



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

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

**CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE
LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS
DEL CASERIO DE MISHQUI DEL DISTRITO DE
TINCO, PROVINCIA DE CARHUAZ, 2020**

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

AUTORA

APOLINARIO ROSALES, BRYLLIT ELIZABETH

ORCID: 0000-0002-5660-4829

ASESORA

VILCHEZ REYES, MARÍA ADRIANA

ORCID: 0000-0001-5412-2968

HUARAZ - PERÚ

2022

EQUIPO DE TRABAJO

AUTORA

Apolinario Rosales, Bryllit Elizabeth

ORCID: 0000-0002-5660-4829

Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, estudiante de pregrado,
Huaraz, Perú

ASESORA

Vílchez Reyes, María Adriana

ORCID: 0000-0001-5412-2968

Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Facultad Ciencias de la
Salud, Escuela Profesional de Enfermería, Huaraz, Perú

JURADOS

Cotos Alva, Ruth Marisol

ORCID N° 0000-0001-5975-7006

Urquiaga Alva, María Elena

ORCID N° 0000- 0002- 4779- 0113

Cóndor Heredia, Nelly Teresa

ORCID N° 0000- 0003- 1806- 7804

HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESORA

DRA. COTOS ALVA, RUTH MARISOL

PRESIDENTE

DRA. URQUIAGA ALVA, MARÍA ELENA

MIEMBRO

DRA. CÓNDOR HEREDIA, NELLY TERESA

MIEMBRO

DRA. VILCHEZ REYES, MARÍA ADRIANA

ASESORA

AGRADECIMIENTO

A Dios, por a verme guiado a lo largo de mi carrera profesional, por estar siempre conmigo en todo momento, por ser mi fortaleza, por brindarme una vida llena de aprendizajes y guiarme por el camino correcto.

A mis padres Tomas y Elicia, a mi hermana Lidiana por apoyarme, en cada paso que doy, por enseñarme valores indispensables y que gracias a ellos soy una persona de bien y estoy saliendo adelante con su apoyo.

Finalmente, un eterno agradecimiento a esta prestigiosa Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, por permitir que forme parte de sus aulas universitarias, y formarme como un profesional competente.

DEDICATORIA

A Dios, Por haberme permitido llegar hasta este punto y haberme dado salud para lograr mis objetivos, además de su infinita bondad y amor.

A mis padres, quienes son pilares fundamentales en mi vida, su tenacidad, lucha insaciable han hecho de ellos el gran ejemplo a seguir y destacar, no solo para mí, sino para mi hermana y familia en general.

A mi hermana por estar siempre pendiente de mí, por sus consejos y por todas las motivaciones que me brindo durante todo este tiempo

RESUMEN

En la actualidad, aun se observa que existen los malos hábitos en los estilos de vida a pesar del cuidado de enfermería que se brinda, lo cual con el pasar del tiempo va incrementando el riesgo de que los adultos presenten enfermedades, por ende, se ha realizado la investigación sobre “Cuidado de Enfermería en la Promoción de la Salud y Estilos de vida de los adultos del Caserío de Misqui del Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz, 2020”, tuvo como objetivo: determinar la relación que existe entre los cuidados de enfermería en la promoción de la salud y estilos de vida de los adultos, la metodología fue de tipo cuantitativo, descriptivo de corte transversal con diseño no experimental. La población estuvo compuesta por 168 participantes y la muestra por 100 personas adultas, a quienes se les aplicó la técnica de la encuesta, realizados de manera virtual. Los resultados fueron procesados al SSPS y se estableció la relación de las variables por medio de la prueba del Chi cuadrado, obteniéndose así un nivel de confiabilidad al 95% con un índice de significancia de $p < 0.05$. Se concluye que: más de la mitad refieren un cuidado inadecuado y un porcentaje considerable adecuado, más de la mitad tiene estilo de vida no saludable y un porcentaje considerable un estilo de vida saludable y por último al realizar la prueba del Chi cuadro entre las dos variables se encontró que no existe relación estadísticamente significativa.

Palabra clave: Adultos, cuidados, enfermería, estilos de vida, promoción, salud.

ABSTRACT

Currently, it is still observed that there are bad habits in lifestyles despite the nursing care that is provided, which over time increases the risk of adults presenting diseases, therefore, it has been carried out the research on "Nursing Care in the Promotion of Health and Lifestyles of Adults in the Caserío de Misqui del Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz, 2020", had as its objective: to determine the relationship that exists between nursing care nursing in the promotion of health and lifestyles of adults, the methodology was quantitative, descriptive and cross-sectional with a non-experimental design. The population consisted of 168 participants and the sample of 100 adults, to whom the survey technique was applied, carried out virtually. The results were processed to the SSPS and the relationship of the variables was established by means of the Chi square test, thus obtaining a reliability level of 95% with a significance index of $p < 0.05$. It is concluded that: more than half refer inadequate care and a considerable percentage adequate, more than half have an unhealthy lifestyle and a considerable percentage have a healthy lifestyle and finally when performing the Chi square test between the two variables it was found that there is no statistically significant relationship.

Keywords: Adults, care, nursing, lifestyles, promotion, health.

CONTENIDO

	Pág.
1. TÍTULO DE TESIS.....	i
2. EQUIPO DE TRABAJOii
3. HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR	iii
4. HOJA DE AGRADECIMIENTO Y/O DEDICATORIA.....	v
5. RESUMEN Y ABSTRACT	iv
6. CONTENIDO	viii
7. ÍNDICE DE TABLA Y GRÁFICO	ix
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. REVISIÓN DE LA LITERATURA	7
III. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN.....	19
IV. METODOLOGÍA	20
4.1. Diseño de la investigación	20
4.2. Población y muestra	21
4.3. Definición y operacionalización de las variables de la investigación.....	22
4.4. Técnicas e instrumentos.....	26
4.5. Plan de análisis	30
4.6. Matriz de consistencia	32
4.7. Principios éticos.....	33
V. RESULTADOS	34
5.1. Resultados	34
5.2. Análisis de los resultados	37
VI. CONCLUSIONES.....	52
APECTOS COMPLEMENTARIOS.....	53
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	54
ANEXOS.....	65

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1: CUIDADO DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD EN LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE MISQUI DEL DISTRITO DE TINCO, PROVINCIA DE CARHUAZ, 2020.....	38
TABLA 2: ESTILOS DE VIDA EN LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE MISQUI DEL DISTRITO DE TINCO, PROVINCIA DE CARHUAZ, 2020.....	39
TABLA 3: CUIDADO DE ENFERMERÍA Y ESTILOS DE VIDA PROMOCIÓN DE LA SALUD EN LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE MISQUI DEL DISTRITO DE TINCO, PROVINCIA DE CARHUAZ, 2020.....	40

INDICE DE GRÁFICOS

GRÁFICO DE LA TABLA 1: CUIDADO DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD EN LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE MISQUI DEL DISTRITO DE TINCO, PROVINCIA DE CARHUAZ, 2020.....38

GRÁFICO DE LA TABLA 2: ESTILOS DE VIDA EN LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE MISQUI DEL DISTRITO DE TINCO, PROVINCIA DE CARHUAZ, 2020.....39

GRÁFICO DE LA TABLA 3: CUIDADO DE ENFERMERÍA Y ESTILOS DE VIDA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD EN LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE MISQUI DEL DISTRITO DE TINCO, PROVINCIA DE CARHUAZ, 2020.....2

I. INTRODUCCIÓN

Los cuidados de enfermería son de suma importancia en el sistema de la salud, ya que cumplen un papel fundamental en el apoyo y tratamiento de los pacientes o usuarios de una comunidad o centro de salud que se encuentren a su cargo. Asimismo, es necesario mencionar que la promoción de la salud y estilos de vida se manifiestan en un buen cuidado de enfermería tanto en la familia y en la misma comunidad, por ende, se comprende que el cuidado de enfermería tiene como finalidad mantener a los seres humanos sanos tanto física como psicológicamente (1).

En el ámbito mundial, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), se define como el perfecto estado físico, social y mental; donde un individuo aprovecha y desarrolla sus capacidades en lo intelectual, espiritual y cultural para que así puedan desarrollar una vida plena. Asimismo, es relevante mencionar que existen determinantes sociales en los diversos factores que lo incluyen como el equilibrio armónico entre la dimensión física, social y mental, por ende, los estilos de vida se refieren a cualidades y conductas que adapta una comunidad o persona para compensar sus necesidades y así alcanzar su progreso personal (2).

En el contexto de América Latina, al mencionar los cuidados de enfermería, se refiere a las evidencias que se va construyendo con respecto al acceso del entorno en el cuidado que reciben los seres humanos. Por ejemplo, en Chile, el cuidado de enfermería es una gestión de promoción de la salud que lleva un debate continuo en los tres enfoques que son: la desigualdad, la dependencia y la vulnerabilidad, lo

cual se enfoca en el cuidado de enfermería, siendo así el mayor problema de prevenir enfermedades y brindar un cuidado integral (3).

En Ecuador, los cuidados que ofrecen el personal de salud son deficientes así se demostró en una investigación realizada, donde se observa que el personal de salud brinda una calidad baja y ello no ayuda a que el paciente pueda recuperar su malestar o enfermedad que está padeciendo en ese momento, asimismo, la atención que brinda la enfermera se ha puesto en tela de juicio, esto originado por la poca participación que le dan tanto al hospital como en la comunidad. Además, se ha puesto en evidencia que hay gestores que no cumplen su trabajo de manera adecuada, por ello, los gestores de la salud tienen que ser conscientes y tener en cuenta en contratar personales capacitados para dicho trabajo para que puedan promover un cuidado eficaz para cada grupo etario de la población (4).

Del mismo modo, en Argentina se evidenció que existen muchas deficiencias con respecto al trabajo que brinda el personal de salud, evidencia de esto se visualiza en el 2004, cuando copiaron las estructuras y los procesos que tenían Europa, y con el pasar del tiempo se dieron cuenta que esos cambios tenían problemas y nos les ayudaban a sobresalir en dicho aspecto y de lo contrario empezaron a presentar desventajas. Eso generó cambios en el personal de enfermería formando así reflexiones sobre la identificación y la claridad de su qué hacer (5).

En el ámbito peruano, en los últimos años se han abordado temas referentes a los cuidados de enfermería en la promoción y prevención, lo que ha generado que se dé mayor énfasis a los problemas de salud en el Perú (6), así lo expuso el

INEI, cuando expuso que el 60% de las personas se encuentra satisfechos en la referencia al tema de salud, siendo una gran parte la problemática en los cuidados que brinda el personal de salud.

En la región Ancash, en el 2019, en diversos estudios se observó que la promoción de la salud guarda relación con los estilos de vida, esto se debe a que el personal de la salud brinda charlas y sesiones educativas que favorecen al estilo de vida, por otro lado, también se visualiza que aún hay déficit en el desarrollo de dicho tema. Uno de los factores es: de tipo geográfico, es decir, en los lugares alejados aún se presentan algunos problemas donde los adultos no tienen un adecuado estilo de vida, el motivo es porque el personal de salud no tiene alcance a ellos por el hecho de que viven alejados de la ciudad y la misma población no se deja ayudar (7).

Los estilos de vida se centran en una alimentación balanceada, con una actividad física permanente, disminuyendo así los vicios y las adicciones (tabaquismo, alcoholismo), teniendo así un ambiente armonioso en lo que respecta sus viviendas y los lugares que laboran, buena orientación sexual y una mente sana, asimismo se habla de tres elementos fundamentales que están ligados a la alimentación: colesterol, presión arterial y arteriosclerosis. Para que las personas estén bien de salud deben ir a realizarse exámenes permanentes para que así cuando se les detecte una enfermedad ellos puedan tener un tratamiento oportuno y así sus vidas no corran riesgo (8).

Por ende, si nos centramos en la población Peruana está reflejada en una realidad social donde se observó algunas mejoras en distintos indicadores de la

salud del país, sin embargo, hay diferencias que tapan los promedios nacionales que ocultan las inequidades existentes en la salud; la mayor o menor probabilidad de fallecimientos y enfermedades están relacionados a unos factores como socioeconómico, la condición de ruralismo, el género y el nivel educativo en que se encuentren las personas y las comunidades (8).

De esta realidad no se escapan los adultos del caserío de Mishqui, quienes pertenecen a la jurisdicción del Puesto de Salud de Tinco, con carro es a 10 minutos y caminando 30 minutos, está conformada por una enferma, obstetra, técnico de enfermería y médico. Este caserío cuenta con una municipalidad, una iglesia católica, tiene plaza donde la población realiza distintas actividades, entre ellas encontramos a escolares, profesionales de distintas carreras, negociantes, amas de casa, agricultores, entre otros. Asimismo, disponen de servicios básicos: agua, luz y desagüe, cuenta con un agente comunal, tesorero y vocal. Según el censo de la INEI se observó un total de 344 personas tanto con los niños, gestantes, adolescentes, adultos y adultos mayores lo cual esta información nos sirvió de mucha ayuda para poder separar el grupo etario para la investigación mencionada. Asimismo, se llegó a presenciar que las primeras causas de morbilidad son las (IRAS), (EDAS) y el síndrome flujo vaginal, anemia (9).

En dicho caserío las enfermedades más frecuentes son: IRAS, EDAS, reumatismo y anemia. Como bien sabemos en lo que respecta las EDAS son infecciones en el sistema digestivo que básicamente son causadas por parásitos, bacterias o virus cuyo síntoma principal es la diarrea, esto sucede por el motivo de que los adultos no presentan una inadecuada higiene, por otro lado las IRAS comprometen el aparato respiratorio, estos son causados por distintos

microorganismos como las bacterias y virus que comienzan de manera inesperada durante 2 semanas, la mayor parte de los adultos tienen a enfermarse por las IRAS por el motivo del mismo clima de la región de Ancash (9).

Frente a lo referido se considera necesaria la realización de la presente investigación planteando el siguiente problema:

¿Existe relación entre los cuidados de enfermería en la promoción de la salud y estilos de vida de los adultos del caserío de Mishqui del Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz 2020?

Para poder dar respuesta al problema, se ha planteado el siguiente objetivo general:

Determinar la relación entre los cuidados de enfermería en la promoción de la salud y estilos de vida de los adultos del Caserío de Mishqui del Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz 2020

Para alcanzar el objetivo general, se formuló los siguientes objetivos específicos:

- Identificar los cuidados de enfermería en la promoción de la salud de los adultos del Caserío del caserío de Mishqui del Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz 2020
- Identificar los estilos de vida de los adultos del caserío de Mishqui del Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz 2020

El presente trabajo de investigación se justifica por ser de gran representación en el campo de la salud dirigida a los adultos del caserío de Misqui del Distrito de Tinco con la finalidad de exponer si existe relación entre los cuidados de

enfermería en la promoción de la salud y estilos de vida, el cual nos permitirá adquirir nuevos conocimientos sobre la problemática que aqueja a dicha población.

A partir de la problemática se manifiesta que este estudio queda justificado en tres aspectos: teórico, porque se recopiló información actualizada sobre las variables de estudio, asimismo, se tuvo una mayor información y conocimiento sobre los cuidados de enfermería y estilos de vida. Además, servirá de fuente de consulta y antecedente de estudio de temáticas similares; práctico, ya que el estudio sirvió como diagnóstico para realizar investigaciones de carácter aplicado, así como, también, la información recopilada será de ayuda para las autoridades de dicha población y centro de salud; y metodológico, debido a que todos los métodos, técnicas e instrumentos fueron sometidos a pruebas de validez y confiabilidad, por último, en lo social, ya que los adultos serán beneficiados porque se tratará de recuperar su salud a través de la oportuna la identificación.

II. REVISIÓN DE LITERATURA

2.1 Antecedentes

Se encontraron los siguientes estudios relacionados a la presente Investigación:

A Nivel Internacional:

Alvarez I, (10). En su estudio titulada “Estado nutricional y estilos de vida de los participantes de la feria de salud del Instituto Nacional de Aprendizaje de Costa Rica, 2019”. Tuvo como objetivo analizar el estado nutricional y el estilo de vida de la población asistente a la Feria de Salud del INA. El estudio de tipo descriptivo, prospectivo de corte transversal. Los resultados mostraron que el sobrepeso como uno de los principales factores de riesgo. De acuerdo con la actividad física refiere que solo un poco más de la mitad de los encuestados realiza algún tipo de actividad. En el consumo de frutas el estudio refleja un bajo consumo de frutas y vegetales en general de estos nutrientes. Se concluye que los costarricenses tienen estilos de vida poco saludables que no solo repercuten en su estado nutricional sino también en su calidad de vida.

Escobar B, (11). En su investigación titulada “Estilo de vida promotor de salud y sentido de coherencia en adultos jóvenes universitarios. Mexico. 2019”. Tuvo como objetivo identificar el estilo de vida promotor de salud y su relación con el sentido de coherencia en adultos jóvenes universitarios en Sonora, México. El estudio de tipo descriptivo, correlacional. Los resultados mostraron que los adultos jóvenes tienen estilo de vida promotor de salud general suficiente (51.0%). El sentido de coherencia general fue alto (52.0%). Se concluye que un estilo de vida promotor de salud suficiente promueve el desarrollo de un sentido de coherencia alto.

Martins H, (12). En su investigación titulada “Felicidad como fuerza en la promoción de la salud del adolescente y adultos, Brasil. 2020”. Tuvo como objetivo evaluar la relación entre las características sociodemográficas de las jóvenes asociadas con la subjetividad de ser feliz. El estudio de tipo observacional. Según los resultados y conclusiones se destacan asociaciones estadísticamente significativas entre la subjetividad de ser feliz y la escolaridad, la percepción del estado de salud, el APGAR Familiar, un cuidado positivo y holístico aliado al potencial de obtención y consolidación de patrones de vida saludables de los jóvenes permitirá a los profesionales de la salud percibirlos como agentes de cambio individual y social.

A Nivel Nacional:

Quispe P, (13). En su investigación titula “Cuidado de enfermería y satisfacción del paciente prequirúrgico del Hospital Víctor Lazarte Echegaray, Trujillo, 2019”. Tuvo como objetivo determinar la relación entre el cuidado de enfermería y la satisfacción del paciente prequirúrgico. El tipo de estudio es descriptiva correlacional. Según los resultados se obtuvo que el 80% pacientes refieren haber recibido cuidado de enfermería regular en el componente científico/técnico, el 72.5% refieren insatisfacción en las actividades de seguridad, y 52.5% en credibilidad y refieren sentirse satisfechos en el cuidado de enfermería recibido con el 47.5% la actividad credibilidad. Se concluye que existe relación significativa entre el cuidado de enfermería y la satisfacción del paciente prequirúrgico adulto maduro.

Tarazona J, (14). En su investigación de bachiller titulado, “Nivel De Satisfacción de los cuidados enfermeros en la prevención y promoción de la Salud relacionado con la Caracterización de Estilos de Vida de los Adultos del Centro Poblado De Huaracillo-Pinra-Huacaybamba, 2019”. Tuvo como objetivo determinar el nivel de satisfacción del cuidado enfermero de los adultos. El estudio de tipo cuantitativo, explicativo, diseño correlacional de doble casilla. En los resultados se evidencio que el 88 (53,7%) refieren que es adecuado el cuidado brindado por el enfermero, el 76 (46,3%) manifiestan que es inadecuado, 142 (86,6%) tienen un estilo de vida no saludable, el 22 (13,4%) poseen un estilo de vida saludable. Se concluyó lo siguiente que existe relación estadísticamente significativa entre el cuidado enfermero en la prevención y promoción de la salud y los estilos de vida de los adultos.

Veliz L, (15). En su título de especialidad titulado “Estilos de vida saludables en las familias del Centro de salud Matahuasi, 2019”. Tuvo como objetivo determinar los estilos de vida saludables. La metodología fue de diseño descriptiva, observacional transversal. Los resultados: El estilo de vida aspecto: condición y actividad física de los miembros de familias del centro de salud de Matahuasi, el 65% es No saludable y el 35% es saludable; estilo de vida aspecto: recreación o manejo del tiempo libre, el 86% es saludable y el 14% es No saludable; el estilo de vida aspecto: autocuidado y cuidado médico, el 92% es No saludable y el 08% es saludable; Se concluye que los miembros de familias del centro de salud de Matahuasi en el estudio, tienen estilos de vida No Saludables en un 98% y solo el 2% tienen estilos de vida saludables.

A Nivel Local:

Antonio L, (16). En su tesis. “Cuidados de enfermería en la promoción de la salud y determinantes de salud de los adultos del Caserío de Llactash - Independencia – Huaraz, 2018. Tuvo como objetivo determinar relación entre el cuidado de enfermería en la promoción y determinantes de salud. La metodología fue de tipo: Cuantitativo, descriptivo, correlacional, doble casilla. Los Resultados indican que: Más de la mitad brinda cuidado adecuado y menos de la mitad brinda cuidado inadecuado. Se concluyó que el cuidado con determinantes estilos de vida: si existe relación con la actividad física, pero no existe relación con las demás variables; Relacionado cuidado con determinantes sociales, comunitarios: no existe relación estadísticamente significativa con las variables.

Salinas Y, (17). En su Tesis. "Nivel de Satisfacción de los Cuidados Enfermeros en la Prevención y Promoción de la Salud relacionado con la Caracterización de los Estilos de Vida de los Adultos del Barrio de Sihuas Histórico-Sihuas, 2019". Tuvo como objetivo determinar el nivel de satisfacción de los cuidados enfermeros en la prevención y promoción salud relacionados con la caracterización de los estilos de vida de los adultos. La metodología fue de tipo cuantitativo, de nivel descriptivo correlacional diseño de doble casilla. Dando como resultado que el total del cuidado del enfermero en la comunidad es el 58,7% adecuado, el 41,3% mantienen un cuidado del enfermero en la comunidad inadecuado. Con respecto a los estilos de vida, el 27,8% tienen un estilo de vida saludable y el 71,3%, estilo de vida no saludable. Se concluyó lo

siguiente que se encontró relación estadísticamente significativa entre las variables del cuidado del enfermero en la comunidad y los estilos de vida.

Milla E, (18). Realizó su tesis sobre “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Hualcán – Carhuaz, 2018”. Cuyo objetivo general fue determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos. La metodología fue cuantitativa de corte transversal y con diseño descriptivo correlacional, en el proceso de recolección de datos se utilizó como técnica la encuesta y los instrumentos fueron dos cuestionarios relacionados a la variable de estudio, la muestra estuvo conformada por 248 participantes. Los resultados evidencian que el resultado sobre los estilos de vida de los adultos del Centro Poblado de Hualcán, muestra que de un 100% (248) adultos, el 23% (57) presentan estilos de vida saludable y un 77% (191) tienen estilos de vida no saludable. Por ende, se concluye que la mayoría de los adultos presentan un estilo de vida no saludable y un porcentaje mínimo presenta estilos de vida saludables.

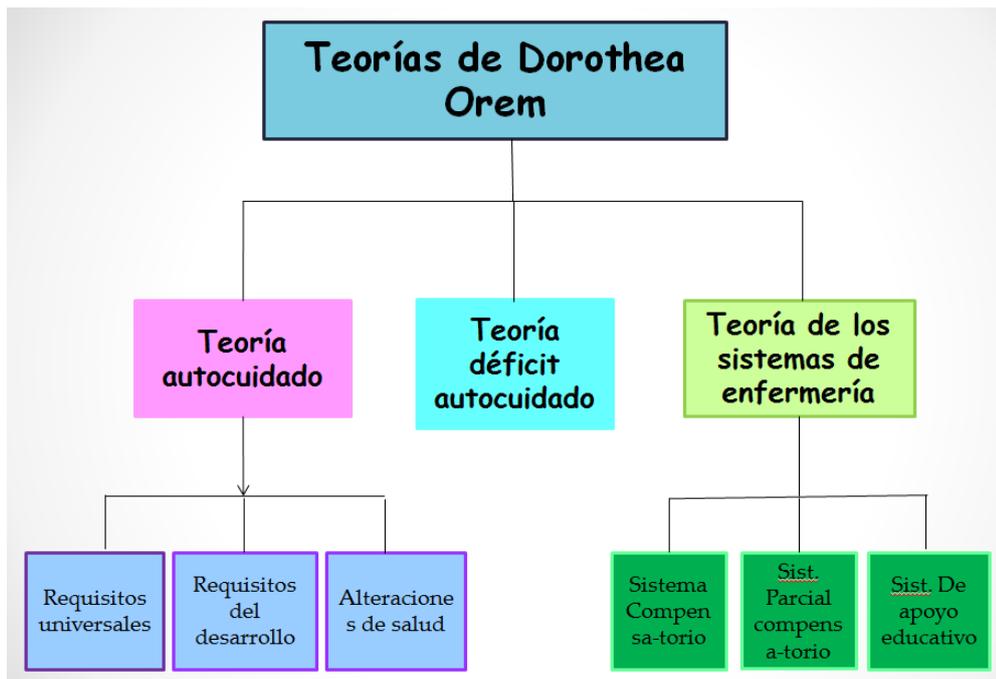
2.2. Bases teóricas y bases conceptuales de la investigación:

2.1. Bases teorías de la investigación

El presente informe de investigación se fundamentó con la teorista Dorotea Orem y Marck Lalonde.

En lo que respecta la teoría de Dorotea Orem, el cuidado de enfermería es una actividad que requiere de un valor personal con eficiencia y eficacia y de compromiso, por esto viene hacer una acción indispensable para la humanidad ya que tratan de promover y desarrollar actividades que son beneficiosas para cada individuo o familia.

Dorothea E. Orem, Nació el 15 de Julio de 1914, después de ello a sus 16 años se gradúo en enfermería en el Hospital de Washington, después de ello obtuvo su título de Ciencias en la Educación de Enfermería y 10 años después realizo su Maestría en la misma área, desempeñándose así tanto en el ámbito público como privado que estuvieron basados en la atención de los niños y adultos, cumpliendo así asistencia domiciliaria y hospitalaria. En el año 1940 se incorpora a la docencia como directora de la escuela de Enfermería del Providence Hospital en Detroit y a la vez fue docente, asistente y decana en el año 1966. (19). Asimismo, es fundadora de la “Teoría de enfermería del déficit de autocuidado” cuya teoría está compuesta por tres sub teorías que son:



La teoría del autocuidado, en esta teoría Dorothea describe por qué el hombre tiende a cuidarse de sí mismo, de tal manera menciona que el autocuidado son actitudes aprendidas de cada ser humano, es por esto, que esas conductas se dan de acuerdo con las situaciones que van pasando durante su

vida cotidiana y también influye las actitudes que tienen las personas de su entorno (20).

Teoría de déficit de autocuidado, hace mención a que el personal de enfermería que básicamente es la enfermera, guía a cada individuo o a grupos de personas a su realización y autocuidado para que los individuos estén básicamente sanos en su vida diaria. Por ello, se menciona que el autocuidado es la capacidad de la acción de la persona hacia sus necesidades y el déficit es la limitación de la acción que tiene la persona en su autocuidado (20).

Teoría de sistemas de enfermería, explica sobre las relaciones que se debe mantener ante un cuidado. Por ende, se explica la forma de que las enfermeras cuidan a las personas basándose a tres tipos de sistemas: sistemas de enfermería totalmente compensadores; se hace mención que la enfermera se centra en un solo individuo para poder brindar con los cuidados que le corresponde según la necesidad que presenta, sistemas de enfermería parcialmente compensadores; el personal de enfermería conjuntamente con el individuo elaboran autocuidados para su pronta recuperación, sistemas de enfermería de apoyo-educación; la enfermera actúa ayudando a los individuos a que cumplan con las actividades del autocuidado (20).

De la misma manera Dorotea Orem, también aborda de los 4 metaparadigmas que son:

Persona: es un ser que tiene distintas capacidades y eso le lleva a potenciar sus conocimientos que lo va adquiriendo durante su niñez, asimismo tiene funciones biológicas simbólicas y sociales, para ello la persona debe aprender

a conocerse y así podrá satisfacer sus necesidades en caso que no lo pudiera otro individuo le ayudará a conocerse y así podrá desarrollar sus capacidades adecuadamente (21).

Entorno: es el ambiente que rodea a una persona, en estos se identifican a la familia, la comunidad, y otros elementos con que la persona pueda interactuar, asimismo, existen algunos factores que le rodean como los físicos, químicos, sociales y biológicos (21).

Salud: está descrita como “el estado de la persona que se caracteriza por la firmeza o totalidad del desarrollo de las estructuras humanas y de la función física y mental”, con ello se menciona que la salud básicamente está desarrollada por distintos factores que son: físicos, sociales, interpersonales y psicológicos, asimismo, está incluida la promoción y el tratamiento de enfermedades y la prevención de distintas complicaciones (21).

Enfermería: es un ente donde se proporciona a las personas o a la comunidad una asistencia directa en el autocuidado según lo requiera cada individuo. Asimismo, este ente se basa en ayudar a conservar la salud y la vida, pero también ayuda a afrontar las consecuencias que está pasando en ese momento el individuo, ya que a su vez puede ser una enfermedad o un accidente (21).

Las necesidades de autocuidado en el desarrollo ayudan a promover las condiciones necesarias para la vida y la maduración, asimismo, prevenir la aparición de condiciones adversas o mitigar los efectos de dichas situaciones,

en las distintas etapas del proceso evolutivo del ser humano como lo son: la niñez, adolescencia, la adultez y la vejez.

Quien sustenta la investigación acerca de los estilos de vida es Marc Lalonde, que nació el 26 de Julio 1929. En el año 1972 se unió al Gabinete como el Ministro de Bienestar y Salud Nacional y en el año 1974, Lalonde en ese entonces como Ministro de Salud de Canadá, identificó los siguientes determinantes de la salud: estilos de vida, ambiente, biología humana y los servicios de salud, señaló que el esfuerzo por mejorar la salud de las personas no debiera concentrarse solo en los servicios de salud, sino que era perentorio intervenir en los estilos de vida, Lalonde habla sobre los gastos federales se habían enfocado en la asistencia sanitaria (90%) cuando la mayoría de las muertes se ocasionaba por los factores restantes: estilos de vida (43%), por la biología humana (27%) y el medio ambiente (19%). Dicho estudio ayudo a cambiar los procesos de la salud de lo que era netamente biológico paso hacer un bio-psico-social y se empezó a priorizar la promoción de la salud y la prevención primaria (22).

Asimismo, Lalonde en su modelo de salud pública explicativo, reconoce el estilo de vida de manera particular, donde menciona que la conducta se forma por decisiones personales y por influencias de nuestro entorno y grupo social. Entre estos, la inadecuada alimentación, consumo de sustancias nocivas, el sedentarismo, conductas de riesgo en sexualidad, es por ello que los hábitos de vidas sanas o insanas son uno de los principales condicionantes en el proceso de salud y enfermedad. Es importante que la mejora de los estilos de vida en un individuo ayude a conducir a que presente buen estado de salud, ya que no

solo se verá reflejado en él, sino también en su familia y, por ende, en la misma población (22).

Del mismo modo, Lalonde (23) hace mención, que el estilo de vida es un componente primordial en el campo de la salud ya que con ello se podrá determinar el grado en el que se encuentra el individuo acerca de su bienestar, si tienen un adecuado estilo de vida será favorable el grado de salud y si es menos saludable las personas estarán más propensas a enfermar.



El campo de la salud este compuesto por la biología humana, estilo de vida, el medio ambiente y las organizaciones del cuidado de la salud ellos vienen ser segmentos flexibles.

Marck Lalonde, en este grafico nos explica que el estilo de vida está relacionado a cuatro componentes muy importantes que son:

Estilos de vida- comportamientos, los estilos de vida son un conjunto de actitudes y comportamientos que tiene el ser humano en el cuidado individual

o colectiva de su salud con la única finalidad de satisfacer sus necesidades y alcanzar un elevado desarrollo personal, dentro de ello se encuentran diferentes actividades como son la alimentación, la actividad y ejercicio, manejo de estrés, etc. La intervención de la enfermería en los estilos de vida se basa en cuidar, mejorar y generar hábitos no solo de alimentación sino también de todas las dimensiones en la vida de la persona dentro de ello están la actividad de ejercicio, responsabilidad en salud y el equilibrio entre el sueño y el descanso (23).

Herencia factores biológicos: en este aspecto la herencia juega un rol importante en la salud y para no tener problemas se debe tratar a tiempo alguna enfermedad hereditaria que tiene la familia (23).

Ambiente: los entornos que lo rodean son importante, porque con ello, la persona se va adecuando a un estilo de vida que tiene su comunidad o el lugar donde se encuentra (23).

Servicios de salud: ayudan a que la persona tenga un adecuado cuidado, no solo en la parte asistencial sino también en la parte comunitaria (23).

2.2.2 Bases conceptuales de la investigación:

El cuidado: es la acción de preservar, asimismo, implica ayudarse a uno mismo y a la vez ayudar a las personas que se encuentren a su alrededor, ayudando así a que dicha persona mejore su bienestar y evite sufrir alguna complicación con su salud (24).

Cuidados de enfermería: Son cuidados que abarcan diferentes atenciones, donde un enfermero tiene que dedicarse a su paciente o a la persona que se

encuentre en mal estado de salud, en ello, es importante que dicho personal de salud brinde correctamente la atención y que no solo tiene que ser un cuidado hospitalizado, sino que se tiene que brindar un cuidado a la persona sana para poder prevenir algunas enfermedades (25).

Salud: según la OMS, en su constitución aprobada en el año 1948, nos refiere que la salud es un completo bienestar físico, mental y no solamente es la ausencia de alguna dolencia o enfermedad (26).

Promoción de la salud: Son controles que permiten que cada persona tenga un cuidado adecuado de su salud, ya que abarca distintas intervenciones tanto como sociales y ambientales que están destinadas a proteger y velar la calidad de vida de cada persona, mediante la prevención y la solución de distintos problemas que se puedan presentar y no solo se tiene que dedicar a los tratamientos y la curación de dicho mal (27).

Estilos de vida: son condiciones o actitudes cotidianas que realiza cada ser humano, para mantener su cuerpo y mente sano ya que un estilo de vida es la calidad de vida de uno mismo, es por ello, que están relacionados a distintos patrones que son: alimentación, actividad física, trabajo y entre otros, todo ello va depender de como la persona lleva su vida ya que si no se cuida adecuadamente tendrá problemas a lo largo de su vida (28).

III.HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACION

H1: Existe relación estadísticamente significativa entre los cuidados de enfermería en la promoción de la salud y estilos de vida de los adultos del caserío de Mishqui del Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz 2020

HO: No existe relación estadísticamente significativa entre los cuidados de enfermería en la promoción de la salud y estilos de vida de los adultos del caserío de Mishqui del Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz 2020

IV. METODOLOGÍA

4.1 Diseño de investigación

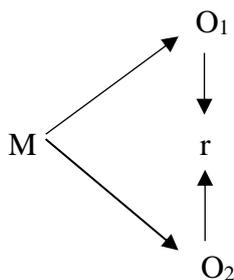
Cuantitativo porque se cuantifico los resultados mediante datos estadísticos (29).

Descriptivo correlacional porque se relacionó dos tipos de variables que generalmente se emplea en investigaciones no experimentales en el cual un investigador mide dos variables en un momento determinado (30).

De corte transversal porque son estudios diseñados para medir la prevalencia de una exposición o resultado en una población definida y en un tiempo y punto específico (30).

No experimental Porque se basó fundamentalmente en la observación de fenómenos tal y como se dan en su contexto natural para después analizarlos (31).

Este diseño se diagramó de la siguiente manera:



Donde:

M: Muestra

O1: Observación de cuidados de enfermería

O2: Observación de estilos de vida

r: Relación entre las variables de estudio

4.2 Población y muestra

4.2.1. Población: Estuvo conformado por 168 adultos del Caserío de Tinco.

4.2.2. Muestra: La muestra se obtuvo por muestreo no probabilístico de tipo por conveniencia, considerando el estado de emergencia en que se vive, debido a la pandemia del Covid-19. Para ello se ha considerado una muestra conformada por 100 adultos del puesto de salud de Tinco.

4.2.2. Unidad de análisis: Cada adulto del caserío de Mishqui del Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz, formaron parte de la muestra.

Criterios de Inclusión

- Adultos, que vivan más de 3 años en el caserío de Mishqui del Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz
- Adultos, del caserío de Mishqui del Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz que acepten participar en el estudio.
- Adultos, del caserío de Mishqui del Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz que estuvieran aptos para participar en los cuestionarios como informantes sin importar nivel de escolarización, sexo y condición socioeconómica.

Criterios de Exclusión:

- Adultos, del caserío de Mishqui del Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz que presenten algún trastorno mental.
- Adultos, del caserío de Mishqui del Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz que presenten problemas de comunicación.

4.3. Definición y Operacionalización de variables

CUIDADO DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD

Definición conceptual

Son intervenciones de enfermería que están basados al cuidado y a la prevención y no solo de la salud del individuo sino también de la familia en conjunto, especialmente de la comunidad (32).

Definición operacional

Se utilizó la escala nominal:

Cuidado de enfermería en los adultos es inadecuado: 0 – 50 puntos.

Cuidado de enfermería en los adultos es adecuado: 51 – 75 puntos.

Esta variable se compone de dos dimensiones: 25

Relación enfermero - paciente

Definición conceptual:

La interacción enfermera - paciente es el eje articulador de los cuidados, tanto asistencial, como tecnológico, dirigidos a la oferta del cuidado de enfermería de calidad (32).

Definición operacional:

Se utilizó la escala nominal:

Relación entre enfermero-paciente en el cuidado de enfermería en la comunidad inadecuado: 0 – 27 puntos.

Relación enfermero-paciente en el cuidado de enfermería en la comunidad inadecuado: 28-45 puntos.

A su vez, esta dimensión se subdivide en dos indicadores

Respeto:

Definición conceptual:

Valor que permite que el hombre pueda aceptar, reconocer y valorar las cuales que tiene el prójimo y sus derechos (32).

Definición operacional:

Se utilizó la escala nominal.

Respeto en su dimensión relación enfermero-paciente en el cuidado de enfermería en la comunidad inadecuado: 0 - 15 puntos.

Respeto en su dimensión relación enfermero-paciente en el cuidado de enfermería en la comunidad adecuado: 16- 25 puntos 26.

Confianza:

Definición conceptual:

Creencias del paciente que su enfermera pondrá sus intereses en primer lugar, junto con el cuidado y respeto (33).

Definición operacional:

Se utilizó la escala nominal:

Confianza en su dimensión relación enfermero- paciente en el cuidado de enfermería en la comunidad inadecuado: 0 -12 puntos. Confianza en su dimensión relación enfermero-paciente en el cuidado de enfermería en la comunidad adecuado: 13- 20 puntos

Reconocimiento de la labor profesional

Definición conceptual:

El reconociendo del trabajo bien hecho y el esfuerzo personal/profesional actúa como una fuerza invisible que estimula la satisfacción y el bienestar de las enfermeras, cumpliendo la meta: el mantenimiento y/o restablecimiento del bienestar y la salud de la población (29).

Definición operacional:

Se utilizó la escala nominal: Reconociendo de la labor profesional en el cuidado de enfermería en la comunidad inadecuado: 0 -12 puntos.

Reconocimiento de la labor profesional en el cuidado de enfermería en la comunidad inadecuado: 22- 30 puntos.

A su vez, esta dimensión se subdivide en tres indicadores: 27

Eficacia:

Definición conceptual:

Grado en que se satisfacen las necesidades del paciente a través de la planificación y ejecución de sus dimensiones (29).

Definición operacional:

Se utilizó la escala nominal:

Eficacia en su dimensión reconocimiento de la labor profesional en el cuidado de enfermería de la comunidad inadecuado: 0 – 7 puntos.

Eficacia en su dimensión reconocimiento de la labor profesional en el cuidado de enfermería en la comunidad adecuado: 8 – 10 puntos.

Individualidad:

Definición conceptual:

Todo paciente es un miembro individual y particular de la sociedad que tiene derechos, privilegios y libertades que deben respetarse sin distinción de raza, credo, posición social u económica

Definición operacional:

Se utilizó la escala nominal:

Individualidad en su dimensión reconociendo de la labor profesional en el cuidado de enfermería en la comunidad inadecuado: 0 – 7 puntos.

Individualidad en su dimensión reconocimiento de la labor profesional en el cuidado de enfermería en la comunidad adecuado: 8 – 10 puntos.

Educación en salud:

Definición conceptual:

Promueve la salud de la población, la cual es fundamental para el intercambio de 28 múltiples saberes y prácticas, teniendo en cuenta el cambio en el proceso de enseñanza- aprendizaje (34).

Definición operacional:

Se utilizó la escala nominal:

Educación en salud en su dimensión reconocimiento de la labor profesional en el cuidado de enfermería en la comunidad inadecuado: 0-7 puntos

Educación en salud en su dimensión reconocimiento de la labor profesional en el cuidado de enfermería en la comunidad adecuado: 8 – 10 puntos.

ESTILOS DE VIDA

Definición conceptual:

Conjunto de patrones conductuales de un individuo que pone en práctica de manera consistente y contenida en su vida cotidiana, por el cual puede ser oportuna para el mantenimiento de su salud o en caso contrario que lo coloca en situación de riesgo para la enfermedad (35).

Definición operacional:

Estilo de vida no saludable: 25 – 74 puntos

Estilo de vida Saludable: 75 – 100 puntos

4.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.

Técnicas

Para la recolección de datos, debido a la coyuntura actual de la pandemia por Covid-19 se realizó el uso de las aplicaciones online (whatsApp. Encuestas online y Facebook)

Instrumento

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

Instrumento N° 1

CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD

Escala valorativa sobre el cuidado de enfermería en la promoción de la salud Instrumento de Likert, fue elaborado por la Dra. Enf. María Adriana Vilchez Reyes, y modificado por las investigadoras de la línea de la Escuela Profesional de enfermería de la universidad los Ángeles de Chimbote; Mgtr. Patricia Henostroza Rodríguez, para fines de la presente investigación y poder medir el cuidado del enfermero en la comunidad a través de sus dimensiones como son:

Está constituido por 15 ítems distribuidos de la siguiente manera:

- Relación enfermero-paciente (9 ítems):

Respeto: 1, 4, 8, 11, 12

Confianza: 2, 5, 6, 7

- Reconocimiento de la labor profesional (6 ítems):

Eficiencia: 3, 13

Individualidad: 9, 10

Educación en salud: 14, 15

Cada ítem tiene el siguiente criterio calificación y su específica su puntaje:

NUNCA: 1

A VECES: 2

REGULARMENTE: 3

CASI SIEMPRE: 4

SIEMPRE: 5

Los puntajes obtenidos para la escala resultaran del promedio de las diversas respuestas a los 15 ítems, de la misma manera se procede en cada sud escala.

Valides de contenido: Al realizar la prueba de V de Aiken de los 15 ítems, se ha obtenido valores de los 3 expertos que ubican una significancia menor al 0.05, con lo cual se afirma que el instrumento cumple con los parámetros para ser aplicados a la muestra seleccionada.

$$\alpha = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum_{i=1}^k S_i^2}{S_t^2} \right]$$

En referencia a la confiabilidad se realizó mediante el método de consistencia interna Alfa de Cronbach, cuyo resultado fue de 0.906.

Prueba binomial

	Categoría	N	Prop. observada	Prop. de prueba	Significación exacta (bilateral)
Experto1	Grupo 1	1	1,00	,50	,000
	Total	15	1,00		
Experto2	Grupo 1	1	1,00	,50	,000
	Total	15	1,00		
Experto3	Grupo 1	1	1,00	,50	,000
	Total	15	1,00		

Instrumento N° 2

ESTILO DE VIDA

Instrumento elaborado en base al Cuestionario de estilo de vida promotor de Salud. Elaborado por Walker, Sechrist y Pender, y modificado por las investigadoras de línea de la escuela profesional de Enfermería Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote: Delgado R; Reyna E y Díaz, R, para fines

de la presente investigación y poder medir el estilo de vida a través de sus dimensiones.

Como son alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud. (Ver anexo N°02).

Está constituido por 25 ítems distribuidos de la siguiente manera:

Alimentación: 1, 2, 3, 4, 5,6

Actividad y Ejercicio: 7, 8

Manejo del Estrés: 9, 10, 11,12

Apoyo Interpersonal: 13, 14, 15,16

Autorrealización: 17, 18,19

Responsabilidad en Salud: 20, 21, 22, 23, 24,25

Cada ítem tiene el siguiente criterio de calificación:

NUNCA: N = 1

A VECES: V = 2

FRECUENTEMENTE: F = 3

SIEMPRE: S = 4

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

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

Validez de contenido: Al realizar la prueba de V de Aiken de los 25 ítems, se ha obtenido valores de los 3 expertos que ubican una significancia menor al 0.05, con lo cual se afirma que el instrumento cumple con los parámetros para ser aplicados a la muestra seleccionada.

$$\alpha = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum_{i=1}^k S_i^2}{S_t^2} \right]$$

La confiabilidad se realizó mediante el método de consistencia interna Alfa de Cronbach, cuyo resultado fue de 0.906.

Prueba binomial

		Categoría	N	Prop. observada	Prop. de prueba	Significación exacta (bilateral)
Experto1	Grupo 1	1	25	1,00	,50	,000
	Total		25	1,00		
Experto2	Grupo 1	1	25	1,00	,50	,000
	Total		25	1,00		
Experto3	Grupo 1	1	25	1,00	,50	,000
	Total		25	1,00		

4.5 Plan de análisis

4.5.1. Procedimientos de la recolección de datos

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

- Se informo por vía telefónica sobre el consentimiento informado a los adultos del caserío de Mishqui, Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz haciendo énfasis que los datos y resultados son totalmente confidenciales.
- Se coordinó por las redes sociales la disponibilidad y el tiempo de cada adulto del caserío de Mishqui, Distrito de Tinco, Provincia Carhuaz.
- Se envió los instrumentos al WhatsApp de los adultos y en algunos casos se envió por Messenger y otros fue por video llamada la aplicación de los

cuestionarios, asimismo, algunos adultos tuvieron problemas con el internet y se les tuvo que programar otra fecha para el llenado de la encuesta.

4.5.2. Análisis y procesamiento de datos

Para la presente investigación se realizó un análisis descriptivo mediante tabla de frecuencias/ porcentaje y promedio/ desviación estándar según tipo de variable con sus respectivos gráficos. Asimismo, para el análisis correlacional con el fin de cada variable perteneciente a los factores sociodemográficos asociado con el comportamiento de la salud. Se utilizarán el estadístico Chi cuadrado según el tipo de corresponda, presentando el p-valor con un nivel de confianza del 95%. Siendo la variable de estudio estilos 36 de vida categorizado a través de la variación estadística usando percentiles. Para el procesamiento y análisis de datos que serán ingresados a una base de datos software estadístico IBM para ser exportados a una base de datos en el software SPSS Statistics 24.0.

37

4.6 Matriz de consistencia:

TITULO	ENUNCIADO DEL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	METODOLOGÍA
Cuidados de enfermería en la Promoción de la salud y estilos de vida de los adultos del Caserío de Mishqui del Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz, 2020	¿Existe relación entre los cuidados de enfermería en la promoción de la salud y estilos de vida de los adultos del Caserío de Mishqui del Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz, 2020	Determinar la relación que existe entre los cuidados de enfermería en la promoción de la salud y estilos de vida de los adultos del Caserío de Mishqui del Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz, 2020	Identificar los cuidados de enfermería en la promoción de la salud de los adultos del Caserío del caserío de Mishqui del Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz 2020 Identificar los estilos de vida de los adultos del caserío de Mishqui del Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz 2020	Diseño de la investigación: Cuantitativo, descriptivo de corte transversal, no experimental Técnica: Entrevista y uso de las TICS.

4.7 Principios éticos:

En el presente informe se hace hincapié a los principios éticos de confidencialidad, respeto a la dignidad de la persona y respeto a la propiedad intelectual, así mismo se reconoce que toda información utilizada en el presente trabajo ha sido utilizada para fines académicos exclusivamente. (36)

Protección a las personas: - Se aplicó el cuestionario a los adultos y al momento de aplicar el cuestionario se mantuvo en reserva la identidad de cada beneficiario.

Libre participación y derecho a estar informado: Se informó a cada uno de los participantes sobre el propósito del estudio y luego se les envió el documento denominado consentimiento informado donde los que estuvieron de acuerdo, lo firmaron. (Anexo N° 3)

Beneficencia no maleficencia: Al momento de brindarles la encuesta de manera Online no se le realizó ningún daño a cada adulto ya que me puse en el lugar de ellos porque algunos tuvieron dificultades porque no se adaptaban a la manera virtual por el contexto del COVID.

Justicia: A cada uno de los participantes se le dio las mismas facilidades por motivo de que las encuestas fueron de manera Online y no todos contaron con el internet, pese a ello a cada uno de ellos se les brindó la misma información con el fin de obtener informaciones acertadas.

Integridad científica: En todo el proceso de investigación se respetaron cada uno de los principios, con la finalidad que los resultados y conclusiones del estudio sean veraces y confiables, asimismo, se mantuvo la integridad científica con el interés de no afectar el estudio o la comunicación de sus resultados.

V. RESULTADOS

5.1 Resultados

TABLA 1

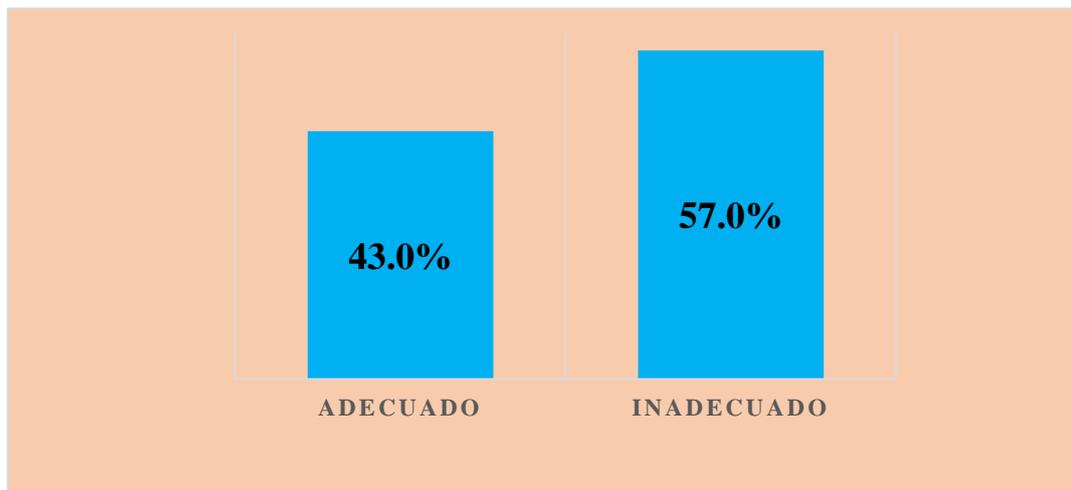
CUIDADO DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD EN LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE MISQUI DEL DISTRITO DE TINCO, PROVINCIA DE CARHUAZ, 2020.

CUIDADO DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD	FRECUENCIA	PORCENTAJE
ADECUADO	43	43,0
INADECUADO	57	57,0
TOTAL	100	100,0

Fuente: Cuestionario del cuidado de enfermería en la promoción de la salud, elaborado por la Mgtr. Maria Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adultos del Caserío de Misqui del Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz, 2020,

GRÁFICO 1

CUIDADO DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD EN LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE MISQUI DEL DISTRITO DE TINCO, PROVINCIA DE CARHUAZ, 2020.



Fuente: Cuestionario del cuidado de enfermería en la promoción de la salud, elaborado por la Mgtr. Maria Adriana Vilchez Reyes. Aplicado a los adultos del Caserío de Misqui del Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz, 2020,

TABLA 2

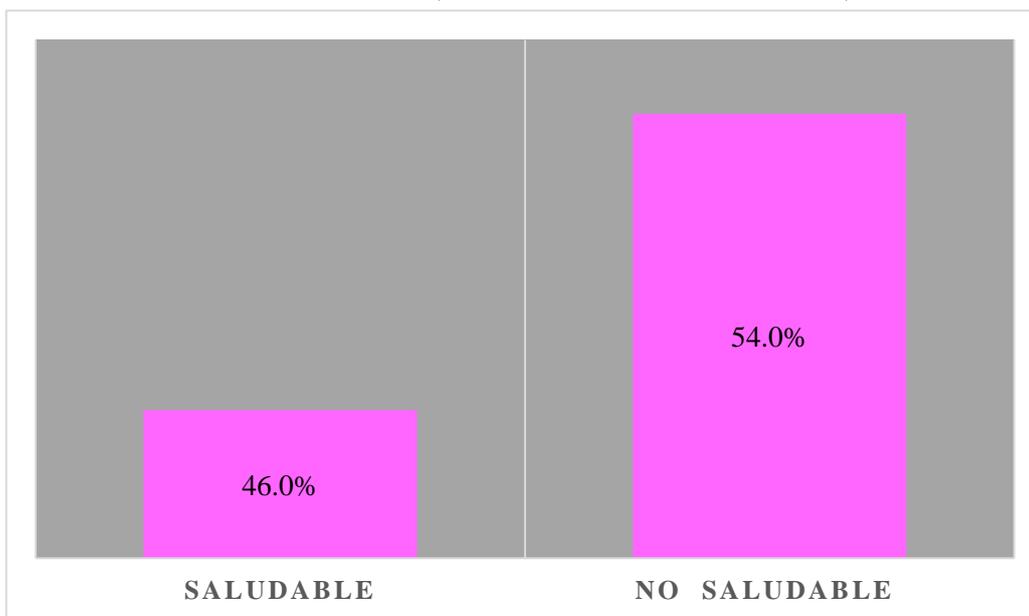
**ESTILOS DE VIDA EN LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE MISQUI DEL
DISTRITO DE TINCO, PROVINCIA DE CARHUAZ, 2020.**

ESTILOS DE VIDA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SALUDABLE	46	46,0
NO SALUDABLE	54	54,0
TOTAL	100	100,0

Fuente: Cuestionario de estilos de vida, elaborado por Walker, Sechrist y Pender, modificado por Delgado R, Reyna E y Diaz, R. Aplicado a los adultos del Caserío de Misqui del Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz, 2020.

GRÁFICO 2

**ESTILOS DE VIDA EN LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE MISQUI DEL
DISTRITO DE TINCO, PROVINCIA DE CARHUAZ, 2020.**



Fuente: Cuestionario de estilos de vida, elaborado por Walker, Sechrist y Pender, modificado por Delgado R, Reyna E y Diaz, R. Aplicado a los adultos del Caserío de Misqui del Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz, 2020.

5.2 Análisis de resultados

TABLA 1

Del 100% de los adultos del Caserío de Misqui, del Distrito de Tinco de la Provincia de Carhuaz, el 57 % refieren el cuidado de enfermería en la promoción de la salud inadecuado y el 43% un cuidado adecuado.

Estos resultados se asemejan, con los encontrados por Soto Y, (37). En su investigación “Cuidados de enfermería en la Promoción y Determinantes de salud de los adultos del barrio “Santa Rosa” –Huallanca– Bolognesi– Ancash, 2018” en ello se observa que el 67,1% (94) de los adultos mencionan que el cuidado de enfermería en la promoción de salud es inadecuado y el 32,9% (46) indican que el cuidado es adecuado.

Del mismo modo, estos resultados se asemejan a los obtenidos por Cadillo A, (38). En su tesis “Cuidados de enfermería en la promoción y determinantes de salud de los adultos del Caserío de Cajamarquilla- Carhuaz, 2018”, Obteniendo los siguientes resultados donde la mayoría tuvo un inadecuado cuidado de enfermería 85,5 % (130) y un 14,5% (22) manifestaron que el cuidado de enfermería fue adecuado.

Por otro lado, los resultados obtenidos difieren al de Ramírez A, (39). En su tesis titulada “Cuidados de enfermería en la promoción y determinantes de salud de los adultos del Caserío de Quechcap Bajo – Huaraz, 2018”. Sus resultados fueron los siguientes: el 91,6% (131) mencionan que el cuidado de enfermería es adecuado y 8,4% (12) que es inadecuado.

Asimismo, los resultados encontrados difieren al de López E, (40). En su tesis titulada “Cuidados de enfermería en la Promoción y Determinantes de salud de los

adultos del Distrito de Llama_ Piscobamba_Áncash, 2018”. Lo cual sus resultados fueron: El 75,6% (136) refieren que el cuidado de enfermería es adecuado y un 24,4% (44) refieren que el cuidado de enfermería es inadecuado.

Luego de la interpretación de resultados y la comparación con otros estudios encontrando semejanzas y diferencias, se observó que dentro del Caserío de Mishqui en lo que respecta a los cuidados de enfermería califican a un nivel inadecuado, este resultado se debe por el poco personal existente en dicho establecimiento, asimismo, la lengua quechua hablado por los adultos también influye en la prestación brindada por los enfermeros, debido a que no logran comprenderse y con ello la atención se hace carente, motivo por el cual los adultos salen del establecimiento insatisfechos por el servicio que les brinda el personal de enfermería, calificándolos como una mala atención pese a que el personal de salud hace lo posible para que la asistencia sea adecuada.

El cuidado de enfermería en la promoción de la salud son aquellas actividades que realiza el personal de enfermería en un establecimiento con la finalidad de prevenir distintos tipos de enfermedades, en este caso en específico prevenir patologías que puedan dañar la etapa de los adultos del Caserío de Mihsqui, por dicho motivo el personal de enfermería realiza campañas y hace visitas domiciliarias pese a algunas dificultades que puedan presentarse, tratando de brindar un cuidado adecuado para que así los adultos se encuentren en buen estado de salud. Asimismo, en la investigación se encuentro que más de la mitad de los adultos refieren que el cuidado de enfermería es inadecuado y un porcentaje considerable adecuado.

En cuanto a nuestra teórica Dorothea Orem, nos hace mención que el cuidado de enfermería es una conducta que está basado netamente en que el individuo alcance un estado de salud adecuado, para ello el personal de enfermería del establecimiento de Misqui tiene que centrarse en que el individuo logre desarrollar procesos que ayuden a que los adultos tengan una adecuada salud, ya que para ello es indispensable que se trabaje con los tres componentes que es: la persona, salud y enfermería, pese a que se sabe que el adulto debe cuidarse de sí mismo, ello iniciara con la toma de conciencia de cada uno de ellos, por eso es importante que el personal de enfermería brinde sesiones educativas de acuerdo a la toma de conciencia, aunque para eso tienen que llevar cursos y así puedan familiarizar más el idioma quechua para que las adultos no califiquen de manera negativa la atención que se les brinda y así puedan sentirse satisfechos con el servicio brindado.

En cuanto a la relación de los enfermeros frente a los adultos, el trato brindado fue adecuado ya que manifiestan que fueron amables y pacientes, sin embargo, otro grupo de adultos manifestó que algunos de los enfermos no fueron honestos al momento de brindarles información, como por ejemplo instruir sobre el cuidado de su salud, así como tampoco lograron comprenderlos, porque los adultos hablan el idioma quechua y los enfermeros el castellano, generando así que no se brinde una atención integral.

En relación a las preferencias religiosas los enfermos respetaron cada religión de los adultos ya que trataron de explicarles de acuerdo a su religión, respecto a ello, la ventaja fue que la mayor parte de los adultos son de religión católica y los enfermeros también son de la misma religión ello les ayudo avanzar con las prácticas de una alimentación y cuidado adecuado, frente a la relación entre los enfermos y los adultos

del Caserío de Mishqui los adultos cierta disconformidad porque en algunas visitas le trataban bien y en otras llegaban renegando.

En lo que concierne los conocimientos brindados de los enfermeros hacia los adultos fueron los correctos porque con las atenciones que se les brindó en cada visita domiciliaria les ayudo a mejorar su salud pese a algunas limitaciones que se le presentó que fue el idioma quechua, pero hicieron lo posible para que los adultos los entendieran mostrando así empatía y paciencia con ellos y solo en algunos casos perdían la paciencia y les alzaban la voz y por eso los adultos ya no querían volver al establecimiento y eso empezó a generar una ruptura de relación entre el paciente y enfermero generando así que los adultos ya no asistan cuando presentan alguna dolencia, todo ello se produjo por la falta de personal de la salud, por una mala gestión de sus gobernantes para la contratación de más recursos humanos, por todo ello se produce una sobrecarga de pacientes y las atenciones no se pueden dar de manera integral ya que en el día a día se tiene que atender a todos los adultos que se presentan en dicho establecimiento y reduciéndose así las vistas domiciliarias.

La enfermera de acuerdo con la promoción de la salud en los adultos en el Caserío de Mishqui presta atenciones con sesiones educativas, programas sociales, como el vaso de leche y en algunas veces con capacitaciones que les brindan una vez por mes organizándose así con las autoridades de dicho Caserío para la realización de los adultos y así poder prevenir algunas enfermedades como la anemia y la desnutrición, la mala alimentación en cada uno de los adultos y con esa información brindada ellos puedan transmitir en cada una de sus familias y así forman cadenas para que los adultos se encuentren en un estado óptimo.

Frente a ello, la propuesta de conclusión en cuanto a los cuidados que brinda el enfermero a cada uno de los adultos una propuesta de mejora es que los gobernantes del caserío de Misqui gestionen con los gobiernos regionales para que tengan más recursos humanos (enfermos) y con ello no presenten retrasos de las actividades que realizan el personal de salud frente a dicho caserío, y así puedan brindar un cuidado integral a cada uno de los adultos y puedan salir a realizar las visitas domiciliarias correspondientes y puedan detectar si algunos de los adultos están padeciendo alguna dolencia o enfermedad. generando de esa manera la socialización con el medio que le rodea y una interrelación adecuada donde se le pueda informar problemas de salud u otros en calidad de confidencialidad.

Tabla 2

Del 100% de los adultos del Caserío de Misqui, del Distrito de Tinco de la Provincia de Carhuaz, el 54% tienen estilo de vida no saludable y el 46% tienen un estilo de vida saludable.

Asimismo, los resultados de la siguiente investigación se asemejan al de Aniceto Z, (41). En su tesis titulada “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Caraz – Ancash, 2020”, se aprecia que del 100% de los adultos encuestados, el 76,9% (284) de los adultos mantienen un estilo de vida no saludable y solo el 23,4% (85) de los adultos mantienen un estilo de vida saludable.

Estos resultados se asemejan al estudio de Moron Y, (42). Titulada. “Estilos de vida y factores biosocioculturales en universitarios de la escuela profesional de contabilidad del v ciclo. Uladech Católica_Chimbote, 2018”. En sus resultados: el 68.0% (82) tienen estilo de vida no saludable y el 32.0% (38) estilo de vida saludable.

Los resultados obtenidos difieren con los estudios realizados por Milla J, (18). En su tesis “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Hualcán – Carhuaz, 2018”. En sus resultados: El 23% (57) presentan estilos de vida saludable y un 77% (191) tienen estilos de vida no saludable.

Del mismo modo, los resultados de la investigación difieren al de Flores N, (43). En su tesis “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, La Joya – Arequipa, 2018” donde se observa que de las personas encuestadas en el estudio el 15.7% (18) tiene un estilo de vida saludable y un 84.3% (97) tiene un estilo de vida no saludable.

En cuanto a la interpretación de resultados y comparación con otras investigaciones hallando semejanzas y diferencias; se puede observar que los estilos de vida de los adultos no son saludables, pues según lo observado estos no seguían de una dieta adecuada para su salud debido que en su gran mayoría tiene como un ingreso económico la agricultura y ganadería y en mayores de los casos consumen lo que ellos producen pero reemplazando alimentos saludables para su organismo por alimentos ricos en carbohidratos.

Actualmente por la coyuntura que estamos viviendo en el caserío de Misqui se pudo evidenciar que los adultos se encuentran preocupados, estresados por las situaciones que estamos atravesando por la pandemia y mediante las encuestas realizadas se pudo observar que los adultos no saben cómo llevar dicho problema, pese a que ellos viven en zonas alejadas tienen temor a que sus familiares se enfermen y es ahí donde el personal de salud tiene que intervenir para que los adultos se encuentren bien y puedan sobrellevar dicho problema.

Por otra parte, hay un porcentaje mínimo quienes tienen estilos de vida saludable tomando conciencia que eso les pone como ejemplo para los demás adultos, también reconocen el arduo trabajo que realiza el enfermero en su jurisdicción a pesar de que se ven imposibilitados de realizar las actividades de manera presencial ya que se tiene que cumplir los protocolos de bioseguridad aun así se viene realizando trabajos para poder seguir concientizando a las personas y disminuir la tasa de incidencia de las enfermedades de comorbilidad, es por ello para que una persona tenga buenos estilos de vida no solo es alimentarse bien sino que también que cada usuario adopte un buen estilo de vida desde el interior de su familia llegando así a fomentar sobre sus niños los buenos hábitos de vida, es por ello que el personal de salud debe de realizar campañas de difusión, campañas de salud dentro de ello enfatizando la importancia que tiene el chequeo médico de manera periódica así mismo la importancia que tiene la actividad física en cada uno de ellos para que de esta manera la persona tenga una vida saludable.

Dentro de los estilos de vida de los adultos del Caserío de Mishqui se encontraron diferentes dimensiones por el cual el estilo de vida del adulto se observa alterado, para ello como primera dimensión encontraremos a la alimentación ya que según los datos recogidos y brindados en las encuestas por los adultos se pudo evidenciar que cada uno de ellos durante el día consumen tres comidas pero lo inadecuado en ello es la concentración de nutrientes, ya que no son balanceados y menos equilibrados llegando a consumir de esa manera demasiados productos ricos en carbohidratos y solo pocas cantidades en nutrientes debido a que ellos mismos lo producen o cultivan. En ello la enfermera no solo indago la causa sino también generó conocimientos nuevos en la

mejora y equilibrio de alimentos en el plato con los mismos recursos que ello obtiene de su propio trabajo como es la agricultura y la ganadería.

Como segunda dimensión de este tema que es actividad y ejercicio en ello se refiere a la actividad que realiza el adulto de manera diaria teniendo en cuenta que para realizar dicho ejercicio no solo se debe estar tranquilo anímicamente sino también mentalmente, según los datos recolectados se pudo demostrar que la gran mayoría de adultos debidos a la distancia que se encuentra el centro poblado de la ciudad ellos caminan por lo menos 30 minutos al día u en otras ocasiones mucho más tiempo, en ello también cabe recalcar que como son adultos agricultores y ganaderos la mayor parte del día lo pasan trabajando la tierra en ello incluyen el movimiento de todo el organismo pero siempre teniendo la mente preocupada en las formas de generar el ingreso económico del día a día. Es por ello que la enfermera a cargo sensibiliza la importancia de esta dimensión en la salud de cada uno de ellos generando nocimientos nuevo y métodos que ellos lo podrán usar cuando estén realizando sus actividades ya sean de caminatas largas, cortas, ganadera o de agricultura.

En la dimensión manejo del estrés se puede decir que son situaciones por el cual atraviesa el ser humano dando una respuesta automática a un evento dificultoso, saber sobre llevarlo no solo mejora una vida equilibrada sino también saludable. Según los datos proporcionados por los adultos se pudo encontrar que casi siempre ellos atraviesan situaciones de preocupación por diversos motivos dentro de ello está el ingreso económico o bienestar de algún familiar cercano y algunas alteraciones en su salud, es por ello que cuando la enfermera realiza una visita domiciliaria tienden a expresar sus sentimientos buscando de esa manera alternativas de solución adecuada y precisa para el afrontamiento de la situación.

Dimensión apoyo interpersonal en los adultos y autorrealización son dos temas muy importantes que se basan en emociones y sentimientos los cuales influyen en el comportamiento del ser humano, ante ello los adultos en las encuestas realizadas nos afirmaron que en ese lugar en su gran mayoría pero no todos sus habitantes son muy unidos y ante cualquier evento se organizan de manera adecuada ya sea para ayudar a alguien o para algún evento en general, teniendo en cuanto que a la mayoría les une el lazo familiar es por ello que cuando una persona necesita algún apoyo emocional busca ayuda en ellos para que de esa manera le aconsejen adecuadamente, seguido de ello la autorrealización lo manifiestan sacando adelante a sus hijos, tener una casa propia, una familia, en algunos una profesión y personas que se apoyan entres todos, ya que también en eso influye mucho la relación con el profesional de la salud que también los consideran como parte de ellos.

Como ultima dimensión encontrada en los estilos de vida tenemos a la responsabilidad en salud ello implica una decisión de escoger la mejor alternativa saludable teniendo una responsabilidad no solo individualmente sino también colectiva. Según la encuesta realiza los adultos afirmaron que casi nunca acuden al establecimiento de salud por pequeños dolores o molestias, ellos prefieren quedarse en sus casa y tratarse con la medicina tradicional a base de hierbas e infusiones, pero solo pocos de ellos acuden al establecimiento ya sea de manera anual o trimestral debido a que se controlan diferentes tipos de enfermedades y una de ellas que predomina más es la hipertensión arterial, es por ello que el profesionales salud realiza actividades de promoción y prevención garantizando la detección oportuna de esta patología que es una enfermedad silenciosa pero que puede traer muchas complicación más adelante

haciéndoles recordar a los adultos que si una enfermedad es detectada tempranamente se puede tratar adecuadamente.

Frente a ello la propuesta de conclusión, las autoridades del Caserío de Mishqui gestionen con los gobiernos regionales, la municipalidad, escuelas, juntas vecinales, asimismo con la Diresa, para realizar campañas de sensibilización sobre la importancia que tiene el estilo de vida y que con ello evitar la aparición de distintos problemas de salud que puedan poner en riesgo a los adultos, asimismo tengan controles periódicos para el descarte temprana de alguna enfermedad y con ello poder mejorar y lograr que los adultos puedan practicar buenos estilos de vida.

Tabla 3

Del 100% de los adultos del Caserío de Misqui, del Distrito de Tinco de la Provincia de Carhuaz, el 24% tienen un estilo de vida no saludable y un cuidado de enfermería adecuado y el 35% tiene un estilo de vida saludable y un cuidado de enfermería inadecuado.

De este modo al analizar los resultados de la prueba Chi cuadrado de cuidados de enfermería y estilos de vida llegamos a una conclusión de que no existe una relación entre las dos variables ya que el Chi tabla tiene un porcentaje mayor al Chi cuadrado presentado.

Estos resultados obtenidos del presente estudio se asemejan al de Sánchez G, (44). En su estudio “cuidado de enfermería en la promoción y determinantes de la salud de los adultos del centro poblado Toclla _ Huaraz, 2019” donde se puede encontrar que no existe relación estadísticamente significativa entre el cuidado de enfermería y los determinantes de los estilos de vida.

De la misma manera, otro estudio que se asemeja es el de Soto Y, (45). Con su investigación “Cuidados de enfermería en la promoción y determinantes de salud de los adultos del barrio “santa rosa” –Huallanca– Bolognesi– Ancash, 2018” donde se pudo observar que no existe relación estadísticamente significativa entre los cuidados de enfermería en promoción y los determinantes de los estilos de vida.

Asimismo, otro estudio que se asimila es el de Ramírez A, (46). En su tesis de investigación titulado “Cuidados de enfermería en la promoción y determinantes de salud de los adultos del caserío de Quechcap bajo – Huaraz, 2018” donde se muestra que después de la realización de las cruces de las dos variables, no se evidencia relación estadísticamente significativa.

Por otro lado, estos resultados obtenidos difieren con el estudio realizado por López E, (47). Con su estudio “Cuidados de enfermería en la promoción y determinantes de salud de los adultos del distrito de llama_ Piscobamba_Áncash, 2018” en donde se pudo encontrar que existe relación estadísticamente significativa entre los cuidados de enfermería y los determinantes de estilos de vida.

Después de a ver realizado el cruce de las dos variables se puede mencionar lo siguiente: Uno de los factores por lo cual no se da una adecuada atención es el problema del idioma quechua, porque al momento de las atenciones no se logran comprender y el poco personal que no se da abastecimiento para atender a todos y eso genera estrés en el personal, que no cuentan con todos los implementos y equipos para atender a los adultos, las costumbres de las personas y creencias también influyen en sus salud, que a veces no obedecen las indicaciones del personal de salud. Ante este resultado obtenido es necesario mencionar que el profesional de enfermería que labora

en el distrito de Tinco brinda cuidados de enfermería, pero no logra adecuarse a la forma de ser de los pobladores y es por ello que se presentan problemas por la falta de empatía y confianza que no tienen hacia los adultos, en dicho caso el personal tiene que capacitarse adecuadamente para que no surjan dichos problemas y así los adultos puedan escucharnos y surja una relación eficaz entre la enferma y adultos de la población en estudio.

Por otro lado, en lo que respecta el estilo de vida que tiene cada adulto es por la falta de economía, que no les permite tener una adecuada alimentación, las condiciones de vivienda, que algunos no cuentan con agua, desagüe, luz, gas, la falta de higiene, que algunos tienen piso de tierra, o adobe. Asimismo, por tener una mala alimentación los adultos están propensos a tener gastritis, anemia, por otro lado, también los adultos están propensos a desarrollar enfermedades respiratorias por el humo que inhalan al momento de preparar sus alimentos.

Los cuidados de enfermería son preservación y cuidado de la salud en la persona lo cual está a cargo de la enfermera y de todo el equipo multidisciplinario teniendo como objetivo mejorar la salud de la persona, desarrollando la promoción y la prevención de las enfermedades en este caso de los adultos es por ello que las personas que habitan en el Caserío de Mishqui según lo que ellos afirmaron es que el personal que labora en el centro de salud realiza diferentes tipos de actividades con la finalidad de minimizar riesgos y disminuir complicación en la salud de los adultos ejecutando actividades como las visitas domiciliarias , charlas y secciones educativas considerando la cultura y creencia de la población. Los estilos de vida se podrían decir que son un conjunto de actitudes que adopta el ser humano con la finalidad de satisfacer sus necesidades en diferentes dimensiones como son en su alimentación, en

el ejercicio cotidiano, en la relación y apoyo interpersonal, la autorrealización y por último su responsabilidad en salud que puedan tener cada uno de ellos.

Los cuidados de enfermería y los estilos de vida son temas que se analizan por dimensiones dentro de ella mencionaremos a los cuidados de enfermería que se dan con la dimensión de la alimentación en ello se puede decir que dichos cuidados no solo se basan en el equilibrio adecuado de alimentos que puede consumir el adulto sino también en la cantidad de nutrientes que todo ello pueda poseer, es por eso que en los datos recogidos se pudo evidenciar que la mayor parte de los adultos consumen demasiados alimentos ricos en carbohidratos, es por ello que la enfermera genera estrategias que puedan mejorar su bienestar organizando sesiones y charlas educativas con la finalidad de educar a los adultos y de esa manera evitar complicaciones no solo en su salud individual sino también de su familia previniendo diferentes tipos de enfermedades.

En cuanto a los cuidados de enfermería que se debe de brindar dentro de la dimensión actividad y ejercicios son muy escasos ya que para realizar esta actividad se debe de tener un tranquilidad mental adecuada teniendo en cuenta que según las encuestas realizadas los adultos si llegan a caminar más de 30 minutos diariamente pero ello se realiza teniendo la mente llena de preocupaciones es por ello que la enfermera en cuanto a este ítem lo que realiza es dar ciertas consejerías en las visitas domiciliarias por el cuál ellos puedan tener no solo una paz mental sino también y relajación equilibrada consigo mismo ya que ello trae demasiados beneficios para la salud.

Los cuidados de enfermería en el manejo del estrés son muy importantes ya que con ello no solo ayudan en la realización de un plan sino también se enfocan mucho en ponerlo de practica diseñando de alguna u otra manera acciones que ayuden en la minimización de efectos al no lograr controlarlo, es por ello que la enfermera teniendo en cuenta las situaciones que atraviesan los adultos, sentimientos que puedan tener ellas crean actividades de relajación como por ejemplo pensar en cosas agradables , salir a caminar o a pasear con la familia y realizar ejercicios de respiración todo ello lo realiza al momento de las visitas domiciliarias garantizando de esa manera el manejo adecuado en situaciones que se le pueda presentar al adulto.

Los cuidados de enfermería en relación a la dimensión de apoyo interpersonal y autorrealización se podrían decir que son temas donde el adulto logra sus objetivos o metas ya sea con sus hijos como sacarlos profesionales o ayudarles en su educación y personales como son conseguir una vivienda propia u otro anhelo que puedan tener, según los resultados de la encuesta se puede deducir que los adultos del Caserío de Misqui en su gran mayoría se llevan bien y cuando hay alguna actividad o situaciones de emergencia todos se apoyan mutuamente. Dentro de la autorrealización se podría decir que se pudo evidenciar que los adultos se encuentran satisfechos con los logros obtenidos y en ello el profesional de salud se encarga de fomentar no solo un desarrollo personal sino también colectiva teniendo en cuenta las coordinaciones con su equipo de trabajo y los dirigentes de la comunidad.

Como ultima dimensión encontramos a los cuidados de enfermería en cuanto a la responsabilidad en salud dentro de ello según los resultados obtenidos se pudo evidenciar que la gran mayoría de los adultos no acuden al estableciendo de salud por situaciones menores como son la presencia de dolor leve o algún factor relevante en

su salud y solo los que acuden son aquellos adultos que poseen alguna enfermedad crónica. En ello el profesional de enfermería lo que realiza cuando acude a sus visitas es la orientación sobre algunos síntomas de algunas enfermedades como por ejemplo la anemia, desnutrición, etc. logrando de esa manera a que los adultos por algún examen de descarte puedan acudir por lo menos de manera anual al establecimiento de salud.

Frente a ello la propuesta de conclusión es que se intensifiquen en cuanto la actividades del puesto de salud mediante campañas conjuntamente y en ello involucrar instancias como Minsa o algunas autoridades del gobierno regional, ya que los adultos poseen unos cuidados de enfermería inadecuado y a la vez tienen un estilo de vida no saludable debido a que no poseen un alimentación inadecuada por la irresponsabilidad en su salud ya que se tratan pequeñas enfermedades a base de medicina tradicional y solo acuden al establecimiento de salud cuando la enfermedad se complicó y requiere de un tratamiento.

CONCLUSIONES

El presente trabajo de investigación se concluye:

- Los cuidados de enfermería en la promoción de la salud del Caserío de Mishqui, más de la mitad refieren un cuidado inadecuado y un porcentaje considerable adecuado, esto se debe a que el personal de enfermería tiene dificultades para relacionarse ya que los adultos hablan el idioma quechua y ello no les ayuda a relacionarse del todo con el personal de salud y eso les causa dificultades para brindar un cuidado adecuado frente a los adultos, asimismo influye el poco personal que hay en dicho establecimiento.
- En los estilos de vida de los adultos del Caserío de Mishqui más de la mitad tiene estilo de vida no saludable y un porcentaje considerable tienen un estilo de vida saludable, todo ello se debe a que los factores que establecen la calidad de vida del adulto se ven alterados por varios motivos y uno de ellos es la economía de cada adulto.
- Al realizar la prueba del chi cuadrado entre el cuidado de enfermería en la promoción de la salud y el estilo de vida de los adultos se encontró que no existe relación estadísticamente significativa. Ello nos indica que el estilo de vida de una persona depende mucho de la voluntad que pueda poner cada uno porque el personal de enfermería cumple con su trabajo informando, pero ya si ellos no toman conciencia seguirán teniendo un inadecuado estilo de vida y en el futuro sufrirán de diversas enfermedades poniendo en riesgo su salud.

ASPECTOS COMPLEMENTARIOS.

En base de los resultados obtenidos en el presente estudio se presentan las siguientes recomendaciones:

- Como investigadora difundir los resultados y proponer a las autoridades para que ellos intervengan a través de campañas de salud y así den un mayor énfasis en el adulto, asimismo, que el personal de enfermería sigan realizando estrategias e intervenciones en la promoción de la salud con la finalidad de dar a conocer los resultados de dicha investigación.
- En ello, es importante concientizar al personal de salud a que tomen interés frente a algunos problemas que presentan la población para su mejoría y del mismo modo, fomentar a la persona adulta a que participen continuamente en los programas educativos de estilo de vida saludables para que así puedan dar mejoría a su salud.
- Que el presente estudio de investigación sirva de estímulo y de base para que se continúe realizando nuevas investigaciones, ya que es de suma importancia saber que necesidades o carencias tiene el adulto y así con ello buscar estrategias juntamente con las autoridades de dicha población y también ampliar la información y visualizar mejor la dimensión del problema y con ello dar alternativas de solución.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Restrepo H. Promoción de la Salud: Como Construir Vida Saludable. [internet]. Editorial medica internacional LTDA. Cra. 7° A N° 69-19 Bogota, D.C. Colombia. 2001.[internet] [citado el 27 de Abril del 2020] disponible en el URL:
https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=g4gU_P7vAEMC&oi=fnd&pg=PA11&dq=promocion+de+la+salud&ots=MqDhYoCjIx&sig=YHy7fvtdmk2VOc-6R63wcuTkk3o#v=onepage&q&f=false
2. OMS. Conferencia de Ottawa y la redacción de la Carta de Ottawa de Promoción de la Salud. Ginebra, Organización Mundial de la Salud. 1986 [internet] [citado el 27 de Abril del 2020]. Disponible en el URL:
<https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2013/Carta-de-ottawa-para-la-apromocion-de-la-salud-1986-SP.pdf>
3. Marzo N. La promoción de la salud: evolución y retos en América Latina. MEDISAN vol.21 no.7 Santiago de Cuba Julio. 2017. [internet] [citado el 27 de Abril del 2020]. Disponible en el URL:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192017000700018
4. Molina J, Vaca J, Muñoz P, Cabascango K y Cabascango C. Gestión de la calidad de los cuidados de enfermería hospitalaria basada en la evidencia

científica. *Índex de enfermería*, 25(3), 151- 155. 2016. [internet] [citado el 1 de Junio del 2021]. Disponible en el URL:

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962016000200006

5. Balzano S. Visibilidad e invisibilidad de los cuidados en enfermería en una colonia neuropsiquiatría Argentina: una mirada etnográfica. *Cuadernos de antropología social*, (35), numero. 35, Julio 2012. [internet] [citado el 1 de Junio del 2021]. Disponible en el URL:

<https://www.redalyc.org/pdf/1809/180923259006.pdf>

6. Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). Encuesta demográfica de salud – ENDES. 2012. [internet]; 2014 y 2015 [citado el 1 de Junio del 2021]. Disponible en el URL:

https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitaes/Est/Lib1211/pdf/Libro.pdf

7. Sánchez G. Cuidados De Enfermería En La Promoción Y Determinantes De La Salud De Los Adultos Del Centro Poblado Toclla _ Huaraz, 2019. [internet] [citado el 1 de Junio del 2021]. Disponible en el URL:

http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/17877/PROMOCION_SALUD_SANCHEZ_CAJALEON_Gloria_DALMIRA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

8. Ministerio de Salud. Análisis de Situación de Salud del Perú 2019. [internet] [citado el 1 de Junio del 2021]. Disponible en el URL:
https://www.dge.gob.pe/portal/docs/asis/Asis_peru19.pdf

9. Municipalidad Distrital De Tinco. Creación de las escalinatas en el barrio de Rosahueta y caserío de Mishqui, distrito de tinco, provincia de Carhuaz Ancash, i etapa con codigo snip 323392. [internet] [citado el 1 de Junio del 2021]. Disponible en el URL:
<https://www.perulicitaciones.com/creacion-de-las-escalinatas-en-el-barrio-de-rosahueta-y-caserio-de-mishqui-distrito-de-tinco-provincia-de-carhuaz-ancash-i-etapa-con-codigo-snip-323392-lct89738.html>

10. Álvarez I. Estado nutricional y estilos de vida de los participantes de la feria de salud del Instituto Nacional de Aprendizaje de Costa Rica, 2019 [Tesis de licenciatura]. Universidad Hispanoamericana. San José. Costa Rica. 2020. (Citado el 16 de marzo de 2022). Disponible en:
<https://www.uhsalud.com/index.php/revhispano/article/view/414>

11. Escobar B, et. al. Estilo de vida promotor de salud y sentido de coherencia en adultos jóvenes universitarios. Mexico. 2019 [Artículo electrónico]. Revista científica Scielo. Sonora. Mexico. 2019. (Citado el 16 de marzo de 2022). Disponible en:
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S012175772019000200107

12. Martins H. Felicidad como fuerza en la promoción de la salud del adolescente y adulto joven, Brasil. 2020 [Artículo electrónico]. Revista Científica Scielo.

Brasil. 2020. (Citado el 16 de marzo 2022). Disponible en:

<https://www.scielo.br/j/reben/a/MtWGPCG4CpnHM4WgzP7VFPP/abstract/?format=html&lang=es>

13. Quispe P. Cuidado de enfermería y satisfacción del paciente prequirúrgico del Hospital Víctor Lazarte Echegaray, 2019 [Tesis de segunda especialidad]. Universidad Nacional de Trujillo. 2019. (Citado el 16 de marzo de 2022). Disponible en: <https://dspace.unitru.edu.pe/handle/UNITRU/14568>
14. Tarazona J. Nivel De Satisfacción de los cuidados enfermeros en la prevención y promoción de la Salud relacionado con la Caracterización de Estilos de Vida de los Adultos del Centro Poblado De Huaracillo-Pinra-Huacaybamba, 2019 [tesis de bachillerato] [citado el 4 de Junio del 2021]. Disponible en el URL: <http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19202/TARAZONA%20HUAYANAY%20JHERLIT.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
15. Veliz L. Estilos de vida saludables en las familias del Centro de salud Matahuasi, 2019. [tesis de especialidad] [citado el 4 de Junio del 2021]. Disponible en el URL: <https://1library.co/document/yd7j8lly-estilos-vida-saludables-familias-centro-salud-matahuasi.html>
16. Antonio L. Cuidados de enfermería en la promoción de la salud y determinantes de salud de los adultos del Caserío de Llactash -Independencia – Huaraz, 2018 [citado el 4 de Junio del 2021]. Disponible en el URL:

http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/22600/CUIDADO_ENFERMERIA_ANTONIO_AYALA_LUZ_BERTHA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

17. Salinas Y. Nivel de Satisfacción de los Cuidados Enfermeros en la Prevención y Promoción de la Salud relacionado con la Caracterización de los Estilos de Vida de los Adultos del Barrio de Sihuas Histórico-Sihuas, 2019 [tesis de bachiller] [citado el 4 de Junio del 2021]. Disponible en el URL:

<http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19201/SALINAS%20CONDOR%20YESICA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

18. Milla E. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Hualcán – Carhuaz, 2018 [tesis de bachiller] [citado el 4 de Junio del 2021]. Disponible en el URL:

<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/7542>

19. Dorothea Orem. El cuidado. 2012. [internet] [citado el 20 de Mayo del 2021]. Disponible en el URL:

<http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/dorothea-orem.html>

20. Hernández Y, Concepción J y Rodríguez M. La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Elizabeth Orem. Gac Méd Espirit vol.19 no.3 Sancti Spíritus set.-dic. 2017 [internet] [citado el 20 de Mayo del 2021]. Disponible en el URL:

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1608-89212017000300009

21. Hernández Y. Modelos metaparadigmáticos de Dorothea Elizabeth Orem. AMC vol.23 no.6 Camagüey nov.-dic. 2019 Epub 19-Nov-2019 [internet] [citado el 20 de Mayo del 2021]. Disponible en el URL:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552019000600814
22. OPS. Organización Panamericana de la salud. Marc Lalonde. [internet] [citado el 20 de Mayo del 2021]. Disponible en el URL:
<https://www.paho.org/es/heroes-salud-publica/honorable-marc-lalonde>
23. Palladino A. El Concepto De “Campo De Salud” Una Perspectiva Canadiense. 2010. [internet] [citado el 20 de Mayo del 2021]. Disponible en el URL:
<https://med.unne.edu.ar/sitio/multimedia/imagenes/ckfinder/files/files/aps/El%20concepto%20de%20Campo%20de%20Salud%20-%20Una%20perspectiva%20canadiense.pdf>
24. Alba R. El Concepto de cuidado a lo largo de la Historia. 2015. [internet] [citado el 20 de Mayo del 2021]. Disponible en el URL:
<https://culturacuidados.ua.es/article/view/2015-n41-el-concepto-de-cuidado-a-lo-largo-de-la-historia>
25. Guevara B, Evies A, Rengifo J, Salas B, Manrique, D y Palacio C. El cuidado de enfermería: una visión integradora en tiempos de crisis. Enferm.

glob. vol.13 no.33 Murcia Enero. 2014. [internet] [citado el 8 de Junio del 2021]. Disponible en el URL:

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412014000100016

26. Alcántara J. La definición de salud de la Organización Mundial de la Salud y la interdisciplinariedad. 2008. [internet] [citado el 8 de Junio del 2021]. Disponible en el URL:

<https://www.redalyc.org/pdf/410/41011135004.pdf>

27. Del Aguila R. Promoción de estilos de vida saludable y prevención de enfermedades crónicas en el adulto mayor. Organización Panamericana de la Salud. 2017. [internet] [citado el 8 de Junio del 2021]. Disponible en el URL:

<https://www.doktuz.com/wikidoks/prevencion/estilos-de-vida-saludable.html>

28. Lorenzo J y Díaz H. Estilos y calidad de vida. Rev. Ciencias Médicas vol.23 N°.2 Pinar del Río Marzo.-Abril. 2019. [Internet] [citado el 8 de Junio del 2021]. Disponible en el URL:

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942019000200170

29. Rus E: Investigación cuantitativa. Rev. Economidepi, Vol.3, N°.1, facultad de economía – La Católica, lima- Perú, febrero 2021. [citado el 7 de mayo 2021]. Disponible en el URL:

<https://economipedia.com/definiciones/investigacion-cuantitativa.html>.

30. Rodríguez M y Mendivelso F: Diseño de investigación, volumen 21, Perú, 2018. [citado el 02 de mayo de 2020]. Disponible en el URL: http://www.unisanitas.edu.co/Revista/68/07Rev%20Medica%20Sanitas%2021-3_MRodriguez_et_al.pdf.
31. Ochoa J y Yuncor R: Corte transversal y estudio descriptivo en la investigación científica, Vol. 2 Núm. 2, Acta jurídica peruana. Lima- Perú, 2019. [citado el 02 de mayo del 2020]. Disponible en el URL: <http://revistas.autonoma.edu.pe/index.php/AJP/article/view/224>.
32. Hernández R, Fernández C, y Bautista P. Metodología de la Investigación (4° ed.). 2006. México: McGraw- Hill. [internet] [citado el 8 de Junio del 2021]. Disponible en el URL: <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>
33. Chaney D. la sociología en los cuidados de enfermería y los estilos de vida. EE. UU 2020. [citado 02 de mayo del 2020]. Disponible en el URL: https://es.wikipedia.org/wiki/Estilo_de_vida.
34. Mastrapa Y y Gilbert M. Relación enfermera-paciente: una perspectiva desde las teorías de las relaciones interpersonales. Rev. Cubana Enfermera,

vol.32 no.4 Ciudad de la Habana oct.-dic. 2016. [internet] [citado el 8 de Junio del 2021]. Disponible en el URL:

http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-03192016000400019&script=sci_arttext&tlng=pt

35. Pérez, M. Definición de Respeto. 2021 [internet] [Revisado el 08 de Junio del 2021]. Disponible en el URL:

<https://conceptodefinicion.de/respeto/>.

36. Tipula M. Principios bioéticos y su aplicación en la atención según opinión del paciente adulto hospitalizado. [Internet] [Citado el 11 de Mayo del 2020].

https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/923/Percepcion_CorilloCllaGuillermo_Rosa.pdf?sequence=1&isAllowed=y

37. Soto Y. Cuidados de enfermería en la Promoción y Determinantes de salud de los adultos del barrio “Santa Rosa” –Huallanca– Bolognesi– Ancash, 2018 [Citado el 03 de Abril del 2021] Disponible en el URL:

http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/17427/CUIDADOS_ENFERMERIA_SOTO_ZELAYA_YOSELIN_SOLEDAD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

38. Cadillo A. Cuidados de enfermería en la promoción y determinantes de salud de los adultos del Caserío de Cajamarquilla- Carhuaz, 2018 [Citado el 03 de Abril del 2021] Disponible en el URL:

http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19230/CUIDADOS_ADULTOS_CADILLO_PENARANDA_ANGELA_YARINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

39. Ramírez A. Cuidados de enfermería en la promoción y determinantes de salud de los adultos del Caserío de Quechcap Bajo – Huaraz, 2018 [Citado el 03 de Abril del 2021] Disponible en el URL:
http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/17439/ADULTOS_CUIDADOS_RAMIREZ_YLDEFONZO_ANA_ANDREA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
40. López E. Cuidados de enfermería en la Promoción y Determinantes de salud de los adultos del Distrito de Llama_ Piscobamba_Áncash, 2018 [Citado el 03 de Abril del 2021] Disponible en el URL:
http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/17490/CUIDADOS_ENFERMERIA_LOPEZ_VASQUEZ_ERESBITH_TANIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
41. Aniceto Z “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Caraz – Ancash, 2020” [Citado el 03 de Abril del 2021] Disponible en el URL:
http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19042/ESTILO_S_FACTORES_ANICETO_TOLENTINO_ZENON_ANTONIO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
42. Moron Y. Estilos de vida y factores biosocioculturales en universitarios de la escuela profesional de contabilidad del V ciclo. Uladech Católica_Chimbote, 2018. [Citado el 03 de Abril del 2021] Disponible en el URL:
[file:///C:/Users/TOSHIBA/Downloads/Uladech_Biblioteca_virtual%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/TOSHIBA/Downloads/Uladech_Biblioteca_virtual%20(1).pdf)
43. Flores N. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, La Joya – Arequipa, 2018 [Citado el 03 de Abril del 2021] Disponible en el URL:

http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3072/ADULTO_ESTILO_DE_VIDA_FLORES_TORRES_NOEMI%20NOELIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

44. Sánchez G. Cuidados de enfermería en la promoción y determinantes de la salud de los adultos del centro poblado Toclla _ Huaraz, 2019 [citado el 26 de marzo 2022] Disponible en el URL:

https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/ULAD_60d2f5cfbb92930479ac7a428a7b2436

45. Soto Y. “Cuidados de enfermería en la promoción y determinantes de la salud de los adultos del barrio “Santa Rosa” – Huallanca – Bolognesi – Ancash 2018” [citado el 26 de marzo 2022] Disponible en el URL:

<https://bibliotecadigital.oducal.com/Record/ir-123456789-17427/Description#tabnav>

46. Ramírez A. “Cuidados de enfermería en la promoción y determinantes de salud de los adultos del caserío de Quechcap bajo – Huaraz, 2018” [citado el 26 de marzo 2022] Disponible en el URL:

<http://erp.uladech.edu.pe/bibliotecavirtual/?ejemplar=00000054304>

47. López E. “Cuidados de enfermería en la promoción y determinantes de salud de los adultos del distrito de llama_ Piscobamba_Áncash, 2018” [citado el 26 de marzo 2022] Disponible en el URL:

<http://erp.uladech.edu.pe/bibliotecavirtual/?ejemplar=00000051901>



ANEXO N° 01



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CUESTIONARIO DE CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD DE LOS ADULTOS DEL CASERIO DE MISHQUI DEL DISTRITO DE TINCO, PROVINCIA DE CARHUAZ, 2020

LEYENDA:

Nunca: Totalmente en desacuerdo

A veces: En desacuerdo

Regularmente: Ni acuerdo/ni desacuerdo

Casi siempre: De acuerdo

Siempre: Totalmente de acuerdo

N ^{ra}	ÍTEMS	ESCALA DE LICKERT				
		NUNCA	A VECES	REGULAR MENTE	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
		1	2	3	4	5
1	¿Recibió usted un trato amable del enfermero durante la visita a su comunidad?					
2	¿Siente que el enfermero fue honesto al hablar con usted?					
3	¿Siente que la actitud del enfermero favorece la realización de prácticas saludables en usted o su familia?					

4	¿El enfermero ha considerado sus preferencias religiosas o espirituales en la atención brindada?					
5	¿Siente que existió una relación cercana entre usted y el enfermero, durante la visita?					
6	Durante la visita ¿Puede usted manifestar con confianza al enfermero su situación de salud?					
7	¿Siente que el enfermero comprende su situación de salud?					
8	¿Siente usted que el enfermero lo escucha con atención?					
9	¿Siente que el cuidado que le brindó el enfermero fue organizado y basado en sus conocimientos?					
10	¿Siente que los cuidados brindados a su familia son diferentes a lo que les brindan el enfermero a otras familias?					
11	Durante la visita ¿el enfermero informó antes de realizar cualquier procedimiento en su persona o vivienda? (p.e. inspección de la vivienda aplicación, aplicación de ficha familiar, etc)					
12	¿Siente usted que ha recibido un trato digno por parte del enfermero, que proteja su dignidad?					
13	¿Sientes que el enfermero realiza las visitas a la comunidad para ayudar a satisfacer las necesidades en las familias?					

14	¿Considera usted que el enfermero ayuda a su familia a comprender su situación de salud a nivel familiar y comunitario?					
15	¿Considera usted que es importantes para su salud su familia la visita del enfermero?					

ANEXO N° 2



ESCALAS DE ESTILOS DE VIDA

AUTOR: Walker, Sechrist, Pender



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

N°	ITEMS	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	Lea 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

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

PUNTAJE MÁXIMO: 100 puntos

75 a 100 puntos saludable

25 a 74 puntos no saludable



ANEXO N° 3



CONSENTIMIENTO INFORMADO

TITULO

CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CASERIO DE MISHQUI DEL DISTRITO DE TINCO, PROVINCIA DE CARHUAZ, 2020

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 .

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



ANEXO N° 4

DECLARACIÓN DE COMPROMISO ÉTICO NO PLAGIO

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: **CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CASERIO DE MISHQUI DEL DISTRITO DE TINCO, PROVINCIA DE CARHUAZ, 2020**. 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, cumpla con precisar que éste trabajo forma parte de una línea de investigación denominado “Cuidados De Enfermería En La Promoción De La Salud Y Estilos De Vida De Los Adultos” dentro del cual se tiene como objeto de estudio determinar la relación entre los cuidados de enfermería en la promoción de la salud y estilos de vida de los adultos del Caserío de Mishqui del Distrito de Tinco, Provincia de Carhuaz, 2020, 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.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Bryllit Elizabeth' with a stylized 'A' for the first initial.

APOLINARIO ROSALES BRYLLIT ELIZABETH

75883856

CONSTANCIA

El que suscribe, Edgar Suárez Ramírez, en calidad de teniente gobernador del Caserío de Mishqui. CERTIFICA, que Apolinario Rosales Bryllit Elizabeth identificado con DNI N° 75883856, investigador de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote (ULADECH) se le concede el permiso correspondiente para poder realizar el estudio titulado **“CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CASERIO DE MISHQUI DEL DISTRITO DE TINCO, PROVINCIA DE CARHUAZ, 2020”** con la previa autorización de cada adulto. Se expide el presente a documento a solicitud del interesado.

