



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE
CHIMBOTE**

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

**ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES
EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA
ALTA SECTOR III - CHIMBOTE, 2017.**

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

AUTOR

YOMIRA DESCIRET CORCUERA FLORES

ORCID: 0000-0001-6762-4449

ASESOR

VÍLCHEZ REYES, MARÍA ADRIANA

ORCID: 0000- 0001-5412-2968

CHIMBOTE – PERÚ

2020

EQUIPO DE TRABAJO

AUTOR

Corcuera Flores, Yomira Desciret

ORCID: 0000-0001-6762-4449

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 ciencias 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 Rocío

ORCID: 0000-0002-1205-7309

JURADO EVALUADOR DE TESIS 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

El presente informe de investigación es dedicado a nuestro Padre todo poderoso, que me ilumina día a día para poder seguir adelante frente a cada obstáculo, y guía mis pasos para cumplir mis metas.

A mis compañeros de la escuela profesional de enfermería de la Universidad Uladech, por el apoyo incondicional, y su compañerismo.

A mi padre adorado y a mi querido hermano, quienes me brindaron tu absoluto apoyo para poder culminar mi investigación.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por iluminarme día a día para poder culminar con este proyecto, lo cual me servirá de mucha ayuda para seguir avanzando y poder culminar la hermosa carrera de enfermería

A mi padre querido, que gracias a él me inspiró a ser mejor cada día, por él y para él este valioso proyecto.

A nuestra Lic. Adriana Vílchez Reyes quien fue nuestra guía y orientadora en todo este tiempo, por su apoyo incondicional haciendo posible avanzar con el informe de tesis.

RESUMEN

La presente de investigación titulado estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017. Fue de Tipo cuantitativo, de corte transversal con diseño descriptivo correccional. Tiene objetivo General determinar la relación entre estilos de vida y factores biosocioculturales, como objetivos específicos: Valorar e identificar loa factores de vida en adultos mayores e identificar factores biosocioculturales: Edad, sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico. Recopilando datos generales de la población en 120 adultos mayores, utilizando la técnica de la entrevista y observación. Además los datos fueron procesados en una base de datos de Microsoft Excel para luego ser exportados a una base de datos en el software versión 18.0, para su respectivo procesamiento. Se presentó los datos en tablas simples y de doble entrada. Para establecer la relación entre variables de estudio se utilizó la prueba de independencia de criterios Chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de $p < 0.05$. Se concluye que la mayoría de adultos mayores tienes un estilo de vida no saludable y un porcentaje significativo tiene un estilo de vida saludable. En relación a los factores biosocioculturales: Un poco más de la mitad son de sexo femenino, de ocupación de ama de casa, grado de instrucción secundaria, convivientes, religión católica, un ingreso económico de 650 – 850 nuevos soles. No existe relación estadísticamente significativa: sexo. No cumple las condiciones para aplicar la prueba del chi cuadrado: Religión, grado de instrucción, estado civil, ocupaciones e ingreso económico.

Palabras clave: adultos mayores, estilo vida, factores biosocioculturales.

ABSTRACT

The present research entitled Lifestyles and biosocioculturales factors in older adults from the Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017. It was of a quantitative, transversal type, with descriptive correctional design. The general objective of this current research is to determine the relationship between lifestyles and biosociocultural factors, as specific objectives: Assess and identify the factors of life in older adults and identify biosociocultural factors: age, sex, educational level, religion, marital status, occupation and economic rent. Collecting data of the general population in 120 older adults, using the interview and observation technique. In addition, the data was processed in a Microsoft Excel database and then exported to a database in software version 18.0, for its respective processing. The data was presented in simple and double entry tables. To establish the relationship between the study variables, the chi-squared criterion independence test with a 95% reliability and a significance of $p < 0.05$ was used. It was concluded that the majority of older adults have an unhealthy lifestyle and a minimal percentage have a healthy lifestyle. In relation to biosocioculturales factors: A little more than half are female, of occupation of housewife, with secondary education degree, cohabitants, of catholic religion, with an economic income of 650 - 850 nuevos soles. There is no statistically significant relations to apply the chi square: religion, educational level, marital status, occupations and income.

Keywords: older adults, life style, bi-cultural factors.

CONTENIDO

	Pág.
1. TÍTULO.....	i
2. EQUIPO DE TRABAJO.....	ii
3. HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR.....	iii
4. HOJA DE AGRADECIMIENTO Y/O DEDICATORIA.....	iv
5. RESUMEN Y ABSTRAC.....	vi
6. CONTENIDO.....	viii
7. ÍNDICE DE GRÁFICOS, TABLAS Y CUADROS.....	ix
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. REVISIÓN DE LITERATURA.....	9
III. HIPÓTESIS DE LA INVESTIVACIÓN.....	29
IV. METODOLOGÍA.....	30
4.1 Diseño de la investigación.....	30
4.2 Población y muestra.....	29
4.3 Definición y Operalización de variables e indicadores.....	30
4.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	35
4.5 Plan de análisis.....	39
4.6 Matriz de consistencia.....	40
4.7 Principio éticos.....	41
V. RESULTADOS.....	42
5.1 Resultados.....	42
5.2 Análisis de resultados.....	49
VI. CONCLUSIONES.....	76
ASPECTOS COMPLEMENTARIOS.....	77
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	78
ANEXOS.....	96

ÍNDICE DE LAS TABLAS

	Pág.
TABLA 1: ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III – CHIMBOTE, 2017.....	37
TABLA 2: FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III – CHIMBOTE, 2017.....	38
TABLA 3: FACTORES BIOLÓGICOS ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III – CHIMBOTE, 2017.....	42
TABLA 4: FACTORES CULTURALES Y ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III – CHIMBOTE, 2017.....	43
TABLA 5: FACTORES SOCIALES Y ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III – CHIMBOTE, 2017.....	44

ÍNDICE DE GRÁFICOS

	Pág.
GRÁFICO 1: ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS MAYORES DEL DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III - CHIMBOTE, 2017.....	37
GRÁFICO 2: SEXO EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III - CHIMBOTE, 2017.	37
GRÁFICO 3: GRADO DE INSTRUCCIÓN EN ADULTOS MAYORES DEL DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III - CHIMBOTE, 2017.	37
GRÁFICO 4: RELIGION EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III – CHIMBOTE, 2017.....	37
GRÁFICO 5: ESTADO CIVIL EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III – CHIMBOTE, 2017.....	37
GRÁFICO 6: OCUPACION EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III – CHIMBOTE, 2017.....	37
GRÁFICO 7: INGRESO ECONOMICO EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III – CHIMBOTE, 2017.....	37

I. INTRODUCCIÓN:

Según la OMS, afirma que en el año 2020 la calidad de vida en el adulto mayor hace referencia a una buena salud tanto física como psicológica de una persona, abarcando un buen nivel emocional, intelectual, social y espiritual, por lo que el adulto mayor se sentirá autosuficiente y saludable. Sin embargo se puede destacar que una buena calidad o estilo de vida saludable abarca en la capacidad que puede desarrollar un adulto mayor en sus actividades diarias, independencia y buena relación con el entorno, tanto con su familia y amistades. (1)

Según la organización mundial de la salud los adultos mayores de la población no realiza actividad física, además reporta que un aproximado de 3,3 millones de individuos mueren al año por causa de sedentarismo, tabaquismo y alcoholismo; y más de la mitad de esas muertes son consecuencias de enfermedades cardiovasculares, cáncer y cirrosis hepáticas enfermedad respiratoria crónica, hipertensión otras enfermedades tales como diabetes y desórdenes músculo-esqueléticos(2,3).

Aproximadamente 6 millones personas mueren a razón del consumo de tabaco cada año, se evalúa que el tabaquismo causa alrededor el 71% de los casos de cáncer de pulmón, el 42% de las enfermedades respiratorias crónicas y alrededor del 10% de las enfermedades cardiovasculares. La mayor incidencia de tabaquismo entre los varones se da en los países de ingresos medios bajos, la prevalencia de tabaquismo es más elevada en los países de ingresos medios alto; aproximadamente 1000 millones de personas padecen la epidemia de obesidad o sobrepeso. Obesidad,

sedentarismo, Estrés y la ansiedad conjuntamente con la depresión hace que esta aumente de manera recurrente. La alimentación y los escasos de actividad física son la principal causa de morbilidad entre un 20% y 30% aproximadamente. Un aproximado de 2,3 millones de habitantes fallecen por el consumo del alcohol cada año, puesto un 25% presenta el porcentaje de todas las muertes en el mundo (2,3).

En América Latina se ha observado que más del 60% de los adultos mayores en promedio 60 y 69 años de edad presentan de sobrepeso y obesidad, mientras el 72% no realiza actividad física por lo menos 2 a 3 veces a la semana, y que el hábito de fumar está presente en 1 de cada 3 masculinos, Los presentes factores de riesgo son asociados por medio de una investigación epidemiológica a las condiciones de vida como HTA, enfermedades cardiovasculares, Diabetes y el Cáncer. Mientras en su actividad física la mayor parte del tiempo pasa en hora de TV, una vida cotidiana principalmente en las mujeres, en el deporte solamente se dedican un 2.5 de hora por semana, en lo cual informan que las personas adultas mayores presentan una baja participación en actividad social lo cual podría conducir a riesgos de depresión y aislamiento(4).

En la región de Europa, la región del Mediterráneo Oriental, en la región de las Américas de la OMS. América latina y el Caribe, el estilo de vida en el adulto mayor ocasiona un aumento de enfermedades crónicas con 30% lo cual implica que esta carga de morbilidad aumenta el índice de mortalidad (5).

Se ha conseguido en Brasil reducir cifras de muertes por consecuencia de enfermedades no transmisibles a un porcentaje del 1,8% por año, gracias al trabajo de la red de asistencia sanitaria primaria, ya que en la población brasileña los estilos de vida saludable estaban viéndose afectadas por el gran consumo de comidas rápidas y la inactividad física en las diferentes ciudades, así como el consumo de cigarrillo es un factor de riesgo de la salud, así lo demuestra el porcentaje de incremento de su consumo, donde el 13,0% de fumadores padecen de enfermedades por causa de su consumo (6).

En el ámbito Nacional Perú según la INEI en el año 2019 el 10% de la población es adulta mayor los cuales reflejan aumento de hombre y mujeres de más de 60 años de edad, El estilo de vida está relacionado con la calidad de vida y conductas: Alimentación, higiene personal y actividad física. Las enfermedades infecciosas son la principal causa de su comportamiento es inadecuado entre las personas En el Perú, la prevalencia de la obesidad el año se presenta la población un 13% y 9% en la población pobre, mientras población extremadamente pobre un 3%, por otro lado, se observa que más del 60% de la población adulta presenta hábitos inadecuados para el consumo de carnes (65.2%) lácteos (78.3%), menestras (87,8%) y de frutas y verduras (64.3%) (7)

En el Perú en el año 2019 el 81,0% de la población adulta mayor Femenina presenta algún problema de salud crónica, mientras en la población masculina afecta un 71,7% haciendo un 9,3 de diferencias entre ambos sexos, por otro lado, las mujeres del resto urbano (84.0%) son las que más padecen problemas crónicos en

su salud, tanto en lima metropolitana, y en el área rural, son el 80,7% y 75,7%, respectivamente. En todos los ámbitos geográficos, menor proporción de hombre que de mujeres adultas mayores padecen de problemas de salud crónica(8).

En la Dirección Regional de Salud de Ancash en el año 2018 en la etapa de vida de los adultos mayores padecen de enfermedades respiratorias crónicas, no transmisibles degenerativas, sobrepeso; datos en 1981 muestran 58,373 adultos mayores habitaban nuestra región y en actualidad después de casi 31 años hay 147,261 adultos mayores, y se visualiza un ligero descenso en el índice mortal del ciclo de vida. Por tal motivo es muestra que la primera causa de fallecimiento en los adultos son: las infecciones respiratorias agudas son bajas el 8.38%, la cirrosis y otras enfermedades crónicas hepáticas el 6.27%, diabetes mellitus 4.68% y no escapa las enfermedades hipertensivas 4.31%; mientras que para el 2014 las primeras causas de fallecimiento en los adultos fueron: la cirrosis y otras enfermedades crónicas hepáticas 8%, así también infecciones respiratorias agudas bajas 7%, insuficiencia renal, incluyendo la aguda, crónica y la no específicas 5%, también las enfermedades cerebrovasculares con un 5% y 5% diabetes mellitus (9).

No es ajeno esta realidad problemática en los adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III que fue creado hace más de 20 años los cuales fueron reubicados ya que por casi 10 años se encontraban en un lugar intangible . El Pueblo Joven Florida Alta Sector III es un comunidad de Chimbote el en cual la población pertenece al Puesto de salud Florida Alta , perteneciente a la red pacifico norte , en su limitación por el norte se encuentras la invasión el milagro, por el sur

asentamiento humano tres estrellas, por el este se encuentra el mercado mayorista y por el Oeste un lugar descampado , el asentamiento humano cuenta con casas de material noble y algunas prefabricadas , cuentan pistas y veredas , el cual también tiene iglesias , centro comunal , y cuentan con el programa de vaso de leche, actualmente cuentan con servicios básicos. En el asentamiento humano se evidencia que su estilo de vida no es saludable, manifiestan problemas constantes de IRAS, EDAS, diabetes, HTA, personas con sobrepeso, que prefieren una vida sedentaria (10).

Estilo de vida se entiende el modo de vivir, es nuestro comportamiento, costumbres abarcando la relación con el entorno, las relaciones interpersonales e incluso posesión de bienes, unas veces saludables y otros nocivos para la salud. Estilo de vida hace referencia a la manera de vivir, a nuestras rutinas cotidiana, a las actividades diarias, el número de consumo de comidas diarias, que tipo de alimentación, horas de sueño, consumo de alcohol, cigarrillo, actividad física entre otras, las cuales denominamos como hábitos o comportamientos sostenido, podemos distinguirlas de dos maneras: las que me mantienen una buena salud y aquellos que la limitan o resultan dañinos y reducen la esperanza de vida (11).

A partir de las actividades propuestas, empezaremos a generar espacios a través de los cuales los estudiantes opten por realizar actividades saludables para aplicar en su tiempo libre, lo cual les permitirá mejorar su autoestima y así mismo mejorar las relaciones con las personas de los grupos en que interactúan. Es decir, permitirá mejorar la convivencia y por ende la calidad de vida.

Frente a lo expuesto se consideró concerniente la realización de la presente investigación planteado en el continuado problema:

¿Existe relación entre el estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017.?

Para dar respuesta al problema se ha planteó el siguiente objetivo general:

Determinar la relación entre estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017.

Para la obtención del objetivo general se plantearon los siguientes objetivos específicos:

Valorar el estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017.

Identificar los factores biosocioculturales: Sexo, Grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico biosocioculturales en estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017.

Finalmente el presente trabajo de investigación se justifica generando un interés por investigar los campos de acción en los que pueden generar un cambio de estilos de vida adultos mayores también son importantes, porque los resultados van a contribuir a mejorar la atención integral de los adultos mayores

del Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017. Así mismo permitirá detectar problemas de salud en los adultos mayores y se podría plantear soluciones, mi investigación se realizó con el propósito de una sensibilización, prevención y control ante una crisis sanitaria.

Así también para los estudiantes de la universidad católica los ángeles de Chimbote, ya que tendrán al alcance información necesaria para futuros trabajos de investigación; los contenidos y resultados serán socializados. Así realizarán programas tanto educativos como estratégicos para que puedan intervenir en sus hábitos diarios en los usuarios y mejoren su calidad de vida. Mediante investigaciones logren fomentar y promocionar mejoras en los estilos de vida de los adultos mayores, y así el universitario esté capacitado, orientado y dispuesto a plantear soluciones en el campo de la salud.

Para la profesión de enfermería es de suma importancia no solo conocer acerca de los estilos de vida , si no de comprometernos en contribuir y orientar un bienestar integral en el adulto mayor, acercándonos y/o vinculándonos, brindando alternativas de una calidad alimentación , autorrealización , promoción de la actividad física ,recreación y deporte según su edad y capacidad, áreas saludables como en las viviendas y trabajos , a mejorar conductas sexuales, atención medicas cual ayudaran favorecer, fortalecer y mejorar sus condiciones de vida y según sus necesidades, De una perspectiva educativa , preventiva y una rehabilitación , favoreciendo nuestro rol como parte de salud.

Para el personal de enfermería que labora en el centro de salud Pueblo Joven Florida Alta, ya que los resultados van a cooperar a mejorar la atención integral afrontando amenazas predecible e impredecibles para los adultos mayores de esta comunidad, priorizando un programa preventivo y promocional, así como actividades de carácter social, educativo, recreativo y productivo que contribuya a mejorar la calidad de vida.

Por lo tanto considero que el trabajo de investigación permitirá a las autoridades ,tanto regionales (dirección de salud de Ancash) , municipales y para la misma población identificar factores de riesgo y adquieran un cambio en las conductas y estilos de vida ,lo cual les permitirá disminuir el riesgo de padecer ciertas enfermedades que perjudiquen , para ello brindar promoción salud favorece a los adultos mayores obteniendo bienestar de los mismos, satisfacción en sus actividades y necesidades , obteniendo una mejor calidad de vida.

El presente trabajo de investigación es de tipo cuantitativo, de corte transversal, con diseño descriptivo correlacional. Muestra constituida por 120 adultos mayores. Se obtuvo los siguientes resultados: La mayoría tiene estilos de vida no saludables y un porcentaje significativo estilos de vida de saludable.

II. REVISIÓN DE LITERATURA:

2.1 Antecedentes de la investigación:

Se encontraron las siguientes investigaciones relacionados al presente estudio:

A nivel internacional:

Según Arias A, Célleri T, (12). En su trabajo de investigación en Ecuador
Titulado: Relación entre Estilo de vida y estado nutricional en los adultos mayores que asistes al hogar de los abuelos Cuenca, 2017. Cuyo Objetivo: Determinar la relación entre estilo de vida y el estado nutricional en los adultos mayores que asisten al "Hogar de los abuelos". Su Metodología es tipo cuantitativo, descriptivo, y de corte transversal. En sus Resultados estuvo conformada por 61 adulto mayores 54,1% tienen estilo de vida no saludable mientras el 45,9 presenta estilo de vida saludable 73,8% de personas del sexo femenino y el 26,2% masculino Se concluye: Existe una relación significativa entre el estado nutricional y el estilo de vida de los adultos mayores que participaron en la investigación.

Calle N, (13). En su trabajo de investigación titulada: Estilos de vida saludables en el adulto mayor: Riesgo de deterioro de la función cardiovascular centro de salud Urbano Daule MSP, Guayaquil – Ecuador 2018. Cuyo objetivo: Valorar el método de la profesión para mejorar estilos de vida saludables en adulto mayor con riesgo de deterioro de la función cardiovascular. Su metodología: Tipo cuantitativo, descriptiva. En sus resultados 55 adultos

mayores de los cuales 28 pertenecen al sexo femenino y 27 al sexo masculino, el 55% corresponde a las edades de 65 a 75 años a los que evidencia que la muestra en estudio corresponde a las edades referidas, se concluye que existe un desbalance en los hábitos alimenticios y alto riesgo cardiovascular. Se puede constatar que las personas requieren de cuidado integral, y brindar promoción de las salud.

Mientras Lujan K, Natividad V, (14) En su investigación Titulada: “Determinantes socioeconómicos y ambientales de la hipertensión arterial en la población adulta de Argentina, 2016”, El objetivo de este trabajo fue analizar la contribución de la edad, hábitos, genero, y condiciones socioeconómicas, sobre la prevalencia de hipertensión en población adulta en Argentina. Metodología cuantitativa de corte transversal. En sus resultados obtuvo una prevalencia 32,6% con HTA. El nivel de peso, edad, género, modo de alimentarse, abuso de bebidas alcohólicas y cobertura de salud fueron las variables significativas. Se concluye: aumentar estrategias, para disminuir sobrepeso, obesidad y disminuir el consumo de alcohol y sal, los cuales serían relevantes para prevenir la Hipertensión Arterial en Argentina.

Por otro lado Guerrero C, Gómez D, Castellanos J, (15). En su investigación titulada: Condición física funcional de adultos mayores de centros día, vida, promoción y protección integral, Manizales, 2017. Tiene como objetivo: determinar la condición física funcional de adultos mayores de los centros día, centros de vida y centro de protección integral al adulto mayor

del área Urbana de Manizales. Metodología realizada fue transversal, de tipo descriptivo y comparativo. Su muestra es 178 participantes adulto mayores, Resultados la gran mayoría de mujeres 78,7% practican actividad física 3 veces por semana y solo 21,3% de hombres lo hace. Se concluye la condición física funcional, en los participantes de centro de día y centros de vida mayor compromiso de flexibilidad en miembro superiores e inferiores, entre resistencia aeróbica y frecuencia de actividad física.

Gómez, L. Solís, O (16). En su investigación titulada “Estilo de vida de las personas de la tercera edad: un acercamiento a la vivencia de la vejez en la ciudad de Querétaro a comienzos del siglo XXI México 2015. Tiene como objetivo determinar la calidad de vida en los adultos mayores en la ciudad de Querétaro. Metodología de corte cuantitativa. Su muestra de 18 adultos mayores. En sus resultados 12 mujeres entre 63 y 93 años de edad y 6 varones de 70 y 75 años de edad. Se Concluye que las condiciones de vida del adulto mayor conforman un gran reto para la persona misma, para la familia y para la sociedad en todos sus ámbitos. En su narrativa ellos evidenciaron el cuidado con que se conducen para ser aceptados y pertenecer a sus grupos familiares.

2.1.2 A nivel nacional:

Según Bustamante N, (17). En su estudio titulado: Factores biosocioculturales y estilos de vida del adulto mayor del Asentamiento Humano Santo Toribio Mogrovejo, Chachapoyas - 2015. Su objetivo:

Determinar la relación entre los factores biosocioculturales y estilos de vida del Adulto Mayor. Metodología Nivel descriptivo, correccional prospectivo. La muestra de 45 adultos mayores, resultados evidencian en cuanto a factores biosocioculturales: 51,1% de sexo femenino y 37,8 tienen primaria completa, el 68,8% un ingreso económico menor a 100 nuevos soles. En su estilo de vida saludable presentan un 62,2% y el 37,8% estilo de vida, no saludable. Se concluye que existe relación significativa entre los estilos de vida y los factores sociales excepto: religión; no existe relación entre el factor biológico con los estilos de vida del adulto mayor.

Según Carreño W, Canales B, (18). En su estudio titulado: estilo de vida de los adultos mayores que asisten al centro de salud de Hualmay, 2017. Metodología de tipo cuantitativo Transversal y diseño descriptivo. Muestra de 357 adultos mayores, se realizó con el objetivo de determinar el estilo de vida de los adultos mayores que asisten al centro de salud de Hualmay, se utilizó instrumentos para recolección de datos: Escala de estilo de vida. Resultados cerca del 100% de adultos mayores presentan un estilo de vida No saludable 89,7%, y un porcentaje mínimo tiene un estilo de vida saludable 10,3% en cuanto a su alimentación, actividad y ejercicio, en su dimensión psicológica respecto a cómo manejar el estrés están expuestos a una vida no saludable, en cuando a dimensión social no tienen apoyo interpersonal. Se concluye: población no tener estilos de vida saludable.

Por otro lado Gaspar L, (19). En su estudio titulado: Estilo de vida y factores biosociocultural en los adultos mayores en el centro poblado Villa Sayán, 2016. Cuyo objetivo es determinar la relación la relación entre el estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor. Metodología de tipo cuantitativo y diseño descriptivo correccional, una muestra de 130 adultos mayores utilizando escala de estilo de vida y cuestionario sobre factores biosocioculturales, garantizado por su confiabilidad y validez. Resultados: Más de la mitad de adultos mayores tienen estilo de vida saludable y un porcentaje significativo estilo de vida no saludable, grado de instrucción primaria, estado civil conviviente, ingreso económico de 100 a 599 nuevos soles. Se concluye: No existe relación estadísticamente entre estilo de vida y factores biosocioculturales.

Romo D, (20). Estudio titulado: Estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto mayor en el distrito de San Juan de Iscos, 2017. Se realizó con el objetivo de determinar la relación que existen entre las variables; factores biosocioculturales estilos de vida del adulto mayor del distrito de San Juan de Iscos. Metodología de tipo cuantitativo, correlacional, transversal. Muestra conforma 130 adultos mayores, se utilizó un cuestionario sobre factores biosocioculturales y la escala de estilos de vida. Resultado la mayoría de los adultos mayores presentas un estilo de vida no saludable 73,1% y un porcentaje considerable estilo de vida saludable 26.9%, Concluyendo no existe relación estadísticamente significativa entre estilos de vida y factores

biosocioculturales: estado civil, grado de instrucción, ocupación e ingreso económico en el adulto mayor.

Taco S, (21) En su estudio de investigación titulada: estilo de vida y estado nutricional adulto mayor, Tiene como objetivo determinar la relación entre el estilo de vida y el estado nutricional del adulto mayor del distrito de Polobaya, Arequipa. Metodología de tipo cuantitativo, descriptivo correlacionar. Población en estudio muestra 80 adultos mayores, como resultados la gran mayoría tiene un estilo de vida no saludable, tales resultados 57.5% de sexo masculino, el 40% son casados, el 42.5% solo tienen estudios primarios, el 68.8% un trabajan de forma independiente y un porcentaje de 66.3% no tiene patología como diagnóstico. Se concluye: estado nutricional es sobrepeso y un mínimo porcentaje de delgadez y obesidad.

2.1.3 A nivel local:

Cribillero M, (22). El presente trabajo de investigación titulado: Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto mayor. Pueblo joven el progreso 2015. Su metodología es cuantitativo, de corte transversal con diseño descriptivo correlacionar, se realizó con el único objetivo de determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto mayor en el pueblo El Progreso. El universo muestra por 99 adultos mayores. Se utilizaron dos instrumentos para la recolección de datos: La escala del estilo de vida y el cuestionario semiestructurado sobre los factores biosocioculturales de la persona. Se llegó a las siguientes conclusiones: La mayoría de los adultos

mayores presentan un estilo de vida no saludable y un porcentaje significativo tienen un estilo de vida saludable.

Según Sairitupac J, (23). Investigación titulada: Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor. Caleta Coishco Viejo, 2015. Cuyo objetivo: Determinar la relación entre estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto mayor. Metodología de tipo cuantitativo y diseño descriptivo correlacional, muestra de 100 adultos mayores, como resultados: Casi la mayoría tiene un estilo de vida no saludable y un mínimo de porcentaje tienen estilos de vida saludable. En factores Biosocioculturales, la mayoría tienen como estado civil convivientes, más de la mitad tiene grado de instrucción secundaria e ingreso económico de 400 a 650 soles , menos de la mitad son de sexo femenino, de religión evangélica y de ocupación ama de casa, Se concluye no cumple la condición para aplicar la prueba de chi cuadrado.

Chávez M, (24). Estudio titulado: Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor, asentamiento humano Santa Rosa del Sur, Chimbote, 2015. Cuyo objetivo Determinar la relación entre Estilos de vida y factores biosocioculturales en el adulto mayor del asentamiento humano Santa Rosa del Sur. Metodología De cuantitativo-descriptivo correccional, Muestra de 217 adultos mayores, donde sus Resultados fue: un estilo de vida saludable 7,83% y 92,16% no saludable. En relación a los factores biosocioculturales la mayoría son de sexo femenino, grado instrucción primaria, católicos de

religión, amas de casa, y de 400 a 650 nuevos soles, Se concluye: la gran mayoría no tiene una alimentación saludable, no realizan actividad física, falta de control en su medicación y tienen comportamientos que empeoran su estado de salud.

Gensollen A (25). En su estudio de investigación titulado: Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores. Asentamiento Humano los cedros- Nuevo Chimbote 2015. Cuyo objetivo es determinar la relación entre estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor. Muestra 306 adultos mayores, Metodología de Tipo cuantitativo descriptivo, en sus resultados más de la mitad de los adultos mayores poseen un estilo de vida no saludable, y un porcentaje significativo saludable tiene como resultado que: Más de la mitad de sexo femenino, menos de la mitad tienen grado de instrucción secundaria, religión católico, convivientes, con un ingreso económico de 400 a 650 nuevos soles mensuales y se dedican a otras ocupaciones Se concluye: Existe relación estadísticamente reveladora entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: sexo, grado de instrucción y estado civil.

Por otro lado Crisanto C, (26). En su estudio de investigación titulado: Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor atendido en centro de salud Bella Vista, 2016. Cuyo objetivo es determinar los estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor atendido en centro de salud Bellavista. Muestra 52 participantes, Metodología de tipo cuantitativo

descriptivo, en sus resultados los adultos mayores presentan un estilo de vida no saludable 76,9%, sexo femenino el 59.6% y la diferencia masculino, grado de instrucción primaria 69%, de religión católica 94,2%, estado civil casados 94,2%, ama de casa 46,2% y un 90.4% perciben 100 nuevos soles de ingreso. Se concluye: Adultos mayores presentan un estilo de vida no saludable, por una mala alimentación, déficit de ejercicio, etc.

2.2. Bases teóricas y conceptuales de la investigación

El presente trabajo de investigación se fundamenta en las bases teóricas de estilo de vida de los autores Marc Lalonde y Nola Pender, por ello percatamos que ambas teoristas fundamentan, la relación entre estilos de vida y factores biosocioculturales de la humanidad se consideró las bases conceptuales del Ministerio de Salud y el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI).

Marc L. Honorable destacado abogado, nació en Canadá en el año 1929, fue Ministro de Salud, aclamado internacionalmente por su perspectiva de promoción de la salud y la prevención de enfermedades, por ello llegó a la conclusión de que la situación de la salud individual y colectiva está muy poco influenciada por intervenciones biomédicas. En el año 1974 Publicó perspectivas sobre la Salud de los Canadienses, refiriéndose a bases de que la salud y/o enfermedad no estaban relacionadas con factores biológicos o agentes infecciosos, enfatizo que las enfermedades tenían base u origen socioeconómico (27).

Determinantes para la salud



Marc asignó una consideración muy importante sobre el medio ambiente y el estilo de vida, por lo tanto en la actualidad sabemos el bienestar del ser humano no solo va de la mano con la asistencia sanitaria, y ante una enfermedad no solo mejorará o se mantendrá mediante una atención médica, por lo tanto Lalonde conceptualizó determinantes de la salud, los cuales son elementos fundamentales para el bienestar y mejora de la persona. Además refiere que el propio individuo es el que toma decisiones respecto a su salud con estilos de vida saludables, es por ellos que tener malos hábitos perjudica y conllevan a riesgos, consecuencia de enfermar los cuales conllevan a la muerte (28).

Según Lalonde M, (28) Propuso hace casi cuatro décadas que nuestra salud está condicionada por cuatro determinantes: la herencia biológica, el sistema sanitario, el medio ambiente y los estilos de vida. Refiere que las tomas de decisiones en el individuo conllevan a hábitos diarios de riesgos por lo tanto es el único que puede tener un autocontrol. Estos riesgos tienen como resultado enfermedades y la muerte.

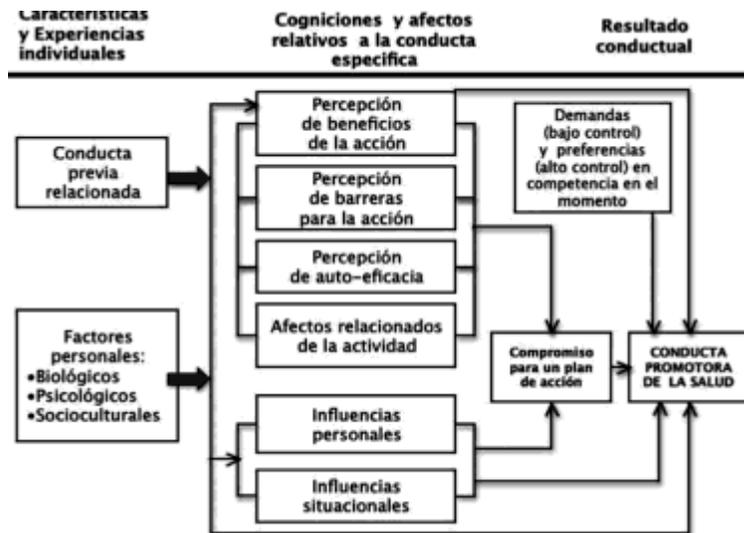
Medio ambiente: Incluye aquellos componentes relacionados con la salud que son externos al cuerpo humano, a los cuales la persona tiene poco o ningún control, en los cuales por sí solos no puedes garantizar la inocuidad ni pureza; ambientes físico, biológicos, contaminación atmosférica, química, tanto del aire, suelo y agua, factores socioculturales y psicosociales relacionados con la vida en común (28).

Estilos de vida: Representa a un conjunto de hábitos personales a diario que el individuo adquiere con respecto a su propia salud, en donde se puede ejercer cierto control, como la alimentación, actividad física, actividad sexual, utilización de servicios de salud, etc. Las malas decisiones y hábitos perjudiciales para la salud tienen como resultado riesgos que origina la propia persona, conllevando a la enfermedad o muerte. Se dice que las prácticas, experiencias y actividades del día a día del individuo esenciales para lograr obtener el confort (28).

Biología Humana: Relacionado a aspectos genéticos tanto física como mental, que se manifiestan en el organismo como consecuencia biológica fundamental para ser Humano, y con la edad de las personas, proceso maduración y envejecimiento, su biología puede repercutir sobre la salud de múltiples, variadas y graves, contribuyendo a mortalidades y a una serie de problemas en la salud, ya sea de trastornos genéticos, malformaciones congénitas, enfermedades crónicas y retraso mental, radicando en la biología humana creando desdichas y precios elevados para tratarse (28).

La atención sanitaria: Acarrea a la calidad, accesibilidad y financiamientos de los servicios de salud que atienen al individuo y a la población, ya sea con medicamentos, servicios públicos comunitarios, ambulancia y otros servicios sanitarios (28).

Ante la clasificación de estas cuatro grandes categorías que Lalonde marco como condiciones fundamentales para tener tanto un bienestar como un estilo de vida saludable, explica claramente como la persona tiene que vincularse y conducirse con el entorno , no olvidando introducir un hábito diario de actividad física , hacer mover nuestros músculos , evitando una vida sedentaria con escasas de ejercicio donde conlleva aumentar el régimen de problemas de salud, especialmente aumento de peso entre ello: Sobrepeso y/o Obesidad y padecer de problemas cardiovasculares. Es por ello, tener un estilo de vida Saludable nos beneficia tanto en la salud mental, física y/o emocional; bienestar general haciendo referencia al conjunto de aquellas cosas que necesitan para vivir bien (28).



Así mismo quien sustenta la investigación es nuestra adorable Nola Pender quien nació el 16 de agosto de 1941 en los estados unidos en la ciudad de Lansing Michigan, su vocación comenzó desde los 7 años de edad cuando por primera vez asistió a una atención de enfermería de una familiar hospitalizada, priorizando ayudar a otras personas a cuidar de sí mismas. Nola pender se convirtió en una enfermera terapeuta, obtuvo doctorado en la universidad en Evanston, Illinois. Posteriormente comenzó a trabajar en su teoría, el modelo de promoción de la salud en 1972. Actualmente está casada con Albert Pender, un profesor y economista por el cual como este apellido Pender, tiene dos hijos y su residencia siempre fue en Michigan. (29).

Para Pender N, (29). Reconocida por su gran aporte Modelo de Promoción de la Salud describe que una conducta y comportamientos saludables evita malos hábitos de salud a lo largo de la vida ; cuenta con las siguientes dimensiones: responsabilidad en salud, nutrición, actividad física, manejo del estrés,

relaciones interpersonales y espiritual. Así mismo refiere estilos de vida como un patrón importante que está centrado directamente en la salud cada ser humano realiza en el transcurso de su vida.

La teoría de promoción de la salud identifica en el individuo factores cognitivo-perceptuales, que son modificados por las características situacionales, personales e interpersonales, lo cual da como resultado la participación en conductas favorecedoras de la salud, cuando existe una pauta para la acción. No se limita a explicar la conducta preventiva de la enfermedad, sino que puede ampliar para abarcar las conductas que favorecen la salud (29).

Así mismo Nola Pender se basa en las dimensiones del estilo de vida donde consideradas las siguientes:

Alimentación Saludable: Es el mecanismo mediante el cual el organismo recibe, procesa, absorbe y utiliza los alimentos para la producción de energía, que permita el funcionamiento normal de los tejidos y órganos, el crecimiento y el mantenimiento en general de la vida, un buen progreso de signos vitales, un resultado de buena salud y previene en la prevención de ciertas patologías (30).

La alimentación es educable, desde que se idea la producción de los alimentos, se gana el dinero para adquirirlos, a la hora de la compra, en la preparación y conservación de los alimentos, hasta que los ingerimos. Comemos lo que queremos, cuando queremos; al ingerir los alimentos empieza un proceso nuevo que no depende de nosotros, de nuestra voluntad, que no podemos educar, es la

nutrición incluyendo alimentos proteicos, sales minerales carbohidratos y vitaminas esenciales para mantener una buena talla y peso, incluyendo disminuir riesgo a enfermarse , poder ejercer las labores diarias, poder crecer sanos; la alimentación ayuda a obtener una mejor calidad de vida , evitando en un futuro Enfermedades no Transmisibles como : Diabetes , Hipertensión arterial , osteoporosis y patologías como el cáncer (30).

Actividad y Ejercicio: se define actividad física cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía. Es importante la salud física y mental sobre todo en los adultos mayores lo cual ayuda a mantenerse independiente a largo plazo, por lo tanto para mantener una buena salud los adultos mayores deben estar activos , entre actividad física tenemos: el movimiento corporal , correr , trotar. Al realizar actividad física se debe considerar treinta minutos al día, con intensidad de acuerdo a la edad y capacidad de la persona, lo cual mejorará el bienestar de la persona, estar en confort, disminuyendo cierta enfermedades no transmisibles como el sobrepeso, obesidad, diabetes, enfermedades cardiovasculares, el cáncer las enfermedades respiratoria crónicas, enfermedad renal (31).

Dimensión Manejo del estrés: El Estrés es una tensión provocada por situaciones agobiantes que originan reacciones psicósomáticas o trastornos psicológicos a veces graves proviene de la física, hace referencia a la presión que ejerce un cuerpo sobre otro, siendo aquel que más presión recibe el que puede destrozarse y fue adoptado por la psicología, pasando a denominar al conjunto

de síntomas psicofisiológicos como: cansancio, pérdida del apetito, bajada de peso y astenia, entre otras (32).

Para aliviar el estrés es importante reconocer las cosas que uno puede cambiar , es decir si una persona puede alterarse con facilidad, de conocer maneras de relajarse en el momento , como autoayuda; evitar las situaciones que constantemente estresa , alejándose de ello o dar un descanso después de presentarse este malestar, haciendo ejercicio lo cual ayuda al cerebro liberar químicos que ayudan a sentirse mejor, para ellos también se debe cambiar la perspectiva, cambiando nuestra actitud o manera de ver las cosas de una manera positiva antes los desafíos y evitar pensamientos negativos (32).

Dimensión apoyo interpersonal: Influye mucho la personalidad de las personas, donde se desarrollan grupos de personas organizados donde se puede decir que los sentimientos son iguales, ya que esto va basado en la empatía que es cuando identificamos todo lo que tiene una persona, En la persona adulta acorta el apoyo por motivos de perder a un ser querido , ya se familiar o un amigo, por ello es importantes que el adulto mayor participe de actividades sociales e interactúen con los demás , lo cual es de ayuda para sentirse bien , saludable , en el ámbito físico y mental. El adulto mayor disfruta de compañía, de palabras de aliento ya que les permite mantenerse en el medio comunitario y así minorar asistir a centro de salud (33).

Tanto las mujeres y hombres al participar en actividades sociales logran beneficiarse ya que es de suma importancia la interacción con el entorno, es un beneficio tanto física como mental, tienen a ser más saludable, evitando sentirse aislados socialmente. Con el apoyo de la familia, pareja e hijos, incluso amigos les permitirá permanecer en el medio comunitario reduciendo la necesidad de acudir a servicios de salud (33).

Dimensión Autorrealización: en general, la autorrealización se refiere al deseo de satisfacer el potencial más alto propio. Logro efectivo de las aspiraciones que por sí las persona sienten satisfacción de superación, en el adulto mayor necesita sentirse útil, dedicarse a realizar una actividad en el día a día y que los seres humanos que lo rodean acepten que pueden desarrollar talentos, lo cual llevan a alcanzar una satisfacción como persona adulta, logrando una autorrealización, en ellos implica que la persona autorrealizadas tenga una percepción precisa del mundo, ser realista, tener conciencia ser honestos para conocer sus sentimientos y confiar en ellos y en los demás, independientes, creativos y espontáneas (simple y naturales) (34).

Características biológicas: Son las características biológicas como especie que se desarrolla y madura, las cuales nos diferencian unos de otros. Hace referencia a la realidad de la persona en tanto que organismo pluricelular, poseedor de un cuerpo que se desarrolla y madura sometido a la realidad física. Se organiza en torno a la idea de equilibrio dinámico en el marco de una relación también dinámica con el ambiente. Y toma en consideración aspectos relativos

como la influencia genética, el funcionamiento y la conducta observable como fuente de información. Son aquellas que nos diferencian de los demás, la forma de caminar, pensar, actuar, hablar, reproducirse (35).

Características sociales y económicas: se refiere a las habilidades que tenemos las personas para relacionarse con los demás, mediante la comunicación, escucha activa, comportamiento asertivo y empáticas, es de naturaleza el querer socializarnos, sentirnos en compañía brindar y recibir ayuda. Análisis relacionan la salud con aspectos socioeconómicos. En epidemiología, se ha estudiado la influencia de variables socioeconómicas, encontrando que, en función del nivel de ingresos, se establece el riesgo de desarrollar ciertas patologías ya que parece que los conceptos pobreza y enfermedad están estrechamente vinculados, no guardando relación este fenómeno con la posibilidad de contar con atención sanitaria básica, ya que muchos de estos trabajos se realizan en países en los que la cobertura sanitaria es universal y gratuita (36).

El factor económico, también puede vincularse con la pobreza, motivo de la incertidumbre, ya que no todas las personas adquieren un ingreso económico alto o estable, lo cual prohíbe alcanzar las necesidades de la vida como por ejemplo tener correcta alimentación (36).

2.2 Bases Conceptuales

Estilo de vida: abarca a valores y actitudes, comportamiento y conductas de un individuo basados en una buena alimentación, actividad física, autocuidado, lo cual conlleva a un buen estado de salud tanto físico y psicológico que proporciona en la persona bienestar. Tener un estilo de vida implica una opción consciente o inconsciente entre un sistema de comportamientos que logran un mejoramiento en las capacidades físicas y mentales en el adulto mayor (37).

El adulto mayor: está siempre expuesto a riesgos, es por ello lo buenos hábitos para su salud no solo sirve para prevenir enfermedades, si no que haciendo pequeños cambios en su estilo de vida, disminuirá ciertos factores de riesgo que puedan atentar contra su salud, sabemos que mantenernos con actividad física mejorará problemas del corazón, ayuda a evitar la osteoporosis, previene demencias y mejora el sueño, para ello también se debe tener hábitos saludables en su alimentación, como ya sabemos cuándo un adulto mayor tiene un estilo de vida saludable suelen sentirse auto deficientes, lo cual permite que se sientan útiles para la sociedad, en especial para sus propias familias y para ellos mismos, pueden valerse y entregar mucho de ellos y que no les limite seguir viviendo con alegría (37).

Es quien decide si conlleva a un estilo de vida saludable el cual puede beneficiar o perjudicar en su día a día, evitando un deterioro holístico de su persona, el tener un mejor cuidado va a permitir un mejor afrontamiento en su etapa de vida, por ello es recomendable actividades físicas, alimentos nutritivos y saludables,

evitando consumir alcohol , tabaco o sustancia nocivas , también es recomendable un control de asistencia sanitaria , tener una buena relación interpersonal ya que el estar mucho tiempo solo hace que se sientan tristes, desprotegidos , deprimidos e incluso descuidados , sentimientos de culpa lo cual en muchos casos pensamientos suicidas. (37).

Enfermería: es el cuidado, promoción de la salud, mantención y restauración de la salud de los adultos mayores, enfermería es la ciencia del cuidado profesional, significa que la enfermera guía el cuidado planificado de los seres humanos a través de un proceso que abarca el cuidado de la salud de las persona, así identificar posibles riesgos que puedan abrumar o aquejar la salud de los adulto mayores ,en ello implica tener amplio conocimiento y sustento teóricos relativos a la salud y enfermedad y planificar cuidados necesarios para mejorar su calidad de vida (38).

III. HIPOTESIS GENERAL

Si existe relación estadísticamente significativa entre estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017.

No existe relación estadísticamente significativa entre estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017.

IV. METODOLOGÍA

4.1. Diseño de investigación

Tipo y nivel

Estudio cuantitativo se basa en la seguridad y confianza de una evaluación, donde empleamos el conteo, las estadísticas y porcentajes, con el propósito de estudiar métodos estadísticos donde se necesita que haya una relación numérica entre las variables del problema de investigación, en ello utilizamos la recolección y análisis de datos y generalizar resultados a través de técnicas de muestreo (39).

Corte transversal es la recopilación de datos para poder describir las variables, es la estimación de un resultado en una población definida y en un tiempo determinada (40).

Diseño de la investigación

Descriptivo: Especificaciones, propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se realice, especifica tendencia de un grupo o población (41).

Correlacional: determina y evalúa una correlación en que dos o más variables se encuentran relacionadas entre sí, y de qué manera contribuye una de la otra (41).

4.2 Población y muestra:

4.2.1 Universo Muestral

El universo muestral estuvo constituida por 120 adultos mayores que pertenecen al Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017.

4.2.2 Unidad de análisis

Cada adulto mayor que pertenece al Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017. que formaron parte de la muestra donde respondieron al cuestionario y/o criterios de investigación.

Criterios de Inclusión

- Adulto mayor que aceptaron participar en el estudio.
- Adulto mayor que tuvieron comunicación asertiva.
- Adultos mayores que fueron de los ambos sexos.

Criterio de Exclusión:

- Adulto mayor que tuvieron problema de lenguaje.
- Adultos mayores que tuvieron alguna alteración de trastorno mental.

4.3 Definición y Operacionalización de variables e indicadores

ESTILO DE VIDA DE LA PERSONA ADULTA MAYOR

Definición Conceptual

Conjunto de patrones conductuales que caracteriza a la persona, formas de vivir de manera consistente en su vida cotidiana determinado por conjunto de factores que depende del individuo dando lugar a estilos de vida saludables manteniendo un buen estado de salud o colocándola en un riesgo (42)

Definición Operacional

Se utilizó la escala nominal

- Estilo de vida saludable: 75 - 100 puntos
- Estilo de vida no saludable 25 – 74 puntos

FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO MAYOR

Definición conceptual

Características o circunstancias detectables en la persona, que pueden ser no modificables. Los factores considerados son: Estado civil, escolaridad, ingreso económico, ocupación, religión (43).

Sexo

Definición Conceptual

Conjunto de características genéticas, gonadales, hormonales y anatómicas que tipifican a un ser humano como un hombre o mujer (44).

Definición Operacional

Se utilizó escala nominal

- Masculino
- Femenino

FACTORES CULTURALES DE LOS ADULTOS MAYORES

Religión

Definición Conceptual

Es un elemento de la actividad humana, que suele componerse de creencias y practicar cuestiones de tipo existencial, moral y sobrenatural, ya sea positivo o negativamente; normas de comportamiento y de ceremonias con las que el

hombre reconoce una relación con la divinidad , de un solo Dios o varios dioses (45).

Definición Operacional

Se utilizó escala nominal

- Católico
- Evangélico
- otros

Grado de Instrucción

Definición Conceptual

Es un indicador de estudios realizado o en curso, conocimiento adquirido, aprendizaje, donde se demuestra conocimiento, habilidades y destrezas según nivel de instrucción (46).

Definición Operacional

Se utilizó escala ordinal

- Analfabeto(a)
- Primaria
- Secundaria
- Superior

FACTORES SOCIALES DE LOS ADULTOS MAYORES

Estado Civil

Definición Conceptual

Condición de una persona según el registro civil en función de si tiene o no pareja y su situación legal respecto a esto. Conjunto de la circunstancias personales que determinan los derecho y obligaciones de la personas (47).

Definición Operacional

Se utilizó escala nominal

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

Ocupación

Definición Conceptual

Hace referencia a lo que la persona se dedica, ya sea funciones o tareas en las que se desempeña (empleo, actividad o profesión) determinados por la posición en el trabajo (48).

Definición Operacional

Escala nominal

- Obrero
- Empleado
- Ama de casa
- Estudiante

- otros.

Ingreso Económico

Definición Conceptual

Es la cantidad de dinero que una persona percibe en un periodo determinado, producto de su trabajo (sueldos, salarios, alquileres y demás) (49).

Definición Operacional

Escala de intervalo

- Menor de 400 nuevos soles
- De 400 a 650 nuevos soles
- De 650 a 850 nuevos soles
- De 850 a 1100 nuevos soles
- Mayor de 1100 nuevos soles

4.4 Técnicas e Instrumentos de la recolección de datos:

Técnicas

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

Instrumentos

En el presente trabajo de investigación se utilizó 2 instrumentos para la recolección de datos que se detallan a continuación:

Instrumento No 01

Escala del Estilo de vida

Instrumento fue elaborado en base al Cuestionario de estilo de vida promotor de salud, de Walker E, Sechrist K y Pender N, modificado por Delgado, R; Díaz, R; Reyna, E. , para medir el estilo de vida a través de sus dimensiones: alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud. (Ver anexo N° 01) Está constituido por 25 ítems distribuidos en seis dimensiones que son las siguientes:

Alimentación saludable, actividad y ejercicio, manejo del estrés, responsabilidad en salud, apoyo interpersonal, y autorrealización.

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

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

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

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

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

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

Cada ítem tiene el siguiente criterio de calificación

NUNCA: N = 1

A VECES: V = 2

FRECUENTEMENTE: F = 3

SIEMPRE: S = 4

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

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

Instrumento No 02

Cuestionario sobre factores biosocioculturales del adulto.

Elaborado por Delgado, R.; Díaz, R.; Reyna, E., modificado por; Reyna E, en Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación. (Ver anexo N° 02)

Está constituido por 8 ítems distribuidos en 4 partes:

- Datos de Identificación, donde se obtiene las iniciales o seudónimo de los adultos entrevistados (1 ítems).
- Factores Biológicos, donde se determina la edad y el sexo (2 ítems).
- Factores Culturales, donde se determina la escolaridad y la religión (02 ítems)
- Factores Sociales, donde se determina el estado civil, la ocupación y el ingreso económico (3 ítems).

Control de Calidad de los datos:

Validez externa:

Se aseguró la validez externa por juicio de expertos presentando el instrumento a cuatro (4) expertos en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindaran mayor calidad y especificidad a los instrumentos (50).
(Anexo 3)

Validez Interna

Donde se realizó la validez interna ítem por ítem o ítem total a través de la prueba piloto a una muestra similar a la población en estudio (50).

Confiability

Fue medida y garantizada mediante la prueba de Alpha de Crombach, lo cual indica que la escala para medir el estilo de vida es totalmente confiable. (50).
(Anexo 4)

4.5. Plan de Análisis

4.5.1 Procedimiento para la recolección de datos:

Para la recolección de datos del presente trabajo de investigación se consideró los siguientes aspectos:

- Se informó y pidió el consentimiento de los adultos mayores que pertenecen al pueblo joven Florida Alta sector III, haciendo hincapié que los datos recolectados y resultados obtenidos mediante su participación son estrictamente confidenciales.
- Se coordinó con los adultos mayores que pertenecen al pueblo joven Florida Alta sector III, para su disponibilidad y el tiempo para la fecha de la aplicación de los dos instrumentos.

- Se procedió a aplicar los instrumentos a cada adulto mayor que pertenece al pueblo joven Florida Alta sector III.
- Se realizó lectura del contenido o instrucciones de la escala y del cuestionario para llevar a cabo las respectivas entrevistas.

Los instrumentos fueron aplicados en un tiempo de 20 minutos, las respuestas serán marcadas de manera personal y directa.

4.5.2 Procesamiento y Análisis de datos:

Los datos fueron procesados en el paquete SPSS/info/software versión 18.0, se presentaran los datos en tablas simples y de doble entrada luego elaborar sus respectivos gráficos.

Para establecer la relación entre variables de estudio se utilizó la prueba de independencia de criterios Chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de $p < 0.05$.

4.6 Matriz de consistencia

TÍTULO	ENUNCIADO DEL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL	OBETIVOS ESPECÍFICOS	HIPÓTESIS	METODOLOGÍA
Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturale En Adultos Mayores Del Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017.	¿Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en adultos mayores que pertenecen al Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017?	Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosociocultura les en adultos mayores que pertenecen al Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017.	<ul style="list-style-type: none"> • Valorar el estilo de vida en adultos mayores que pertenecen al Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017. • Identificar los factores biosocioculturales: Sexo, Grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico biosocioculturales en adultos mayores que pertenecen al Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017. 	<ul style="list-style-type: none"> • SI Existe relación estadísticamente significativa entre estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores del Pueblo Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017. • NO existe Existe relación estadísticamente significativa entre estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017. 	Tipo y nivel cuantitativo de corte transversal, con diseño descriptivo correlacional.

4.7 Principios éticos:

El presente estudio de investigación fue aplicado bajo principios éticos que rigen la actividad investigadora Uladech , Católica versión 002, Aprobado por acuerdo del Consejo Universitario. Los instrumentos se respetaron y cumplieron los criterios éticos de la investigación (46).

Anonimato: Se aplicó la cuestionario a los adulto mayores, indicándoles que la investigación será anónima y que será con fines de una investigación.

Protección a las personas: Se respetó la dignidad humana, la identidad, la diversidad, la confidencialidad y la privacidad de los adultos mayores de la investigación.

Beneficencia y no maleficencia: Se basó en el bienestar del entrevistado, sin causar daño y disminuir los posibles efectos adversos y maximizar los beneficios a los adultos mayores.

Justicia: Se tomó las precauciones necesarias, así mismo se reconoció la equidad y la justicia al adulto mayor que participaron en la investigación con derecho a acceder a sus resultados.

Integridad Científica: Se evaluó y declaró daños, riesgos y beneficios potenciales que pudieran afectar al adulto mayor.

Consentimiento informado y expreso: Se contó con la manifestación de voluntad, informada, libre, inequívoca y de los adulto mayores (Ver anexo N° 05).

V. RESULTADOS

5.1 Resultados:

TABLA 1

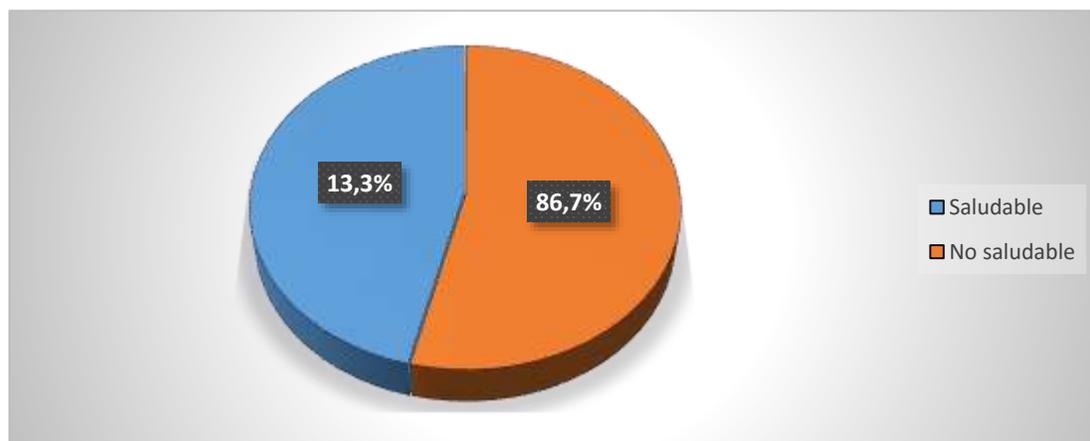
ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III - CHIMBOTE, 2017.

ESTILO DE VIDA	N°	%
Saludable	16	13,33
No saludable	104	86,7
Total	120	100,00

Fuente: Escala de Estilo de vida del adulto, elaborada por: Delgado R, Reyna E, Díaz R, (2018) aplicado a los adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017.

GRÁFICO 1

ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III - CHIMBOTE, 2017.



Fuente: Escala de Estilo de vida del adulto, elaborada por: Delgado R, Reyna E, Díaz R, (2017) aplicado a los adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017.

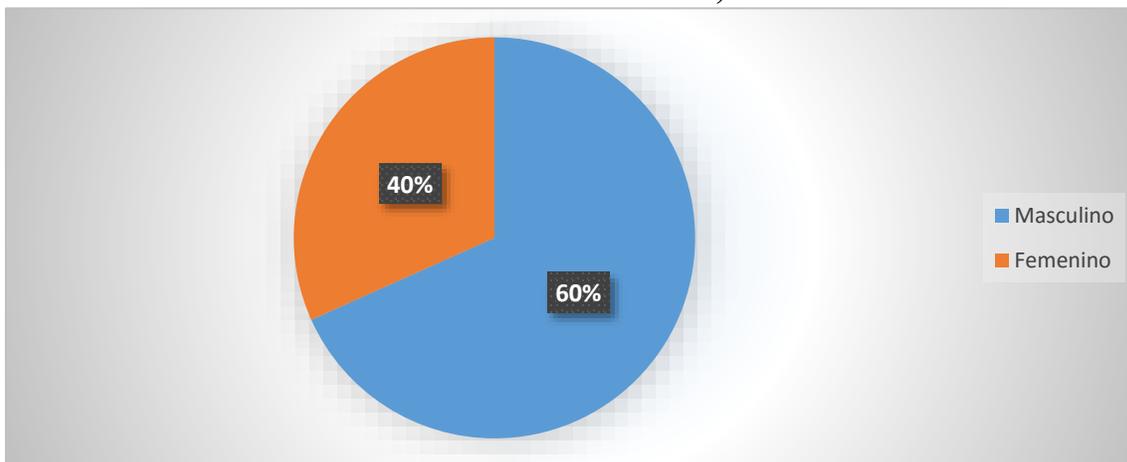
TABLA 2
FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MAYORES DEL
PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III - CHIMBOTE, 2017.

FACTORES BIOLÓGICOS		
Sexo	N°	%
Masculino	38	31,7
Femenino	82	68,3
Total	120	100,0
FACTORES CULTURALES		
Grado de instrucción	N°	%
Analfabeto	6	5,0
Primaria	15	12,5
Secundaria	99	82,5
Total	120	100,0
Religión	N°	%
Católico	100	83,3
Evangélico	14	11,7
Otros	6	5,0
Total	120	100,0
FACTORES SOCIALES		
Estado civil	N°	%
Soltero(a)	8	6,6
Casado(a)	8	6,6
Viudo(a)	98	81,7
Conviviente	6	25,0
Total	120	100,0
Ocupación	N°	%
Obrero	13	10,8
Empleado	4	3,3
Ama de casa	59	49,2
Estudiante	0	0
Otros	44	36,7
Total	120	100,0
Ingreso económico soles	N°	%
Menos de 400 nuevos soles	1	0,8
De 400 a 650 nuevos soles	1	0,8
De 650 a 850 nuevos soles	107	89,2
De 850 a 1100 nuevos soles	10	8,3
Mayor de 1100 nuevos soles	1	0,8
Total	120	100,00

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna E; Delgado R. aplicado a los adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017.

GRÁFICO 2

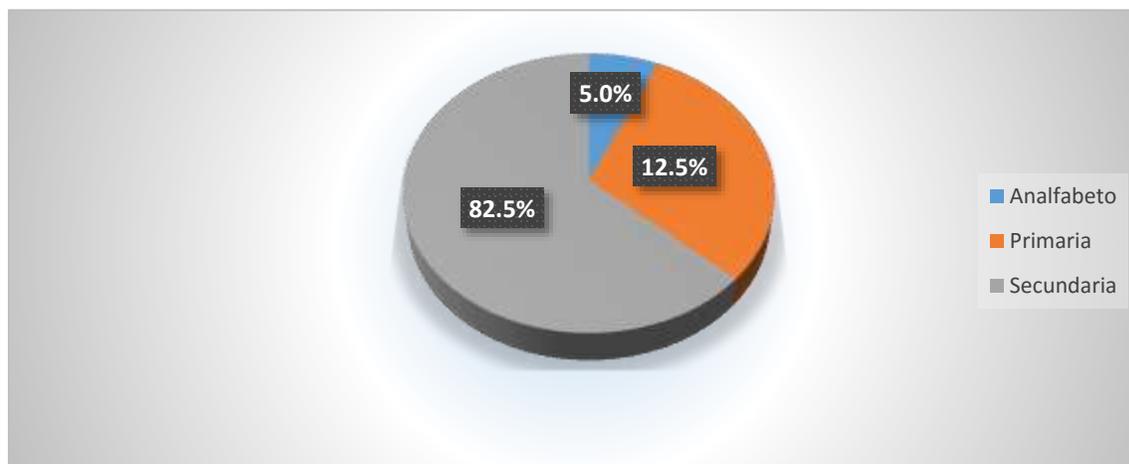
SEXO EN LOS ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III - CHIMBOTE, 2017



Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna E; Delgado R. Aplicado a los adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017.

GRÁFICO 3

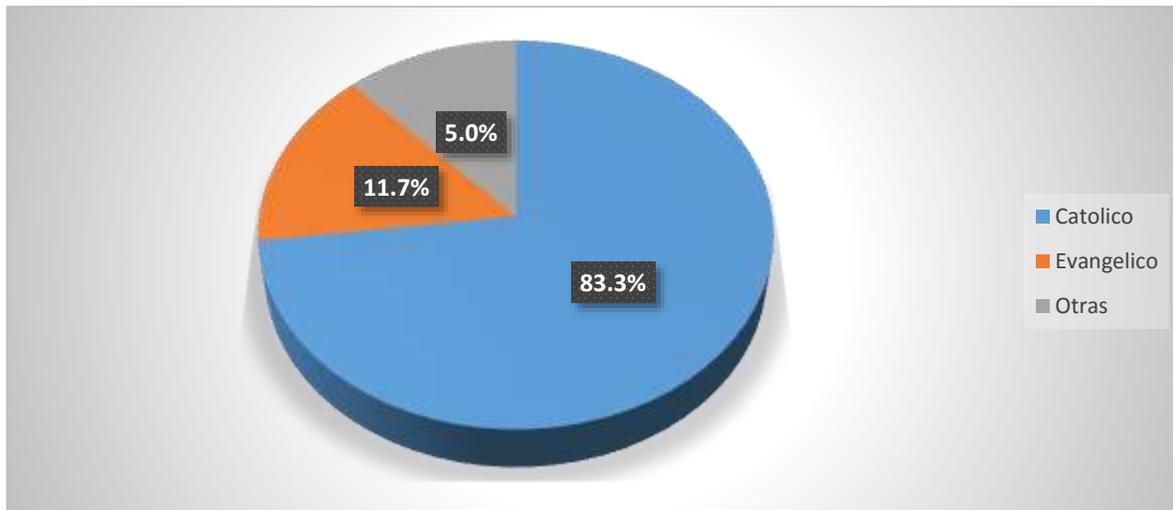
GRADO DE INSTRUCCIÓN EN LOS ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III - CHIMBOTE, 2017



Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna E; Delgado R. Aplicado a los adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017.

GRÁFICO 4

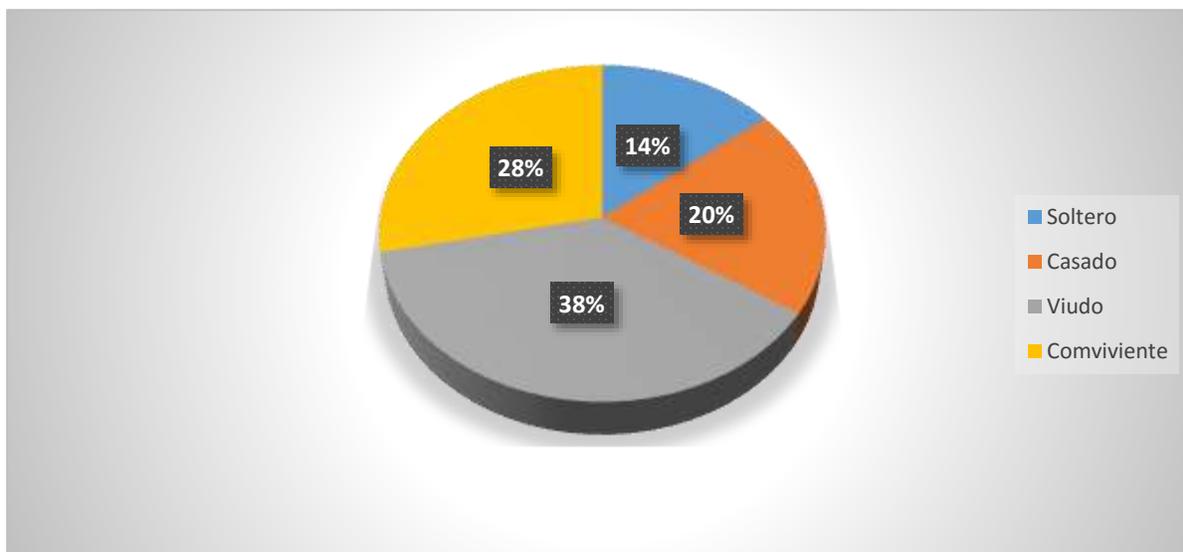
RELIGIÓN EN LOS ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III - CHIMBOTE, 2017



Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna E; Delgado R. Aplicado a los adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017.

GRÁFICO 5

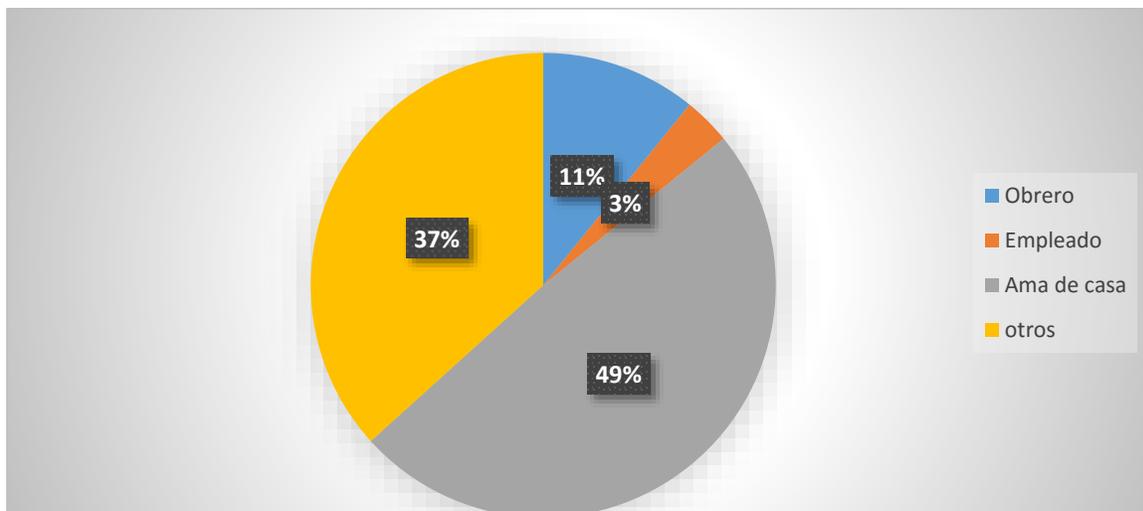
ESTADO CIVIL EN LOS ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III - CHIMBOTE, 2017



Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna E; Delgado R. Aplicado a los adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017.

GRÁFICO 6

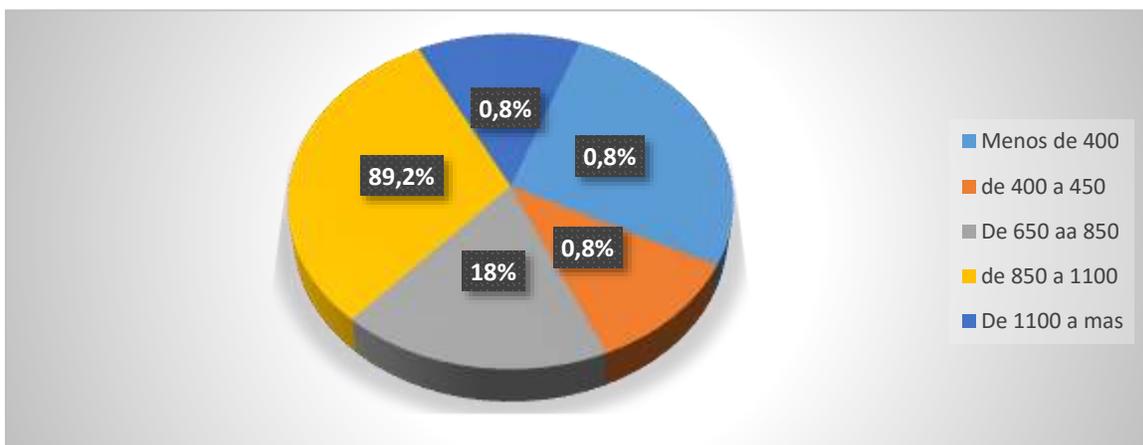
OCUPACIÓN DE ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III - CHIMBOTE, 2017.



Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna E; Delgado R. Aplicado a los adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017.

GRAFICO 7

INGRESO ECONOMICO DE LOS ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III - CHIMBOTE, 2017



Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna E; Delgado R. Aplicado a los adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017.

RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES BIOSOCIOCULTURALES Y EL ESTILO DE VIDA EN LOS ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III - CHIMBOTE, 2017

TABLA 3

FACTOR BIOLÓGICO Y ESTILO DE VIDA EN LOS ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III - CHIMBOTE, 2017

Sexo	Estilo de vida				Total	
	Saludable		No saludable		N	%
	N	%	N	%		
Masculino	5,0	4,2	33,0	27,5	38,0	31,7
Femenino	11,0	9,2	71,0	59,2	82,0	68,3
Total	16	13,3	104	86,7	120	100,

Prueba de Chi Cuadrado

$\chi^2 = 3,071; 1gl$

$P = 0,080 > 0,05$

No existe relación estadísticamente significativa entre las variables.

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna E; Delgado R. Aplicado a los adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017.

TABLA 4
FACTOR CULTURAL Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES DEL
PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III - CHIMBOTE, 2017

Grado de instrucción	Estilo de vida				Total	
	Saludable		No saludable			
	N	%	n	%	n	%
Analfabeto	0	0,00	6	5,6	6	5,0
Primaria	1	0,8	14	11,7	15	12,5
Secundaria	15	12,5	84	70,0	99	82,5
Total	16	13,3	104	86,7	120	100

Prueba de Chi Cuadrado

($\chi^2 = 4,839$; 5gl P = 0,436 > 0,05)

No cumple las condiciones para aplicar la prueba de chi cuadrado

Religión	Estilo de vida				Total	
	Saludable		No saludable			
	N	%	n	%	n	%
Católico(a)	12	10,0	88	73,3	100	83,3
Evangélico(a)	2	1,7	12	10,0	14	11,7
Otras	2	1,7	5	4,3	6	5,0
Total	16	13,3	104	86,7	120	100

Prueba de Chi Cuadrado

($\chi^2 = 5,362$; 2gl P = 0,069 > 0,05).

No cumple la condición para aplicar la prueba del chi cuadrado

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna E; Delgado R. Aplicado a los adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017.

TABLA 5
FACTOR SOCIAL Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES DEL
PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III - CHIMBOTE, 2017.

Estado civil	Estilo de vida				Total	
	Saludable		No saludable		n	%
	n	%	N	%		
Soltero(a)	0	0,0	8	6,7	8	6,7
Casado(a)	1	0,8	7	5,8	8	6,7
Viudo(a)	15	12,5	83	69,2	98	81,7
Conviviente	0	0,0	6	5	6	5,0
Total	16	13,3	104	86,7	120	100

Prueba de Chi Cuadrado ($\chi^2 = 6,565$; 4gl, $P = 0,161 > 0,05$)

No existe la condición para aplicar la prueba del chi cuadrado

Ocupación	Estilo de vida				Total	
	Saludable		No saludable		N	%
	N	%	N	%		
Obrero	4	3,3	9	7,5	13	10,8
Empleado	0	0	4	3,3	4	3,3
Ama de casa	21	17,5	38	37,7	59	49,2
otros	18	15,0	26	21,7	44	36,7
Total	43	35,8	77	64,2	120	100

No cumple la condición para aplicar la prueba del chi cuadrado χ^2 más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5

Ingreso económico	Estilo de vida				Total	
	Saludable		No saludable		N	%
	N	%	N	%		
Menos de 400	0	0,0	1	0,8	1	0,8
400 - 650	0	0,0	1	0,8	1	0,8
650 - 850	16	13,3	91	75,8	107	89,2
De 850 - 1100	0	0,0	10	8,3	10	8,3
Mayor de 1100	0	0,0	1	0,8	1	0,8
Total	16	13,3	104	86,7	120	100

Prueba de Chi Cuadrado ($\chi^2 = 0,993$; 1gl $P = 0,319 > 0,05$)

No existe relación estadísticamente significativa

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna E; Delgado R. Aplicado a los adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017.

5.2 Análisis de resultados:

Tabla 1: Se obtuvo como resultados del 100% (120) adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III – Chimbote, 2017. En donde el 86,7% (104) presentan de estilos de vida no saludable, mientras que el 13,3% (16) tienen estilos de vida saludable.

Y estos resultados se asimilan con lo adquirido por Gutiérrez M, (52). Donde se concluye que el 94% (94) de adultos mayores tienen estilo de vida no saludable en ello su mayoría, el 6% presentan un estilo de vida saludable, así mismo los datos obtenidos por Pardo Y, Rodríguez Y, (53). En donde se concluye que del 100% (171) adultos mayores de su población en ambos sexos el 96,5% presentan estilos de vida no saludable y solamente un mínimo 3,5% tienen estilos de vida saludable.

Así mismo estos resultados se asemejan a los estudio de Chávez M. (54). En su investigación titulada estilos de vida y factores biosocioculturales en el adulto mayor de asentamiento humano santa rosa del su segunda etapa. Donde concluye que del 100% (217) adultos mayores 92, 16% un estilos de vida no saludable y un 7,83 (17) estilos de vida saludable, en relación a los factores biosocioculturales la mayoría son de sexo femenino, profesan la religión católica, de ocupación ama de casa, obtienen un ingreso económico de 400 a 650 soles mensuales y menos de la mitad son casados.

Según lo apreciado de los distintos autores ya mencionados los estilos de vida no saludable y presentan un bajo porcentaje de estilos de vida saludable, lo cual también se refleja en los adultos mayores dela asentamiento humano Pueblo Joven Florida Alta

Sector III lo cual es un factor alto de riesgo para su salud, ya que en su mayoría consumen sus alimentos de dos a tres veces al día , además son alimentos poco balanceado entre ellos carbohidratos, grasas saturadas , es por ello que solo se preocupan en saciar su hambre que a la larga obtendrán consecuencias de desnutrición, sobre peso u obesidad, enfermedades cardiovasculares y disminución de la actividad motora, además ocasionará disminución de la densidad ósea, pérdida de fuerza, mayor índice de fatigas musculares, disminución de gasto cardiaco, de la frecuencia y el volumen sistólico, disminución de oxígeno, aumento de la presión arterial , como también menor capacidad de adaptación y recuperación.

La OMS define la salud del adulto mayor como persona sana , aquel capaz de confrontar proceso de cambios y adaptación funciona de manera satisfactoria; es un estado completo de bienestar físico, mental y social, y no solo ausencia de afecciones o enfermedades. De lo contrario es deber de sistemas de salud promover cambio de estilos de vida, verificar factores de riesgo en la salud, brindar consejería que debe de servir de ayuda a pacientes como motivación para mantener o adquirir comportamientos saludables para su salud (55).

Se entiende por estilo de vida es estar saludable , tanto en lo individual mental como físicamente, es la manera de vivir que abarca hábitos, comportamientos , costumbres, que logran satisfacer la necesidad del ser humano , involucra las relaciones grupales donde s adquiere conducta como ocupación en tiempos libre, el consumo, la alimentación, hábitos higiénicos, la vivienda , el urbanismo e inclusive la relación con el entorno; es saludable tener una estricta dieta balanceada, sana y

natural, realizar ejercicio o algún tipo de deporte, recrearnos, relajarnos y saber manejar el estrés , todo ello conllevan a la satisfacción de las necesidades humanas para alcanzar la calidad de vida. El estilo de vida se basa en la alteración éntrelas condiciones de vida es un sentido amplio, asimismo los patrones individuales de conductas determinados por factores socioculturales y características personales.

Así mismo Nola Pender considera su modelo de promoción de la salud con el objetivo de integrar las perspectivas de enfermería y de las ciencias conductuales sobre los factores que influyen en las conductas de salud, nos brinda las siguientes dimensiones:

La alimentación es fundamental para nuestra vida, es la ingesta para conseguir nutrientes necesario, por medio de la alimentación podemos obtener energías para que nuestro organismo funcione adecuadamente y lograr un desarrollo equilibrado; es un proceso por el cual se obtiene nutrientes necesarios para sobrevivir y realizar toda las actividades del día a día, así también nos permitirá confrontar a nuestro sistema inmunológico de alguna enfermedad o recaer ante alguna de ellas (56).

En relación con la alimentación se encontró un porcentaje elevado en adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III los cuales consumen alimentos pocos balanceados, no había horarios establecido para la ingesta de alimentos, por bajos recursos o por realizar los deberes del hogar, en el caso de los varones su alimentación dependían de sus hijos los cuales muchas veces no están presente en casa, , en otros casos se alimentan con comida rápidas o de ambulantes por estos desórdenes

alimenticios los adulto mayores están más propensos a padecer de ciertas enfermedades gástricas, enfermedades cardiovasculares, depresión , estrés, etc. Asi mismo el alimentarse requiere de una preparación adecuada, y en ellos no tienen quien se los prepare, por ello muchas veces optan por comprar menús, y comer cosas blandas ya que la dentadura no la tienen completas siendo este un factor adicional al resultado.

La Autorrealización, e la tendencia que todo los seres humanos desarrollamos al máximo, talento o capacidades lo cual nos permite sentirnos orgullosos y satisfecho con nosotros mismo, auto descubrirnos, es conocer nuestro yo auténticos; es una las necesidades del ser humanos por ello una persona autorrealizada lucha por alcanzarlo pero muchas veces en obligado dejar de lado por estar ocupados con otras necesidades más básicas, como el trabajo, atender a los mientras de nuestra familia (57).

Es por ellos la autorrealización de los adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III no viven relajados, presentan estrés ya que un gran porcentaje no cuentan con el apoyo de su familia es por ello el adulto mayor necesita seguridad protección y amor para que puedan resolver su problemas con mucho interés, con buen sentido de humor ,aceptando y respetando su etapa de vida, en ello pueden gozar su vida con intensidad , ser conformes con ellos mismos, así mismo cuando se habla de estilos de vida se refiere a la forma de vida de una persona como en las relaciones personales , del consumo y/o hospitalidad y la forma de vestir, es un conjunto de actitudes y comportamiento que las personas pueden desarrollar , ciertas veces son saludables y otras pueden ser nocivas para la salud.

La dimensión de actividad física abarca el ejercicio, es considerada cualquier movimiento del cuerpo fundamental para un buen mantenimiento físico, ellos incluye las actividades del hogar, trabajar, jugar y viajar así mismo las actividades recreativas. En adultos mayores es recomendable actividad física moderada; la actividad física es beneficioso para la salud de las personas no solo para mantenerlas activas, en caso de personas con problemas de movilidad les ayuda a mejorar su equilibrio y prevenir caídas, fortalece los músculos y nuestro sistema óseo. Además beneficia a la salud cardiorrespiratoria realizándose en periodos de al menos 10 a 15 min diarios (58).

En cuanto a la actividad física los adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta, la gran mayoría no realiza actividades que permitan que su cuerpo este en movimiento poniendo así en riesgo su salud, tanto integridad física como contraer enfermedades cardiovasculares, problemas cardiacos, involucrando en su día a día el sedentarismo próximos a subir de peso a ser personas con sobrepeso u obesidad. Refieren ya no realizar caminatas ni realizar ejercicio de 20 a 30 min diarios debido a la falta de interés, por otro lado referían que sus huesos ya no les permitía realizar las mismas actividades que antes incluso se observó discapacidad física, por ello actualmente utilizan soporte de ayuda como bastones, andadores y silla de ruedas.

Con respecto a la dimensión de responsabilidad en salud permite que la persona realice acciones para mantener, mejorar la salud y o modificar los comportamientos saludables, beneficioso para nuestro bienestar ya sea a individual y colectiva. Así mismo la responsabilidad en salud evitara poner en riesgo nuestra salud con malos hábitos (59).

Es por ello la dimensión de responsabilidad en salud de los adultos mayores de esta población no toman conciencia, por el mismo desinterés de recrearse o realizar ejercicio físico, por ello se debe tomar conciencia y realizar acciones oportunas vitando así riesgos para su salud, empleando comportamientos y hábitos saludables, es recomendable acudir a centros de salud o hospital a realizarse chequeos y no solo cuando presenten algún síntomas de enfermar. Refieren no contar con seguros, en su mayoría el SIS por ello no cuentan con un control de salud siendo así un factor para que ellos no tengan un control de su salud.

En cuanto la Dimensión de redes de apoyo están formadas por centro educativos que participan y coopera en un proceso de cambio, construcción o transformación, comprometidos con el cambio y mejora de una u otra manera brindando ayuda a las personas tanto en sus necesidades económicas , sociales, ambientales, etc. Las redes de apoyo sirven de apoyo emocional, guía cognitiva y consejos, ayuda material y de servicios (60).

Respecto a la dimensión de redes de apoyo los adulto mayores del Pueblo Joven Florida Alta refieren que el trato y el respeto mutuo con su vecinos conllevan a tener una buena comunicación , y en algunas oportunidades de reúnes para recordar un poco de su juventud , de los problemas en casa y sienten un gran apoyo al ser escuchados , también refieren que alumnos de la universidades se acercan a sus casa dar sesiones educativas reciben apoyo, por lo que es allí donde ellos pueden contar sus sentimientos problemas, preocupaciones, y se sienten desahogarse hasta escuchados por alguien que les da importancia a lo que dicen.

Por otro lado tenemos la Dimensión del manejo de estrés se entiende como la respuesta fisiológica específica del organismo, puede estar asociada a estímulos agradables o desagradables ante situaciones que implican demanda excesiva, es por ello las personas debemos saber sobrellevar nuestras preocupaciones, tensiones fisiológicas o psicológicas que pueden conllevar a enfermedades físicas, el estrés provoca enfermedades físicas concretas, preocupación y angustia, que puede desembocar en trastornos mentales; desórdenes familiares y sociales (61).

Es por ello, que el manejo de estrés del adulto mayor del Pueblo Joven Florida Alta refieren presentar constantemente en situaciones de estrés, principalmente porque no pueden realizar sus actividades diarias por voluntad propia, además refieren sentirse una carga para sus hijos ya que no aportan para los gastos del hogar, el adulto mayor pierde la capacidad de enfrentarse correctamente a una situación inesperada, por lo mismo que su organismo ya no funciona bien por su misma edad y solo dependen de sus hijos, otra causa por la cual presentan estrés es dejar autónomos y no poder valerse por sí mismos, mientras algunos adultos mayores referían que desde que se jubilaron su estado financiero no ha sido el mismo y no puede ayudar a sus hijos con sus propios gastos, algunos refieren que por estrés presentan insomnio, pesadilla, palpitaciones, dolor muscular y cansancio.

Se concluye que la comunidad en estudio el estilo de vida en adultos mayores no son saludables, refieren comer a horas no adecuadas, no hacen ejercicios en sus vidas diarias. A su vez, la población adulta que manifestaron no tener estilos de vida no saludable reflejado en el porcentaje de nuestros resultados, por lo tanto presentan

riesgos de desarrollar riesgos crónicos y/o afecciones más frecuentes como la gripe, enfermedades respiratorias, sobrepeso, obesidad, diabetes mellitus, etc. Ante ya lo mencionado se debe por un déficit de consumo nutritivo, ya sea por una mala alimentación balanceada, y escases de frutas, también implica el abuso de sustancias nocivas que causan daño para su salud sobre todo en esta etapa de vida.

De tal modo que se recomienda hacer de ellos cambios de vida, motivar al adulto mayor a desarrollar nuevos estilos de vida de como alimentarse, hacer deporte, para mejorar su salud, realizar terapias de relajación, hacer frente a las disminuciones y limitaciones físicas como por ejemplo caminatas, baile terapia, enfrentamiento activo de estrés, contribuir al mantenimiento donde se sientan útiles y tengan un buen autoestima personal, asistir a campeonatos de juegos e incluso realizar trabajos como manualidades donde ellos mismos puedan adaptarse a la sociedad y puedan socializar con personas que tengan sus mismos intereses, con la familia, con un grupo de amigos, en el centro laboral o la comunidad; una de las modalidades de recreación para adultos mayores serían: recreación pedagógica, ambiental, comunitaria y terapéutica.

Así mismo es considerable y de suma importancia empezar a trabajar con la municipalidad y los centros de salud de alrededores para promover estrategias sanitaria dando prioridad a este pueblo joven en estudio con la finalidad de sensibilizar y mejorar el estilo de vida de los adulto mayor, acercándonos más a ellos mediante programas de prevención, sesiones y charlas educativas y demostrativas, haciéndoles participe e involucrándolos para llevar a un cambio notable, en especial a personas que tienen inconvenientes acercarse a un centro de salud o presentan alguna discapacidad.

Tabla 2: Se obtuvo como resultado del 100% (120) de los adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III ; En cuando al factor biológico respecto al sexo 68,3% (82) son de sexo femenino, podemos observar qué en factor cultural el 82,5% (99) posee grado de instrucción secundaria; el 83.3% (100) son de religión católica. En cuanto a los factores Sociales el 37.5% (98) tienen Estado civil son viudos; así mismo en la ocupación el 49,17% (59) son amas de casa; respecto al ingreso económico el 89,2% (107) reciben un ingreso de 650 a 850 nuevos soles al mensualmente.

Estos resultados difieren con los estudios realizados por Robles I, (62). Donde manifiesta que el factor biológico 57,4% es de sexo masculino, en el factor cultural el 47,4% tienen grado de instrucción primaria incompleta, el 65,5% tienen religión católica.

Cuando nos referimos a los factores biológicos del adulto mayor nos referimos al sexo como la identidad de la persona, masculino o femenino , este saber cobra carácter moral, porque sabremos distinguir al varón y a la mujer ; determina la identidad propia de la persona, los hombres se diferencian al sexo femenino por sus características física y emocionales , mientras el hombre posee una musculatura mayor a la de la mujer, ya que ellas denotan un toque característico que le da la feminidad, llevando a una condición que se puede cambiar y modificar de lo que realmente conoce el ser humano, es aquí donde entran los transgéneros (63).

Así mismo el sexo es el conjunto de peculiaridades que caracterizan a los individuos de la especie dividiendo masculinos de femeninos, el sexo en todas en sus

ambigüedades es una parte de la sociedad importante para la vida diaria, por ello dependen la reproducción de las especies y el mantenimiento de equilibrio poblacional (64).

En nuestros resultados observamos en relación a los factores biosocioculturales que más de la mitad de los adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta son de sexo femenino, esto refleja que existe más mujeres viudas, por lo cual son amas de casa y en su mayor tiempo están realizando ciertas actividades en el hogar ya sea cocinando, limpieza, lavando la ropa, cuidando a los nietos y otra simplemente a la espera de ser atendidas por sus hijos, por ello fue más accesible que participaran en nuestra investigación. En su mayoría se mostraron alegres y colaboradoras, por ella la feminidad designa a la delicadeza, la suavidad, la coquetería y empatía.

Mientras el sexo masculino se observa con un porcentaje significativo, ya sea porque el varón emplea el tiempo en actividades fuera del hogar con horarios establecidos para así poder llevar el pan de cada día o la canasta básica para la familia, aun así refieren también apoyar en los quehaceres del hogar que en algunos casos les toca hacer el rol de padre y madre para sus hijos, por ellos casi siempre prefieren darles todo a ellos y a sus nietos descuidando un poco su salud y su aspecto físico.

Así mismo difieren con el estudio realizado por Romo D, (66). En su estudio: Donde concluyo que en factor cultural más de la mitad tienen grado de instrucción superiores.

Respecto al factor cultural el grado de instrucción, la educación se entiende como

el proceso de enseñanza, es realizar el grado académico en muchos casos concluidos y en otros incompletos; lo cual fundamental para ser humano, el cual nos ayuda a formarnos, desarrollando destrezas y habilidades, es decir ayuda a persona a adquirir nuevos conocimientos que permiten mejorarnos tanto en el ámbito colectivo e individual. Por ello el grado de instrucción nos ayuda a cómo enfrentar a la vida, a nuestro entorno. Así mismo se entiende como grado de instrucción al nivel de grado en el que te preparaste, primaria, secundaria o estudios superiores (67).

Respecto a la educación, es la capacidad de cada persona, consiste en ir adquiriendo nuevos conocimientos integradores en el orden social, lo que permite desarrollarnos e incluso mejora tanto en ámbitos individuales como colectivos. Así mismo la educación influyen en una mejor calidad de vida, según el grado de educación que tengamos nos permitirá aumentar nuestros ingresos y así poder solventar los gastos en el hogar, estudios o en el hogar (68).

Al analizar el nivel educativo del adulto mayor se encontró el 82,5 tienen grado de instrucción secundaria completa, es su mayoría refieren que culminaron sus estudios con ayuda de un familiar o trabajando por las tardes o noches ya que sus padres solo se dedicaban a la cosecha y no inculcaban el interés por el estudio, en otros caso el estatus económico no les permitió avanza a un grado más como el de asistir a una universidad, siendo así un problema para conseguir un buen trabajo y un buen salario, no les quedaba de otra que trabajar en obras , en recolección de basura ,empleadas del hogar e incluso en lavanderías para familia adineradas, conductores , etc. Actualmente solo se queda en cada a espera de la atención de su hijos y nietos

mayores o en el cuidado de ellos.

Sin embargo un porcentaje significativo de los adultos mayores con un 5,0% son analfabetos, refieren que por bajos recursos económicos, por la falta de oportunidad o el desinterés por el estudio no lograron adquirir nuevos conocimientos, por ello les fue difícil adaptarse a la sociedad y se dedicaban solo al campo, en otros casos el vivir alejados de la ciudad y no tener acceso a movilidad le denegó asistir a centros de estudio, así mismo surge el analfabetismo por carencia o desinterés por el estudio.

Por otro lado, la religión de religión se refiere al credo y a los conocimientos dogmáticos sobre la entidad divina. La religión implica la relación, el vínculo con dios o los dioses, según creencias cada persona opta por comportamientos en determinados ritos como por ejemplo las oraciones, las procesiones, imágenes, etc. Independientemente la religión que profesamos, cada ser humano tiene su manera de entender o aceptar la divinidad, existen distintos tipos de religión y distintas formas de adorar a un Dios. Los Monoteístas que creen en un solo dios como el cristianismo, judaísmo y el islamismo. En cambio para lo politeístas existen muchos dioses y lo no-teístas que no creen en la divinidad de Dios (68).

Respecto a la religión de los adultos mayores profesan la religión católica, creyentes de un solo Dios, también llamada universal conformada por los más fieles en el mundo, refieren tener un rosario el cual rezan por amor a dios, asisten a misa todos los domingos para encomendar su vida y su familiares, cuentan con una biblia en su hogar y la mayoría son bautizados, se caracterizan por la creencia en Jesucristo y en la santísima trinidad, por su libro sagrado que es la biblia, su máxima autoridad

en la tierra el Papa y tienen presente respetar los 10 sacramentos que siguen desde que fueron bautizados , se observa la fe en la iglesia, la creencia en el cielo ya que cuando hablaban de Dios lo hacían con amor mirando hacia el cielo, también refieren confesar sus pecados , mediante ello ayunan y alguno se abstienen de consumir carnes, eso refieren a cambio de obtener el perdón de dios.

Los resultados se relacionan a lo reportado por Robles E. (69). Donde concluye en el factor cultural la mayoría profesa la religión católica y respecto al factor Social 29,17% son de estado civil viudos, el 22,50 % son ama de casa y el 36,67% de los adultos mayores tienen un ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles.

El estado civil es la situación jurídica de un individuo, tanto en la familia y en la sociedad que habilita para ejercer derechos e incluso contraer ciertas obligaciones, es la situación que crea lazos con otra persona sin que se su pariente, con individuos de otro sexo o de su mismo sexo, adquiriendo deberes y derechos civiles; es la situación estable o permanente relacionados con la vida de la persona desde el nacimiento y defunción, filiación y matrimonio, nombres y apellidos, emancipación y edad, nacionalidad, patria , tutela entre otras. Entre los más comunes tenemos la de soltería (aquellas que no se encuentran comprometidas legalmente con otras), el de casado (aquella que si lo están) y el divorciado (Aquellos que han roto su vínculo amoroso o legal) y los viudos (los que pierden a sus parejas por muerte) (70).

Se puede apreciar que la mayoría de los adulto mayores, esto sucede porque en esta etapa de la vida tienden a fallecer unos de los conyugues, por lo mismo si llevaron un estilo de vida no saludable que conllevo a padecer de ciertas enfermedades, en algunos

casos los adultos mayores refieren que sus esposas (os) difuntos fallecieron por algún tipo de accidente.

Respecto a la ocupación es el conjunto de funciones que desempeña una persona en el área de su trabajo, tanto en lo personal, particular o empresaria, e incluso el hecho de ser ama de casa ya que es un rol muy importante ya que la persona se encarga de satisfacer necesidades en el hogar tanto como en la alimentación, limpieza, atención a los hijos y conyugues; la educación representa una profesión según el rubro que le pertenece, con ello se adquiere el ingreso económico (71).

Como se puede observar, los adultos mayores en su mayoría son amas de casa desempeñando su función como el realizar actividades en casa en la cocina, manualidades, costura, muy aparte de tener el rol de quien cuida a los hijos o nietos, de ser quien realiza la limpieza, el lavado de ropa, etc. La mayoría de estas amas de casa refieren que inculcaron desde muy pequeñas que el hombre debía salir a laborar y llevar el sustento a la casa mientras las mujeres debían ocuparse de los quehaceres del hogar.

El ingreso económico es todo tipo de ingreso al hogar, para satisfacer necesidades básicas, es decir un sueldo o salario de los miembros de familia que laboren dentro o fuera de casa. En el ámbito de la economía, el concepto de ingresos es un elemento esencial tanto monetarios como no monetarios que se acumulan y que generan un círculo de consumo o ganancia para el hogar. (72).

En el adulto mayor recibe un salario de 650 a 850 soles mensuales en este factor podemos observar que en lo económico necesita de un apoyo por parte de la familia

ya que ellos solo cuentan con su jubilación, y no satisfacen a sus necesidades, donde la falta de ello afectan y se duplican las tensiones económicas, lamentablemente estas ausencias y carencias de ingreso económico vulnera la salud del adulto mayor.

Por lo tanto se concluye respecto a los factores biosocioculturales de los adultos mayores, tienen influencia indirecta a través de las conductas de salud, en ellos encontramos factores: biológico, social y cultural del ser humano, se puede especificar que el factor biológico se refiere a la cantidad de años, el sexo. Lo social aquello que influye a la persona para relacionarse o interaccionar con los demás, los cuales pueden ser perjudiciales, como los malos hábitos que tenemos a diario o positivos que nos beneficia para nuestra sobrevivencia en la sociedad, y en el factor cultural que influye directamente la vida de las personas, con pensamientos o percepciones distintas diferenciado las costumbres, educación, la creencia, los prejuicios, etc. Incluso puede modificarse para conseguir fines propios.

Además al analizar la situación antes descrita, se puede concluir que los adultos mayores con ayuda del personal de salud pueden optar por hábitos saludables, interviniendo de una forma positiva enfocado en la calidad de vida, no solo incentivar también sensibilizar su manera de conllevar un estilo de vida saludable obteniendo un mejor cuidado de su salud. En el adulto mayor en el factor económico necesita de un apoyo por parte de la familia ya que ellos solo cuentan con su jubilación, y no satisfacen a sus necesidades, lamentablemente estas ausencias y carencias de ingreso económico vulnera la salud del adulto mayor.

Tabla 3: De los estilos de vida relacionados a los factores biológicos, se muestra que respecto a la variable sexo con el estilo de vida no existe relación estadísticamente significativa para ello se utilizó la prueba de Chi-cuadrado de independencia de criterios ($\chi^2 = 3,071$; 1gl $P = 0,080 > 0,05$) Así mismo en relación sexo se observa que un 68,3% (82) son femenino, así tienen mismo un 59,2 no saludable y 9,2% estilos de vida saludable un 31.7%(38) son masculinos, así mismo 27,5% no son saludables sus estilos de vida y un 4,2% su estilo de es saludable. Se evidencia que no cumple la relación estadísticamente significativa para aplicar la prueba del chi cuadrado.

Los resultados se asemejan a estudios realizados por Chochachin M, (73). Se concluye que no existe relación estadísticamente significativa entre sexo y estilo de vida ($\chi^2 = 0,089$; 1gl $P = 0,766 > 0,05$) al realizar prueba de chi cuadrado de independencia de criterios. Así asimilar a estudios realizado por Cribillero M, (74). Donde reporta que no existe relación significativa entre sexo y estilos de vida ($\chi^2 = 2,604$; 1gl $P = 0,107 > 0,05$). Sin embargo estudios difieren por Rubiños N, (75), Donde concluye que si existe relación estadísticamente significativa entre estilos de vida y sexo ($\chi^2 = 3,479$; 1gl $P = 0,0 > 0,05$).

Definir sexo es una parte normalmente saludable, ya que no solo incluye el comportamiento sexual si no que hablamos del género, de cómo los cuerpo funcionan y nuestros valores, actitudes, crecimiento y sentimientos de la vid, así mismo el factor biológico sexo permite identificar al hombre y a la mujer, en donde la anatomía de nuestro cuerpo desarrolla en cada etapa de vida desde el nacimiento destinados a cumplir funciones de reproducción (77).

Al analizar el factor biológico sexo con estilos de vida no hay relación significativa no siempre condiciona o conlleva a desarrollar estilos de vida saludables o no saludables, por ello el ser mujer o varón no lo determina, ya que cada uno es responsable de la calidad de vida que conllevamos y depende de cada uno realizar o adquirir hábitos, comportamientos. Así mismo en nuestra investigación realizada por los adulto mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III se observa poco saludable , en su mayoría por sedentarismo ,por ocuparse más de la familia , por escasas de información y a su vez la tensión o preocupación de atender a los nietos o estar a la espera que los hijos las visiten y las apoye sacándolas de esa rutina diaria, por otro lado la edad adulta no les permite tener fuerzas y habilidades para satisfacer sus necesidades e incluso el desinterés por realizarse un chequeo médico.

Por lo tanto los resultados obtenidos de la variable estilos de vida y sexo de los adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III no existe relación estadística ya que del sexo femenino y masculino no determina que adquieran estilos de vida saludable, así mismo no tienen conciencia de lo que puede repercutir en la salud de los mismo; el no realizar actividad física al menos 30 minutos al día, el no ingerir alimentos balanceados, tomar 8 vasos diarios, no dormir bien, no asistir a un chequeo médico, as etc. Sea por descuido, desinteresa o poca toma de conciencia e incluso falta de información a ciertas enfermedades es que pueden llegar a ser persona desarrollar problemas de obesidad, sobrepeso, hipertensión, etc. Así mismo las amas de casa que desempeñan un rol de más cuidado y protección para la familia deberían reflejar comportamiento y hábitos que beneficien la salud de su entorno.

Los resultados son similares a la investigación realizada por Martell E, (78). Donde concluye que no existe relación estadísticamente significativa entre sexo y estilos de vida al realizar la prueba de Chi-cuadrado de independencia de criterios ($\chi^2 = 1,423$; 2gl $P = 11,5 > 0,05$). Sin embargo los resultados se asimilan a lo investigado por Cabana P, Colque R, (79). Donde Concluye que no existe relación significativa entre estilos de vida y sexo ($\chi^2 = 1,154$; 2gl $P = 01,5 > 0,05$). Sin embargo difieren con la investigación de Morales J, (80). Donde concluye que si existe relación estadísticamente significativa entre sexo y estilos de vida ($\chi^2 = 1,165$; 1gl $P = 00,0 > 0,05$).

Al analizar estilos de vida se basa a un conjunto de pautas, hábitos y comportamientos que benefician a nuestra salud, donde se disminuyen situaciones que ponen en riesgo a la persona, incluso de conllevarlas a la muerte. Así mismo el tener hábitos que beneficien nuestra salud como por ejemplo: tener un control sanitario, control y tratamiento de las tensiones, un buen régimen de ejercicios, sueño adecuado, realizar deportes tienen efectos importantes para nuestra salud, de lo contrario el estilo de vida no saludable como no tener un régimen alimenticio, el abuso de sustancias tóxicas como el tabaco, alcohol, nicotina, cafeína se relaciona como hábitos negativos y poco saludable para nuestra salud (81).

Es recomendable que el personal de salud en unión con los directivos del Pueblo Joven Florida Alta Sector III tomen conciencia, por ellos deberían realizar campañas de salud, Promover promoción de la salud, educación programada y de forma

continúa brindar capacitación sobre el cuidado y estilo de vida que el adulto mayor necesita. Sensibilizar a los familiares y a toda la población adulta mayor de la importancia que es recibir atención y cuidados para su bienestar en esta etapa de su vida.

Concluyendo con los resultados de esta investigación no se encontró relación estadísticamente significativa en adulto mayor tanto en los factores culturales, de sexo femenino presentan un estilo de vida no saludable, debido a la forma como viven a diario, de cómo conllevan su día a día antes actitudes y comportamiento poco favorables para obtener buena salud, así mismo es necesario concientizar a toda la población a realizar diversas actividades para mejorar su calidad de vida y no solo vivan por vivir, es importante como profesional de enfermería sensibilizar a los adultos mayores a adquirir estilos de vida saludable a través de campañas, visitas domiciliarias sesiones y charlas demostrativas, así se podrá disminuir o prevenir desarrollar enfermedades a futuro.

Tabla 4: Se muestra la relación entre el factor cultural grado de instrucción y estilos de vida el 82,5% de los adultos mayores tienen grado de instrucción secundaria completa, el 70,0% presentan estilo de vida no saludable y el 12,5 estilos de vida saludable. Mientras en el factor cultural (religión) muestra que el 83,3% de los adultos mayores profesan la religión católica, el 73,3% tienen estilos de vida no saludable, mientras el 10,0 % estilos de vida saludable.

Al relacionar las variables religión y grado de instrucción estilo de vida empleando el estadístico del Chi-cuadrado de independencia encontramos que entre la variable

grado de instrucción no existe relación estadísticamente significativa ($\chi^2 = 4,839$; 5gl $P = 0,436 > 0,05$), así mismo en la variable de Religión no existe relación estadísticamente significativa ($\chi^2 = 5,362$; 2gl $P = 0,069 > 0,05$).

Los resultados se asimilan la investigación de Vásquez J, (82). Donde concluye que aplicando datos estadísticos Chi-cuadrado ($\chi^2 = 3,830$; 1gl $P = 0,0 > 0,05$). No cumple condición en las variables religión y estilo de vida para aplicar la prueba de Chi - Cuadrado más de 20% de las frecuencias esperadas son inferior a 5. Así mismo se asemejan a la investigación realizada por Meza M, Paitan B, (83). Donde concluye que no existe relación entre religión y estilo de vida ($\chi^2 = 3,111$; 2gl $P = 14,5 > 0,05$). Por otro lado difiere con lo investigado por Lozada J,(84).donde concluye que sí existe relación estadísticamente significativa entre la variable estilo de vida y la religión.

Respecto a la religión es lo que nos une a un Dios es aquel que está comprometido con la divinidad, dispuesto a cumplirlos mandamientos, se basa a ciertos creencias como el rezar, asistir a misa, ser bautizados, etc. El tener una religión católica implica tener fe a un solo Dios, tener fé, ser una persona de bien, toda persona religiosa vive con Dios en el corazón, lleno de paz y amor, dispuesta a servir a amar a Dios por sobre todas las cosas (85).

Para la OMS, están íntimamente unidas la salud y la educación, ya que aquellas personas desde niñas (os) tuvieron un mayor grado de educación, donde los hijos lo deciden tener en una edad adulta. Así mismo los caballeros y las damas alfabetizadas tienen mejor probabilidad de conocer mejor sobre la salud. Así mismo su educación aumenta un estatus más en las mujeres, también favorecen su salud sexual y la protege

de ser violentada en lo domestico. De tal manera que educarse es un factor que predomina a la enfermedad, pobreza, miseria, de la mujer (86).

Si comparamos a los estudio investigados, en este sentido al relacionar los resultados de los autores con los obtenidos en la presente investigación se enlazan los factores culturales como la religión y los estilos de vida, los estilos de vida se pueden verse afectados por las creencias, conductas y costumbres religiosas que tienen los adultos mayores, ya que hoy en día las iglesias católicas no mantienen reglas en cuanto alimitaciones, puesto pero lo aceptan en sus distintas reuniones, como también realizan fiestas o celebraciones, donde el adulto mayor suele asistir sin algún inconveniente. Cabe mencionar que este tipo de actitudes representan factores de riesgos que pueden dar como resultados consecuencias no buenas y saludables para la salud del adulto mayor.

De tal manera cabe mencionar que el nivel de estudios y estilos de vida son conceptos diferentes, sin embargo, según lo referido por sus adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III, alcanzaron estudiar secundaria, así como el tiempo de desayunar en familia es reducido, por lo que toman al paso, esto hace que no tengan una buena alimentación saludable, es por ello entonces que se considera que para tener una mejor calidad de vida se debe de contar con los conocimientos precisos que promuevan los hábitos adecuados y beneficiosos para la salud, puesto que la educación es la formación práctica del de cada persona, , las cuales deben ser puesta en práctica en la vida cotidiana, sin embargo si no se alcanza un grado de instrucción a un nivel más alto no se tendrán los conocimientos suficientes para satisfacer nuestras

propias necesidades y cuidarnos.

Por lo tanto, se concluye que no se cumple las condiciones para aplicar la prueba de chi cuadrado entre la variable grado de instrucción y estilo de vida, mientras la variable religión y estilo de vida no existe relación estadísticamente significativa, ya que cada persona tiene hábitos o formas de vivir en las cuales es o no favorable para su salud. Debido a ello como han conllevado desde la infancia hasta la actualidad, que no han sido corregidas a los largos de vida, sin tomar conciencia por perjudicable que llegaría a ser para su salud.

Tabla 5: La relación de los factores sociales y estilo de vida. Al relacionar el estado civil con el estilos de vida utilizando el dato estadístico Chi- cuadrado independencia ($\chi^2 = 6,565$; 4gl, $P = 0,161 > 0,05$) muestra que no existe relación estadísticamente significativa.

Así mismo se muestra en relación de ingresos económicos y estilos de vida haciendo uso del estadístico Chi-cuadrado de independencia ($\chi^2 = 0,993$; 1gl, $P = 0,319 > 0,05$). Se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables.

Sin embargo al relacionar la variable ocupación y estilo de vida utilizando el estadístico Chi-cuadrado de independencia encontramos que no cumple la condición para aplicar χ^2 más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5.

Los resultados son similares a lo investigado por Vásquez J, (87). Muestra la relación entre factores sociales y estilos de vida. Al relacionar el estado civil con el estilos de vida utilizando datos estadísticos Chi-cuadrado de independencia ($\chi^2 =$

18.714; 4gl, $P = 0,008 > 0,05$). Donde concluye que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables.

Así mismo estos resultados se relacionan a lo investigado por Media E, (88). Donde concluye que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables estado civil y estilo de vida al realizar la de Chi-cuadrado de independencia de criterios ($\chi^2 = 4,642$; 3gl, $P = 0,200 > 0,05$).

Los resultados difieren a lo investigado por Gensollen A, (88), concluye que la relación entre la ocupación y estilos de vida. Muestra que haciendo el uso estadístico de Chi-cuadrado de independencia ($\chi^2 = 37,208$; 4gl, $P = 0,000 > 0,05$). Si existe relación estadísticamente significativa entre las variables. De igual manera con el ingreso económico y estilos de vida si tienen relación estadísticamente significativa entre las variables, utilizando datos estadísticos Chi-cuadrado de independencia ($\chi^2 = 12,639$; 4gl, $P = 0,013 > 0,05$). Así mismo los estudios obtenidos difieren a los encontrados por Sigueñas R, (89). Donde concluye que las variables de remuneración tienen una frecuencia esperada inferior a 5 y en ingreso económico no se cumple con las condiciones para aplicar la prueba Chi-cuadrado; 4 casillas (40%) tienen una frecuencia esperada inferior a 5.

Al analizar los resultados encontrados por los autores anteriores se puede comparar que los factores sociales de una a otra manera ponen en contacto desde el nacimiento a la persona con otros seres humanos, ayuda aprender de cualquier forma a ganarse el sustento diario. Ya que el comportamiento que el ser humano adopta lo hace a través de ejemplos de su propio entorno. Así mismo es el caso de los adultos mayores del

Pueblo Joven Florida Alta Sector III , quienes mencionan que pocos decidieron convivir con sus parejas, así como de casarse, la mayoría fueron viudos, pero explican que por lo que hoy en día refieren que no fue necesario el matrimonio para vivir unidos, quienes refieren que muchas veces la diferencia de carácter los hacia pelear, discutir, por lo que optaron por separarse a vivir peleando.

Entonces se define como estado civil a la relación de la persona o la posición que mantiene, sus relaciones de familia que le otorga ciertos derechos, deberes y obligaciones civiles. En el caso de la Viudez, así mismo el estado civil es el que se encuentra las personas en una situación (90).

En este sentido para los adultos mayores, la mayoría son viudos, por lo que se refleja que las mujeres son las que tienen menos tiempo de vida por lo que son ellas la que se enferman con frecuencia y los problemas de salud los conlleva a la muerte, por lo que reflejaron un inmenso sentir de tristeza, según lo que relata una de las adultas mayores encuestadas, que al contar sobre su día a día se le notaba en su rostro una tristeza e incluso lágrimas al sentirse solos. Es por ello que se puede deducir al ver los resultados es tanto el riesgo de soledad a los que están sometidos los adultos mayores, es necesario que su propia familia le brinde amor y cuidados para que al menos puedan llevar un estilo de vida adecuado para su edad.

Asimismo, haciendo un análisis en cuanto a su variable del ingreso económico, el estilo de vida, los resultados reflejan a la mayoría de los adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta tienen un ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles al mes, lo que representa que sus estilos de vida son no saludables. Por lo cual se deduce que si los adultos

mayores tuvieran un mayor ingreso económico se podría mejorar sus hábitos de alimentación diaria, como es el caso de aquellos adultos mayores que tienen un ingreso económico más alto y mantienen estilos de vida saludable.

En cuanto a su ingreso económico es denominado a la suma de dinero, cual monto mensual cubre los gastos de la familia, es decir es la cantidad de dinero que las familias u hogar gastan en un periodo determinado, ya sea que este ingreso económico va hacer variable o fijo(91).

Asimismo, haciendo un análisis en cuanto a su variable del ingreso económico, el estilo de vida, los resultados reflejan a la mayoría de los adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta , tienen un ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles al mes, lo que representa que sus estilos de vida son no saludables. Por lo cual se deduce que si los adultos mayores tuvieran un mayor ingreso económico se podría mejorar sus hábitos de alimentación diaria, como es el caso de aquellos adultos mayores que tienen un ingreso económico más alto y mantienen estilos de vida saludable.

Por otro lado, los adultos mayores refieren que cada vez que reciben sus pagos por haber trabajado o les fue bien en su pequeño negocio lo priorizan en sus alimentos, como ellos mismos lo mencionan no pueden derrochar el dinero y malgastarlo en lujos ò cosas que no necesitan. Por ello solo suelen gastar su dinero en los gastos básico para su hogar, su alimentación, algunas cosas para sus nietos y algunos gastos en medicamentos cuando van a sus controles. En cuanto a la relación con ocupación la mayoría son empleados, gozan de estilo de vida saludable, un tanto tienen estilos de vida no saludable.

Según los resultados que refleja del autor anterior, se puede mencionar de los adultos

mayores del Pueblo Joven Florida Alta la mayoría se dedica a laborar en trabajos como empleados de empresas de fábricas, empresas que les otorga sus beneficios, donde ellos pueden percibir un ingreso mensual, cabe mencionar que el trajín que realizan en sus diferentes labores no es beneficioso para su salud. Entonces según lo referido por los adultos mayores se puede mencionar que la ocupación influye en el estilo de vida porque su tiempo se lo dedican al trabajo dejando de lado la preocupación por sí mismos y por su estado de salud.

VI. CONCLUSIONES Y ASPECTOS COMPLEMENTARIOS:

a. CONCLUSIONES

- En los estilos de vida de los adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III , casi la mayoría presentan estilos de vida no saludable con un porcentaje mínimo representando un estilo de vida saludable.
- En la relación a los factores biosocioculturales de los adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta, se concluye que la mayoría son de sexo femenino , tienen grado de instrucción secundaria, profesan la religión católica , el estado civil viudos y su ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles. Más de la mitad tienen estado civil viudos (as).
- Al realizar la prueba de Chi-cuadrado podemos apreciar que la relación entre los factores biosocioculturales y el estilo de vida: No existe relación estadísticamente significativa entre las variables sexo e ingreso económico ; mientras el grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación no cumple las condiciones para aplicar la prueba de Chi-cuadrado

b. ASPECTOS COMPLEMENTARIOS:

De los resultados encontrados se permite dar las siguientes recomendaciones:

- Dar a conocer los resultados del presente estudio de investigación a distintas autoridades, actores sociales a comprometerse a elaborar estrategias de promoción y prevención de la salud, optando por diversas maneras de mantener un estilo de vida saludable en los adultos mayores
- Brindar y difundir la información recopilada a los profesionales del puesto de salud , con el propósito de educar y orientar los adultos mayores obteniendo un cuidado integral, fomentando estilos de vidas saludables, teniendo en cuenta que para ello se necesita materiales de ayuda y herramientas para sensibilizar a este grupo etario a conllevar día a día una calidad de vida.
- Afianzar y fortalecer la educación sanitaria en los diversos sectores de la comunidad, con la participación activa como alumno, interno, serumista y licenciado en Enfermería.
- Realizar continuamente estudios de investigación donde se pueda obtener conocimientos de nuevas investigaciones, ya que en ello se pueda obtener como referencia similitud a los resultados de nuestra investigación con la finalidad de ir mejorando el estilo de Vida de la población en estudio.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS:

1. OMS | Salud del adulto mayor. PAHO [Internet]. 2020 [cited 2020 Oct 11]; Available from: https://www.paho.org/salud-en-las-americanas-2017/?post_t_es=salud-del-adulto-mayor&lang=es
2. OMS | Inactividad física: un problema de salud pública mundial. WHO [Internet]. 2013 [cited 2019 May 31]; Available from: https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_inactivity/es/
3. Obesidad y sobrepeso [Internet]. Febrero 2018. 2018 [cited 2019 Apr 12]. p. 4. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
4. Aranco N, Stampini M, Ibararán P, Medellín N. Panorama de envejecimiento y dependencia en América Latina y el Caribe [Internet]. [cited 2018 Nov 28]. Available from: <http://www.iadb.org>
5. Plummer M, de Martel C, Vignat J, Ferlay J, Bray F, Franceschi S. Global burden of cancers attributable to infections in 2012: a synthetic analysis. Lancet Glob Heal [Internet]. 2016 Sep [cited 2019 May 31];4(9):e609–16. Available from: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S2214109X16301437>
6. Hernández J, Ocampo J, Ríos DS, Calderón C, Salud LH, Salud JO. Ponencia / Report 1. Rev Salud Pública [Internet]. 2017 [cited 2019 Jan 14];19(3):393–5. Available from: <https://doi.org/10.15446/rsap.v19n3.68470>
7. INEI. Determinantes de la Salud. 2019 [Internet]. [cited 2019 Jan 22]. Available

- from: https://www.dge.gob.pe/portal/docs/asis/Asis_peru19.pdf
8. Perú ocupó el tercer lugar en latinoamérica en presentar los más altos índices de obesidad y sobrepeso | FAO | Salud | | Salud | LaRepublica.pe [Internet]. [cited 2019 May 9]. Available from: <https://larepublica.pe/salud/1408961-peru-ocupo-tercer-lugar-latinoamerica-presentar-altos-indices-obesidad-sobrepeso-fao-salud/>
 9. Perú: Nacimientos, Matrimonios Divorcios y Defunciones 1997 [Internet]. [cited 2020 Oct 11]. Available from: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitaes/Est/Lib0011/est_anc.htm
 10. Sistema de vigilancia Comunal. Fichas familiares del Pueblo Joven Florida Alta Chimbote, 2011.
 11. Guerrero L.El estilo de vida y salud | Ciencia | EL PAÍS [Art]. [cited 2019 Jan 22]. Available from: <http://www.saber.ula.ve/bitstream/handle/123456789/32226/articulo1.pdf?sequence=1>
 12. Arias A, Célleri T. (2018). Relación entre estilo de vida y estado nutricional en los adultos mayores. Internet]. [cited 2019 June 18]. Available from: http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/30569/1/PROYECTO_DE_INVESTIGACIÓN.pdf
 13. Calle N. Estilos de vida saludables en el adulto mayor: riesgo de deterioro de la function cardiovascular centro de salud Urbano Daule MSP. Guayaquil –Ecuador

- 2018 [Internet]. [cited 2020 July 27]; Available from: <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/35454/1/1248-TESES-CALLE%20DUARTE%20NILDA.pdf>
14. Natividad V, Temporelli K. Centro Nacional de Información de Ciencias Médicas. Determinantes socioeconómicos y ambientales de la hipertensión de la población adulta de Argentina [Internet]. Ciencias Médicas. Argentina: Centro Nacional de Información de Ciencias Médicas, Ministerio de Salud Pública; 1988 [cited 2019 Jun 19]. 4 p. Available from: <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/9219>
15. Castellanos J, Gómez DE, Guerrero CM. Condición física funcional de adultos mayores de Centros Día, Vida, Promoción y Protección Integral, Manizales. *Hacia promoc. salud.* 2017; 22(2): 84-98. DOI: 10.17151/hpsal.2017.22.2.7Artic Colomb [Internet]. [cited 2019 Jun 19] Available from: <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v22n2/0121-7577-hpsal-22-02-00084.pdf>
16. Gómez L, Solís O. Estilo de vida de las personas de la tercera edad: un acercamiento a la vivencia de la vejez en la ciudad de Querétaro a comienzos del siglo xxi [Internet]. 2015 [Fecha de acceso 10 de noviembre de 2017]. Disponible en: <http://www.genero.ipn.mx/Difusion/Documents/mtc16.pdf>
17. Bustamante N. Factores biosocioculturales y estilos de vida del adulto mayor del Asentamiento Humano Santo Toribio de Mogrovejo, Chachapoyas - 2015. Univ Nac Toribio Rodríguez Mendoza UNTRM [Internet]. 2015 [cited 2019 Jun 19]; Available from: <http://repositorio.untrm.edu.pe/handle/UNTRM/176>

18. Canales B, Carrero W. Estilos de vida del adulto mayor que asiste al centro de salud Hualmay – 2017. Univ Nac José Faustino Sánchez Carrión [Internet]. 2019 [cited 2019 Jun 19]; Available from: <http://repositorio.unjfsc.edu.pe/handle/UNJFSC/2298>
19. Gaspar L. Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores en el centro poblado La Villa_ Sayán, 2015 [Internet]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2018 [cited 2019 Jun 19]. Available from: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/6297?show=full>
20. Romo D. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor en el distrito de San Juan de Iscos, 2017 [Internet]. Universidad católica los ángeles de Chimbote; 2017 [cited 2019 Jun 19]. Available from: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/4432/ADULTO_MAYOR_ESTILOS_DE_VIDA_ROMO_YAURI_DEYCY.pdf?sequence=1&isAllowed=y
21. Taco S, Vargas R. Estilo de vida y estado nutricional del Adulto mayor en el Distrito de Polobaya. Arequipa 2015 [Internet]. [cited 2019 Jun 19]. Available from: <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/379/M-21587.pdf?sequence=1>
22. Cribillero M. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor, pueblo joven El Progreso, Chimbote, 2015. [Internet]. [cited 2019 Jun 19]. Disponible en: <http://revistas.uladech.edu.pe/index.php/increscendo-salud/article/view/1010>

23. Sairitupac J. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor. Caleta coishco viejo, 2015 [Internet]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2015 [cited 2019 Jun 19]. Available from: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/7890/ADULTOS_MAYOR_ESTILOS_DE_VIDA_SAIRITUPAC_TAFUR_JHAZMIN_STEFAN_Y.pdf?sequence=1&isAllowed=y
24. Chávez M. Estilos de vida y Factores biosocioculturales del Adulto Mayor, Asentamiento Humano Santa Rosa del Sur, Chimbote, 2015. [Internet]. Chimbote; 2017 [cited 2019 Jun 19]. Available from: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/8554/ADULTOS_MAYORES_ESTILO_DE_VIDA_CHAVEZ_NINATANTA MARIA ELENA_LUZMILA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
25. Gensollen A. Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores. Asentamiento Humano los cedros - Nuevo Chimbote, 2015. [Internet]. Universidad católica los Ángeles de Chimbote; 2015 [cited 2019 Jun 19]. Available from: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/8079/ADULTO_MAYOR_ESTILO_VIDA_GENSOLLEN_RODRIGUEZ_ALEJANDRA%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y
http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/8079/ADULTO_MAYOR_ESTILO_VIDA_GENSOLLEN_RODRIGUEZ_ALEJANDRA%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y

26. Crisanto J. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor atendido en el Centro de Salud de Bellavista, agosto a noviembre del 2016. Univ San Pedro [Internet]. 2017 May 10 [cited 2019 Jun 19]; Available from: <http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/USANPEDRO/3007>
27. Lalonde M. A new perspective on the health of Canadians. A working document Canadá. 1974. [Internet]. [Citado 21 de noviembre de 2017] Disponible desde el URL: https://es.wikipedia.org/wiki/Marc_Lalonde
28. Tejera J, Lalonde. Situación de un problema de salud por Marc Lalonde. [Monografía de internet]. [Citado 2010 Ago. 19]. [2 pantallas]. Disponible en: <https://www.monografias.com/trabajos56/situacion-salud/situacion-salud.shtml>
29. García J. Historia de Nola J. pender y su modelo de promoción de la salud (Internet), Chile, 1017 (Fecha de acceso el 07 de junio del 2019) Disponible en [URL::https://www.youtube.com/watch?v=djwRvIFY1Mg](https://www.youtube.com/watch?v=djwRvIFY1Mg)
30. Alimentación saludable: primera prevención, Ediciones UNL, 2014. [Internet]. [Citado el 21 de noviembre de 2017]. Disponible desde el URL: <http://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliocauladechsp/detail.action?docID=3229679>.
31. Institutos Nacionales de la Salud. Ejercicio y Actividad Física. 2010[Internet]. [Citado el 21 de noviembre de 2017]. Disponible desde el URL: <http://www.uhu.es/auladelaexperiencia/documentos/1516/AEXPERIENCIA-GuiaDeEjercicioYActividadFisica.pdf>

32. Selye, H. Estrés: Un estudio sobre la ansiedad (1950). [Internet]. [Citado el 21 de noviembre de 2017]. Disponible desde el URL: http://bdigital.uncu.edu.ar/objetos_digitales/5215/codutitesisenfermedadeslaborales.pdf
33. Centina, J. Dimensión interpersonal.2009 [Internet]. [Citado el 21 de noviembre de 2017]. Disponible desde el URL: <https://es.scribd.com/doc/12770276/Dimension-Interpersonal-Tema-1>
34. Engler B. Autorrealización.2017 [Internet]. [Citado el 21 de noviembre de 2017]. Disponible desde el URL: <https://glosarios.servidor-alicante.com/psicologia/autorrealizacion>
35. Ucha F. Desarrollo social 2009. [Citado el 21 de noviembre de 2017]. Disponible desde el URL <https://www.definicionabc.com/social/desarrollo-social.php>
36. Pinilla C. Características sociales y económicas, [Internet]. [Citado el 21 de noviembre de 2017]. Disponible desde el URL: https://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtualdata/Tesis/Human/pinilla_cs/cap3.pdf
37. Canitas. Salud en el adulto mayor 2020. [Internet]. [Citado el 21 de noviembre de 2017]. Disponible desde el URL: <https://canitas.mx/guias/salud-en-el-adulto-mayor/>
38. Gavilanes V, Mendoza E. Rol de la enfermería en el bienestar físico del adulto mayor. Enfermería Investiga, [S.l.], v. 4, n. 5, p. 24 - 28, oct. 2019. ISSN 2550-

6692.]. [Citado el 11 oct. 2020]. Disponible desde el URL:
<https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/enfi/article/view/727>
39. Hernández, R. Metodología de la Investigación. [Artículo en internet]. México: Editorial Mc Graw Hill; 2003. [Citado 21 de noviembre de 2017]. Disponible en URL: <http://www.metabase.net/docs/unibe/03624.html>
40. Canales F, Alvarado E. Metodología de la Investigación. Edit. Limusa, 20a. Reimpresión, México. 2004
41. Schoenbach V. Diseños de estudio analítico. [Monografía en internet]. 2004. [Citado el 21 de noviembre de 2017]. [44 páginas]. Disponible en URL: <http://www.epidemiolog.net/es/endesarrollo/DisenosDeEstudioAnaliticos.pdf>
42. Guerreo L, León A. Estilo de vida y salud. Edt. Med. [Internet]. 2014. [fecha de acceso el 07 de june del 2019]. Disponible desde URL: <http://www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/32226/1/articulo1.pdf>
43. Martínez N, Cabrero J, Martínez M, Diseño de la investigación. [Apuntes en internet]. 2008. [citado 2010 sep. 18.] Disponible desde URL: http://perso.wanadoo.es/aniorte_nic/apunt_metod_investigac4_4.htm
44. Mindmeister. Definición de Genero y Sexo. [Serie en internet]. [Citado el 22 de junio del 2018]. Disponible desde el URL: <https://www.mindmeister.com/es/770647542/definici-n-de-genero-y-sexo>
45. Oxford Dictionaries. Religion. [Serie en internet]. Chile, 2011 [fecha de acceso el 22 de junio del 2018]. Disponible desde el URL: <https://es.oxforddictionaries.com/definicion/religion>

46. Eustat. Nivel de instrucción. [Serie en internet]. [Citado el 22 de junio del 2018].
 Disponible desde el URL:
https://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_303/elem_11188/definicion.html
47. Carmona C. Derecho civil personas [internet]. (Citado 17 jun. 18). Disponible en: <https://definicion.de/ocupacion/>
48. Ocupación. Definición. 2020 [internet]. (Citado 13 de noviembre de 2020).
 Disponible desde el URL: <https://es.wikipedia.org/wiki/Ocupaci%C3%B3n>
49. Vásquez A. Salario. [Documento en internet]. [Citado el 21 de noviembre de 2018]
 Disponible desde el URL: <http://www.slideshare.net/alejandravasquez/diapositivas-del-...>
50. Cristopher M. Validez y confiabilidad del instrumento. [Biblioteca virtual]. España [Citado el 21 de noviembre de 2019]. Disponible en: <https://www.eumed.net/libros-gratis/2007b/303/validez%20y%20confiabilidad%20del%20instrumento.htm>
51. Domínguez J. Código de ética para la investigación. [Artículo en internet]. 2019. [Citado el 21 de noviembre de 2019].]. Disponible desde el URL: <https://www.uladech.edu.pe/images/stories/universidad/documentos/2019/codigo-de-etica-para-la-investigacion-v002.pdf>
52. Gutiérrez M. Facultad de ciencias de la salud escuela profesional de enfermería. 2015 [cited 2018 Dec 18];115. Available from: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3614/ADULTOS_

MAYORES ESTILOS DE VIDA FACTORES BIOSOCIOCULTURALES
GUTIERREZ VALDERRAMA MANUEL CATALINO.pdf?sequence=1&isAl
lowed=y

53. Pardo Y, Rodríguez Y. Estilo de vida y estado nutricional del adulto mayor del pueblo joven La Unión, Chimbote. In Crescendo [Internet]. 2014 Jun 6 [cited 2018 Dec 18];5(1):37. Available from: <https://revistas.uladech.edu.pe/index.php/increscendo/article/view/220>
54. Chávez L. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor, asentamiento humano santa rosa del sur, Chimbote, 2015. [Internet]. 2016 [cited 2018 Dec 18]. p. 111. Available from: file:///C:/Users/Admin/Downloads/ADULTOS_MAYORES_ESTILO_DE_VIDA_CHAVEZ_NINATANTA_MARIA_ELENA_LUZMILA.pdf
55. Aliaga E, Cuba S, Meza M. Promoción de la salud y prevención de las enfermedades para un envejecimiento activo y con calidad de vida. 2016 [Revista] vol 33. [cited 2019 oct 11]. Available from: <https://rpmesp.ins.gob.pe/index.php/rpmesp/article/view/2143/2243>
56. Organización mundial de la Salud. Inocuidad de los alimentos. 2020. [Base de datos en Línea]. [cited 12 July 2010] URL Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/food-safety>
57. Club ensayos. ¿Qué es autorrealización? [Bases de datos en línea]. [actualizado el 12 de octubre del 2020] URL Disponible en:

<https://www.clubensayos.com/Psicolog%C3%ADa/AUTORREALIZACI%C3%93N/398174.html>

58. Organización mundial de la salud. Actividad física. 2018[Bases de datos en línea]. [actualizado el 12 de octubre del 2020] URL Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
59. Pad L. La salud una responsabilidad de todos. 2018. [Bases de datos en línea]. [actualizado el 12 de octubre del 2020] URL Disponible en: <https://lillypad.es/entry.php?e=685&n=la-salud-una-responsabilidad-de-todos>
60. Cárdenas C A, Botia Linares YK, Pinzón J. Redes de apoyo... influencia positiva en el estado de salud de los adultos mayores. Cart Comunitaria [Internet]. 2017 Aug 25 [cited 2018 Dec 2];24(138):17. Available from: <http://revistas.juanncorpas.edu.co/index.php/cartacomunitaria/article/view/182>
61. Vida y Salud. El otro lado del estrés. [Base de datos en línea] [Actualizado el 12 de octubre del 2020]. Disponible desde el URL: <https://www.vidaysalud.com/el-otro-lado-del-estres/>
62. Robles I. estilos de vida y factores biosioculturales en el adulto mayor. Centro poblado Tambo Real Nuevo-Santa, 2015. [Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciada en Enfermería] Universidd Catolica Los Angeles de Chimbote. Perú 2019. http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/5708/ADULTOS_MAYORES_ESTILO_DE_VIDA_ROBLES_CAMPOS_IRIS_FLORIBEL.pdf?squence=1&isAllowed=y

63. Blanca C, Cortázar. Identidad personal, lo masculino y lo femenino. [Documento en internet]. [actualizado el 12 de octubre del 2020]. Disponible desde el URL: <http://www.laici.va/content/dam/laici/documenti/donna/filosofia/espanol/identidad-personal-masculino-femenino.pdf>.
64. Vargas J. Sexo, sexualidad e instinto sexual [Base de datos en Línea] [Actualizado el 12 de octubre del 2020] URL Disponible en : <https://es.slideshare.net/jualyr/sexo-sexualidad-e-instinto-sexual>
65. Eustat.Nivel de instrucción [Base de datos en línea] [actualizado el 12 de octubre del 2020] URL Disponible en : https://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_165/elem_2376/definicion.html
66. Romo D. Estilos de vida y factores biosioculturales en el adulto mayor Asentamiento Humano Nuevo Edén Chimbote, 2016. [Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciada en Enfermería] Universidd Catolica Los Angeles de Chimbote. Perú 2018 http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/4432/ADULTO_MAYOR_ESTILOS_DE_VIDA_ROMO_YAURI_DEYCY.pdf?sequence=1&isAllowed=y
67. Lázaro Y, Bugeda B, Koller M. Definición de educabilidad [Base de datos en línea] [actualizado el 12 de octubre del 2020] URL Disponible en : <https://www.psicopedagogia.com/definicion/educabilidad>

68. Merino M, Pérez J. Definición de religión, 2018. [Base de datos en línea] [actualizado el 12 de octubre del 2020] URL Disponible en : <https://definicion.de/religion/>
69. Robles E. Estilos de vida y factores biosocioculturales en Adultos Mayores del Centro de Adulto Mayor_Essalud III_Chimbote, 2017. [Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciada en Enfermería] Universidad Católica Los Angeles de Chimbote. Perú 2020. [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/17822/ADULTOS%20MAYORES ROBLES BOCANEGRA ELISETH MELIZA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/17822/ADULTOS%20MAYORES%20ROBLES%20BOCANEGRA%20ELISETH%20MELIZA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
70. Gaston M. Estado civil [serie en internet] [actualizado el 12 de octubre del 2020] URL Disponible en : <https://gmazzamaio.files.wordpress.com/2012/02/estado-civil.pdf>
71. Montes S. Terapia Ocupacional y ocupación. 2015. [serie en internet] [actualizado el 12 de octubre del 2020] URL Disponible en : <http://www.revistatog.com/mono/num7/mono7.pdf>
72. Castro L. Definición de ingreso. [serie en internet] [actualizado el 12 de octubre del 2020] URL Disponible en : <https://www.definicionabc.com/economia/ingresos.php>
73. Cochachin M. Estilo de vida saludable y factores biosocioculturales en adultos mayores del distrito de Ataquero-Carhuaz, 2017. . [Tesis para Optar el Título

- Profesional de Enfermería] Universidad católica los Ángeles de
Chimbote. Perú. 2018. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/13998>
74. Cribillero M. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor Pueblo Joven El Progreso – Chimbote, 2015. [Tesis para Optar el Título Profesional de Enfermería] Universidad católica los Ángeles de Chimbote. Perú. 2015.
http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1767/ADULTO_MAYOR_DETERMINANTES_CRIBILLERO_DE_PAZ_MERLY_ARACELY.pdf?sequence=1&isAllowed=y
75. Rubiños N. Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores Pueblo Joven Miraflores Alto Sector 3 – Chimbote, 2017. [Tesis para Optar el Título Profesional de Enfermería] Universidad católica los Ángeles de Chimbote. Perú. 2020
http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/17816/ADULTOS_MAYORES_RUBINOS%20ORTIZ_NANCY%20XIOMARA.pdf?sequence=1&isAllowed=y .
76. Girondella L. ¿Qué son sexo y género? Definiciones. [serie en internet] [actualizado el 12 de octubre del 2020] URL Disponible en :
<http://contrapeso.info/2012/sexo-y-genero-definiciones/>
77. Martell E. Ruiz L. Calidad de vida percibida por el adulto mayor del Caserío de Yanazara Huamachuco. [Tesis para optar el Título Profesional de Enfermería.] Universidad Nacional de Trujillo. Facultad de Ciencias de la Salud. Perú. 2017. Disponible en el URL:

<http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/10609/1781.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

78. Cabana P, Colque R. Situación socioeconómica y su influencia en estilos de vida del adulto mayor de la asociación ``Vida Nueva`` en el distrito de José Luis Bustamante y Rivero, Arequipa -2016. [Tesis para obtener el Título de Licenciada en Trabajo Social.] Universidad Nacional San Agustín. Facultad de Ciencia sociales Historico.Arequipa.2016. Disponible desde el URL: <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/3676/Tscaa%c3%b1p.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
79. Morales J, Factores sociales en la calidad de vida de los usuarios adultos mayores del hospital de apoyo – Chepén [Tesis para optar el Título Profesional de Enfermería.] Universidad Nacional de Trujillo. Facultad de ciencias de la salud. Perú. 2018 Disponible en el URL: <http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/13304/JAIDY%20MORALES%20SARAVIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
80. Econoticias.com.Estilos de vida activos y saludables. 2015 [serie en internet] [actualizado el 12 de octubre del 2020] URL Disponible en : <https://www.ecoticias.com/vida-saludable/193362/Estilos-vida-activos-saludables-todos-ventajas>
81. Vásquez J. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor. Centro Penitenciario Cambio Puente –Chimbote, 2015 [Tesis para Optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería] Universidad católica los Ángeles de

- Chimbote.Perú.2018.http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/17914/ADULTOS_MAYORES_VASQUEZ%20ACUNA_JACKELINE%20pdf.pdf?sequence=1&isAllowed=y
82. Meza M., Paitan B. Factores socioeconómicos de la situación de abandono de los adultos mayores del Distrito de Chilca -2018 2015 [Tesis] Universidad Nacional del Centro del Perú. Facultad de Sociología. Perú. 2018 Disponible desde el URL:
http://repositorio.uncp.edu.pe/bitstream/handle/UNCP/5504/T010_46194263_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y
83. Lozada J. Calidad de vida del adulto mayor, efectos del programa estilos de vida para un envejecimiento activo - EsSalud. Distrito la Esperanza, provincia de Trujillo, 2015. [Tesis para Optar el Título Profesional de Licenciada en trabajo Social] Universidad Nacional de Trujillo. Facultad de ciencias Sociales .Perú.2015
<http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/2848/LOZADA%20OLIVA%20JOHANA%20ROSA%20NOELIA%28FILEminimizer%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
84. Euston. Religión Católica 2016. [serie en internet] [actualizado el 13 de octubre del 2020] URL Disponible en : <https://www.euston96.com/religion-catolica/> ç
85. Ruiz J. Estilo de vida y factores biosocioculturales. [tesis] nuevo Chimbote:Universidad Católica los Ángeles de Chimbote Uladech 2014.
<https://www.mendeley.com/catalogue/a5b14d98-fc14-35c7-bc72->

[671a309f8030/](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/17914/ADULTOS_MAYORES_VASQUEZ%20ACUNA_JACKELINE%20pdf.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

86. Vasquez J. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor. Centro Penitenciario Cambio Puente –Chimbote, 2015 [Tesis para Optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería] Universidad católica los Ángeles de Chimbote.Perú.2018.[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/17914/ADULTOS_MAYORES_VASQUEZ%20 ACUNA JACKELINE %20pdf.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/17914/ADULTOS_MAYORES_VASQUEZ%20ACUNA_JACKELINE%20pdf.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
87. Medina E. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor del Asentamiento Humano Villa Victoria Nuevo Chimbote. 2015. [Tesis para Optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería] Universidad católica los Ángeles de Chimbote.Perú.2015 [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/15360/ADULTO S MAYORES ESTILO DE VIDA MEDINA RODRIGUEZ ELCY NELL Y.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/15360/ADULTO_S_MAYORES_ESTILO_DE_VIDA_MEDINA_RODRIGUEZ_ELCY_NELLY.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
88. Gesollen A. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adultos Asentamiento Humanos los Cedroa – Nuevo Chimbote,2015. [Tesis para Optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería] Universidad católica los Ángeles de Chimbote.Perú.2020 [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/8079/ADULTO MAYOR ESTILO VIDA GENSOLLEN RODRIGUEZ ALEJANDRA%20. pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/8079/ADULTO_MAYOR_ESTILO_VIDA_GENSOLLEN_RODRIGUEZ_ALEJANDRA%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
89. Sigueñas R. . Estilos de vida y factores biosocioculturales del adultos mayores

del distrito de Tinco, Provincia Carhuaz – Ancash, 2017, [Tesis para Optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería] Universidad católica los Ángeles de Chimbote. Perú. 2020

http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/16911/ADULTO_MAYOR_ESTILOS_SIGUENAS_SANTIAGO_ROCIO_DEL_PILAR.pdf?sequence=1&isAllowed=y

90. OMS. Educación para la Salud. WHO. [serie en internet] [actualizado el 13 de octubre del 2020] URL Disponible en:

<http://www.uco.es/docencia/grupos/saludpsico/wp-content/uploads/2015/10/Conceptos-areas-de-intervencion-materiales-del-GOBIERNO-DE-NAVARRA.pdf>

91. Registro Nacional de Identificación y Estado Civil :: RENIEC [Internet]. [cited 2019 Feb 12]. Available from:

<https://www.reniec.gob.pe/portal/detalleNota.htm?nota=314>

92. Definición de Ingresos » Concepto en Definición ABC [Internet]. [cited 2019 Feb 12]. Available from:

<https://www.definicionabc.com/economia/ingresos.php>

ANEXOS N° 01:



UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



ESCALA DE ESTILO DE VIDA

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

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

24	Participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud.	N	V	F	S
25	Consume sustancias nocivas.: cigarro, alcohol y/o drogas.	N	V	F	S

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:

NUNCA: N = 1

A VECES: V = 2

FRECUENTEMENTE: F = 3

SIEMPRE: S = 4

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

N= 4 V=3 F=2 S=1

PUNTAJE MÁXIMO: 100 puntos.



ANEXO N° 02

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



CUESTIONARIO SOBRE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTO MAYOR
DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III - CHIMBOTE, 2017

DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:

A) FACTORES BIOLÓGICOS

1. Marque su sexo?

a) Masculino () b) Femenino ()

2.Cuál es su edad?

a) 20-35 años b) 36-59 años c) 60 a más

A) FACTORES CULTURALES:

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

B) FACTORES SOCIALES:

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



ANEXO N° 03



VALIDEZ INTERNA DE LA ESCALA ESTILO DE VIDA

Para la validez de la Escala del Estilo de Vida, se aplicó la fórmula R de

Pearson en cada uno de los ítems; obteniéndose:

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

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



ANEXO N° 04



CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

Resumen del procesamiento de los casos

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

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

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
0.794	25



ANEXO 05

UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CONSENTIMIENTO INFORMADO:

TÍTULO

ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III - CHIMBOTE, 2017.

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

La investigadora 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 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: **ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MAYORES DEL PUEBLO JOVEN FLORIDA ALTA SECTOR III - CHIMBOTE, 2017**. 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.

CORCUERA FLORES YOMIRA DESCIRET
72356972