entorno y en la sociedad cumpliendo con sus deberes de ciudadano, por lo cual es en esta etapa donde el adulto se presenta más seguro y firme en las tomas de decisiones permitiendo de cierta manera que el individuo pueda afrontar la vida con más seguridad, calma y entusiasmo.

En esta etapa el adulto se divide en tres partes, adulto joven considerándose de los 18 a 35 años, el adulto maduro de los 36 a 59 años y adulto mayor 60 a más años; por lo cual en esta investigación la prevalencia es menos de la mitad en los adultos maduros que se encargan de dirigir su vida y progresar lentamente hacia una meta, consolidando con una pareja, familia y haciéndose cargo de su generación cumpliendo como padres o madres; pero no dejando de lado que para la sociedad un adulto maduro es una persona que tiene un empleo estable, económicamente es independiente y tiene una familia. Todo el proceso de madures es llegar a la última etapa que es la ancianidad considerado como la sabiduría finalizándose con la muerte.

Se pudo observar que los adultos tienen grado de instrucción secundaria, lo cual en el transcurso de la vida se presentan circunstancias donde uno que otros toman la decisión de seguir estudiando para lograr tener una mejor calidad vida, otras quedaron sin poder lograr tener estudios superiores por la falta de economía en sus hogares, por embarazo no planificado dando paso a ser madres, ya que tener un hijo demanda de tiempo y dedicación; por lo cual al tener estudios secundarios muchos de ellos no tienen la oportunidad de tener un trabajo estable y si lo tienen su pago es poco lo cual repercute en su día a día y en su estabilidad familiar como económicamente no podrá dar una buena calidad de vida para sus integrantes, asimismo no podrán tomar buenas decisiones por la deficiencia de conocimientos, por lo tanto la educación es algo

importante en el individuo porque así podrá mejorar su calidad de vida y tener más oportunidades en la sociedad.

Por lo tanto la educación puede cambiar la vida del adulto, aumentando la posibilidad de un mejor salario, empleo teniendo una mejor calidad de vida y que puedan gozar de mejor salud, hay ciertos indicadores que refieren de cada mil alumnos que estudian primaria solo cuatrocientos cincuenta y uno terminan secundaria es una triste realidad, en el Perú el nivel de educación es bajo, ubicado en los últimos puestos; esto se debe que muchos de ellos tenían que dejar de estudiar para ayudar con los gastos familiares, por problemas económicos, porque no se adaptan a un ambiente escolar, por enfermedad, otros por orfandad o porque los padres ya no quisieron que su hijo estudie.

Asimismo, también la religión está vinculada entre el hombre y Dios como las creencias, comportamiento de adoración, cultura, así mismo conforme van pasando los tiempos las personas son quienes deciden pertenecer a una denominación o no, pero todas las religiones tienen algo en común que es creer en Dios (73).

El estado civil es la condición estable en la que la persona se vincula o no con otro individuo creando lazos reconocidos jurídicamente y también ante la sociedad, hay diferentes tipos como soltero, casado, viudo, conviviente; todo ello hace que la persona sea reconocida en sus documentos de identidad (74).

La ocupación hace referencia a lo que se dedica un individuo; ya sea al trabajo, actividades o profesión en la cual demanda de tiempo parcial o completa, por lo cual generan ingreso de dinero para una mejor calidad de vida que benefician a su entorno familiar tomando decisiones en beneficio de su estabilidad económica (75).

En esta investigación los resultados que se adquirieron en el estudio se halló que los adultos profesan la religión católica, donde es la más grande del mundo en la cual fue fundada por el Apóstol San Pedro, por lo cual transmiten a sus fieles seguidores las enseñanzas de Cristo representándose por el símbolo de la cruz; así mismo cuenta con ritos espirituales como la misa donde se dan los sacramentos también la eucaristía siendo el pan y vino representando como el cuerpo y sangre de Cristo; quien es la máxima autoridad es el papa o el sumo pontífice. No dejando de lado que también hay personas adultas que profesan la religión evangélica, poniendo la fe en sus corazones en Cristo como el centro de sus vidas, esto va más allá de la predicación de la biblia es la forma en como lo viven y su manera de pensar, los fieles creyentes aman y se gozan de la verdad no poniendo su confianza en el hombre si no en Dios, del cual uno no lo ve, pero cree en un Dios vivo que cubre multitud de pecados por amor a sus hijos.

Además, su doctrina suele ser más estrictas pero de beneficio al alma viviendo en santidad para Dios y siendo personas de ejemplo a seguir en la cual hay cierta diferencia, los católicos nunca han experimentado una fe genuina que cambien sus vidas y los evangélicos transmiten a sus fieles los valores, amor, fe, perdón y virtudes.

De acuerdo a los resultados obtenidos el estado civil de los adultos es casado, hoy en día son pocas las personas que se casan ya sea por lo civil o religioso, muchas personas prefieren casarse por lo civil en la cual se puede conocer su situación jurídica, donde ejercen cierto derecho y obligaciones ante la ley. Asimismo el matrimonio religioso es el sueño de toda mujer de casarse ante la bendición de Dios para su nuevo hogar. El casarse tiene un significado que ambas personas se prometen amarse ya sea en la abundancia o escases hasta que la muerte los separe, al casarse las personas ante

la sociedad es bien vista donde implica el compromiso real en ambas personas a diferencia de las personas que solo viven juntos.

Una persona casada es menos egoísta que una soltera en la cual tienen ciertos beneficios como la seguridad emocional, se ayudan en las cargas que pueden ver en un hogar, se agranda la familia, mayor ingreso económico, no dejando de lado que también hay personas que conviven y suelen ser las parejas más jóvenes otros porque no quieren casarse y prefieren probar como les va en la convivencia si se comprenden o no y otros se acostumbraron a vivir así, también hay solteros ellos son adultos independientes pensando en un futuro buscando una estabilidad económica para poder formar un hogar brindándole una mejor calidad de vida.

También referente a los resultados obtenidos en el estudio, se encontró que menos de la mitad su ocupación es ama de casa, en el Perú casi 4 millones de mujeres hacen la labor de amas de casa sin pago alguno, visto por la sociedad como algo sencillo y solo para mujeres entre ellas algunas solo se dedican a casa otras trabajan y estudian fuera de sus hogares y esto es algo que no es valorado ante la sociedad; en un cierto indicador señala que el 30% de mujeres peruanas dependen de un varón por lo cual dependerá del trabajo del jefe de familia para brindar una mejor calidad de vida. Una ama de casa es una mujer multifacética que sabrá administrar su dinero, limpia, educa a sus hijos, cuida de los integrantes de familia si están enfermos, tiene siempre en mantenimiento su casa, cuidadora del medio ambiente, ellas asumen este rol con satisfacción por amor a su familia.

Pero también no escapa los que tienen un empleo en la cual va a beneficiar la calidad de vida de sus integrantes en el hogar como de sí mismo, como en nuestra

población estudiada se dedican a ejercer su profesión de docente en colegios que si bien es cierto les alcanza para cubrir sus gastos en sus hogares. Pero de cierta manera algunos tienen empleos eventuales lo cual tendrán cierta desventaja como menos ingreso económico y protección de seguro, con un pago no satisfactorio, pero puede ayudar a cubrir sus necesidades familiares.

El ingreso económico se obtiene debido al realizar una actividad de trabajo que generan ingresos, donde se puede determinar la calidad de vida del individuo y el futuro de su entorno según el salario que genere en beneficio de tener una estabilidad económica (76).

El seguro de salud es un medio por lo cual los individuos puedan protegerse de altos costos médicos, por lo cual algunos tienen seguro a través de sus trabajos o seguros independientes, pero también el SIS es un seguro para las personas de bajo recursos cubriendo gastos médicos en beneficio de la salud de la sociedad (77).

De acuerdo a los resultados obtenidos los adultos tienen un ingreso económico de 850 a 1100 nuevos soles, esto se debe a que muchos de ellos ejercen su empleo de docente, si bien es cierto en el Perú el salario de un docente es 1300 nuevos soles al mes esto ayudara a que puedan satisfacer sus necesidades como tener una vida saludable, pero no dejando de lado que también hay persona que su ingreso económico es de 650 a 850 soles; si bien es cierto el dinero se utiliza para comprar, invertir o ahorrar para cubrir ciertas necesidades. En el Perú el salario mínimo es de 930 nuevos soles esto se dio en el gobierno de Pablo Kuczynski para sí poder mejorar la estabilidad económica de muchos ciudadanos, pero esto se afecta por el abandono del cónyuge donde ya no habrá un ingreso económico; por lo tanto, hoy en día no solo el jefe en el

hogar son los varones sino también las mujeres que han sobresalido ante esta sociedad machista.

En lo cual la mujer toma el rol de ser el jefe del hogar saliendo a buscar trabajo para poder satisfacer sus necesidades y esto afecta de cierta manera en su alimentación, es por ello que los adultos buscan generar ingresos económicos para mejorar su condición de vida.

Referente a los resultados que se adquirieron en el estudio se halló que los adultos tienen SIS esto se debe que es un seguro gratuito por lo cual las individuos más vulnerables lo requieren para beneficiar la salud de los ciudadanos, cubriendo los gastos médicos, quirúrgicos, sepelio y otros; pero no dejando de lado que hay adultos que cuentan con seguro de EsSalud esto se debe que tienen un trabajo estable y se encuentra en planilla con un trabajo remunerado con los beneficios de ley, no solo para uno mismo sino para sus integrantes de su hogar, con una mejor calidad de servicio para los usuarios beneficiando a muchos individuos, así como otros cuentan también con un seguro independiente que ellos mismos pagan para que tengan un seguro y una buena calidad de atención en sus servicios hospitalarios.

Se concluye que los adultos maduros de sexo femenino tienen estudios secundarios de lo cual esto afecta que no podrán tener oportunidad de trabajo estable, es por ello que se recomienda a las mujeres ya que ellas están más dedicadas a sus hogares y también trabajan para generar un ingreso de lo cual es necesario para cubrir sus necesidades, de que puedan seguir estudiando a través de cursos online y así puedan tener más conocimiento y más oportunidades de trabajar o tener su propio negocio para sobresalir y mejorar su calidad de vida a través de su esfuerzo.

Tabla 2:

Del 100% (153) de los adultos del Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote; 100% (153) sus acciones son adecuadas de prevención y promoción.

Los resultados de esta investigación tienen una similitud al estudio realizado por Tejada C, Reyes J, Gómez S. (78); Concluye que sus acciones son adecuadas acerca de la prevención y promoción beneficiando la salud. Asimismo esta investigación se difiere por Lozada C. (79); Concluye que en las acciones de prevención y promoción en los adultos del Hospital General de Jaén es inadecuado.

Asimismo la investigación que se llevó a cabo en el Asentamiento Humano Villa Magisterial II Etapa, se encontró que la totalidad de adultos en las acciones de prevención y promoción es adecuada lo cual ayudara en la salud con una mejor calidad de vida.

La nutrición se refiere a los nutrientes que tienen los alimentos lo cual ayudara a mantenernos activos para desempeñar óptimamente en las actividades y lograr mantener y mejor calidad de vida, así muchas enfermedades se pueden prevenir con una buena alimentación (80).

Habilidades para la vida consiste en las actitudes que toman los individuos acerca de comportamientos positivos donde nos ayudara a enfrentar con eficacia los retos que se presentan en nuestra vida cotidiana, donde también puedan demostrar su destreza con el objetivo de empoderar al individuo a sobre salir en la sociedad (81).

La higiene nos hace referencia a las prácticas que tienen los individuos en la limpieza, con el objetivo de poder prevenir enfermedades y así de esa manera podrán preservar la salud como una de ellas es el aseo personal, el lavado de manos, para mantener una buena apariencia (82).

Actividad física está vinculada a los movimientos que exige gasto de energía, lo cual beneficia la salud fortaleciendo el musculo y mantener una vida sana asimismo debe estar acompañada de alimentos nutritivos que refuercen nuestras defensas inmunológicas (83).

En la investigación realizada se encontró que los adultos sus acciones son adecuadas en la prevención y promoción, esto nos da a entender que desierta manera los adultos toman medidas de prevención, como lavarse las manos antes de preparar y consumir un alimento; pero no dejando de lado que hay tiendas que promocionan productos como alimentos enlatados que perjudican la salud lo cual no promueven alimentos saludables.

Como también es esencial la higiene en los adultos, la mayoría tiene sus casas de material noble esto ayuda a que la casa se pueda limpiar de manera más rápida y tenerlo en mantenimiento, evitando la acumulación de telas de arañas, polvo, insectos que pueda perjudicar su salud. Ante lo expuesto los adultos también tienen acciones una de ellas es el lavado de manos como también el aseo corporal.

En tal sentido la higiene es importante en nuestros adultos, para poder prevenir la aparición de enfermedades, y esto es una responsabilidad de uno mismo ya que son acciones simples que uno lo puede realizar de manera continua; si nuestros adultos no tuvieran una buena higiene tendrían un mal aspecto físico acompañado de mal olor y

no solo eso, también como consecuencias podría tener salmonelosis, hepatitis A, pie de atleta, como también infecciones genitales si no se tiene una buena higiene.

Además en el aspecto de habilidades para la vida los adultos apoyan a otros individuos, así como también enfrentan sus problemas dándole solución y defienden sus derechos; entonces que pasa con esos adultos que no tienen acciones positivas en su conducta, podemos decir que será perjudicada en su manera de vivir y no sabrá cómo enfrentar los retos que se presentan en su vida. Pero hay adultos que tienen un comportamiento adecuado y positivo, donde ellos mismo reconocen cuáles son sus fortalezas, debilidades y construyen una idea de sí mismos, lo cual son personas empáticas con una comunicación asertiva y toman decisiones que beneficien sus vidas y suelen tener un pensamiento positivo. Esto tiene el objetivo de que los adultos tengan un bienestar humano y social, por lo cual al no tener conductas adecuadas se verá afectado en la manera que no podrá relacionarse con otras personas ni tener control emocional.

Por ello también la actividad física en los adultos suele ser muy poco el tiempo que le dedican pero es una forma de mantener una vida activa, lo recomendable en el adulto es dedicar 30 minutos diarios haciendo ejercicios o algún deporte lo cual siempre tiene que estar presente el consumo de agua; los beneficios que se obtienen prolongar más la vida del adulto, reduce el estrés, mejora el estado de ánimo, ayuda a mantener la masa muscular ya que se pierde con la edad y sobre todo ayuda a prevenir enfermedades.

Los resultados de esta investigación se asemejan a lo encontrado por Aliaga E, Cuba S, Mar M. (84). Concluye que se promueve la prevención de enfermedades para

un envejecimiento activo y con calidad de vida. Lo cual se difiere al estudio realizado en Ecuador por Calle E, Naula L. (85). Concluye que no se da satisfactoriamente la promoción de la salud en los adultos por factores que influyen.

Salud sexual es considerada como el bienestar físico y mental del individuo acerca de las relaciones sexuales, de manera respetuosa, sanamente y es algo mutuo donde no se presenta el acto de violencia, practicándolo de manera segura (86).

Salud bucal da referencia sobre el estado general del individuo lo cual esto puede afectar la salud, lo cual es el punto de entrada a tus vías respiratorias como digestivas por lo tanto sin ni una buena higiene puede alcanzar obtener caries, mal aliento y enfermedades en las encías (87).

Salud mental es el estado de equilibrio que tiene la persona en su entorno incluyendo el bienestar físico, emocional, psicológico y social; lo cual determina como uno puede manejar el estrés (88).

Seguridad vial son acciones que garantizan una buena circulación del tránsito mediante leyes, reglamentos y normas de conductas lo cual busca prevenir daños que provoquen accidentes viales, con el uno objetivo de salvaguardar la vida (89).

De acuerdo a los resultados obtenidos en lo que es salud sexual y reproductiva, muchos de los adultos respondieron que a veces o casi siempre usan los métodos anticonceptivos de cierta manera esto beneficia en lo cual no solo evita los embarazos, si no que puede protegerse de infecciones de transmisión sexual con el uso del preservativo, asimismo unos que otros se informan sobre los métodos anticonceptivos, donde los varones refirieron que no tienen tiempo para asistir a planificación familiar no dejando de lado que las mujeres son más las que asisten por el uso de métodos

anticonceptivos. Por lo tanto, las mujeres son las que más asisten a exámenes médicos ya sea por la presencia de algunos síntomas que tienen durante el uso de los anticonceptivos o por la prueba de papanicolau conocida también como citología vaginal.

De igual forma en la salud bucal, los adultos refieren lavarse los dientes, uno que otros lo hacen tres veces al día y otros no, donde tampoco usan enjuague bucal con flúor, lo cual mantener los dientes sano ayuda a tener un buen aspecto de la persona no solo eso sino también le hace sentir bien. Esto es un cuidado personal lo cual siempre tiene que estar en práctica como el cepillado, el uso de hilo dental y el enjuague bucal para evitar complicaciones o problemas dental como sangrado, las caries, sarro. Asimismo, los adultos no asisten con frecuencias al dentista lo cual no podrá saber cómo están sus dientes, de esta manera las bebidas azucaradas debilitan los dientes y le quitan el esmalte.

Asimismo también en la salud mental si bien es cierto es el estado saludable del individuo, muchos de nuestros adultos respondieron que a veces se sienten orgullosos de sí mismo por lo que pudieron alcanzar, podemos decir que es importante que el adulto pueda sentirse a gusto consigo mismo, con una actitud positiva, con el objetivo de ganarle al estrés y liberar tensiones para beneficiar la salud. Pero qué pasaría si los adultos no tuvieran una buena salud mental en si perjudicaría su salud, no se sentiría satisfecho consigo mismo, tendría pensamientos negativos y podría llegar a la depresión que podría generar sufrimiento en el adulto ya que se caracteriza por una tristeza persistente y por la pérdida del interés de disfrutar la vida. Por ello es importante mantener una mente positiva y despejada para poder sobrellevar las situaciones de nuestra vida cotidiana.

Además, los adultos tienen medidas preventivas acerca de seguridad vial y cultura de tránsito, por lo cual es importante mantener la seguridad por donde transitamos, por lo tanto podemos decir que son acciones que garantizan el buen funcionamiento de circulación de tránsito, ya que está a cargo de prevenir daños que provoquen accidentes donde puedan haber pérdidas humanas, con el objetivo de salvaguardar la vida del individuo.

Se concluye que los adultos maduros tienen acciones adecuadas es por ello que se recomienda, que sigan poniendo en práctica todas las acciones de prevención que de cierta manera beneficiara en el bienestar del adulto para poder prevenir enfermedades que ponen en riesgo su salud y su vida; asimismo con el apoyo del Centro de Salud y la junta directiva de la población se deben realizar sesiones educativas de salud con el objetivo de lograr que los adultos alcancen una mejor calidad de vida.

Tabla 3:

Del 100% (153) de adultos del Asentamiento Humano Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote; el 100% (153) no tienen un estilo de vida saludable.

Los resultados referidos anteriormente se asemejan a lo encontrado por Milla J. (90); Concluye que la totalidad de adultos no tienen un estilo de vida saludable. Además se difiere a lo encontrado por Mora F. (63); Concluye que casi la mitad tiene un estilo de vida saludable.

De este modo en esta investigación que se llevó en el Asentamiento Humano Villa Magisterial II Etapa, la totalidad de adultos no tienen un estilo de vida saludable en lo cual afectara en su salud y en su calidad de vida. Asimismo, la nutrición es la ingesta de alimentos que está acompañada de los estilos de vida saludables lo cual son hábitos,

costumbres que tiene un individuo, para su bienestar físico y mental, acompañándose de ejercicios en beneficio de la salud (91).

En la responsabilidad hacia la salud es el estilo de vida que el individuo puede controlar y tomar decisiones sobre ella, cada individuo es independiente y toma de decisiones para su salud (92).

La actividad física es un conjunto de movimientos que se realizan de manera continua por un cierto tiempo, en ella están también las actividades cotidianas de nuestra vida como caminar, bailar y tareas domésticas que van beneficiando la prolongación de vida y mejorar la calidad de vida reduciendo el estrés y mejorando el estado de ánimo (93).

El crecimiento espiritual está vinculado con Dios, lo cual es un proceso de madurez en la vida espiritual, viviendo conforme la palabra de Dios y es de ejemplo ante la sociedad (94).

En la investigación realizada se halló que el total de adultos no tienen un estilo de vida sana; según nuestros resultados los adultos no tienen buenos hábitos o costumbres en su vida cotidiana no solo en su alimentación sino también en la actividad física, esto de cierta manera perjudica su salud. Por lo tanto la acumulación de trabajo hoy en día los adultos sufren de estrés, otros no duermen lo suficiente por trabajos de horas extras en la cual la falta de sueño va afectar el rendimiento en su trabajo laboral, no dormir lo suficiente trae consecuencias como alteraciones en nuestro funcionamiento de nuestro organismo, se da la reducción de esperanza de vida, influye en la concentración y el estado de ánimo del individuo y así con el pasar del tiempo esto puede desarrollar ansiedad. El dormir no lo suficiente provoca dolor en el cuerpo, hipertensión,

enfermedades cardiovasculares porque sus defensas del individuo están bajas, se vuelve más débil y susceptible a enfermedades.

Del mismo modo en este tiempo 2020 de pandemia fue algo inesperado por la población a las estrictas medidas que tomo el gobierno Peruano como la cuarentena, debido a eso la población adulta no podía salir de casa por lo tanto los adultos estaban llevando una vida rutinaria, estando siempre sentados al frente de un monitor, comiendo alimentos no saludables y todo esto de esta manera perjudica la salud del adulto llevándole a contraer enfermedades. Así mismo en esta situación muchos adultos tienen ansiedad, depresión, cambios del estado de ánimo y sobre todo problema de relacionarse con otras personas.

En tal sentido también la alimentación de los adultos no beneficia su salud, uno por la falta de conocimiento acerca de los tres grandes grupos de alimentos que uno debe consumir para obtener una vida sana, muchos de ellos se preocupan por cubrir sus necesidades como tener una buena comodidad en su hogar pero dejando de lado la buena alimentación que deberían tener, sabemos que comer sanamente no es nada fácil y con el ritmo de vida que un adulto lleva siempre buscan lo más fácil como refrescos azucarados, gaseosas que científicamente se comprobó que esto provoca el incremento de riesgo de diabetes y enfermedades cardíacas debido a los altos contenidos en azúcar así también afecta al sistema nervioso, producen osteoporosis, caries y sobre todo dañan los riñones debido al alto contenido fosfórico.

Asimismo en las comidas enlatadas, papas fritas, las famosas cremas que son infaltables en las comidas si bien es cierto tienen un sabor rico, pero contienen mucho aceite y sal aportando muchas calorías. No dejando de lado que los adultos tienden a

consumir bebidas alcohólicas ya sea por alguna celebración, reunión con amigos o familiares, si el consumo es continuo puede perjudicar la salud y conllevarlo a otras enfermedades como cirrosis, cáncer al hígado, úlceras estomacales, depresión.

Es por eso que comer demasiado alimentos procesados o alimentos llenos de carbohidratos no beneficia en tener una buena alimentación, si bien es cierto los carbohidratos se dividen en simples que son digeridos más fácilmente por el cuerpo y los complejos que toman más tiempo en descomponerse. Pues para tener una alimentación saludable no quiere decir que dejemos los carbohidratos, a lo contrario es saber elegir el equilibradamente la alimentación como leer la etiqueta del producto antes de comprar, que tengan harina integral, alimentos ricos en fibra como la avena, el consumo de frutos secos, arroz integral, etc.

Por lo tanto en este estudio que se realizó menos de la mitad son adultos maduros por lo cual en esta etapa la alimentación es muy importante para conservar la salud y disminuir el deterioro conforme avanza la edad; en esta etapa la alimentación debe ser completa e equilibrada; así como el consumo de agua, ingesta de alimentos ricos en proteínas, calcio, fibra, vitaminas y minerales. Si bien es cierto que después de los 50 años el cuerpo pierde masa muscular y cambios hormonales lo cual tienen que consumir vitaminas para beneficiar su salud ciertamente acompañada de ejercicios físicos y recreación.

Entonces a los adultos se le dificultad hacer ejercicios ya sea por el trabajo, pereza o responsabilidades que tienen en el hogar dejando de lado su aspecto físico, llevando una vida sedentaria; decir estilo de vida también se refiere a la actividad física que desempeña un individuo, pues al no hacer ejercicios puede empeorar las posturas

corporales porque a partir de los 30 años ya se van perdiendo fibras musculares, por eso el ejercicio es una manera de beneficiar la salud y salir de la rutina ayudando a combatir el estrés, favoreciendo la autoestima, disminuyendo enfermedades cardiovasculares, disminuye la hipertensión y ayuda a conciliar mejor el sueño.

En la actualidad los adultos solo buscan sustentarse día a día pensando en un futuro y preocupándose del mañana, si bien es cierto la vida no es fácil pero los adultos son los que llevan más cargas y responsabilidades dejando de lado su vida espiritual y su amor por sí mismo, de poder sentirse importante y amado por otros, por ciertas circunstancias la vida no fue buena con algunas personas de la cual aprendieron a madurar a las fuerzas y salir a delante para que puedan decir que no fue fácil, pero lo logro porque confiaron en sí; pocos adultos se sienten satisfecho de lo que han logrado talvez no fue lo que esperaban.

Asimismo, el adulto es responsable de sus decisiones que pueden beneficiar su salud o no, lo cual muchos de ellos solo actúan, pero no toman conciencia si es de beneficio a su salud ya cada uno tiene la libertad de cuidarse lo mejor posible en ello esta todas las cosas que hacemos y pensamos, pero pasa que los adultos no ponen en prácticas cosas saludables lo cual esto perjudica su salud y tarde o temprano tendrá sus consecuencias. Además, pocos de los adultos toman en serio lo que es la vida espiritual, pero esto va más allá de asistir a una iglesia, esto se relaciona a la madurez que alcanza un individuo en la vida espiritual y en la comunión con Dios. Participando activamente en la denominación que pertenece y siendo fiel en sus convicciones.

Se concluye que los adultos no tienen estilos de vida saludable por lo cual se recomienda que el adulto ponga en práctica la actividad física que va obtener

beneficios de lograr mejorar su postura, la autoestima y sobre todo liberar el estrés que puede conllevar a otras enfermedades como ansiedad y obesidad. Asimismo una alimentación sana y equilibrada asumiendo con responsabilidad al momento de comprar sus productos alimenticios ya que en esta etapa afecta el bienestar del adulto donde van perdiendo masa muscular y son propensos a más enfermedades.

Tabla 4:

Del 100% (153) de los adultos del Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote; el 51,0% (78) no tienen apoyo emocional, el 54,0% (83) si tienen apoyo material, el 58,0% (88) no tienen relajación de ocio y distracción, siendo el 55,0% (84) no tienen apoyo afectivo.

Los resultados de esta investigación se asemejan a lo encontrado por García M, Méndez M, Rivera S. (95); Concluye que más de la mitad de adultos no cuentan con el apoyo emocional, ni relajación de ocio y recreación como tampoco apoyo efectivo. A demás se difiere a lo encontrado por Alfonso L, Soto D, Santos N. (96); Concluye que más de la totalidad de adultos cuentan con apoyo emocional, relajación de ocio y distracción, apoyo efectivo con mayor nivel de satisfacción.

Por lo tanto, en la investigación que se llevó a cabo en el Asentamiento Humano Villa Magisterial II Etapa, se encontró que más de la mitad de adultos no tienen apoyo emocional, relajación de ocio y distracción, apoyo efectivo y en la cual si cuentan con apoyo material.

El apoyo emocional es la capacidad donde el individuo se pueda sentir amado, útil, escuchado y esto es una manera para no sentirse solo contando con el apoyo de

compañerismo con personas empáticas usando también las prácticas de escucha, es una manera de aliviar al individuo (97).

Apoyo material hace referencia todo lo que es materia al conjunto de elementos que sirven en nuestras vidas, que facilita al individuo de esta manera se puede ayudar a otras personas que necesiten materiales ya sea herramientas o construcción (98).

Apoyo efectivo es todo aquello que se vincula con el sentimiento de afecto, algo que implica cariño y simpatía de un individuo hacia otro, la manera de manifestarlo es a través de besos, caricias, abrazos y palabras esto es absolutamente algo positivo que se puede dar en todas las etapas de la vida (99).

La relajación permite despejar la mente y así poder prepararse para un tiempo de productividad satisfactorio, evitando el estrés y el cansancio que acumulamos durante las semanas de trabajo y disfrutar del tiempo libre ayudara aumentar su estado de ánimo (100).

De acuerdo a lo antes expuesto puedo referir en esta investigación, que los adultos no cuentan con el apoyo emocional esto de cierta manera hace que se sientan insuficiente en su vida personal, al no sentirse capaz de realizar algo eficientemente; muchos de ellos lo que necesitan es ser escuchados, que alguien le pueda decir aquí estoy para apoyarte o solo sentir la compañía de alguien, los adultos no se sienten amados a pesar que están con sus familias; a pesar que en el hogar puedan estar todos los integrantes no se sienten útil, sin poder contar con alguien emocionalmente que le haga sentirse importante. Los adultos pasan por muchas cosas en los trabajos y llegan a sus hogares cansados sin ánimos llevando una vida rutinaria con un pensamiento de solo generar ingresos para que puedan sostener su familia. Tal vez puedan aparentar

una sonrisa, pero no tienen una vida feliz o no se sienten capaces de lograr lo que se han atrasado.

Por eso es muy importante que el adulto cuente con el apoyo emocional, de poder sentir la compañía de un individuo, una manera de poder ayudar es poder escuchar su dolor como tristeza, soledad, expresando cómo se siente ya que el individuo estará presto para brindar ayuda como también tranquilidad y proteger el espacio de escucha con seguridad y confort donde el adulto afectado pueda expresarse con libertad sin que nadie lo juzgue. En la cual para brindar apoyo no lo hace cualquiera, la persona que ayuda es empática, que está dispuesto a ayudar poniéndose en el lugar de la otra persona; llorar es una manera de expresar nuestras emociones y muchos de los adultos no lloran porque tienen esa idea errónea que los hombres no lloran, la sociedad está tan equivocada por eso vemos tantos adultos que se sienten solos que solo llevan una vida rutinaria. El apoyo es algo desinteresado brindando solo compañía eso hará que la persona se sienta más aliviado.

Así también muchos de los adultos no cuentan con relajación de ocio y distracción, por la responsabilidad que tienen en sus hogares o en el trabajo todos ellos hacen que no tengan tiempo para poder distraerse, esto causa estrés provocado por varias horas de trabajo o porque llevan una vida rutinaria; los adultos tratan de cumplir con su rol dejando de lado de que también necesita distraerse. Los adultos ya no tienen motivación de salir a pasear lo ven que solo es para jóvenes, esto afecta la salud provocando de que el adulto tenga interrupciones en su sueño y no trabajen eficientemente.

Es por eso que la relajación de ocio y distracción en el adulto es importante porque benefician la salud, consistiendo en la relajación de músculos hasta llegar a un estado de comodidad tanto como físicamente y mentalmente teniendo beneficios como nos ayuda a descansar mejor, elimina la tensión muscular, reduce la tensión arterial, reduce la tensión emocional, favorece la recuperación de la fatiga, favorece la concentración; así mismo hay diferentes tipos de relajación que beneficiara la salud del adulto para una mejor calidad de vida.

No dejando de lado que los adultos tampoco reciben apoyo afectivo, esto nos da a entender que los adultos no cuentan con el afecto como el amor, el cariño que nos brindamos con nuestro entorno o seres queridos, también conocido como el aprecio que tienes a un individuo. Esto desierta manera lo que provoca en nuestros adultos es la depresión conocido ahora como enfermedad mental, en la cual es un trastorno de ánimo que en si interfiere en la vida cotidiana. Por lo cual muchos no sienten ese apoyo porque los hijos crecen y forman su hogar dejando una tristeza en los padres. Por lo cual podemos ayudar a nuestros adultos, uno de ellos es el acompañar esto ayudara que el adulto tenga una mejor calidad de vida como también motivación llenándoles de alegría y superando los pequeños vacíos de soledad y tristeza; mejorando la salud psicológica como el bienestar general.

Asimismo el apoyo material es muy importante, porque ayudara de cierta manera al individuo de cubrir sus necesidades, este apoyo de recursos lo brinda su entorno más cercano como la familia y amistades con el uno objetivos de poder amortiguar las preocupaciones que pueda estar pasando el individuo, hay momentos en que al adulto le puede faltar dinero y su único apoyo es la familia, pero que pasa si la familia no está dispuesta ayudar por ciertos motivos o problemas que hayan tenido; entonces es

ahí donde recurren a las amistades que están prestos ayudar sin interés alguno. Y podemos decir que el apoyo que puede brindar un adulto habla mucho de sí mismo y eso no todos los tienen.

Se concluye que los adultos no cuentan con apoyo emocional, afectivo, distracción de ocio y relajación lo cual afecta en la vida cotidiana del adulto, donde no podrán desempeñarse óptimamente en su trabajo o hogar, tendrán cansancio y pueden llegar a la depresión ya que es conocido como una enfermedad; por lo tanto se recomienda apoyar a los adultos no solo materialmente si no en lo emocional donde esa persona puede sentir confianza, cariño y la compañía del individuo de lo cual pueda desahogarse sin la preocupación de que pueda ser juzgado o criticado; por lo tanto es importante poder ayudar en el aspecto emocional ya que en esta etapa del adulto pasan por distintas pruebas o circunstancias de la vida.

Tabla 5:

En esta investigación se da a conocer la relación entre Factores Sociodemográficos, Estilos de Vida y Apoyo Social del adulto en el Asentamiento Humano Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote; lo cual al relacionar la variable edad con estilos de vida haciendo el uso del estadístico chi cuadrado de independencia ($X^2=6.21$ y $P\text{-valor}=0.044$) encontramos que si existe relación, así también las variables sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación, ingreso económico, seguro y apoyo social encontramos que no existe relación estadísticamente significativa.

Los resultados de esta investigación tienen una similitud al estudio realizado por Núñez M. (101). Concluye que no hay relación estadísticamente significativa entre

estilos de vida y los factores biosocioculturales: sexo, religión y estado civil. Asimismo, los resultados de esta investigación se difieren al estudio realizado en Pacora Lambayeque por Vílchez K. (102); Concluye que si existe relación significativamente entre las variables sociodemográficos con la participación social.

De este modo en esta investigación no hay relación entre las variables como en los factores sociodemográficos, lo cual el sexo que más prevalece es femenino ya que las mujeres es considerado como cuidadoras de su hogar pero no dejando de lado que las malas costumbres se heredan; esto quiere decir que si sus padres no educaron en ellas como en ellos la higiene, una buena alimentación, la actividad física y lo importante que es amarse uno mismo; ahora que ellos son adultos reflejan la misma educación que obtuvieron de sus padres. Con respectó a la edad si existe relación con los estilos de vida por lo cual los adultos maduros suelen tener un estilo de vida no saludables ya que prefieren comidas rápidas para lograr tener más tiempo, algunos no toman desayuno, otros se enfocan más en su cuerpo que no se alimentan adecuadamente a pesar que hay medios de comunicación que informa ellos prefieren no ejercer una vida saludable.

De tal manera así como la Teorista Nola Pender refiere que el adulto es único y tiene el control sobre su salud, donde dependerá de las experiencias que pueda tener el adulto que le lleve a promover o no la salud, asimismo siempre se presentan obstáculos o barreras que dificulten al adulto de poder llegar a tener una vida sana, esto dependerá de la conducta que tenga el adulto sobre su salud así como también se presentan las influencias que desierta manera pueden llevarle a tener una vida saludable o no.

Asimismo, a pesar que los adultos son más centrada ante la sociedad no suelen poner en práctica, una alimentación sana lo cual debe estar acompañado de actividad física donde pocos adultos lo hacen, por eso muchos adultos maduros acuden a los hospitales por hipertensión, enfermedades cardiacas y más enfermedades crónicas que se podrían evitar y gastar menos en medicamentos. Hoy en día son más las personas que a temprana edad de la adultez sufren de artrosis, diabetes, problemas auditivos y visuales esto se debe a la poca importancia que le dan a la alimentación, lo cual es esencial para poder mantenernos con energía durante el día y lograr hacer nuestras actividades óptimamente.

Por lo tanto los adultos viven una vida rutinaria y sedentaria lo cual esto perjudica la salud del adulto; al observar la mayoría de adultos tienen obesidad y sobrepeso donde nos da a entender que no hacen lo suficiente de ejercicios, o suelen motivarse hacer actividad física pero en el momento que llega ponen excusas y no logran su objetivo de ejercitar su cuerpo; para esto se requiere voluntad del adulto que quiere mantener una mejor calidad de vida y también nos da referencia de la alimentación que llevan la cual no es buena, por lo tanto esto no es de beneficio lo cual puedo llevarlos a enfermedades que se podrían prevenir con una buena alimentación y hábitos saludables.

De esta manera a pesar que la información está alcance ante la sociedad, motivándoles más a la actividad física y una buena nutrición no dejando de lado la autoestima como el aspecto espiritual, pero a muchos de ellos les cuesta estar activo físicamente y suelen poner muchas excusas para justificar a pesar que se difunden ya sea en los periódicos, radio, televisión y muchos medios de ciertas enfermedades que podemos conllevar por no tener una vida saludable.

Ante esto también el apoyo social no existe relación estadísticamente significativa con las variables, por lo tanto cuando el adulto piensa en sí mismo deja de lado de poder ayudar a otras personas, aun con el dinero que pueda uno disponer no ayuda al que necesita porque el egoísmo todavía existe, podemos decir que los individuos viven en un mundo inseguro, por eso muchas personas no apoyan a sus prójimos porque piensan que pueden aprovecharse de la nobleza que puedan tener, así como también vemos en las calles que mujeres son violentadas y nadie hace nada por ayudar, que pasa con esas mujeres y varones que no tienen apoyo emocional, afectivo o material son adultos vulnerables ante una sociedad que no se conmueve por otra persona que pueda pasar por malos momentos.

Podemos observar y escuchar muchas cosas hoy en día, pero que pasa con las mujeres y varones adultos que callan por miedo a estar solo, que perdonan golpes y tantas ofensas; esto me lleva a una reflexión que las palabras son tan poderosas que lo usan negativamente como podemos referir que las palabras duelen más que un golpe, porque son las que penetran la mente y se instala en ella y transforma al adulto sintiéndose insegura (o), con miedo, tristeza y se sienten que no valen nada que se merecen lo peor pero no es así; estos actos son ocurrentes que están camuflados como bromas que llegan al punto de causar heridas profundas en la estabilidad emocional y psicológico del adulto que está afectado. Por eso la autoestima y el amor propio de una persona es fundamental porque así se dará uno cuenta de las intenciones o del entorno en que se encuentra y decidir lo correcto.

Asimismo, podrá reflexionar si es feliz, si tiene paz consigo mismo y la tranquilidad que necesitan, el apoyo emocional muchos adultos no lo consideran

importante lo cual están errados, porque la autoestima es fundamental en nuestra vida diaria para tomar decisiones en beneficio de uno mismo por su salud.

Entonces el apoyar es un gesto de amabilidad sin ningún interés alguno, es muy importante que el adulto sepa que no está solo que tienen muchas personas que le aman por eso necesitan ayuda psicológica no solo el adulto afectado sino también el entorno familiar para poder comprenderse y así llevar una mejor comunicación y poder mantener su estado emocional estable.

Se concluye que en los adultos maduros no tienen estilos de vida saludables lo cual afecta la salud del individuo como diabetes, enfermedades cardíacas, dolor articular y muscular no solo eso sino también a nivel psicológico generando baja autoestima por lo tanto se recomienda que reflexionen sobre el estilo de vida que lleva, ya que ellos están en una etapa de cambios de la cual necesita su cuerpo una alimentación adecuada y equilibrada, asimismo puedan organizarse en tener una lista de comidas saludables y sobre todo visitar a un psicólogo para que le brinde apoyo emocional o darle alternativas de cómo solucionar sus problemas y mantenerse sano mentalmente ya que es fundamental para poder seguir proyectándonos en nuestra vida cotidiana.

VI. CONCLUSIÓN:

- En los Factores Sociodemográficos de los Adultos en el Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote_2019; más de la mitad de adultos son de sexo femenino, grado de instrucción secundaria, profesan la religión católico, el ingreso económico es percibida entre los 850 a 1100 nuevos soles, el seguro de salud es SIS. Menos de la mitad su edad comprendida es 36 a 59 años, estado civil es casado y su ocupación es ama de casa.
- En la Prevención y Promoción de la salud la totalidad de adultos sus acciones son adecuadas.
- En el Estilo de Vida la totalidad de adultos no tienen estilo de vida saludable y en el apoyo social más de la mitad de adultos no tienen apoyo emocional, relajación de ocio y distracción, apoyo efectivo, pero si cuentan con apoyo material.
- La Relación entre Factores Sociodemográficos, Estilo de Vida encontramos ($X^2=6.21$ y $P\text{-valor}=0.04$) que estadísticamente si existe relación con la variable edad y con el apoyo social no existe relación estadísticamente significativa.

ASPECTOS COMPLEMENTARIOS:

Recomendaciones:

- Brindar el resultado de la presente investigación a los pobladores del Asentamiento Humano Villa Magisterial II Etapa, por medio de los resultados expuestos para contribuir en la calidad de vida saludable en los adultos, para sí ser de ejemplo a la nueva generación de niños que serán futuros adultos de poder llevar una vida saludable y sana no solo físicamente sino también psicológicamente y de esa manera orientar los riesgos a lo que se exponen a través de sesiones educativas.
- Sensibilizar a los jefes del Centro de Salud Yugoslavia- Nuevo Chimbote; por lo cual se encuentra cerca de la población de Villa Magisterial II Etapa, con el propósito que puedan intervenir con actividades de promoción, prevención y sobre todo en los estilos de vida de acuerdo a la etapa de vida.
- Así también mediante este estudio de investigación sobre los adultos de Villa Magisterial II Etapa, que estos resultados obtenidos sirvan a los estudiantes de universitarios para que continúe realizando investigaciones que se asemejan, donde puedan tener mayor indagación y visualizar el espacio del problema, y así de esta manera promover la investigación en el campo de enfermería.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. Organización Panamericana de la Salud. PAHO | Promoción de la Salud. [Internet]. 2017. [Citado el 16 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_topics&view=article&id=144&Itemid=40829&lang=es
2. OMS. [Internet]. 2018. [Citado el 16 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. <https://www.who.int/bulletin/volumes/86/5/08-053348/es/>
3. Anglín P, Verdecia S, López R, Rosales T, Delgado P. Necesidad de crear programas de prevención y promoción en el adulto medio que afronta el envejecimiento. *Multimed*, 20(1), 108-119. [Internet]. 2016. [Citado el 16 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. <http://www.revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/135/185>
4. Coronel J, Marzo N. La promoción de la salud: evolución y retos en América Latina. *Medisan* 21(7): 926-932. [Internet]. 2017. [Citado el 16 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192017000700018&lng=es.
5. Mancipe J, Villamil G, Correa E, Meneses F, González E, Schmidt J. Efectividad de las intervenciones educativas realizadas en América Latina para la prevención del sobrepeso y obesidad infantil en niños escolares de 6 a 17 años: una revisión sistemática. *Nutricion hospitalaria*, 31(1), 102-114. [Internet]. 2015. [Citado el 16 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112015000100010

6. La interdisciplinariedad como herramienta en la promoción de la salud en una universidad del noroeste de Paraná, Brasil. [Internet]. 2017. [Citado el 16 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. rua.ua.es/dspace/handle/10045/67309?fbclid=IwAR2D2b5VssPZSYskqmHWba0InOCeGruD9QSAgafoUzd7U-wFf07OCWItUbK
7. Espinosa V. La reforma de la reforma en salud. Rev. Panamericana de Salud Pública, 41, 449–461. [Internet]. 2017. [Citado el 16 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. <http://iris.paho.org/xmlui/handle/123456789/34061>
8. Minsa. Promoción de la salud. [Internet]. 2016. [Citado el 16 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2016/09/1_PROMOCION-DE-SALUD.pdf
9. EsSalud, Salud y Prevención. [Internet]. 2019. [Citado el 17 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. www.essalud.gob.pe/salud-y-prevencion/
10. Diario de Chimbote. Áncash: avances en salud – Instituto Peruano de Economía. [Internet]. 2018. [Citado el 17 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. <https://www.ipe.org.pe/portal/ancash-avances-en-salud/>
11. Chimboteenlinea, EsSalud Áncash y Chimbote en Línea promoverán información sobre promoción de la salud. [Internet]. 2016. [Citado el 17 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. <http://www.chimbotenlinea.com/nosotros/20/10/2016/essalud-ancash-y-chimbote-en-linea-promoveran-informacion-sobre-promocion-de-la>
12. Esquivel C. Nivel de satisfacción en atención prenatal relacionada con continuidad a sus atenciones en adolescentes primigestas. Hospital Regional Eleazar Guzmán Barrón, Chimbote. [Internet]. 2016. [Citado el 17 de Mayo

- 2019]. Disponible en: URL. <http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/CIENTIFI-K/article/view/892>
13. Red de Salud Pacifico Sur. Centro de Salud Yugoslavia. Oficina de Estadística. [Internet]. 2019. [Citado el 17 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. <https://ofi5.mef.gob.pe/invierte/formato/verProyecto/31948>
 14. Díaz S, Rodríguez L, Valencia A. Análisis de publicaciones en promoción de la salud: una mirada a las tendencias relacionadas con prevención de la enfermedad. Bogotá (Colombia), Gerencia y Políticas de Salud. [Internet]. 2015. [Citado el 17 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/gerepolsal/article/view/13181>
 15. Sosa D, García S, Oliva M, Durand R, Fernández J. Promoción de salud de carácter gerontagógico en la atención primaria Cuba. Rev Cubana Salud Pública vol.43 no.3. [Internet]. 2017. [Citado el 17 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662017000300002
 16. Cangui P. Repercusión de la Promoción de Salud sobre la prevención de Hipertensión Arterial en Adultos, en el centro de salud San Buenaventura-México. [Internet]. 2017. [Citado el 17 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. <http://dspace.uniandes.edu.ec/handle/123456789/6325>
 17. Freire A, Landeiro L, Martins D, Martins T, Peres C. Una mirada sobre la promoción de salud y la prevención de complicaciones: diferencias de contextos. Portugal. 80 Revista latino-americana de enfermagem 24: e2749. [Internet]. 2016. [Citado el 18 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. http://www.scielo.br/pdf/rlae/v24/es_0104-1169-rlae-24-02749.pdf

18. Salazar R, Herrera F. Promoción a la Salud Mental y la Prevención del Comportamiento Suicida en Jóvenes a Través de la Psicoterapia Gestalt- México [Internet]. 2019. [Citado el 18 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. <http://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/rep/article/view/68992>
19. Palomino A, Mendoza A. Participación del profesional de enfermería en la promoción de hábitos de salud y el autocuidado destinados a prevenir complicaciones por hipertensión arterial en el Hospital EsSalud Tumbes 2016. [Internet]. 2017. [Citado el 18 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. <http://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/UNITUMBES/63>
20. Gomero R, Francia J. La promoción de la salud en el lugar de trabajo, una alternativa para los peruanos. Rev. Perú. med. exp. salud pública vol.35 no.1 [Internet]. 2018. [Citado el 18 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342018000100021
21. Rico L. Promoción de salud en el adulto. una estrategia de enfermería para la calidad de vida. [Internet]. 2017. [Citado el 18 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. <http://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/619495>
22. Urquiaga M. Saberes y prácticas de la enfermera relacionadas a la promoción de la salud. Universidad Nacional de Trujillo. [Internet]. 2016. [Citado el 18 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. http://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/3182?fbclid=IwAR3D_4u2cJ-RPOWZYtjwWfHrKD9Lto4JVWWhoZ66pg978ZoX6hK_YudUWpQ
23. Cochachin L. Determinantes que influyen el cuidado de enfermería en la promoción, prevención y recuperación de la salud en el adulto maduro del centro

- poblado de Santa rosa II_ Monterrey – Huaraz 2016. [Internet]. 2016. [Citado el 19 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/14604/PROMOCION_PREVENCION_COCHACHIN_ALEGRE_MELINA.pdf?sequence=4&isAllowed=y
24. Vigo A. Determinantes de la salud en adultos maduros. Asentamiento humano Los Geranios-Nuevo Chimbote, 2016 [Internet]. 2019. [Citado el 19 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. <http://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/1144857>
25. Romero A. Actitudes y prácticas de prevención del cáncer de mama en mujeres en edad fértil atendidas en el Hospital la Caleta Chimbote, 2017. [Internet]. 2018. [Citado el 19 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. <http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/USANPEDRO/5488>
26. Arango L. Nuevas Dimensiones Del Concepto De Salud: El Derecho a La Salud En El Estado Social De Derecho. 1996. Bol Oficina Sanit Panam, 4. [Internet]. 2007. [Citado el 22 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v12n1/v12n1a05.pdf>
27. Coronel J, Marzo N. La promoción de la salud: evolución y retos en América Latina. Medisan, 21(7), 926-932. [Internet]. 2017 [Citado el 22 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192017000700018&lng=es&tlng=es.
28. OMS. Conferencias Mundiales de Promoción de la Salud. [Internet]. 2016 [Citado el 23 de Mayo 2019]. Disponible en: URL. <http://www.who.int/healthpromotion/conferences/es/>

29. Nola Pender - Teorías Fundamentos. [Internet]. 2011 [Citado el 11 de Junio 2019]. Disponible en: URL. <https://sites.google.com/site/teoriasfundamentos/nola-pender>
30. Ferrandis, E. F. El Cuidado. Nola Pender. [Internet]. 2012. [Citado el 11 de Junio 2019]. Disponible en: URL. <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com.co/2012/06/nola-pender.html>
31. Giraldo A, Toro M, Macías A, Valencia C, Palacio S. La promoción de la salud como estrategia para el fomento de estilos de vida saludables. Revista Científicas de América Latina; 15(1): [128-143], 15, 128–143. [Internet]. 2010. [Citado el 11 de Junio 2019]. Disponible en: URL. <http://www.redalyc.org/pdf/3091/309126693010.pdf>
32. Aristizabal P, Blanco M, Sanchez A. Enfermería Universitaria El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. 2011. Eneo-Unam, 8, 8. Enfermería universitaria, 8(4), 16-23. [Internet]. 2011. [Citado el 11 de Junio 2019]. Disponible en: URL. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003&lng=es&tlng=es.
33. Lagoueyte I. El cuidado de enfermería a los grupos humanos. Revista de la Universidad Industrial de Santander. Salud, 47(2), 209-213. [Internet]. 2015. [Citado el 12 de Junio 2019]. Disponible en: URL. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-08072015000200013

34. Ferrandis, E. El Cuidado. Nola Pender. [Internet]. 2012. [Citado el 12 de Junio 2019]. Disponible en: URL. <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com.co/2012/06/nola-pender.html>
35. Laguado E, Gómez M, Estilos De Vida Saludable En Estudiantes De Enfermería En La Universidad Cooperativa De Colombia. Hacia promoción. Salud vol.19 no.1 [Internet]. 2014. [Citado el 12 de Junio 2019]. Disponible en: URL. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772014000100006#:~:text=Objetivo%3A%20Determinar%20los%20estilos%20de,manejo%20del%20estr%C3%A9s%2C%20relaciones%20interpersonales
36. Sarriá A, Villar F. Promoción de la salud en la comunidad. [Internet]. 2014. [Citado el 12 de Junio 2019]. Disponible en: URL. <http://e-spacio.uned.es/fez/view/bibliuned:editorial-Cienciasdelasalud-0103008CT01A01>
37. Zazo M. Prevención de riesgos laborales. Seguridad y salud laboral. Ediciones Paraninfo, SA. [Internet]. 2015. [Citado el 13 de Junio 2019]. Disponible en: URL. <https://www.paraninfo.es/catalogo/9788428335270/prevencion-de-riesgos-laborales--seguridad-y-salud-laboral>
38. Rodríguez F, Páez E, Altamirano J, Paguay W, Alvear J, Calero S. Nuevas perspectivas educativas orientadas a la promoción de la salud. Revista Cubana de Educación Médica Superior, 31(4), 1-11. [Internet]. 2017 [Citado el 14 de Junio 2019]. Disponible en: URL. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=81776>
39. Prevención en Salud. La importancia del cuidado de tu salud. [Internet]. 2018. [Citado el 20 de Junio 2019]. Disponible en: URL.

<https://blog.aegon.es/salud/prevencion-en-salud-por-que-es-importante-el-cuidado-de-tu-salud/>

40. García R. Proyección Comunitaria. [Internet]. 2014. [Citado el 20 de Junio 2019]. Disponible en: URL. www.colegiosminutodedios.co/tecnico-rafael-garcia-herreros/index.php/proyeccion-comunitaria
41. Córdoba R, Camarelles F, Muñoz E, Gómez J, Díaz D, Ramírez J, Cabezas C. Recomendaciones sobre el estilo de vida. Atención Primaria, 46, 16-23. [Internet]. 2014. [Citado el 21 de Junio 2019]. Disponible en: URL. http://www.papsf.cat/_Adm3/upload/docs/ITEMDOC_2412.pdf
42. Sherbourne C, Stewart L. La encuesta de apoyo social MOS. Social Science y Medicine Volume 32, Issue 6, pages 705-714 [Internet]. 1991. [Citado el 23 de Junio 2019]. Disponible en: URL. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/027795369190150B>
43. Hernández R, Fernández C. Bautista P. Metodología de la Investigación (4^o ed.). 2006. México: McGraw- Hill. [Internet]. 2004. [Citado el 23 de Junio 2019]. Disponible en: URL. <https://seminariodemetodologiadelainvestigacion.files.wordpress.com/2012/03/metodologc3ada-de-la-investigac3b3n-roberto-hernc3a1ndez-sampieri.pdf>
44. Rojas M. Tipos de Investigación científica: Una simplificación de la complicada incoherente nomenclatura y clasificación. Rev. Electrón. Vet. 16(1): 1-14. [Internet]. 2015. [Citado el 23 de Junio 2019]. Disponible en: URL. <http://www.redalyc.org/pdf/636/63638739004.pdf>
45. Sexo y Salud. [Internet]. 2014. [Citado el 24 de Junio 2019]. Disponible en: URL. http://sexosaludyenfermeria.blogspot.com/p/definiciones-de-la-oms_22.html

46. Real Academia Española. RAE. Edad. [Internet]. 2019. [Citado el 24 de Junio 2019]. Disponible en: URL. <https://dle.rae.es/edad>
47. Eustat. Estadística Instituto Vasco de estadística. Nivel de instrucción. [Internet]. 2016. [Citado el 24 de Junio 2019]. Disponible en: URL. http://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_165/elem_2376/definicion.html
48. Significado de Religión. [Internet]. 2020. [Citado el 24 de Junio 2019]. Disponible en: URL. <https://www.significados.com/religion/>
49. ConceptosJuridicos.com. [Internet]. 2020. [Citado el 24 de Junio 2019]. Disponible en: URL. <https://www.conceptosjuridicos.com/ar/estado-civil/>
50. Cornejo E, Esparta J, Figueroa D. Ministerio De Trabajo Y Promoción Del Empleo. Informe Anual del Empleo en el Perú 1–124. [Internet]. 2014. [Citado el 25 de Junio 2019]. Disponible en: URL. https://www.trabajo.gob.pe/archivos/file/estadisticas/peel/enaho/INFORME_ANUAL_EMPLEO_ENAHO_2014.pdf
51. Weber M. Economía y sociedad. Fondo de cultura económica. [Internet]. 2014. [Citado el 25 de Junio 2019]. Disponible en: URL. https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=XTF_BgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT5&dq=economia&ots=2ISdOSieeM&sig=ltCl5vbm6isT6ZHFgsD_LIVBZo
52. Seguro y pensiones para todos. Los Seguros. [Internet]. 2019. [Citado el 25 de Junio 2019]. Disponible en: URL. <https://segurosypensioneparatodos.fundacionmapfre.org/syp/es/seguros/definicion-seguro-asegurar/el-seguro/que-son-como-funcionan/>

53. Coronel J, Marzo N. La promoción de la salud: evolución y retos en América Latina. MEDISAN 21(7): 926-932. [Internet]. 2017. [Citado el 26 de Junio 2019]. Disponible en: URL. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192017000700018&lng=es.
54. Gamarra M, Rivera H, Alcalde M. Estilo de vida, autoestima y apoyo social en estudiantes, Perú. [Internet].2015 [Citado el 26 de junio 2019]. Disponible en: URL. <http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/UCV-SCIENTIA/article/view/451>
55. Gallar M. Promoción de la salud y apoyo psicológico al paciente (4ª edición ed.). Madrid: Thomson Paraninfo. [Internet]. 2006. [Citado el 26 de Junio 2019]. Disponible en: URL. <https://www.paraninfo.es/catalogo/9788497324632/promocion-de-la-salud-y-apoyo-psicologico-al-paciente>
56. Latas P. Ética para una investigación inclusiva. Revista de Educación Inclusiva, 3(1). 2017. [Citado el 26 de Junio 2019]. Disponible en: <http://revistaeducacioninclusiva.es/index.php/REI/article/view/218/212>
57. Alcasihuincha T. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro de la habilitación urbana progresista Golfo Pérsico - Nuevo Chimbote, 2019. [Internet] 2019. [Citado el 18 de Abril 2020]. Disponible en: URL. <http://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/1145839>
58. Acuña J. Estilos de vida saludable y el apoyo social asociado a la depresión en adultos mayores que asisten al Club del Adulto Mayor en el distrito de Surco, 2018. [Internet]. 2019. [Citado el 18 de Abril 2020]. Disponible en: URL.

http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/7213/Estilos_AcunaSamaritano_Jocelyn.pdf?sequence=1&isAllowed=y

59. Saavedra J. Factores sociodemográficos y eventos de vida tempranos asociados con la felicidad en adultos de Lima Metropolitana. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*. [Internet]. 2020. [Citado el 18 de Abril 2020]. Disponible en: URL. <https://www.scielosp.org/article/rpmesp/2020.v37n1/42-50/#>
60. Leon K. *Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales Del Adulto Maduro*. Asentamiento Humano 10 De Setiembre – Chimbote, 2017. [Internet]. 2017. [Citado el 18 de Abril 2020]. Disponible en: URL. http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3795/ADULTO_MADURO_ESTILOS_DE_VIDA_LEON_TUANAMA_KATERINE_MASSIE_L.pdf?sequence=1&isAllowed=y
61. Alayo A. *Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro*. Asentamiento humano Bello Sur - Nuevo Chimbote, 2016. [Internet]. 2018. [Citado el 23 de Abril 2020]. Disponible en: URL. http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/8551/ADULTO_MADURO_ESTILOS_DE_VIDA_ALAYO_VASQUEZ_ALEX_OBED.pdf?sequence=1&isAllowed=y
62. Moreno E. *Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro*. Asentamiento humano Casuarinas del Sur - Nuevo Chimbote, 2019. [Internet]. 2019. [Citado el 23 de Abril 2020]. Disponible en: URL. http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/15352/ADULTO_

MADURO_ESTILOS_DE_VIDA_MORENO_LUNA_ELVA_YULIANA.pdf?
sequence=1&isAllowed=y

63. Mora F. Estilos de vida del adulto maduro en el asentamiento humano ciudadela Pachacútec sector B3, Ventanilla, Callao – 2017. [Internet]. 2019. [Citado el 23 de Abril 2020]. Disponible en: URL. <http://repositorio.uch.edu.pe/handle/uch/285>
64. Palacios G. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los Adultos del Distrito de Llama- Piscobamba, 2018- [Internet]. 2018. [Citado el 23 de Abril 2020]. Disponible en: URL. http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3345/ADULTOS_ESTILO_DE_VIDA_PALACIOS_MIRANDA_NUEVA_GRABIELA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
65. Quiroz S, Guzmán M, Pérez L. Estilos de vida y factores sociodemográficos asociados en pacientes con Diabetes Mellitus. [Internet]. 2016. [Citado el 23 de Abril 2020]. Disponible en: URL. <http://revistas.ujat.mx/index.php/MHR/article/view/1563/1413>
66. Gutierrez M. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales en Adultos Mayores. Asentamiento Humano Villa Victoria- Nuevo Chimbote, 2015. [Internet]. 2017. [Citado el 23 de Abril 2020]. Disponible en: URL. http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3614/ADULTOS_MAYORES_ESTILOS_DE_VIDA_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_GUTIERREZ_VALDERRAMA_MANUEL_CATALINO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
67. Rojas C. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto maduro. Asentamiento humano Victor Raul Haya de la Torre - Nuevo Chimbote.

- [Internet]. 2019. [Citado el 23 de Abril 2020]. Disponible en: URL.
<http://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/1146590>
68. Guerrero J. Determinantes De La Salud En La Persona Adulta Del Asentamiento Humano Los Almendros-Tambogrande-Piura, 2015 [Internet]. 2019. [Citado el 23 de Abril 2020]. Disponible en: URL.
<http://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/1150788>
69. Saldana S. Determinantes de la salud en adultos jóvenes. Asentamiento humano ampliación Ramal Playa – Chimbote, 2016. [Internet]. 2018. [Citado el 23 de Abril 2020]. Disponible en: URL.
http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/7377/ADULTOS_JOVENES_DETERMINANTES_SALDANA_CASTRO_SARA_DEL_PILAR.pdf?sequence=1&isAllowed=y
70. Plannedparenthood. Todo sobre Sexo, Género e Identidad de Género. [Internet]. 2020. [Citado el 23 de Abril 2020]. Disponible en: URL.
<https://www.plannedparenthood.org/es/temas-de-salud/para-adolescentes/todo-sobre-sexo-genero-e-identidad-de-genero>
71. ECURED. Adulto. [Internet]. 2015. [Citado el 23 de Abril 2020]. Disponible en: URL.
https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186466/9789240694873_spa.pdf?sequence=1
72. González D, Jeong J, Picó G. La enseñanza de contenidos científicos a través de un modelo “Flipped”: Propuesta de instrucción para estudiantes del Grado de Educación Primaria. Enseñanza de las ciencias: revista de investigación y experiencias didácticas, 35(2), 71-87. [Internet]. 2017. [Citado 23 de Abril 2020].

- Disponible en: URL.
<https://www.raco.cat/index.php/Ensenanza/article/view/324223>
73. Bataille, G. Teoría de la religión. Taurus. [Internet]. 2018. [Citado el 23 de Abril 2020]. Disponible en: URL.
<https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=OzRvDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT8&dq=religion+&ots=EX2fb8CRil&sig=ZbtGpxehCROlr4mV80aW6Jf4tfl#v=onepage&q=religion&f=false>
74. Tubino F. La Partida de Bautismo y el Estado Civil de las personas. [Internet]. 2019. [Citado el 23 de Abril 2020]. Disponible en: URL.
<http://repositorio.pucp.edu.pe/index/handle/123456789/116367>
75. Esquivel V, Pereyra F. Las condiciones laborales de las y los trabajadores del cuidado en Argentina: Reflexiones en base al análisis de tres ocupaciones seleccionadas. [Internet]. 2017. [Citado el 23 de Abril 2020]. Disponible en: URL. <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/81564>
76. Alvarado R, Alarcon A, Zafra J, Rojas F. Factores asociados al ingreso económico, carga laboral y clima laboral en un grupo de médicos generales jóvenes en Perú. Acta méd. Peru vol.35 no.1 Lima ene. [Internet]. 2018. [Citado el 23 de Abril 2020]. Disponible en: URL.
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1728-59172018000100002&script=sci_arttext&tlng=pt
77. Sánchez R, Melo J, Cepeda C, López Á, Muñoz J. El seguro de vida en Ecuador: un análisis comparativo. CienciAmérica: Revista de divulgación científica de la Universidad Tecnológica Indoamérica, 6(2), 48-54. [Internet]. 2017. [Citado el 23

- de Abril 2020]. Disponible en: URL. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6163770>
78. Tejada C, Reyes J, Gómez S. Sistematización de una Práctica de Promoción de la Salud y Prevención de la Enfermedad, Dirigida a Adultos Mayores. Pontificia Universidad Javeriana, Cali. [Internet]. 2017. [Citado el 13 de Mayo 2020]. Disponible en: URL. <http://vitela.javerianacali.edu.co/handle/11522/10206>
79. Lozada C. Relación entre el conocimiento y la práctica de los adultos mayores sobre prevención de hipertensión arterial programa de adulto mayor Hospital General de Jaén 2016. [Internet]. 2017. [Citado el 13 de Mayo 2020]. Disponible en: URL. <http://repositorio.unc.edu.pe/handle/UNC/1050>
80. Nutrición. [Internet]. 2018. [Citado el 13 de Mayo 2020]. Disponible en: URL. <https://www.significados.com/nutricion/>
81. Habilidades para la vida. Centro de Recursos de Promoción y Educación para la Salud. [Internet]. 2018. [Citado el 13 de Mayo 2020]. Disponible en: URL. <http://blogs.murciasalud.es/edusalud/2018/07/13/habilidades-para-la-vida/>
82. ABC. Noticias Mediodía. Higiene personal. [Internet] 2017. [Citado el 13 de Mayo 2020]. Disponible en: URL. <https://www.abc.com.py/edicion-impresa/suplementos/escolar/higiene-personal-1568891.html>
83. Fundación española del corazón. ¿Qué son la actividad física, el ejercicio y el deporte? [Internet]. 2018. [Citado el 13 de Mayo 2020]. Disponible en: URL. <https://fundaciondelcorazon.com/ejercicio/conceptos-generales/3150-que-son-la-actividad-fisica-el-ejercicio-y-el-deporte.html>
84. Aliaga E, Cuba S, Mar M. Promoción de la salud y prevención de las enfermedades para un envejecimiento activo y con calidad de vida. [Internet].

2016. [Citado el 13 de Mayo 2020]. Disponible en: URL. <https://rpmesp.ins.gob.pe/index.php/rpmesp/article/view/2143/2243>
85. Calle E, Naula L. Factores que Influyen en el Cumplimiento del rol del Personal de Salud en la Promoción y Prevención de la Salud de los Adultos Mayores que Acuden al Centro de Salud el Tambo y San Gerardo en la Troncal, Período 2016. [Internet]. 2016. [Citado el 13 de Mayo 2020]. Disponible en: URL. <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/26236/1/PROYECTO%20D E%20INVESTIGACI%C3%93N.pdf>
86. Cuídate. Diez hábitos para mejorar tu salud sexual. [Internet]. 2016. [Citado el 13 de Mayo 2020]. Disponible en: URL. <https://cuidateplus.marca.com/sexualidad/pareja/2016/07/29/diez-habitos-mejorar-salud-sexual-113357.html>
87. Mayo clinic. Estilos de vida saludable. Salud del adulto. [Internet]. 2019. [Citado el 28 Junio 2020]. Disponible en: URL. <https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/adult-health/in-depth/dental/art-20047475>
88. MedlinePlus. Salud Mental. [Internet]. 2019. [Citado el 28 de Junio 2020]. Disponible en: URL. <https://medlineplus.gov/spanish/mentalhealth.html>
89. ¿Qué es seguridad vial? [Internet]. 2017. [Citado el 28 de Junio 2020]. Citado en: URL. <https://www.liderman.com.pe/que-es-seguridad-vial/>
90. Milla J. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Centro Poblado de Hualcán – Carhuaz, 2018. [Internet]. 2018. [Citado el 09 de Mayo 2020]. Disponible en: URL. http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/7542/ADULTOS_

[ESTILO_DE_VIDA_MILLA_LEON_JACKELIN_VANESA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)

91. Alviter V, Moctezuma M. Impacto de la promoción de estilos de vida saludable para mejorar la calidad de vida. *Drugs and Addictive Behavior*, 2(2), 225-235. [Internet] 2017. [Citado el 09 de Mayo 2020]. Disponible en: URL. <https://www.funlam.edu.co/revistas/index.php/DAB/article/view/2442>
92. Amaya R, Zambrano P, Salazar B, Vélez S. Eventos cardiovasculares como consecuencia de estilos de vida no saludables. *Dominio de las Ciencias*, 5(2), 554-563. [Internet]. 2019. [Citado el 09 de Mayo 2020]. Disponible en: URL. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7155107>
93. Calero S, Klever T, Caiza M, Rodríguez A, Analuiza E. Influencia de las actividades físico-recreativas en la autoestima del adulto mayor. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 35(4), 366-374. [Internet]. 2016. [Citado el 09 de Mayo 2020]. Disponible en: URL. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-03002016000400007&script=sci_arttext&tlng=pt
94. Méndez L. Vida Cristiana. 7 Características del crecimiento espiritual. [Internet]. 2017. [Citado el 09 de Mayo 2020]. Disponible en: URL. <https://www.coalicionporelevangelio.org/articulo/7-caracteristicas-del-crecimiento-espiritual/>
95. García M, Méndez M, Rivera S. Apoyo social en adultos mexicanos: validación de una escala. *Acta de investigación psicol vol.7 no.1*. [Internet]. 2017. [Citado el 10 de Mayo 2020]. Disponible en: URL. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-48322017000102561&script=sci_arttext

96. Alfonso L, Soto D, Santos N. Calidad de vida y apoyo social percibido en adultos mayores. Rev Ciencias Médicas vol.20 no.1 Pinar del Río. [Internet]. 2016. [Citado el 10 de Mayo 2020]. Disponible en: URL. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942016000100012
97. López B, Fernández I, Márquez M. Educación emocional en adultos y personas mayores. Electronic Journal of Research in Education Psychology, 6(15), 501-522. [Internet]. 2017. [Citado el 10 de Mayo 2020]. Disponible en: URL. <http://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/1286>
98. Definición. Material. [Internet]. 2014. [Citado el 13 de Mayo 2020]. Disponible en: URL. <https://definicion.de/material/>
99. Hogar del Corazón de Jesús. ¿Cómo beneficia al adulto mayor el acompañamiento afectivo? [Internet]. 2015. [Citado el 13 de Mayo 2020]. Disponible en: URL. <https://hogarcorazondejesus.org.ec/blog/item/20007-como-beneficia-adulto-mayor-acompanamiento-afectivo>
100. La mente es maravillosa. La importancia de la relajación para mejorar la productividad. [Internet]. 2019. [Citado el 13 de Mayo 2020]. Disponible en: URL. <https://lamenteesmaravillosa.com/la-importancia-de-la-relajacion-para-mejorar-la-productividad/>
101. Nuñez M. Nuñez, M. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Huasta – Bolognesi – 2015. [Internet]. 2015. [Citado el 22 de Junio 2020]. Disponible en: <https://erp.uladech.edu.pe/bibliotecavirtual/?ejemplar=00000035533>

102. Vilchez K. Factores Sociodemográficos Asociados a la Participación Social. Centro Integral del Adulto Mayor de la Zona Urbana, Pacora 2018. [Internet]. 2019. [Citado el 22 de Junio 2020]. Disponible en: http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/1978/1/TL_VilchezPastorKarla.pdf



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CUESTIONARIO SOBRE FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS

DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:

A. FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS

1. Marque su sexo?

a) Masculino () b) Femenino ()

2. ¿Cuál es su edad?

a) 18-35 años b) 36-59 años c) 60 a más

3. ¿Cuál es su grado de instrucción?

a) Analfabeto (a) b) Primaria c) Secundaria d) Superior

4. ¿Cuál es su religión?

a) Católico(a) (b) Evangélico c) Otras

5. ¿Cuál es su estado civil?

a) Soltero b) Casado c) Viudo d) Conviviente e) Separado

6. ¿Cuál es su ocupación?

a) Obrero b) Empleado c) Ama de casa d) Estudiante
e) Otros

7. ¿Cuál es su ingreso económico?

a) Menor de 400 nuevos soles b) De 400 a 650 nuevos soles
c) De 650 a 850 nuevos soles d) De 850 a 1100 nuevos soles
e) Mayor de 1100 nuevos soles

8. ¿Cuál es el sistema de seguro que tiene?

a) Essalud b) SIS c) Otro seguro d) No tiene seguro.



ANEXO N° 02



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CUESTIONARIO ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN

N°	Comportamientos del usuario	CALIFICACION			
		NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
EJES TEMÁTICOS					
ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN					
01	¿se ha elaborado un plan de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?				
02	¿se ha designado un coordinador y/o establecido un grupo de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?				
03	¿participan las autoridades locales en el desarrollo de medidas de promoción para una alimentación saludables en su comunidad?				
04	¿ofrecen en su comunidad alimentos y bebidas saludables? (no refrescos azucarados, comida rápida, dulces o alcohol)				
05	¿se provee y promueve la elección de alimentos y bebidas saludables? (precios menores, muestras gratis, etc.)				
06	¿se ofrece fruta fresca en su comunidad?				
07	¿Se provee agua potable en su comunidad?				
08	¿En los últimos 30 días con qué frecuencia se lavó las manos antes de comer?				
09	¿En los últimos 30 días comió habitualmente frutas?				
10	¿En los últimos 30 días comió habitualmente verduras?				
HIGIENE					
11	¿Se lava las manos con agua y jabón aplicando la técnica adecuada?				

12	¿Realiza el Baño corporal diariamente?				
13	¿Realiza el lavado de los dientes mínimo 3 veces en el día?				
14	¿Mantiene Higiénica y en orden su ropa?				
15	¿Lava los alimentos antes de consumirlos?				
16	¿Mantiene bien Lavado los utensilios de cocina y su cocina?				
17	¿Mantiene en orden y limpia la vivienda?				
18	¿Mantiene ventilada su vivienda?				
19	¿Mantiene Limpio su baño o letrina?				
20	¿Realiza el mantenimiento de sus servicio higiénico o letrina?				
HABILIDADES PARA LA VIDA					
21	¿Sabe escuchar y sabe cuándo hablar?				
22	¿Influencia y regula las emociones de otra persona?				
23	¿Escucha con atención y está dispuesta(o) a discutir los problemas?				
24	¿Es abierta(o) y flexible a las ideas? Apoya y ayuda. Es solidaria(o).				
25	¿Enfrenta los problemas dando solución?				
26	¿Alienta la participación y la cooperación?				
27	¿Orienta y enseña?				
28	¿confía en el grupo y Estimula las decisiones de grupo.?				
29	¿Se comunica abiertamente? ¿Demuestra capacidad de autocrítica?				
30	¿Es expresiva, espontánea y segura?				
31	¿Tiene una personalidad activa?				
32	¿Defiende sus derechos?				
33	¿No presenta temores en su comportamiento?				
34	¿Posee una comunicación directa, adecuada, abierta y franca?				
35	¿Posee usted seguridad en expresarse con los demás?				
36	¿Su comportamiento es respetable por los demás?				

37	¿Se comunica fácilmente con toda clase de personas?				
ACTIVIDAD FISICA					
38	¿Realiza 30 minutos diarios de actividad física al m: subir y bajar escaleras, bailar, andar en bicicleta, nadar, caminar en vez de usar el auto, realizar tareas domésticas y de jardinería, lavar el auto, ¿practicar deportes?				
39	¿Realiza ejercicios de fuerza 2 o 3 veces por semana?				
40	¿Realiza la rutina con 10 minutos de ejercicios de estiramiento?				
41	¿Toma una buena cantidad de líquido durante el día (aproximadamente 2 litros de agua)?				
SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA					
42	¿Tiene relaciones sexuales actualmente con protección?				
43	¿Se informa de los métodos anticonceptivos?				
44	¿Usa un método anticonceptivo?				
45	¿Se hace exámenes médicos ginecológicos?				
46	¿Usted se alimenta equilibradamente durante su vida reproductiva				
SALUD BUCAL					
47	¿Se cepilla los dientes por lo menos dos veces al día con pasta dental con flúor?				
48	¿Usa hilo dental ?				
49	¿Usa a diario un enjuague bucal con flúor?				
50	¿Tiene exámenes regulares odontológicas?.				
51	¿Evita las bebidas gaseosas, los jugos artificiales y las bebidas energéticas?				
52	¿Evita el consumo de tabaco y el alcohol?				
SALUD MENTAL Y CULTURA DE PAZ					
53	¿En general está satisfecho con usted mismo/a?				
54	¿A veces piensa que no sirve absolutamente para nada?				
55	¿Puede hacer las cosas bien como la mayoría de las personas?				
56	¿Cree que tiene muchos motivos para sentirme orgulloso/a ¿				

57	¿A veces se siente realmente inútil?				
58	¿Siente que es una persona digna de estima o aprecio, al menos en igual medida que los demás?				
59	¿Siente mucho aprecio por mí mismo/a?				
60	¿Tiendo a pensar que en conjunto es un fracaso?				
61	¿Tiene una actitud positiva hacia mí mismo/a ¿				
SEGURIDAD VIAL Y CULTURA DE TRÁNSITO					
62	¿Usa el cinturón de seguridad de manera adecuada?				
63	¿Cruza por la senda peatonal o esquina, donde se tiene prioridad?				
64	¿No utilizar el celular al conducir ni tampoco al cruzar la calle?				
65	¿Usted al cruzar la calle, camina, no corre, y lo hace con precaución?				
66	¿Si maneja bicicleta usa casco?				
67	¿Usted camina por las veredas?				
68	¿Usted cruza la pista cuando el semáforo está en color verde?				
69	¿Usted evita salir a la calle si se encuentra en estado de embriaguez?				
70	¿Si Usted tiene que salir a la calle de noche trae una lámpara, usa ropa clara y con reflejante, se hace notar, camina por la izquierda con el tráfico de frente, ¿si van en grupo caminen en fila?				



ANEXO N° 3



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA

Autores Serrano-Fernández, M. J., Boada-Grau, J., Vigil-Colet, A., & Gil- Ripoll, C. (2016). Adaptación española de la escala HPLP-II con una muestra de empleados. *Universitas Psychologica*, 15 (4). <http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.upsy15-4.aeem>

CONTENIDO ÍTEMS	NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	
Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores					
F1. Responsabilidad hacia la salud,					
F2. Actividad física,					
F3. Nutrición,					
F4. Crecimiento Espiritual y Relaciones Interpersonales					
1.-Escojo una dieta baja en grasa, grasas saturadas y en colesterol.					
2.-Informo a un doctor (a) a otros profesionales de la salud cualquier señal inusual o sintoma extraño.					
3.-Sigo un programa de ejercicios planificados					
4.-Siento que estoy creciendo y cambiando en una forma positiva.					
5.-Elogio fácilmente a otras personas por sus éxitos.					
6.- Limito el uso de azúcares y alimentos que contienen azúcar (dulces)					
7.-Leo o veo programas de televisión acerca del mejoramiento de la salud.					

8.-Hago ejercicios vigorosos por 20 o más minutos, por lo menos tres veces a la semana (tales como caminar rápidamente, andar en bicicleta, baile aeróbico, usar la maquina escaladora)					
Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores.					
9.-Tomo algún tiempo para relajarme todos los días					
10.-Creo que mi vida tiene un propósito					
11.-Mantengo relaciones significativas y enriquecedoras					
12.-Hago preguntas a los profesionales de la salud para poder entender sus instrucciones.					
13.-Acepto aquellas cosas de mi vida que yo no puedo cambiar.					
14.-Miro adelante hacia al futuro.					
15.-Paso tiempo con amigos íntimos.					
16.-Como de 2 a 4 porciones de fruta todos los días.					
17.-Busco una segunda opinión, cuando pongo en duda las recomendaciones de mi proveedor de servicios de salud.					
18.-Tomo parte en actividades físicas de recreación (tales					

como: nadar, bailar, andar en bicicleta).					
19.-Me siento satisfecho y en paz conmigo (a)					
20.-Se me hace fácil demostrar preocupación, amor y cariño a otros.					
21.-Estoy consciente de lo que es importante para mí en la vida.					
22.- Busco apoyo de un grupo de personas que se preocupan por mi					
Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores.					
23.-Leo las etiquetas nutritivas para identificar el contenido de grasas y sodio en los alimentos empacados					
24.-Asisto a programas educacionales sobre el cuidado de salud personal.					
25.-Alcanzo mi pulso cardiaco objetivo cuando hago ejercicios.					
26.- Mantengo un balance para prevenir el cansancio.					
27.- Me siento unido(a) con una fuerza más grande que yo.					
28.-Me pongo de acuerdo con otros por medio del diálogo					
29.-Tomo desayuno					
30.-Busco orientación o consejo cuando es necesario.					
31.-Expongo mi persona a nuevas experiencias y retos.					

32.- Discuto mis problemas y preocupaciones con personas allegadas					
33. Duermo lo suficiente					
34. Como de 6 a 11 porciones de pan, cereales, arroz, o pastas(fideos) todos los días					
35. Como solamente de 2 a 3 porciones de carne, aves, pescado, frijoles, huevos y nueces todos los días.					

El Health Promoting Lifestyle Profile II (HPLP-II; [Walker & Hill-Polerecky, 1996](#)), en la versión en español con una muestra de estudiantes ([Hulme et al., 2003](#)), está compuesto por 52 ítems y 6 subescalas y utiliza un formato de respuesta tipo Likert de cuatro puntos (de 1 = nunca a 4 = rutinariamente). Los factores que componen la escala de este estudio son: F1: Actividad física: de 8 ítems ($\alpha = 0.81$; e. g., “4.- Sigo un programa de ejercicios planificados”); F2: Crecimiento espiritual de 9 ítems ($\alpha = 0.77$; e. g., “12.- Creo que mi vida tiene propósito”); F3: Manejo del estrés de 8 ítems ($\alpha = 0.59$; e. g. “17.- Acepto aquellas cosas en mi vida que yo no puedo cambiar”; F4: Nutrición de 9 ítems ($\alpha = 0.64$; e. g., “20.- Como de 2 a 4 porciones de frutas todos los días”; F5: Relaciones interpersonales de 9 ítems ($\alpha = 0.77$; e. g., “25.- Se me hace fácil demostrar preocupación, amor y cariño a otros” y F6: Responsabilidad hacia la salud, compuesto por 9 ítems ($\alpha = 0.74$; e. g., “21.- Busco una segunda opinión, cuando pongo en duda las recomendaciones de mi proveedor de servicios de salud”.

En la presente escala, el AFE se obtuvo empleando el método de extracción Promin ([Lorenzo-Seva, 1999](#)). Se usó el programa FACTOR 7.2 ([Ferrando, 2005](#) y [Lorenzo-Seva & Ferrando, 2006](#)), dado que permite realizar el análisis utilizando matrices de correlación policóricas, que son más apropiadas cuando los ítems presentan un formato de respuesta tipo Likert ([Muthen & Kaplan, 1992](#)). Además, proporciona la posibilidad de decidir el número de factores que se deben retener a partir del análisis paralelo ([Timmerman & Lorenzo-Seva, 2011](#)). Los análisis

relativos a la fiabilidad de las subescalas y a las correlaciones de los indicios de validez de la escala HPLP-II, a partir de las correlaciones de Pearson, se realizaron con el programa SPSS 20.0.

La validez de consistencia interna mediante el Análisis Factorial Exploratorio con método promín, el cual reportó 4 dimensiones y 48 ítems (ya que excluyó los otros 8 ítems por cargas factoriales de los ítems menores a 0.30). Concluyen, que el instrumento con 48 ítems es validado como versión en español.

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

Las siguientes preguntas se refieren al apoyo o ayuda de que Ud. dispone:

1. Aproximadamente, ¿Cuántos amigos íntimos o familiares cercanos tiene Vd.?
(Personas con las que se encuentra a gusto y puede hablar de todo lo que se le ocurre).

Escriba el nº de amigos íntimos y familiares cercanos

La gente busca a otras personas para encontrar compañía, asistencia u otros tipos de ayuda ¿Con qué frecuencia Vd. dispone de cada uno de los siguientes tipos de apoyo cuando lo necesita? (Marque con un círculo uno de los números de cada fila)

CUESTIONES: ¿Cuenta con ALGUIEN?	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	La mayoría de las veces	Siempre
2. Que le ayude cuando tenga que estar en la cama	1	2	3	4	5
3. Con quien pueda contar cuando necesite hablar	1	2	3	4	5
4. Que le aconseje cuando tenga problemas	1	2	3	4	5
5. Que le lleve al médico cuando lo necesite	1	2	3	4	5
6. Que le muestre amor y afecto	1	2	3	4	5
7. Con quien pasar un buen rato	1	2	3	4	5
8. Que le informe y ayude a entender la situación	1	2	3	4	5
9. En quien confiar o con quién hablar de sí mismo y sus Preocupaciones	1	2	3	4	5
10. Que le abrace	1	2	3	4	5
11. Con quien pueda relajarse	1	2	3	4	5
12. Que le prepare la comida si no puede hacerlo	1	2	3	4	5
13. Cuyo consejo realmente desee	1	2	3	4	5
14. Con quien hacer cosas que le sirvan para olvidar sus Problemas	1	2	3	4	5
15. Que le ayude en sus tareas domésticas si esta enfermo	1	2	3	4	5
16. Alguien con quien compartir sus temores y problemas más íntimos	1	2	3	4	5
17. Que le aconseje cómo resolver sus problemas Personales	1	2	3	4	5
18. Con quién divertirse	1	2	3	4	5

19. Que comprenda sus problemas	1	2	3	4	5
20. A quien amar y hacerle sentirse querido	1	2	3	4	5

Resultado: (suma de los valores correspondientes)

Índice global de apoyo social: Todas las respuestas.

Apoyo emocional: Respuestas número: 3, 4, 8, 9, 13, 16, 17 y 19.

Ayuda material: Respuestas a las preguntas: 2, 5, 12 y 15.

Relaciones sociales de ocio y distracción: Respuestas a las preguntas: 7, 11, 14 y 18.

Apoyo afectivo: Respuestas a las preguntas 6, 10 y 20.

Interpretación:

	Maximo	Medio	Minima
Índice global de apoyo social	94	57	19
Apoyo emocional	40	24	8
Ayuda material	20	12	4
Relaciones sociales de ocio y distracción	20	12	4
Apoyo afectivo	15	9	3

Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Medicina de Familia (And). 2005; 10(6): 10-18.

El instrumento MOS es validado en versión español para Colombia para apoyo social (punto adicional un país socio cultural parecido al nuestro)., presentaron la consistencia interna (también llamada confiabilidad o fiabilidad del instrumento) mediante el alfa de cronbach por dimensiones y escala global mostrando en la tabla2. Para la validez , utilizaron validez de consistencia interna utilizado en 2 etapas primero Análisis Factorial Exploratorio (Para evaluar si se mantienen todos los items originales por dimensiones o se excluye alguno) y luego un Análisis Factorial Confirmatorio (su mismo nombre lo dice confirma lo anteriormente realizado) , reportando los índices de bondad de ajuste (esto se muestra en el instrumento de línea de investigación) de GFI=.805, AGFI=.752, RMSEA= .097, AIC=481,89, BIC=612,57. , mostrando valores significativos concluyendo que es válido el instrumento para 4 dimensiones



ANEXO N° 05



**UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

CONSENTIMIENTO INFORMADO:

TÍTULO

**FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN
Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD:
ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO.
ASENTAMIENTO HUMANO-VILLA MAGISTERIAL II ETAPA,
NUEVO CHIMBOTE_2019**

Yo,acepto participar voluntariamente en el presente estudio, Conociendo el propósito de la Investigación. Mi participación consiste en responder con franqueza y de forma oral a las preguntas planteadas.

El investigador se compromete a guardar la confidencialidad y anonimato de los datos, los resultados se informarán de modo general, guardando en reserva la identidad de las personas entrevistadas. Por lo cual autorizo mi participación firmando el presente documento.

FIRMA

.....



ANEXO N°06

Declaración De Compromiso Ético Y No Plagio

Mediante el presente documento denominado **declaración de compromiso ético y no plagio** el autor(a) del presente trabajo de investigación titulado: **FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO. ASENTAMIENTO HUMANO-VILLA MAGISTERIAL II ETAPA, NUEVO CHIMBOTE_2019**. Declaro conocer las consecuencias por la infracción de las normas del Reglamento de Investigación de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote y el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en todos los casos se ha incorporado la cita y referencias respectivas conforme orienta las normas vancouver, previsto en la Universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento profesionales – RENATI; que exigen veracidad y originalidad de todo trabajo de investigación, respeto a los derechos de autor y la propiedad intelectual. Asimismo, cumplo con precisar que éste trabajo forma parte de una línea de investigación denominado “Determinantes de la salud de las personas” dentro del cual se tiene como objeto de estudio Desarrollar investigaciones orientadas al cuidado de la salud de las personas por grupo etario, a partir de los determinantes de la salud de la persona, se aplicó un diseño metodológico común, por lo tanto, es posible que tenga similitud en ese sentido y se explica, porque forma parte de dicha línea. También se declara que al recolectar los datos se tuvo acceso a nombres, apellidos, a cada uno se les asignó un código para preservar su identidad y proteger los derechos constitucionales, siendo el único aspecto inserto en los instrumentos. Finalmente se declara que: el presente trabajo es auténtico, siendo el resultado el producto de un trabajo personal acorde con la línea de investigación del cual se deriva, trabajado bajo los principios de la buena fe y respeto de los derechos de autor y propiedad intelectual, de modo que al utilizar las fuentes para su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en todos los casos se ha incorporado la cita y referencias respectivas conforme orienta las normas vancouver, previsto en la Universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento.

PAZ GAMARRA ETTY MAYTE
71480239