



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

**ESTILOS DE VIDA Y NIVEL DE CONOCIMIENTOS SOBRE
PREVENCIÓN DE LA ANEMIA EN LOS ADULTOS DE LA
COMUNIDAD DE SHUMAY - DISTRITO DE MARCARÁ -
CARHUAZ, 2020**

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

AUTORA

**ROSALES GONZALEZ, PATRICIA GLENDA
ORCID: 0000-0002-2800-7146**

ASESORA

**VILCHEZ REYES, MARÍA ADRIANA
ORCID: 0000-0001-5412-2968**

HUARAZ – PERÚ

2022

1. EQUIPO DE TRABAJO

AUTORA

Rosales Gonzalez, Patricia Glenda

ORCID: 0000-0002-2800-7146

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 de Ciencias De La
Salud, Escuela Profesional de Enfermería, Chimbote, Perú

JURADO

Cotos Alva, Ruth Marisol

ORCID: 0000-0001-5975-7006

Urquiaga Alva, María Elena

ORCID: 0000-0002-4779- 0113

Cóndor Heredia, Nelly Teresa

ORCID: 0000-0003-1806-7804

HOJA FIRMA DEL JURADO Y ASESORA

DRA. COTOS ALVA RUTH MARISOL

PRESIDENTE

DRA. URQUIAGA ALVA MARÍA ELENA

MIEMBRO

DRA. CÓNDROR HEREDIA NELLY TERESA

MIEMBRO

DRA. VÍLCHEZ REYES MARÍA ADRIANA

ASESORA

AGRADECIMIENTO

A mis padres Héctor y Betsy por brindarme su apoyo en cada paso de mi vida, por inculcarme aquellos valores con los que fui educada y por haberme dado una buena educación y sobre todo haberme brindado un gran ejemplo para nunca rendirme.

Quiero expresar mi gratitud eterna a Dios quien con su bendición llena siempre mi vida y a la de toda mi familia por estar siempre presente, por ser el apoyo y fortaleza en aquellos momentos de dificultad y debilidad.

Mi profundo agradecimiento a todas las autoridades y personal de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote Uladech, por confiar en mí y permitirme ser parte de esta familia universitaria.

DEDICATORIA

Mi trabajo de investigación se la dedico con mucho amor a Dios que me dio la oportunidad de vivir y regalarme una familia con muchos valores que pudieron guiarme por el buen camino.

Con mucho cariño a mis padres que me dieron los motivos más importantes para vivir y han estado en todo momento a lado mío brindándome su apoyo. Gracias, papá y mamá por darme una carrera profesional para mi futuro y por creer en mí en todo momento.

A mis profesores que me dieron su confianza, por tenerme paciencia, por brindarme palabras de aliento, es ahora cuando puedo decir que todo esfuerzo vale la pena.

RESUMEN

Los estilos de vida cambian dependiendo de cada persona en su alimentación, actividad ejercicio, reposo sueño entre otras, como llevan su vida rutinaria define si tendrán una vida no saludable o saludable en su adultez. La investigación tuvo como objetivo general establecer la relación entre el nivel de conocimiento sobre la prevención de la anemia y los estilos de vida en los adultos de la Comunidad de Shumay - Distrito de Marcará – Carhuaz. La muestra fue no probabilística conformada por 115 adultos, se aplicó dos encuestas de manera virtual. La metodología fue de tipo cuantitativo, con un nivel descriptivo correlacional de corte transversal – no experimental. El análisis y procesamiento fue en la base de datos de Microsoft Excel. Se utilizó la prueba de independencia de criterios Chi cuadrado, con el 95% de confiabilidad y significancia de $p < 0.05$. Se obtuvo los siguientes resultados más de la mitad de los adultos de la comunidad de Shumay presentan un estilo de vida saludable. En relación a la escala del nivel de conocimientos sobre la prevención de la anemia se encontró que en el nivel bajo existe un mayor porcentaje de adultos. Al realizar la prueba del chi cuadrado se concluye que no existe relación entre los estilos de vida y el nivel de conocimiento de los adultos.

Palabras Clave: Adultos, Estilos de vida, Nivel de Conocimiento, Prevención de la Anemia.

ABSTRACT

Lifestyles vary depending on each person in their diet, activity, exercise, rest, sleep, among others, how they lead their routine life defines whether they will have an unhealthy or healthy life in adulthood. The general objective of the research was to establish the relationship between the level of knowledge about the prevention of anemia and lifestyles in adults in the Community of Shumay - District of Marcará - Carhuaz. The sample was non-probabilistic, made up of 115 adults, two surveys were applied virtually. The methodology was quantitative, with a cross-sectional correlational descriptive level - not experimental. The analysis and processing was in the Microsoft Excel database. The Chi square criteria independence test was used, with 95% reliability and significance of $p < 0.05$. The following results were obtained, more than half of the adults in the Shumay community have a healthy lifestyle. In relation to the scale of the level of knowledge about the prevention of anemia, it was found that there is a higher percentage of adults at the low level. When performing the chi square test, it is concluded that there is no relationship between lifestyles and the level of knowledge of adults.

Key Words: Adults, Lifestyles, Level of Knowledge, Anemia Prevention.

2. CONTENIDO

1. Título de la tesis	
2. Equipo de trabajo	ii
3. Hoja firma del jurado y asesora.....	iii
4. Agradecimiento	iv
5. Dedicatoria.....	v
6. Resumen y abstract.....	vi
7. Contenido	viii
8. Índice de tablas y gráficos	ix
I. Introducción	1
II. Revisión de la Literatura	8
III. Hipótesis.....	17
IV. Metodología	18
4.1. Diseño de la Investigación.....	18
4.2. Población y muestra.....	19
4.3. Definición y operacionalización de variables	20
4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	21
4.5. Plan de Análisis.....	24
4.6. Matriz de Consistencia.....	24
4.7. Principios Éticos	25
V. Resultados	26
5.1. Resultados	26
5.2. Análisis de los resultados.....	29
VI. Conclusiones	40
Aspectos Complementarios	41
Referencias Bibliográficas.....	42
Anexos	54

ÍNDICE DE TABLAS

Pág.

TABLA 1: ESTILOS DE VIDA EN LOS ADULTOS DE LA COMUNIDAD DE SHUMAY - DISTRITO DE MARCARÁ - CARHUAZ.....	26
---	----

TABLA 2: NIVEL DE CONOCIMIENTOS SOBRE PREVENCIÓN DE LA ANEMIA EN LOS ADULTOS DE LA COMUNIDAD DE SHUMAY - DISTRITO DE MARCARÁ - CARHUAZ.....	27
--	----

TABLA 3: RELACIÓN ENTRE ESTILOS DE VIDA Y EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE PREVENCIÓN DE LA A... EN LA ANEMIA EN EL ADULTO.....	28
--	----

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Pág.

GRÁFICO DE LA TABLA 1: ESTILOS DE VIDA EN LOS ADULTOS DE LA COMUNIDAD DE SHUMAY - DISTRITO DE MARCARÁ – CARHUAZ.....26

GRÁFICO DE LA TABLA 2: NIVEL DE CONOCIMIENTOS SOBRE PREVENCIÓN DE LA ANEMIA EN LOS ADULTOS DE LA COMUNIDAD DE SHUMAY - DISTRITO DE MARCARÁ – CARHUAZ.....27

GRÁFICO DE LA TABLA 3: RELACIÓN ENTRE ESTILOS DE VIDA Y EL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE PREVENCIÓN DE LA A... EN LA ANEMIA EN EL ADULTO.....28

I. INTRODUCCIÓN

A nivel mundial se considera que gran parte de los adultos padecen de anemia por razones como no llevar estilos de vida adecuada, una mala alimentación así mismo también el no tener un nivel de conocimiento sobre la prevención de la anemia, esto por ende afecta a la salud y a la calidad de vida de los adultos. La falta de hierro se relaciona con una disminución en la capacidad física y cognitiva por lo que ocasiona un bajo rendimiento escolar o laboral, también baja el sistema inmunológico (1).

En América Latina hablar de prevención de la anemia es concientizar a la población de que una buena alimentación es algo primordial para una persona. Pero en países en vías de desarrollo se ve la pobreza en la población es por ello que se presentan estadísticas altas de anemia y la causa más común en el mundo como en América Latina es la falta de conocimiento y la situación económica, la pandemia agravo esta situación por causas de desempleo y porque actualmente toda el área de salud está enfocado en SarsCovid19 en la prevención y vacunación, durante estos dos años se evidencio que la mayoría de fallecidos por esta enfermedad fue también por motivos de enfermedades que hacían que los pacientes tengan su sistema inmunológico bajo (2).

De acuerdo a los últimos datos presentados en el presente año 2022 en enero el país de Argentina presento una inflación a nivel de su economía y esto tuvo como consecuencia el alta de los precios en los alimentos básicos, con ello la población cambio su manera de gastar y ahorrar. Iniciaron a cambiar sus estilos de vida para poder solventar los gastos en cada hogar, muchos incrementaron su nivel de estrés

por realizar turnos dobles en el trabajo, de acuerdo a la alimentación la cambiaron disminuyendo el consumo de carnes por el alto valor económico que tenía. Su descanso su sueño se vio afectado por la preocupación de la realidad que viven (3).

España actualmente en el año 2022 presenta a Madrid como su ciudad más saludable al igual que Barcelona, refieren que dentro de los factores que favorecen esos resultados altos es su buen clima y su buena alimentación para ellos eso logra mantenerlos saludables, la población manifiesta que su salud en estos últimos años de pandemia se ha vuelto en lo más importante pero muchas veces tener una vida feliz y saludable se ve afectado por el entorno como por ejemplo que en muchos países para mantener unos estilos de vida saludable resulta costoso por motivos de que se tiene que pagar gimnasios y las comidas con alimentos ricos en proteínas, vitaminas, etc. resultan ser en la mayoría de casos costosas. Resulta bueno observar países con actividades en campos libres que fomentan actividad ejercicio en su población (4).

Chile presenta en el 2022 que la realidad de sus adultos ha cambiado a través del paso de los años ello es consecuencia de la alimentación inadecuada por consecuencia presentan un desorden en los nutrientes que necesitan, en los derechos de los adultos se enfatiza la alimentación que debe ser variada, segura, económica, equilibrada y sobre todo higiénica. Si cumple con ello favorecerá a que el adulto presente una buena calidad de vida previniendo enfermedades infecciosas. En este año Chile ha insertado una buena herramienta para mejorar la salud de su población adulta informando sobre una alimentación adecuada, motivando a la actividad física, fomentando los estilos de vida saludable (5).

En el Perú se evidencio que los más afectados por esta pandemia fueron los adultos, por múltiples motivos como los estilos de vida no saludables que conllevan como consecuencia enfermedades como anemia, diabetes, cáncer y otras; ello hizo que millones de personas fallecieran. Actualmente en el 2022 los adultos han ido tomando conciencia de su salud y modificaron sus estilos de vida, llevando estilos de vida saludable, así como manteniendo una alimentación balanceada, realizando su actividad ejercicio de esta manera las tasas de mortalidad en los adultos fueron descendiendo (6).

La anemia es una patología que aqueja a los Peruanos y por ende también los Ancashinos hablar de anemia en nuestra región es abrir un debate sobre la prevención y promoción de la salud, se conoce que en la población vulnerable se encuentran no solo en niños también se evidencia en los adultos, se considera que la mitad de la población padece de anemia a causa de la deficiencia de hierro ante ello a estrategia primordial es la prevención de la anemia y esto se logra educando en salud dando a conocer los buenos y adecuados estilos de vida con alimentos saludables con un buen contenido de hierro, porque si se tiene una baja hemoglobina la persona se siente cansada con ganas de dormir y de esta manera no podrá tener un buen rendimiento en sus actividades cotidianas y es por ello que mediante la prevención se debe de concientizar a las personas brindando una información válida para incrementar el nivel de conocimiento (7).

Si hablamos de la región Ancash como último dato actúa, se posicionó en la novena región con un 34,6% de población que padece esta patología, la anemia es definida como la insuficiencia de hemoglobina es decir que está por debajo de los parámetros normales, la anemia con mayor prevalencia en Ancash era la de grado

leve que afectaba sobre todo a su población infantil, según un análisis del “Impacto Económico de la Anemia en el Perú” esta enfermedad es un peligroso problema de salud que implicaría gastos para la economía de país porque involucra tres aspectos negativos que son: Primero es el de menor productividad a futuro y esto es causado porque esta enfermedad afecta al sistema cognitivo de las personas, segundo el menor número de años de escolaridad esto conlleva de manera negativa al salario futuro y para finalizar el tercer aspecto baja de productividad en los labores de los adultos afectados por esta patología (8).

Durante el tiempo de pandemia que vivimos Ancash ha sido una de las provincias con altos picos de contagio en sus ciudades que se evidencio mayor riesgo fue en Chimbote, Casma, Caraz y Huaraz, por ese motivo es que el personal de salud inicio con la información preventiva para la población, también se realizó la promoción de acuerdo a salud se iniciaba por los protocolos de bioseguridad y se profundizaba también en los estilos de vida que cada usuario debería de tener como la buena alimentación, actividad ejercicio así mismo lo principal la higiene como el lavado de manos (9).

Así mismo la población de Shumay se atiende en el Centro de Salud Marcará, este centro de salud tiene una clasificación con camas de internamiento, tiene el nivel de internamiento, es de categoría I -4, su horario de atención actualmente es de 24 horas en emergencias y 12 horas en los demás servicios, pertenece a la Red Huaylas Sur, su microred es Marcará y su unidad ejecutora es Salud Recuay Carhuaz. Las principales enfermedades que presenta esta población son las IRAS, las EDA y la anemia que sigue prevaleciendo en los adultos, el estado de salud que presenta esta población. Esto va a permitir que el establecimiento de salud tome intervención oportuna (10).

La comunidad de Shumay, cuenta con centros educativos, con su alcalde, sus regidores, su teniente gobernador, juez de paz y su presidente de la comunidad, practican deporte, cuentan con energía eléctrica, agua potable y desagüe; su patrón es San Miguel Arcángel; las enfermedades más frecuentes que se presentan son las enfermedades diarreicas y anemia. La muestra poblacional para este proyecto de investigación fue una muestra no probabilidad de personas adultas entre los 18 a los 30 años, es por ello que se planteó la siguiente interrogante: ¿Existe relación entre los estilos de vida y el nivel de conocimiento sobre prevención de la anemia en los adultos de la comunidad de Shumay – Distrito de Marcará – Carhuaz, 2020?

Objetivo General:

Establecer la relación entre el nivel de conocimiento sobre la prevención de la anemia y los estilos de vida en los adultos de la Comunidad de Shumay - Distrito de Marcará - Carhuaz, 2020.

Objetivos Específicos:

- Identificar el nivel de conocimiento para la prevención de la anemia en los adultos de la Comunidad de Shumay - Distrito de Marcará – Carhuaz.
- Conocer los estilos de vida en los adultos de la Comunidad de Shumay - Distrito de Marcará - Carhuaz.

Con los objetivos planteados la investigación presentada es motivada por que en estos últimos años salud se ha enfocado en la Covid19 esta nueva enfermedad que ha cobrado millones de vidas desde el año 2020, en cuestión de meses los profesionales de la salud pudieron dar con el motivo de porque tantas muertes y no solo era por esta enfermedad sino también por algunas enfermedades que cada uno

de los usuarios tenía con anterioridad como la anemia, diabetes, etc. Es por ello que también los estilos de vida y la prevención fueron el punto clave para poder disminuir los casos de Covid19 en el Perú y en cada una de sus regiones.

La investigación tiene como propósito conocer los estilos de vida y el nivel de conocimiento sobre la prevención de la anemia en los adultos de la comunidad de Shumay, porque mediante la observación se evidenciará como ha sido el desarrollo del adulto desde su infancia como ha sido su alimentación, observar si ahora se dan el tiempo de realizarse sus chequeos preventivos especialmente el de análisis de hemoglobina u otras pruebas conocidas como por ejemplo el Hematocrito que mide el porcentaje de glóbulos rojos en la sangre y observar si los estilos de vida que llevan son los adecuados o que por motivos de falta de información están llevando un estilo de vida inadecuado (11).

Es por ello que el presente trabajo permite mostrar cuán importante viene a ser el conocimiento sobre la prevención de la anemia en la salud de los adultos. El aporte social que brinda este estudio es para las futuras investigaciones que tengan como estudio las variables de estilos de vida y nivel de conocimiento en los adultos, de acuerdo al aporte en el conocimiento de esta investigación es en la base científica que se deja en relación a las dos variables así como también los resultados reales que se pueden utilizar como antecedentes en futuras investigaciones y sobre todo apoya a mostrar la realidad de la comunidad de Shumay junto a ellos viene el apoyo práctico al observar los resultados de los adultos de acuerdo a las dos variables el personal de salud y las autoridades de Marcará puedan realizar diversas intervenciones en su comunidad.

Los motivos que llevan a investigar los estilos de vida y nivel de conocimientos sobre prevención de la anemia en los adultos de la Comunidad de Shumay - Distrito de Marcará - Carhuaz, son principalmente para conocer el desarrollo del adulto y sus conocimientos con respecto a su salud, para así poder brindar algunas recomendaciones preventivas o alternativas de mejora.

La muestra fue conformada por 115 adultos que cumplen con los criterios de inclusión y que accedan a participar de manera voluntaria en esta investigación, se tuvo en cuenta los principios éticos para poder mantener la integridad de cada uno de los participantes y obtener la veracidad en esta investigación, el diseño fue no experimental y la técnica se realizó utilizando encuestas virtuales por motivo del estado de emergencia a consecuencia de la pandemia. Se concluye que la mayoría de los adultos presentan estilos de vida saludable y casi la totalidad de los adultos presentan un nivel de conocimiento bajo en la prevención de la anemia; al realizar la prueba del chi cuadrado se evidencio en los resultados que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

II. REVISIÓN DE LA LITERATURA

2.1. Antecedentes

A Nivel Internacional

Moreno P, (12). En su investigación titulada “Estilo de vida de los profesionales de Salud. Red Descentralizada de Salud de Gracias, Lempira, Honduras, junio a diciembre. 2019”. Su objetivo general es determinar los estilos de vida de los profesionales de la salud que laboran en la Red Descentralizada de Salud de Gracias. Sus objetivos específicos son caracterizar socio-demográficamente a los profesionales de salud, identificar los hábitos que practican los profesionales de salud en su vida diaria. Su estudio es de tipo descriptivo - corte transversal. Su muestra fue de 119 personas adultas, en sus resultados presentan que un 58% son adultos jóvenes, un 92% presenta una buena alimentación y un 86% realizaba actividad física. Su investigación concluye que la mayoría presenta una alimentación balanceada así mismo realizan actividad física diariamente.

Márquez M, (13). En su estudio titulado “Estilos de vida saludable en la promoción de la salud y prevención de enfermedades: revisión documental en el contexto de Latinoamérica, España e Italia, 2020”. Su estudio tuvo como objetivo general es analizar los programas y proyectos relacionados con estilos de vida saludables orientados a la promoción de la salud y la prevención de enfermedades mediante una revisión documental en el contexto de Latinoamérica, España e Italia, en sus objetivos específicos menciona que identificará las características de los programas y proyectos de estilos de vida saludables orientados a la promoción de la salud y prevención de enfermedades en Latinoamérica, España e Italia, describir los beneficios de los programas y proyectos de promoción en salud y prevención de

enfermedades y establecer un ranking de los programas y proyectos de promoción de la salud y prevención de enfermedades por países. Su estudio fue de tipo descriptivo, cuantitativo. En sus resultados obtuvo 83,1 % de los estudiantes realizaba un baño corporal diario, un 39,5 % practica deporte tres veces por semana. Y concluyó que los estilos de vida es una estrategia fundamental en la promoción de la salud, por ese motivo se puede mejorar la salud de los individuos.

Candelaria J, Casanova M, Gutiérrez C, Acosta C, Montes D y Labrador O, (14). En su investigación titulada “Estilos de vida y estado nutricional en adultos mayores con enfermedad renal crónica en estadios iniciales 2019”. Su objetivo fue caracterizar los estilos de vida y el estado nutricional de los pacientes adultos mayores diagnosticados con ERC en estadios iniciales de la enfermedad. Utilizo la metodología de tipo descriptivo, longitudinal y transversal. Entre sus resultados evidencio la prevalencia del sedentarismo en un 77,1% así también como una dieta inadecuada con un 54,6%. Concluyeron su investigación identificando los estilos de vida inadecuados relacionados con la enfermedad de los pacientes, prevalece el sedentarismo y una dieta inadecuada.

Calero J, (15). En su investigación titulada “Estilos de vida de profesionales de la salud que laboran en el Centro de Salud Roberto Herrera Ríos, Managua, Nicaragua, febrero del 2019.” Su objetivo fue determinar los estilos de vida de los profesionales de la salud del centro de salud Roberto Herrera Ríos, Managua, Nicaragua. Su estudio fue descriptivo, de corte transversal. Dentro de sus resultados encontró en mayoría consumen menos de 1 litro de agua de manera diaria, el 50% consumen a veces alimentos ricos en fibras y concluye que la edad más habitual fue de 20 a 30 años solteros, su alimentación no es saludable y realizan ejercicios.

A Nivel Nacional

Chahua F, (16). En su estudio titulado “Estilo de vida y estado nutricional del adulto mayor en Cooperativa Huancaray, 2018”. Con el objetivo general que fue determinar la relación entre el estilo de vida y el estado nutricional del adulto mayor y dentro de sus objetivos específicos se encuentra el identificar los estilos de vida del adulto mayor, así mismo como el de identificar el estado nutricional del adulto mayor. Utilizó la metodología de tipo descriptivo cuantitativo y de diseño no experimental. Los resultados que obtuvo fueron que un 37,50% lleva una vida saludable y el 62,0% llevan una vida no saludable poniendo en riesgo la salud del adulto. Concluye que los estilos de vida si tienen relación significativa con el estado nutricional.

Ramos J, (17). En su investigación titulada “Estilo de vida y estado nutricional en adultos Centro de Salud Alto Trujillo, 2017 - 2018”. Su objetivo general es evaluar la relación que existe entre el estilo de vida y el estado nutricional en adultos atendidos en Centro de Salud Alto Trujillo. Su estudio es de tipo cuantitativo, descriptivo - correlacional. Su muestra fue de 285 personas adultas, en sus resultados presentan que un 19,6% presenta estilos de vida bueno y un estilo de vida malo un 39,6%. Su investigación concluye en que los estilos de vida de manera inadecuada presentan los adultos en mayoría, la relación entre los estilos de vida y el estado nutricional es baja e inversa. Profundiza mencionando que a mejor estilo de vida disminuye el estado nutricional.

Sosa S, (18). En su investigación titulado “Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores que acuden al centro de salud Materno Infantil El Socorro_Huaura, 2020”. Presento como objetivo general determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en adultos mayores,

así mismo en sus objetivos específicos menciona valorar el estilo de vida del adulto así mismo también identificar los factores biosocioculturales: grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico en los adultos mayores. De acuerdo a sus resultados que la mayoría presenta estilos de vida no saludable y concluyó que no existe relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales.

Bocanegra R, (19). En su investigación titulada “Correlación entre estilos de vida saludable con la felicidad de los adultos mayores que asisten a un programa brindado por un centro asistencial de Lima – 2018”. Su objetivo fue conocer cuál es la correlación entre estilos de vida saludable con la felicidad en adultos mayores que asisten a un programa brindado por un centro asistencial de Lima. Su investigación fue de tipo no experimental de diseño correlacional. Concluyó que tiene un mayor porcentaje en las mujeres con un 44% y con edades de 65 y 89 años. Concluye que los estilos de vida saludable tienen relación con la felicidad.

A Nivel Local

Morales L, (20). En su investigación titulada “Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del barrio Cumpayhuara – Caraz, 2018”. Su objetivo general fue el determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del barrio de Cumpyahuara. Su investigación fue de tipo cuantitativo, de corte transversal - descriptivo correlacional. En sus resultados se evidencia que la mayoría de los adultos presentan estilos de vida no saludable, la mitad son de sexo masculino y menos de la mitad tiene secundaria incompleta. Concluyó en que su estudio le concedió la manera de evidenciar como eran los estilos de vida de su población de estudio presentan estilos de vida no

saludable.

Palacios N, (21). En su investigación titulada “Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del distrito de Llama – Piscobamba, 2018”. En su objetivo general refiere determinar la relación entre estilos de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Llama - Piscobamba. La investigación presentada es de tipo cuantitativo – descriptivo y de corte transversal. El estudio concluye en que estadísticamente si hay una relación significativa entre estilos de vida y los factores biosocioculturales, por ello también concluye de acuerdo a sus resultados que la mayor parte de los adultos tienen y llevan un estilo de vida no saludable, dentro de sus resultados se ve que la mayoría de su población son adultos maduros y de sexo femenino, son ama de casas y de religión católica.

Soriano A, (22). En su investigación titulada “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Shiqui - Cátac, 2020”. Como objetivo tuvo el determinar la relación entre estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Shiqui. Su investigación fue correlacional, cuantitativa, descriptiva. En relación a sus resultados más de la mitad son analfabetos con estado civil conviviente con un ingreso económico mensual menor de 500 soles, con ello concluye que la mayoría de los adultos de su muestra poblacional presentan un estilo de vida adecuado.

Anicieto Z, (23). En su investigación titulada “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Caraz – Ancash, 2020”. Tuvo como objetivo determinar los estilos de vida y factores biosocioculturales en los adultos del distrito de Caraz – Ancash 2020”. Su investigación fue de tipo cuantitativa de nivel descriptivo – correlacional de diseño transversal y no experimental. Dentro de

sus resultados presento que un 76,96% de los adultos no presentan estilos de vida saludables, un 42,82% tienen un ingreso mínimo y concluyó que existe relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales.

2.2. Bases teóricas de la investigación

Los estilos de vida saludable se definen en la solución para evitar la prolongación de las patologías, es el modo de vida que posibilita aminorar la exposición de padecer alguna enfermedad o fallecer a en una fase temprana de la vida. Del mismo modo es un total de comportamientos o conductas de hacer actividad física junto con un buen hábito alimenticio para así poder tener el peso adecuado, de esta manera tratar de llevar una vida sana y con menos riesgo de estrés que a veces nos puede causar la vida y los hábitos cotidianos. La estrecha relación que existe en el comportamiento de los individuos con su estado de salud general y su calidad de vida va a determinar el estado de salud del individuo (24).

En el presente estudio se fundamenta en las bases teóricas con los estilos de vida en los adultos recalcando que los buenos hábitos son imprescindibles para poder tener una mejor calidad de vida, la población de estudio demanda más cuidado sobre la relación a la salud. La población muestral a estudiar está orientada en los Adultos (24).

Los estilos de vida requieren un beneficio a las formas y hábitos cotidianos de las personas ya que estos tienen una repercusión en la salud de las personas y hace que incremente el porcentaje de enfermedades que están relacionados con los malos estilos de vida como puede ser la anemia u otras enfermedades infecciosas. La Asociación Americana de Psicopatología tiene el propósito fundamental de

modificar los comportamientos de una población con el único propósito que es el de corregir los estilos de vida que ponen en peligro el bienestar de la persona y de esta manera hacer un buen ambiente en cuanto a su salud (25).

En la actualidad la tecnología ha tenido un gran avance que a las personas nos brinda grandes facilidades que con solo aplastar un botón podemos tener información de lo que pasa en el mundo y esto hace que nos mantengamos inactivos físicamente, es por ello que perjudica a nuestra salud de una manera que nos tiene en el sedentarismo es por ello que el nivel de obesidad ha ido aumentando. Entre algunos ejemplos podemos encontrar que el mayor tiempo del día estamos sentados en la computadora, en el celular, entre otros aparatos tecnológicos de la misma manera también se ha ido abandonando la vida social por motivo que hoy en día la mayor parte de las personas están con los audífonos y ahí vemos que la parte afectada de la salud es la parte auditiva (26).

Así mismo los estilos de vida, como las costumbres y los hábitos cotidianos que toda persona lleva a la práctica para que logre su satisfacer sus necesidades, sin atacar su desarrollo biológico ni el entorno social, natural ni laboral. La manera de vida que atribuye restar el riesgo de enfermarnos o en casos peores fallecer a una edad temprana, entre los estilos de vida adecuados o saludables encontramos la actividad física regularmente que nos ayudara a tener un peso adecuado, abstenerse de fumar y de consumir bebidas alcohólicas disminuirá riesgo de algunas enfermedades crónicas y llevar una vida en armonía sabiendo manejar las preocupaciones con tiempo de Yoga o de meditación para así poder disminuir el nivel de estrés que podamos tener (26).

Es por ello que los estilos de vida se refieren a las actividades cotidianas que

realiza una persona que pueden ser saludables o no y este se designa por aquellos desarrollos sociales, tradicionales, hábitos y comportamientos ya sea de una sola persona o de un grupo que llevan la respuesta de sus necesidades para que puedan lograr una calidad de vida. Los estilos de vida que afectan a la salud son las adicciones, el sedentarismo, el estrés, la alimentación no balanceada, falta de higiene entre otras; así mismo como podemos tener estilos de vida saludable como por ejemplo realizar ejercicios, respetar las horas de descanso, tener presente el autocuidado, mantener una buena autoestima, entre otros (27).

El nivel de conocimientos en la prevención de la anemia en los adultos es bajo porque anteriormente el personal de salud se enfocó sobre todo en la parte asistencial, actualmente eso cambio por motivo que ahora la prevención y promoción a cargo del personal de salud se fue capacitando para poder prevenir enfermedades silenciosas como la anemia.

La anemia prevalece en los adultos mayores según el entorno. Entre algunas estimaciones mayores de prevalencia se reportan en la atención a largo plazo, así como en hogares de ancianos que en una población general. La diferencia puede ser por lo general que la anemia está asociada con un mal estado de salud. Prevalece más en los adultos mayores con edades de 65 años o más es por ello que se mencionó que la anemia avanza de manera rápida con la edad avanzada, siendo este el grupo con mayor prevalencia en anemia, en los resultados se evidencio que la anemia prevalecía ligeramente más en mujeres que en varones, pero solo en algunos casos que tenían relación con la edad de estos adultos (28).

TEORISTAS DE ENFERMERÍA QUE FUNDAMENTAN ESTA INVESTIGACIÓN:

Madeleine Leinenger

La presente teorista fue profesora en enfermería es la fundadora de la enfermería transcultural y se suma a la investigación aportando con su teoría del conocimiento de la estructura cultural en el entorno social. Como se conoce el objetivo de esta teoría es respetar la cultura de los diversos usuarios de esta manera podemos combinar la atención de enfermería de manera científica respetando las creencias y hábitos sanitarios de manera natural de las personas, de esta manera se logra una atención integral a los usuarios para su bienestar y comodidad, su teoría implica la discusión de lo que es cuidar de manera integral a los pacientes (29).

Kristen Swanson

Si bien se conoce que la teorista de enfermería Kristen Swanson presenta su modelo de enfermería referente a la teoría de los cuidados, ella era una profesora de enfermería y obstetricia en el Estado de México, su teoría es usada ampliamente para este tipo de investigaciones porque su teoría se adapta para los adultos y se enfoca en las necesidades de salud se toma como referencia el cuidado integral de los usuarios, de acuerdo a sus conceptos a nivel de conocimiento se enfoca en la capacidad de dar el cuidado oportuno a cada individuo tomando en cuenta cuatro tipos de conocimientos que son: Personal, empírico, estético y ético. (30).

III. HIPÓTESIS

- Existe relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y el nivel de conocimiento sobre la prevención de la anemia en los adultos de la Comunidad de Shumay – Distrito de Marcará - Carhuaz, 2020.
- No existe relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y el nivel de conocimiento sobre la prevención de la anemia en los adultos de la Comunidad de Shumay – Distrito de Marcará – Carhuaz, 2020.

IV. METODOLOGÍA

4.1. Diseño de la Investigación

El diseño de la presente investigación fue no experimental (31).

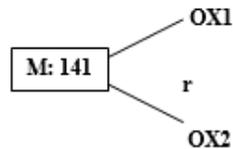
Tipo: Es tipo cuantitativo.

Nivel: Es descriptivo correlacional de corte transversal, no experimental (32).

Descriptivo correlacional: Nos otorga especificar aquellas características de los adultos. Son las características más importantes y cualidades muy importantes de algún fenómeno que se observe y obtiene tendencias de un conjunto de personas de población (33).

No experimental: Viene a ser que el investigador no emplea o influye en las variables de estudio, considera a su contexto tal como es.

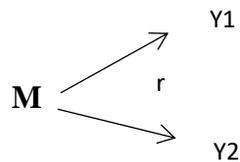
ESTILO DE VIDA



X1: Variable Estilo de Vida.

X2: Factores de riesgo.

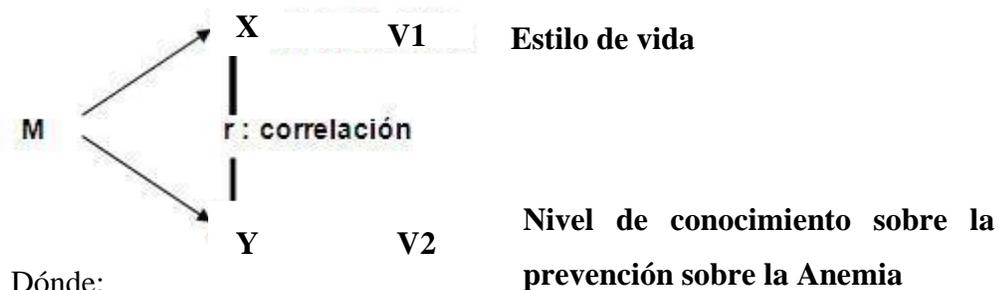
NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE PREVENCIÓN DE LA ANEMIA



Y1: Adultos

Y2: Variable Nivel de Conocimiento sobre prevención de la Anemia

Descriptivo correlacional, cuya representación es la siguiente:



M: Muestra

X: Estilo de vida

Y: Nivel de conocimiento sobre la prevención sobre la Anemia

R: Relación

4.2. Población y muestra

Universo Muestral

La muestra fue no probabilística por motivos de pandemia, fue conformada por 115 adultos de la comunidad de Shumay – Distrito de Marcará – Carhuaz.

La muestra es un subconjunto de la población y se obtiene con el fin de investigar características o propiedades de interés del investigador, es el espacio probabilístico y engloba todos los elementos. En la presente investigación la muestra fue no probabilística por motivos de pandemia, la muestra no probabilística se utiliza cuando no es posible extraer un muestreo de probabilidad debido a consideraciones de tiempo o costo (34).

Unidad de análisis

Cada adulto de la comunidad de Shumay; Marcará-Carhuaz, que formó parte de la muestra y cumple con los criterios de la investigación.

Criterio de inclusión:

- Adulto que vive más de 3 años en la comunidad de Shumay; Marcará-Carhuaz.
- Adultos sanos.
- Adultos que accedieron participar en la encuesta como informadores sin interesar sexo, condición socioeconómica y nivel de escolarización (35).

Criterios de exclusión:

- Adulto que tiene algún trastorno mental. Adulto que sea sordomudo.

4.3. Definición y operacionalización de variables

ESTILOS DE VIDA**VARIABLE DEPENDIENTE:****Definición conceptual**

Es la forma como las personas se comportan con respecto a la interpretación a factores dañinos que son un riesgo para la salud; ya que las conductas son decisivas de la salud tanto física como mental (36).

Definición operacional

Se utilizó la escala nominal:

Estilo de vida saludable: 75 – 100 puntos.

Estilo de vida no saludable: 24 – 74 puntos.

NIVEL DE CONOCIMIENTO**VARIABLE DEPENDIENTE**

Definición conceptual:

Viene hacer el conocimiento científico que tiene varios niveles ellos están

en servicio de una investigación y del comportamiento de cada uno. En cada nivel lo que se observa, se conoce y se demuestra son parcialmente diferentes: (36)

Definición operacional:

- Nivel Alto
- Nivel Medio
- Nivel Bajo

Estos niveles utilizan métodos y técnicas que son utilizados en cada uno de ellos de diferente manera porque así aportan mayor claridad a los resultados de una investigación (37).

4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas.

En la presente investigación se utilizó las redes sociales como WhatsApp y Google drive para realizar las encuestas virtuales y así poder hacer la aplicación del instrumento.

Instrumentos.

En la presente investigación se utilizó 2 instrumentos para la recolección de datos que presentaré detalladamente de la siguiente manera:

Instrumento N. ° 01

Escala del 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 de la Universidad 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. Está constituido por 25 ítems distribuidos de la siguiente manera. Se aseguró la validez externa presentando el instrumento a 4 expertos en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindaron mayor calidad y especificidad a los instrumentos. Para la validez interna se aplicó la fórmula de Pearson en cada ítem, se obtuvo $r > 0.20$, lo cual indica que el instrumento es válido. Para la confiabilidad de un total de 29 encuestas realizadas a nivel piloto para medir la confiabilidad del instrumento se obtuvo para la escala total un índice de confiabilidad Alfa de Crombach de 0.794, lo cual indica que la escala para medir el estilo de vida del adulto es confiable.

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.

Estilo de vida saludable: 75 - 100 puntos.

Estilo de vida no saludable: 25 - 74 puntos.

Instrumento N. ° 02

Escala del nivel de conocimiento sobre la prevención de la anemia

Este Instrumento ayudó a la investigación conllevando la matriz de correlaciones porque mide los coeficientes, niveles de significación, determinante, inversa, reproducida, anti- imagen y KMO y prueba de esfericidad de Bartlett este último viene a definir las correlaciones parciales entre las variables más pequeñas, este test contrasta si la matriz de las interrelaciones es una matriz de identidad, en la que señala que el patrón factorial que se refiere a la técnica estadística que es inadecuado, en esta oportunidad este test ayudó a analizar acerca de los conocimientos sobre la prevención de la anemia del siguiente modo: (38)

- La Prueba de “Esfericidad de Bartlett” y KMO: Ayudaron a medir el nivel de conocimiento en tres niveles que son:
 - Nivel Alto
 - Nivel Medio
 - Nivel Bajo

4.5. Plan de Análisis

Procesamiento para la recolección de datos:

Para la recolección de datos del presente trabajo de investigación se

consideró los siguientes aspectos: (39)

- Se informó y se pidió el consentimiento de los adultos de la comunidad de Shumay, haciendo hincapié en los datos recolectados y resultados obtenidos, mediante su participación todo será estrictamente confidencial. Se coordinó con los adultos con disponibilidad y el tiempo para la fecha de la aplicación del instrumento.
- Se procedió a aplicar el instrumento a cada adulto
- Se realizó la lectura del contenido o instrucciones de los instrumentos a cada entrevistado.
- El instrumento fue aplicado en un tiempo de 20 minutos, las respuestas fueron marcadas de manera personal y directa por cada adulto.

CONTROL DE CALIDAD DE DATOS:

ESTILOS DE VIDA

Validez externa:

Se asegura la validez externa por sensatez de expertos, presentando el instrumento a 4 cuatro especialistas en el área a investigar, quienes con sus sugerencias y correcciones brindaron mayor calidad y precisión a los instrumentos (40).

Validez interna:

Para efectuar la validez interna se realizó la prueba ítem por ítem para que a través de los instrumentos se muestre los resultados de la población en estudio (40).

Confiabilidad:

Se midió y garantizó la confiabilidad de que los resultados sean 100% reales.

NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LA ANEMIA

Validez:

La validez de los dos instrumentos presentados se realizó a través del juicio de los 2 especialistas, requerido para la respectiva opinión experta a tres profesionales de la salud (41).

Confiabilidad:

Para definida confiabilidad de los instrumentos se hizo uso del análisis de consistencia interna basado en la resolución del coeficiente (42).

Análisis y procesamientos de datos:

Los datos fueron ingresados a una base de datos de Microsoft Excel para luego ser exportados a una base de datos en la PSS/info/software versión 25.0, para su respectivo procesamiento. Para el análisis de los Datos se construyeron en sus respectivas tablas de distribución de frecuencias absolutas y relativas porcentuales. Así como sus respectivos gráficos estadísticos.

4.6. Matriz de Consistencia

TÍTULO	ENUNCIADO	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	METODOLOGÍA
Estilos de vida y nivel de conocimientos sobre prevención de la anemia en los adultos de la Comunidad de Shumay - Distrito de Marcará - Carhuaz, 2020	¿Existe relación entre los estilos de vida y el nivel de conocimiento sobre prevención de la anemia en los adultos de la comunidad de Shumay – Distrito de Marcará – Carhuaz, 2020?	Establecer la relación entre el nivel de conocimiento sobre la prevención de la Anemia y los estilos de vida en los adultos de la Comunidad de Shumay - Distrito de Marcará - Carhuaz, 2020.	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar el nivel de conocimiento para la prevención de la anemia en los adultos de la Comunidad de Shumay - Distrito de Marcará – Carhuaz. • Identificar los estilos de vida en los adultos de la Comunidad de Shumay - Distrito de Marcará - Carhuaz. 	<p>Tipo: Cuantitativo, descriptivo correlacional de corte transversal.</p> <p>Diseño: No experimental.</p> <p>Técnica: Encuestas virtuales.</p>

4.7. Principios Éticos

En toda investigación que se lleva a cabo, el investigador previamente valora los aspectos éticos de la misma, tanto por el tema elegido como por el método seguido, así como plantearse si los resultados que se puedan obtener son éticamente posibles (43).

Beneficencia no maleficencia: Como investigadora realice una observación sobre los beneficios para mi población de estudio y así poder restar ciertos riesgos.

Protección a las personas: Se dio la información pertinente a los participantes y mencionando que su colaboración en esta investigación se dio de manera anónima para proteger su identidad.

Libre participación y derecho a estar informado: Los participantes tuvieron el derecho de conocer el propósito y la finalidad de esta investigación y de esa manera tener la decisión de participar. Anexo N° 2

Cuidado del medio ambiente y la biodiversidad: El desarrollo de este estudio no causó ningún daño físico ni psicológico al adulto, se analizó los medios que presenta este estudio y se dio a conocer las acciones más resaltantes.

Integridad científica: Se evaluaron y declararon riesgos y beneficios posibles que pudieron alterar a los participantes de esta investigación. Por esa razón esta investigación se realizó junto a las normas deontológicas de nuestra profesión y se evaluó declarando los riesgos y beneficios presentes.

Justicia: Este último principio se vio reflejado en el trato justo de parte mía como investigadora como el de los participantes evitando la discriminación y los prejuicios.

V. RESULTADOS:

5.1. Resultados

Tabla 1

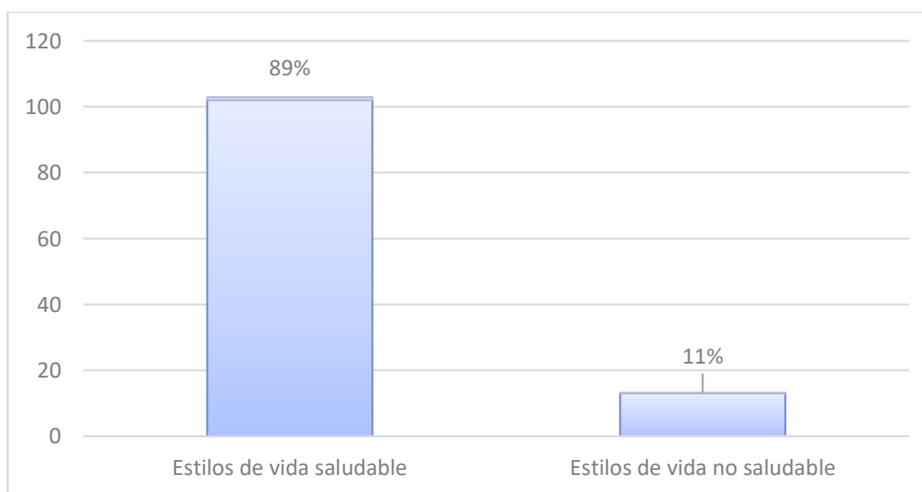
ESTILOS DE VIDA EN LOS ADULTOS DE LA COMUNIDAD DE SHUMAY - DISTRITO DE MARCARÁ – CARHUAZ

ESTILOS DE VIDA	N°	%
Estilos de vida saludable	102	89,0
Estilos de vida no saludable	13	11,0
Total	115	100,0

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Delgado R, Reyna E, y Diaz R. Aplicado a los adultos del caserío de Queshcap – Huaraz, 2018.

Gráfico 1

ESTILOS DE VIDA EN LOS ADULTOS DE LA COMUNIDAD DE SHUMAY – DISTRITO DE MARCARÁ – CARHUAZ



Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Delgado R, Reyna E, y Diaz R. Aplicado a los adultos del caserío de Queshcap – Huaraz, 2018.

Tabla 2

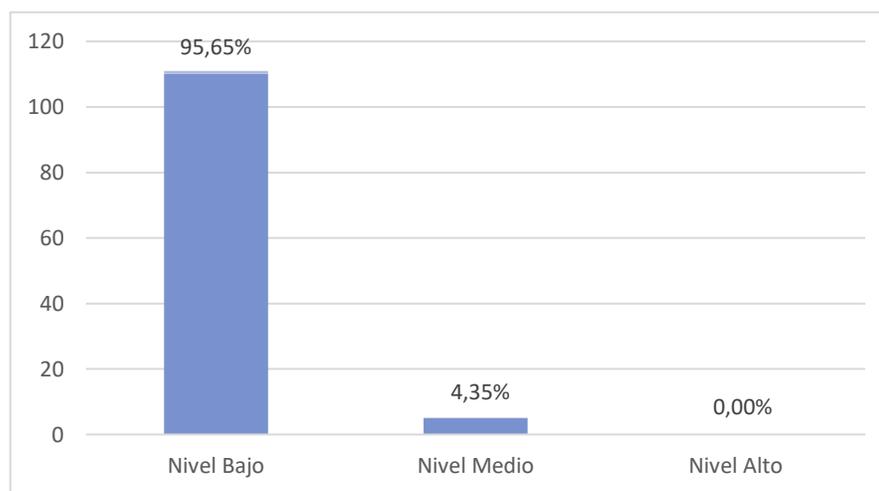
NIVEL DE CONOCIMIENTOS SOBRE PREVENCIÓN DE LA ANEMIA EN LOS ADULTOS DE LA COMUNIDAD DE SHUMAY - DISTRITO DE MARCARÁ – CARHUAZ

Nivel de conocimientos sobre prevención de la anemia	N°	%
Nivel Bajo	110	95,65
Nivel Medio	5	4,35
Nivel Alto	0	0,00
Total	115	100,00

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Delgado R, Reyna E, y Diaz R. Aplicado a los adultos del caserío de Queshcap – Huaraz, 2018.

Gráfico 2

NIVEL DE CONOCIMIENTOS SOBRE PREVENCIÓN DE LA ANEMIA EN LOS ADULTOS DE LA COMUNIDAD DE SHUMAY - DISTRITO DE MARCARÁ – CARHUAZ



Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Delgado R, Reyna E, y Diaz R. Aplicado a los adultos del caserío de Queshcap – Huaraz, 2018.

Tabla 3

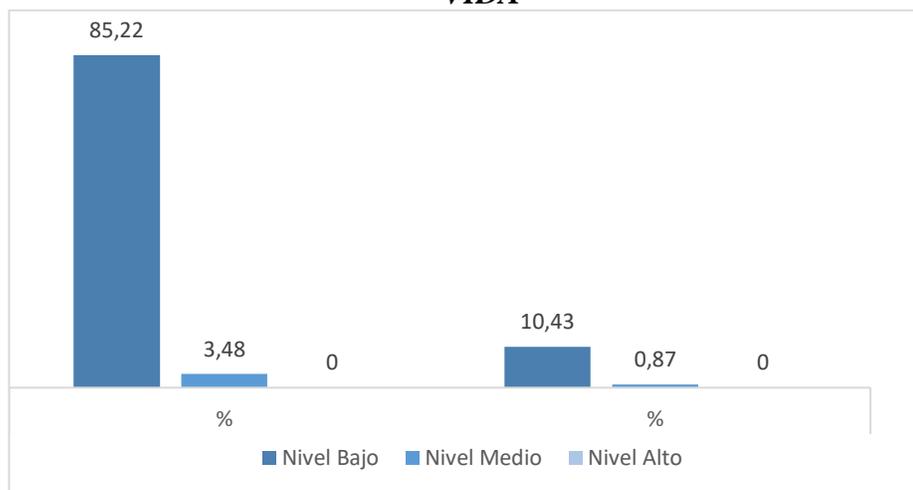
RELACIÓN ENTRE ESTILOS DE VIDA Y EL NIVEL DE CONOCIMIENTO EN LA ANEMIA EN EL ADULTO

Nivel de Conocimientos sobre la prevención de la anemia	Estilos de Vida				TOTAL		CHI CUADRADO	
	Saludable		No Saludable		N	%	Chi calculado	0,04456328
	N	%	N	%				
Nivel Bajo	98	85,22	12	10,43	110	95,65	Chi tabla	5,99146455
Nivel Medio	4	3,48	1	0,87	5	4,35		
Nivel Alto	0	0	0	0	0	0		
TOTAL	102	88,70	13	11,30	115	100,00	No existe relación entre las variables	

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Delgado R, Reyna E, y Diaz R. Aplicado a los adultos del caserío de Queshcap – Huaraz, 2018.

Gráfico 3

RELACIÓN ENTRE NIVEL DE CONOCIMIENTOS SOBRE LA PREVENCIÓN DE LA ANEMIA Y LOS ESTILOS DE VIDA



Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Delgado R, Reyna E, y Diaz R. Aplicado a los adultos del caserío de Queshcap – Huaraz, 2018.

5.2. Análisis de los resultados

Tabla 1

De un 100% (115), el 89% (102) refieren tener estilos de vida saludable mientras que un 11% (13) muestran estilos de vida no saludable.

De los resultados obtenidos se evidencia que la mayoría de los adultos que fueron participantes en esta investigación presentan estilos de vida saludable, por lo que se concluye que muchos toman interés por su salud y bienestar teniendo estilos de vida saludable, si nos dirigimos a los adultos que presentan estilos de vida no saludable podemos enfatizar que dejan de lado su salud porque mientras que ellos no sientan algún mal estar o síntomas de alguna enfermedad sienten que se encuentran bien y eso es un pensamiento erróneo.

El estudio de investigación que se asemeja es el estudio de Ventura A. (44) en su estudio “Estilos de vida: Alimentación actividad física, descanso y sueño de los adultos mayores atendidos en establecimientos del primer nivel, Lambayeque, 2017”. Se observo, 82% (82) de los adultos tienen estilos de vida saludables y el 18% (18) presentan estilos de vida no saludable.

Los resultados efectuados se asemejan al de Llontop M, (45). su investigación “Estilos de vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Asentamiento Humano Costa Verde – Nuevo Chimbote, 2018”. Se evidencia en un 76% (76) estilos de vida saludables y el 24% (24) presentan estilos de vida no saludable.

Y aquellos resultados que difieren son del estudio presentado por Ordiano C. (46) “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Queshcap – Huaraz, 2018”. Se observó, dentro de su 100% (120) de los adultos el

9% (11) presentan un estilo de vida saludable y un 91% (109) se evidencia un estilo de vida no saludable.

Así mismo la investigación presentada por Velásquez N. (47) difiere en los resultados presentados en su investigación titulada “Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos Maduros – Mercado 2 de mayo – Sección Carnicería, Chimbote – 2015”. En el cual se evidencia que el 4% (4) de su comunidad muestran estilos de vida saludables mientras que el 96% (96) presentan estilos de vida no saludables.

Se conoce que los estilos de vida son importantes para poder llevar una vida saludable, la actividad y ejercicio que se debe complementar con una buena alimentación, el manejo de estrés es importante para una buena salud mental, el apoyo interpersonal que es la socialización entre el individuo y su entorno en la actualidad ha sido la más perjudicada por la pandemia por motivo de prevención se dio la orden del aislamiento social es por ello que debemos ir adaptándonos a esta nueva realidad, así mismo se tiene la autorrealización y la responsabilidad en salud que está en cada usuario, durante la comunidad de Shumay se obtuvo que los adultos participantes cumplen con el buen manejo de cada uno de los ítems que se evaluó teniendo así el resultado presentado.

Los alimentos contienen nutrientes, calorías y proteínas, llevar una alimentación saludable es la que proporciona nutrientes al cuerpo para que esté se mantenga con un buen funcionamiento para que se pueda conservar la buena salud. Tener una alimentación saludable minimiza los riesgos de diversas enfermedades, garantiza el desarrollo y crecimiento adecuado. Para llevar una alimentación se tiene que tener en cuenta que se debe de consumir de manera diaria frutas, verduras,

cereales, legumbres, carnes, leche, pescado y aceite vegetal. Si se mantiene una alimentación adecuada y saludable se previene a que los usuarios sufran de obesidad y desnutrición (48).

En la comunidad de Shumay los adultos presentan una alimentación saludable y balanceada sobre todo poco procesada, esto se debe a que casi la totalidad tiene terrenos donde siembran diversos alimentos siendo su principal cosecha la fresa, papá y zanahorias así mismo se ve que tienen hiervas medicinales; los adultos de Shumay utilizan sus cosechas de manera comercial y de consumo propio. Durante la pandemia ellos aprovecharon sus cosechas y sembríos para poder subsistir al estado de emergencia en el que vivimos. Por motivo que mucho de ellos son agricultores y sus sembríos lo utilizaban para su consumo, gracias al personal de salud que les brinda la información de una alimentación saludable ellos hacen uso de los alimentos no procesados para la alimentación de su familia.

La actividad física es un beneficio para las personas, viene hacer todo tipo de movimiento corporal que producen los músculos, la actividad física mejora la salud estimulando el buen funcionamiento del sistema respiratorio, ayuda a la prevención de algunas enfermedades no trasmisibles, así como también las enfermedades cardíacas como las enfermedades cerebrovasculares. Dentro de algunas actividades comunes y habituales se tiene a las caminatas, ciclismo, practicar deportes con actividades recreativos (49).

Los adultos de la comunidad de Shumay conocen la importancia de estar activos en ellos no se evidencia el sedentarismo por motivo que salen temprano a ver sus sembríos realizando una caminata de aproximadamente treinta minutos hasta sus terrenos, los adultos de la comunidad de Shumay se mantienen proactivos durante

el día también cuidando a sus animales. También realizan como deporte el futbol realizando algunos campeonatos internos dentro de la comunidad.

El estrés viene hacer la tensión emocional o física que viene de todo tipo de situación que hace sentir al individuo nervioso o frustrado, siempre ha sido complicado evitar el estrés porque existen demasiada presión del trabajo, de la familia y de diversas ocupaciones. Actualmente una de las mayores preocupaciones que produce estrés en las personas es su salud por la pandemia que hoy en día a cobrado miles de vidas a nivel mundial. El manejo de estrés se inicia por una breve reflexión y de adaptación a las diversas situaciones se inicia el manejo de estrés con las pausas activas y el yoga (50).

Los adultos de la comunidad de Shumay presentan un nivel de estrés bajo, muchos refieren que se debe a que viven a diez minutos de la ciudad y sienten un gran silencio lejos del bullicio de los carros, si tienen alguna preocupación sienten que tienen el apoyo de sus familiares y de esa manera sienten que el peso es menor. Así mismo ellos refieren que el campo les da calma tener un lugar silencioso y disfruta de sus áreas verdes para ellos es gratificante, cuidar de sus animales y trabajar en sus cosechas a ellos les ayuda porque se mantienen activos se sienten importantes y útiles con ello también se solventan económicamente es por ello que manifiestan que lo realizan con amor y tranquilidad.

El apoyo interpersonal se refiere al apoyo empático de las personas, este apoyo se relaciona a brindar validez y seguridad a aquellas creencias y a las capacidades de cada una de los individuos y esté se da con los consejos que incluyen sugerencias, el apoyo interpersonal es mucho más importante de lo que podamos pensar; esté apoyo puede venir de familiares, amigos y el entorno más cercano que una persona

pueda tener. El personal de salud debe contar con el apoyo interpersonal como su herramienta principal por motivo que hay la existencia de casos que adultos llegan a los hospitales, centros de salud o clínicas padeciendo alguna enfermedad y no se evidencia recuperación así se le brinde el mejor tratamiento, se inicia a recuperar cuando el personal se toma unos minutos para escucharlo y hacerle sentir que no está solo, esta es una parte moral que todo personal de salud y toda persona debe de tener. (51).

El apoyo interpersonal en la comunidad de Shumay según los adultos que participaron se da dentro de los miembros de la familia y en los vecinos, se apoyan entre ellos cuando pasan por momentos difíciles existe la solidaridad y el apoyo mutuo. Así mismo ellos sienten el apoyo de manera moral, actualmente refieren que el personal de salud también los apoyo informando sobre su salud y que van recordándoles para sus chequeos pendientes, reciben también el apoyo social de algunas organizaciones como por ejemplo pensión 65 y el vaso de leche.

La autorrealización viene de cada individuo y surge descubriendo sus talentos, objetivos y metas que se va poniendo dentro de lo largo de su vida. Cada persona presenta diferentes aspiraciones y se pone metas para poder lograr cada una de ellas. Los adultos desean cumplir mayor demanda de necesidades y cumplir con cada una de ellas es una autorrealización porque van saliendo de su zona de confort. Lo habitual es que cuando se cumple una de las metas trazadas se plantean otras, la autorrealización va intensificándose a medida del avance del tiempo cada etapa del individuo desde que uno es niño hasta llegar a la etapa de la adultez presentamos una autorrealización distinta como por ejemplo el aprender a caminar con caídas, llantos pero siempre con resiliencia llegamos a caminar; en la etapa adulta la

autorrealización que todos desean cumplir es culminar sus estudios y ser un buen profesional, la sensación cuando uno está autorrealizado es muy gratificante para cada persona y esto viene porque le costó esfuerzo y dedicación. (52).

En la comunidad de Shumay los adultos refieren que son perseverantes, mencionan que cada logro que presentan es de felicidad para ellos como para su familia y desean brindar ese mismo ejemplo a sus menores hijos brindándoles todo su apoyo. La mayoría de los adultos tienen secundaria completa y quieren que sus hijos aspiren a más. La autorrealización para cada uno de ellos es sinónimo de dedicación y es lo que les recuerdan a sus menores hijos, los adultos sienten que están realizados y que su meta ahora para sentir esa satisfacción completa es apoyar a que sus hijos culminen sus estudios universitarios. Así mismo los que no tienen hijos sienten que su autorrealización se verá reflejada cuando cumplen sus estudios de pregrado y también otros manifiestan que cuando encuentren un trabajo estable sentirán que su esfuerzo está siendo recompensado y se sentirán autorrealizados.

La responsabilidad de salud depende del autocuidado de cada uno de las personas y se trabaja de la mano con la prevención y promoción, así mismo se incorpora las costumbres sanas y saludables de cada una de las comunidades, el personal de salud tiene como responsabilidad brindar información correcta sobre la salud para que de esta manera los usuarios sean responsables con su salud haciendo el autocuidado y de esta manera evitar tener pacientes en el área hospitalaria. La responsabilidad de salud depende mucho de educar brindando la información correcta y oportuna que el personal de salud como médicos, enfermeros y obstetras deben de brindar a la población es un instrumento de gran importancia porque de esta manera haremos que cada usuario conozca la importancia de las consecuencias

de los malos hábitos, si se realiza un buen trabajo en la parte de prevención y promoción tendremos menos pacientes en los hospitales, para cumplir con ello se necesita ir capacitando frecuentemente al personal (53).

Los adultos de la comunidad de Shumay presentan una responsabilidad de su salud buena evidenciándose por su autocuidado, el motivo que refieren es que el personal de salud del Centro de Salud de Marcará envía a sus sectorista a monitorear cómo va la salud de cada uno de los adultos, citándolos a sus consultas externas que brinda dicho centro de salud. Ello se ve reflejado en que ellos cuentan con estilos de vida saludable, cuentan con información oportuna sobre su salud, pero esto se vio frenado por un tiempo por el estado de emergencia que se vive en el país poco a poco se fue recuperando para prevenir que los adultos presenten enfermedades infecciosas. Los sectoristas de esta comunidad reciben la información de su población y actualmente van llevando información oportuna para que ellos se sientan seguros de sus tratamientos y sobre todo para que continúen llevando una vida saludable.

Frente a lo mencionado, la propuesta de mejora basado en el porcentaje de los adultos que presentan estilos de vida no saludable es que el personal de enfermería en colaboración de otros profesionales de la salud como los médicos deben de concientizar a la población haciendo sesiones educativas y demostrativas resaltando la importancia de los estilos de vida para poder llevar una vida vigorosa llena de salud y bienestar. Las autoridades deben de hacerse presente apoyando al personal fomentando la actividad ejercicio brindando lugares libres para que la población adulta sienta que les toman importancia.

Tabla 2

De un 100% (115), el 96,65% (110) tiene un nivel de conocimiento bajo mientras, que en el nivel medio existe un 4,35% (5) y de acuerdo al nivel alto se obtuvo el 0,00% (0).

De los resultados obtenidos se evidencia que casi la totalidad de los adultos que fueron participantes en esta investigación presentan un nivel de conocimiento bajo frente a la prevención de la anemia, por lo que se concluye que muchos desconocen a esta enfermedad silenciosa, si nos dirigimos al porcentaje de adultos que presentan un nivel de conocimiento medio que es menos de la mitad debemos resaltar que tienen el conocimiento por sus menores hijos que cuando los llevan a sus respectivos controles les informan y estos aplican desde pequeños el cuidado.

El siguiente estudio se asemeja a los resultados obtenidos por Márquez J. (54) que en su trabajo de investigación presenta los siguientes resultados, el 22.32% tiene un nivel de conocimiento bajo y un 15.18% presenta un nivel de conocimiento alto. Un estudio de investigación que se asemeja es el estudio de Céspedes M. (55) en su estudio “Conocimiento sobre la anemia “. Se observo que un 31% demuestran un nivel de conocimiento bajo mientras que el 29% presento un nivel de conocimiento alto.

El presente estudio realizado por Garro R. (56) titulado “Conocimiento de las madres de niños menores de 5 años relacionado a las prácticas preventivas de anemia – Puesto de Salud Marian – 2017”. Difiere con los siguientes resultados; el 44.9% muestran un nivel de conocimiento alto sobre la anemia, en un 41.8% tienen un nivel de conocimiento medio y tan solo el 13.4% poseen un nivel de conocimiento bajo.

Así mismo el estudio presentado por Salazar S. (57) titulado “Nivel de Conocimiento sobre Anemia Ferropénica y prácticas alimentarias preventivas de las madres pertenecientes a la Institución Educativa N° 3089 “Los Ángeles” Ventanilla, 2018”. Difiere de la investigación con los siguientes resultados obtenidos; del 100% el 43.3% demuestran un nivel de conocimiento bajo, el 44.8% tienen un nivel de conocimiento medio y el 11.9% presenta un nivel de conocimiento alto.

La anemia es un problema de salud que se observa estadísticamente en aumento en los adultos, muchas personas saben de la enfermedad de la anemia, mientras que solo algunos conocen las causas y las consecuencias que trae esta enfermedad. Muchos de los adultos dejan de lado este tema y no le prestan la atención adecuada, cuidamos a los niños de esta enfermedad, pero debemos de prevenir la anemia también en los adultos y como se puede hacer eso mediante la buena alimentación, evitando los alimentos procesados y teniendo en la dieta diaria alimentos ricos en proteínas, hierro y vitaminas.

La prevención de la anemia se enfocó por mucho tiempo en los niños actualmente se ha ido globalizando porque se tuvieron resultados de que los adultos también presentan anemia y en ellos es igual de riesgo que en nuestros niños, en estos años de pandemia se ha visto que enfermedades silenciosas como la anemia es una causa para ayudar a complicar enfermedades como la que ahora vivimos que es la Covid19 por motivo que el usuario tiene una hemoglobina baja y con ellos trae a que esté tenga un sistema inmunológico débil. Es por ello que debemos prevenirla a tiempo y evitar consecuencias trágicas como la muerte.

El nivel de conocimientos se presenta en tres niveles para evaluar las cuales son: Nivel Alto que es donde se evidencia a las personas con el mayor conocimiento

sobre diversos temas en el nivel medio se encuentran aquellas personas que tienen un conocimiento regular de un tema y en el nivel bajo se encuentran las personas que presentan un conocimiento básico sobre un tema.

La propuesta de conclusión frente a lo presentado es que las autoridades deben de trabajar de la mano junto al personal de salud y poner como una de las prioridades realizar despistajes de anemia en adultos, así mismo teniendo en cuenta los resultados que tienen una gran diferencia, los sectoristas a cargo deben de salir a campo realizando días de educación a la población en relación a la prevención de la anemia desde niños para que cuando se llegue a la edad adulta no tenga problemas de aprendizaje u otras enfermedades que se puedan presentar en el transcurso de los años, el personal de salud trabajar en conjunto, la enfermera con la nutricionista del centro salir hacer sesiones demostrativas relacionado a la alimentación rica en hierro con alimentos naturales.

Tabla 3

En la presente tabla se observa que de un total de 100% (115), en un 85,22% (98) presentan estilos de vida saludable y un nivel de conocimiento bajo sobre la prevención de la anemia, mientras que un 10,43% (12) presentan estilos de vida no saludable y tienen un nivel de conocimiento bajo sobre la prevención de la anemia; como segundo resultado se evidencio que el 3,48% (4) refiere tener estilos de vida saludable y presentan un nivel de conocimiento medio sobre la prevención de la anemia, así mismo se obtuvo un 0,87% (1) que presenta un estilo de vida no saludable y un nivel de conocimiento medio; como tercer resultado obtenido el 0,00% (0) referente a los estilos de vida saludable y no saludable obtuvieron el

mismo resultado de 0,00% (0) de acuerdo al nivel de conocimiento alto sobre la prevención de la anemia.

El resultado $P > 0,05$ no es significativo estadísticamente. El chi cuadrado dio como resultado que no existe significancia estadística.

Los estilos de vida son importantes para poder prevenir diversas enfermedades dentro de ella se encuentra la anemia mediante la buena alimentación, sin embargo en el estudio se evidencia que no existe la relación entre dichas variables por motivo que los adultos participantes en esta investigación presentan un buen estilo de vida porque se alimentan de manera natural porque son propietarios de terrenos donde realizan sus cosechas tienen sus animales que también son de ayuda para ellos, así mismo al evaluar el nivel de conocimientos en la prevención de anemia se evidenció un porcentaje bajo y ellos refieren que es por motivo que el personal de salud pocas veces hacen el seguimiento a los adultos.

Frente a ello, la propuesta de conclusión en cuanto a las dos variables que son estilos de vida y nivel de conocimiento, una de las propuestas de mejora es que el personal de salud debe tener en cuenta para sus sesiones la necesidad de su población, como puede observar en esta investigación el personal de salud hizo un gran trabajo al informar sobre los estilos de vida a los adultos, pero hay un gran déficit de conocimiento de acuerdo a la prevención de la anemia, es ahí donde se debe trabajar. El Centro de Salud de Marcará debe de ir capacitando a su personal para que de esta manera ellos se sientan listos y preparados para dar una información oportuna a su población designada.

VI. CONCLUSIONES

- De acuerdo los estilos de vida del adulto de la Comunidad de Shumay, se obtuvo que la mayoría de los adultos refieren un estilo de vida saludable y en un porcentaje menor presentan un estilo de vida no saludable, ello se debe a que los adultos de la comunidad de Shumay se alimentan mayormente de sus cosechas y evitan los alimentos procesados.
- En el nivel de conocimiento sobre la prevención de la anemia de la Comunidad de Shumay, se evidencia que en el nivel bajo se encuentra casi la totalidad de los adultos, dentro del nivel medio se encuentra un porcentaje mínimo y en el nivel alto no se observa a ningún adulto, se concluye que esto se da por motivo que por motivos de la pandemia que actualmente está aquejando a todas las personas a nivel mundial se ha descuidado un poco el nivel preventivo y promocional en el sector salud.
- Al ejecutar la prueba del Chi cuadrado entre los estilos de vida y el nivel de conocimiento sobre la prevención de la anemia se halló que no existe relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y el nivel de conocimiento sobre la prevención de la anemia en el adulto.
- De esta manera se concluye que los adultos de la comunidad de Shumay conocen la importancia de los estilos de vida sin embargo se observa de acuerdo a los resultados, que los adultos presentan un nivel de conocimiento bajo sobre la prevención de la anemia por tal motivo se debe potencializar la política preventiva sobre la anemia ya que estas dos variables ayudan a brindar un cuidado integral en los adultos si ambos se priorizan.

ASPECTOS COMPLEMENTARIOS

- Recomendar a las autoridades municipales y al personal de salud de la comunidad a seguir realizar estrategias de prevención y promoción de la salud para los adultos, porque la mayor parte de los adultos de esta localidad saben la importancia de mantener un estilo de vida saludable, pero se debe de pensar en lo preventivo promocional para así poder mejorar la calidad de vida de los habitantes que radican en dicha comunidad.
- Es fundamental la organización con respecto al presupuesto de acuerdo a la organización en mano de obra o de personal en el que se encarga de aumentar recursos humanos capacitados y especializados para el puesto de salud, para que de esta manera se pueda satisfacer las necesidades de la población en general.
- Dar a conocer los resultados al centro de salud para que teniendo en cuenta la realidad de la comunidad ellos realicen campañas preventivas sobre la anemia, como los de despistajes a toda la población adulta con la intención de mejorar la calidad de salud y el cuidado integral para los mismos.
- El personal de salud debe enfatizar en el seguimiento de la salud de los adultos, brindándoles la información adecuada sobre los estilos de vida y el nivel de conocimiento en la prevención de la anemia, su principal herramienta será la prevención y promoción, la manera en que lleguen al convencimiento y en la atención de los adultos ayudará a que los adultos de la comunidad de Shumay tengan una responsabilidad en su salud y tengan un buen autocuidado.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Jimenez T. Mantener estilos de vida saludable ayuda a prevenir enfermedades crónicas. Noticias Caja de Seguro Social. {Internet} Panamá 2022. Disponible desde el URL <https://prensa.css.gob.pa/2022/02/09/mantener-estilos-de-vida-saludable-ayuda-a-prevenir-enfermedades-cronicas/#:~:text=Vida%20Activa%3A%20evitar%20el%20sedentarismo,arterial%3A%20monitorea%20tu%20presi%C3%B3n%20arterial>
2. Unicef. Nuevo Informe de la ONU: el hambre en América Latina y el Caribe aumentó en 13,8 millones de personas en solo un año. {Internet} 1 de dic. 2021. Disponible desde el URL: <https://www.unicef.org/lac/comunicados-prensa/nuevo-informe-de-la-onu-el-hambre-en-america-latina-y-el-caribe-aumento>
3. Infobae. Artículo Online. Para el Washington Post la alta inflación en la Argentina se transformó en un estilo de vida en el que resulta imposible ahorrar. {Internet} 27 de enero de 2022. Disponible desde el URL: <https://www.infobae.com/economia/2022/01/27/para-el-washington-post-la-alta-inflacion-en-la-argentina-se-transformo-en-un-estilo-de-vida-en-el-que-resulta-imposible-ahorrar/>
4. Men'sHealth. Artículo Online. ¿Por qué Madrid es la ciudad española más saludable 2022? {Internet} 21 de febrero 2022. Disponible desde el URL: <https://www.menshealth.com/es/salud-bienestar/a39159211/madrid-ciudad-mas-saludable-2022/>

5. Figueroa C. La realidad de nuestros adultos mayores en Chile. Universidad Católica de la Santísima Concepción. Blogs Académicos. {Internet} 9 de abril 2022. Disponible desde el URL: <https://www.ucsc.cl/blogs-academicos/la-realidad-de-nuestros-adultos-mayores-en-chile/>
6. INEI. Condiciones de vida en el Perú. Informe Técnico. {Internet} 21 de marzo 2022. Disponible desde el URL: <https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/boletines/01-informe-tecnico-condiciones-de-vida-oct-nov-dic-2021.pdf>
7. Márquez R. Sociedad Nacional de Industrias. Más de 5 millones de personas sufren anemia en el Perú. {Internet} 15 de octubre 2021. Disponible desde el URL: <https://sni.org.pe/mas-de-5-millones-de-personas-sufren-de-anemia-en-el-peru/>
8. Instituto Peruano de Economía (IPE). Anemia en Ancash. Diario de Chimbote {Internet} Chimbote – Perú {Citado el 15 de Jul. del 2018}. Disponible desde el URL <https://www.ipe.org.pe/portal/anemia-en-ancash/>
9. Gobierno Regional de Ancash. Plan de Acción Regional de Seguridad Ciudadana Ancash 2020. {Internet} Huaraz – Perú {Citado Feb. del 2020}. Disponible desde el URL: https://www.regionancash.gob.pe/doc/coresec/2020/PARSC_2020_AN_CASH.pdf
10. [Establecimientos de Salud – Gobno. DePeru.com](https://www.deperu.com) {Internet} Perú {Citado en el 31 de Mayo del 2020}. Disponible desde el URL <https://www.deperu.com/salud-nacional/establecimientos-de-salud-gbno-regional-minsa/marcara-marcara-1191>

- 11.** Plan Multisectorial de Lucha Contra la Anemia. Gobierno del Perú. El Perú Primero {Revista-Internet} Lima – Perú {Citado en 2018} Disponible desde el URL https://siteal.iiep.unesco.org/sites/default/files/sit_accion_files/plan_multisectorial_de_lucha_contra_la_anemia_2018.pdf
- 12.** Moreno P. Estilo de vida de los profesionales de Salud. Red Descentralizada de Salud de Gracias, Lempira, Honduras, junio a diciembre. 2019. Informe Final de Tesis para optar al Título de Master en Salud Publica. {Internet} Nicaragua {Citado en 2020}. Disponible desde el URL <https://repositorio.unan.edu.ni/12515/1/t1106.pdf>
- 13.** Márquez M. Estilos de vida saludable en la promoción de la salud y prevención de enfermedades: revisión documental en el contexto de Latinoamérica, España e Italia, 2020. Proyecto de monografía presentado en el curso de opción de grado para optar el título de Administradora en Salud. Universidad de Córdoba. {Internet} Loric Córdoba - 2020 {Citado en 2022}. Disponible desde el URL <https://repositorio.unicordoba.edu.co/bitstream/handle/ucordoba/3706/MariaJoseMarquezRojas.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- 14.** Candelaria J, Casanova M, Gutiérrez C, Acosta C, Montes D y Labrador O (14). “Estilos de vida y estado nutricional en adultos mayores con enfermedad renal crónica en estadios iniciales 2019” {Internet} Revista Nefrología Argentina. Edición Septiembre Vol. 17. N° 3 – Argentina. Disponible desde el URL

http://www.nefrologiaargentina.org.ar/numeros/2019/volumen17_3/SEP_AR_T2.pdf

15. Calero, J. (2019). Estilos de vida de profesionales de la salud que laboran en el Centro de Salud Roberto Herrera Ríos de Managua, Nicaragua, febrero 2019. (Tesis de Maestría). Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Centro de Investigaciones y Estudios de la Salud (CIES, UNAN) Disponible desde el URL <https://repositorio.unan.edu.ni/12095/1/t1074.pdf>
16. Chahua F. “Estilo de vida y estado nutricional del adulto mayor en Cooperativa Huancaray, 2018”. Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería. Universidad César Vallejo. {Internet} Lima – Perú {Citado en 2018}. Disponible desde el URL https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/18968/Chahua_TF..pdf?sequence=1
17. Ramos J. “Estilo de vida y estado nutricional en adultos Centro de Salud Alto Trujillo, 2017 – 2018” Tesis para optar el Título Profesional de Médico Cirujano [Internet]. Trujillo - Perú 2018. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/25739/ramos_h_j.pdf?sequence=1&isAllowed=y
18. Sosa S. “Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores que acuden al centro de salud Materno Infantil El Socorro_Huaura, 2020”. Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería. {Internet} Chimbote – Perú {Publicado en 2020}. Disponible desde el URL <http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19269/ADU>

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

- 19.** Bocanegra R. Correlación entre estilos de vida saludable con la felicidad de los adultos mayores que asisten a un programa brindado por un centro asistencial de Lima – 2018. Tesis para optar el título de licenciado en Psicología. {Internet} Lima – Perú 2019 Disponible desde el URL: https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/7732/Correlacion_BocanegraRamirez_Reina.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- 20.** Morales L. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del barrio Cumpayhuara – Caraz, 2018. Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. {Internet} Caraz – Perú {Citado en 2018}. Disponible desde el URL https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/ULAD_80798ff3fd2fec41c3ea1711fb66b6d7/Description#tabnav
- 21.** Palacios N. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del distrito de Llama - Piscobamba, 2018. Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. {Internet} Chimbote – Perú {Citado en 2020}. Disponible desde el URL http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/3350/ADULTOS_ESTILO_DE_VIDA_PALACIOS_MIRANDA_NUEVA_GRABIELA.pdf?sequence=4
- 22.** Soriano A. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Shiqui - Cátac, 2020. Tesis para optar el título profesional de licenciado en Enfermería. Cátac – Perú 2020. Disponible desde el URL:

https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/ULAD_0575db71383acc4f0c9030d0fa1ceeb0

23. Anicieto Z. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Caraz – Ancash, 2020. Tesis para optar el título profesional de licenciado en Enfermería. Huaraz – Perú 2020. Disponible desde el URL: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19047/ESTILOS_FACTORES_ANICETO_TOLENTINO_ZENON_ANTONIO.pdf?sequence=1
24. Gálvez K. Carrasco L. “Estilos de vida y su relación con el estado nutricional del adulto (a) atendidos en el hospital II-2 Tarapoto, febrero – junio 2018” tesis para optar el título profesional de Licenciado en Enfermería (Citado el 26 de Noviembre del 2020) Disponible desde el URL: <http://repositorio.unsm.edu.pe/bitstream/handle/11458/3182/ENFERMERIA%20%20-%20Katty%20Fiorella%20G%C3%A1lvez%20Acho%20%26%20Luz%20Mery%20Carrasco%20Ram%C3%ADrez.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=Los%20estilos%20de%20vida%20del%20adulto%20mayor%20hol%C3%ADsticamente%2C%20comprenden%20seis,%2C%20soporte%20interpersonal%20y%20autorrealizaci%C3%B3n.%20>
25. Influencia de estilo de vida en el estado de salud de los adultos mayores [Revista Científica]. Vol. 5 Núm. 4 - Ecuador. 2020. Disponible en URL: <https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/enfi/article/view/966>
26. Hurtado Casanca, C., Atoc Ventocilla, N., & Rodríguez Vásquez, M. (2020). Estilo de vida saludable, nivel de glucosa e IMC en adultos del Valle de

- Amauta – Ate Vitarte – Lima - Revista Científica De Ciencias De La Salud, 13(2), 20 – 33. Perú [Publicado el 2020] Disponible en el URL: https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud/article/view/1428/1807
- 27.** Estilo de Vida. EcuRed. Pag. N°1. [Artículo en internet]. [Citado el 29 de mayo del 2020]. Disponible en el URL: https://www.ecured.cu/Estilo_de_vida
- 28.** Cañarte J. Lucas E. Guerrero M. Moreira R. Anemia en el adulto mayor. Artículo Científico. Pol. Con. (Edición núm. 21) Vol.3 N° 7 - Julio 2018. Ecuador. Disponible en: <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/535/pdf>
- 29.** Mairal M. Palomores V. Del Barrio N. Atarés A. Piqueras M. Miñes T. Madeleine Leininger, artículo monográfico. Abril 2021 [Internet] Disponible en el URL: <https://www.revistasanitariadeinvestigacion.com/madeleine-leininger-articulo-monografico/>
- 30.** Teoristas Intermedias. Teoría de los Cuidados basada en modelo de Kristen Swanson. [Internet] [Publicado en May. 2017]. Disponible en el URL: <http://teoriasintermedias2013.blogspot.com/2013/05/teoria-de-los-cuidados.html#:~:text=Aspectos%20Biogr%C3%A1ficos-,Kristen%20M.,Massachussets%20Medical%20Center%2C%20en%20Worcester.>
- 31.** Organización Mundial de la Salud. Las condiciones de salud en las Américas. Washington DC – Estados Unidos de América: OMS; 1994. [Citado octubre 2019]. URL: http://www.msc.es/biblioPublic/publicaciones/recursos_propios/resp/revista_cdrom/VOL65/65_3_277.pdf

32. Metodología. Descriptivo. [Internet] [Citado octubre 2019] Disponible en: <http://metodologia02.blogspot.pe/p/operacionalizacion-de-variables.html>
33. Mey. Cl. Diseño de la investigación. [Internet] [Publicado octubre 2019] Disponible en: <https://cdn02.pucp.education/investigacion/2016/06/12214732/guia-de-investigacion-en-diseno.pdf>
34. QuestionPro. Muestreo no probabilístico. Revista Online. 2022 disponible en el URL <https://www.questionpro.com/blog/es/muestreo-no-probabilistico/>
35. Arias J.; El protocolo de investigación III, Global Health Trials, 8 jun. 2004. Citado el 2020. Disponible en: <http://revistaalergia.mx/ojs/index.php/ram/article/view/181/309>
36. Fabregues F., La conceptualización y operalización de la calidad de la investigación basada en métodos mixtos; Barcelona {Publicado 29 de nov. 2015.} Citado el 2020. URL: <https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/383045/sff1de1.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
37. Venemedia. Definición de sexo. [Internet]. Concepto definición. de. 2015. [citado octubre 2019]. URL: <https://conceptodefinicion.de/sexo/>
38. Jiménez, N. La religión según autores. ¿Qué es realmente la religión? [Internet]. Clubensayos. 2013 [citado octubre 2019]. Disponible en el URL: <https://www.clubensayos.com/Religión/La-ReligiónSegúnAutores/1328604.html>
39. Instituto Vasco de Estadística. Nivel de instrucción. [Internet]. Eustat. 2015 [Publicado octubre 2019]. Disponible en el URL

https://www.eustat.eus/estadisticas/tema_303/opt_0/ti_nivel-de-instruccion/temas.html

40. CECUSS – Universidad San Sebastián. Estado civil. Certificado de soltería. [Internet]. Centro de Educación Ciudadana. Cecuss. 2015. [citado octubre 2019]. URL: <http://www.uss.cl/wp-content/uploads/2017/05/Estado-Civil.pdf>
41. Cevallos, L. Ocupación laboral. [Internet]. [citado octubre 2019]. Disponible en el URL: <http://www.wikiestudiantes.org/ocupacion-laboral/>
42. Aguilar, D. Ingreso económico. [Internet]. Macroeconomía. 2010 [citado octubre 2019]. Disponible en el URL: <http://www.monografias.com/trabajos32/macroeconomía/macroeconomia.shtml>
43. Fundación para la investigación social avanzada. Fundamentos de Investigación N° 3: El Proceso de Investigación y niveles de conocimiento. {Blog en Internet} {Publicado el 4 oct. de 2017} Disponible en el URL: <https://isdfundacion.org/2017/10/04/el-proceso-de-investigacion-y-niveles-de-conocimiento/>
44. Ventura A. “Estilos de vida: Alimentación actividad física, descanso y sueño de los adultos mayores atendidos en establecimientos del primer nivel, Lambayeque, 2017”. Tesis para optar el título profesional de Licenciada de Enfermería. “Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo”. {Internet} Chiclayo – Perú {Publicado en 2018} Disponible desde el URL: http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/1696/1/TL_VenturaSuclupeAntonia.pdf
45. Llontop, M. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del

Asentamiento Humano Costa Verde – Nuevo Chimbote, 2018. [Tesis para optar el título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2018. [Citado el 05 de agosto de 2018]. URL: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/8562/ADU_LTO_ESTILO_DE_VIDA_LLONTOP_ZENA_MARIA_VICTORIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

46. Ordiano C. “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Queshcap – Huaraz, 2018”. Tesis para optar el título profesional de Licenciada de Enfermería. “Universidad Católica los Ángeles de Chimbote”. {Internet} Huaraz – Perú {Publicado en 2018} Disponible desde el URL: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/7788/ESTILO_DE_VIDA_ADULTOS_ORDEANO_FIGUEROA_CAROLINA_MAGDALENA.pdf?sequence=1
47. Velasquez, N. Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos maduros. Mercado 2 de Mayo - seccion carniceria, Chimbote - 2015. [Tesis]. : Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2017. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/716>
48. Minsalud. ¿Qué es una alimentación saludable? Bogotá. Domingo, 28 de noviembre de 2021. {Internet} Disponible en el URL: https://www.minsalud.gob.bo/images/Libros/DGPS/PDS/p346_g_dgps_uan_GUIA_ALIMENTARIA_PARA_EL_ADULTO_MAYOR_1.pdf
49. Organización Mundial de la Salud. Actividad física. 26 de noviembre de 2020 {Internet} Disponible en el URL: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/physical-activity>

50. Kaiser Permanente. Manejo del Estrés. 16 de junio, 2021 {Internet}
Disponible en el URL: <https://espanol.kaiserpermanente.org/es/health-wellness/health-encyclopedia/he.manejo-del-estr%C3%A9s.rlxsk>
51. San Martín J. Avanza – Gabinete de Psicología. La importancia de las relaciones interpersonales. 2 de enero, 2018 {Internet} Disponible en el URL: <https://www.psicologiacolmenar.es/psicologo/la-importancia-de-las-relaciones-interpersonales/>
52. Salas R. La Autorrealización, según la teoría de Maslow. 2018. {Internet}
Disponible en el URL: <https://www.rafaelsalapsicologo.com/autorrealizacion-teoria-maslow/>
53. De Ortuzar M. Responsabilidad social vs Responsabilidad individual en salud. Rev. Bioética y Derecho no. 36. 2016 Barcelona. Internet} Disponible en el URL: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1886-58872016000100003
54. Márquez J. “Nivel de conocimientos sobre la Anemia Ferropénica que tienen las madres de niños de 1 a 12 meses que acuden al centro de Salud Micaela Bastidas, 2007”. Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. {Internet} [Publicado el 2008]. Disponible en el URL: http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/534/Marquez_lj.pdf?sequence=1&isAllowed=y
55. Céspedes M. “Conocimientos sobre la anemia y las prácticas alimenticias que tienen las madres para la prevención de la anemia ferropénica en niños de 6 a 24 meses Centro de Salud Materno Infantil tablada de Lurin 2010”.

Universidad Nacional Mayor de San Marcos. {Internet} [Publicado el 2010].

Disponible en el URL:

https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/1050/Cespedes_sm.pdf?sequence=1

56. Garro R. “Conocimiento de las madres de niños menores de 5 años relacionado a las prácticas preventivas de anemia – Puesto de Salud Marian – 2017”. Tesis para optar el título de Licenciada en Enfermería. Universidad Nacional “Santiago Antúnez de Mayolo” {Internet} [Publicado el 2017].

Disponible en el URL:

http://repositorio.unasam.edu.pe/bitstream/handle/UNASAM/2022/T033_47316011_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y

57. Salazar S. “Nivel de Conocimiento sobre Anemia Ferropénica y prácticas alimentarias preventivas de las madres pertenecientes a la Institución Educativa N° 3089 “Los Ángeles” Ventanilla, 2018”. Tesis para optar el grado de Licenciada en Nutrición. Universidad Nacional Federico Villareal. {Internet} [Publicado el 2019]. Disponible en el URL:

http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/3123/UNFV_SALAZAR_GAMARRA_SHEYLA_KARINA_TITULO_PROFESIONAL_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

ANEXO N° 1

SOLICITUD DE AUTORIZACIÓN

La finalidad de este protocolo, es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento para poder realizar mi investigación. De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

La presente investigación en Salud se titula **“ESTILOS DE VIDA Y NIVEL DE CONOCIMIENTOS SOBRE PREVENCIÓN DE LA ANEMIA EN LOS ADULTOS DE LA COMUNIDAD DE SHUMAY - DISTRITO DE MARCARÁ - CARHUAZ, 2020”** y es dirigido por **Patricia Glenda Rosales Gonzalez**, investigadora de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es:

Objetivo General

Establecer la relación entre el nivel de conocimiento sobre la prevención de la anemia y los estilos de vida en los adultos de la Comunidad de Shumay - Distrito de Marcará - Carhuaz, 2020.

Para ello, se invita a su población a participar en una encuesta que le tomará **20** minutos de su tiempo, se dará de manera online. La participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Cada participante puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si

tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, el participante será informado de los resultados a través del **Teniente Gobernador de la Comunidad**. Si desea, también podrá escribir al correo : patty.1999.rosales@gmail.com para recibir mayor información.

Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

Firma del investigador (o encargado de recoger información):



Teniente Gobernador de la Comunidad:





UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

ANEXO N° 02:

CONSENTIMIENTO INFORMADO

TÍTULO:

**ESTILOS DE VIDA Y NIVEL DE CONOCIMIENTOS SOBRE
PREVENCIÓN DE LA ANEMIA EN LOS ADULTOS DE LA COMUNIDAD
DE SHUMAY - DISTRITO DE MARCARÁ - CARHUAZ, 2020.**

Yo.....identificado
con DNI.....,acepto participar voluntariamente en el
presente estudio porque se me explicó y comprendo el propósito de la investigación.
Mi participación consiste en responder con veracidad y de forma oral a las preguntas
planteadas.

La investigación se compromete a guardar la confidencialidad y anonimato de mis
datos, los resultados se informarán de modo general, guardando en reserva la
identidad de las personas entrevistadas.

Por lo cual autorizo mi participación voluntaria y firmo este documento como señal
de mi conformidad.

FIRMA.....



ANEXO N° 03:

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
12	Realiza alguna de las siguientes actividades de relajación tales como: tomar siesta, pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de respiración	N	V	F	S
APOYO INTERPERSONAL					
13	Se relaciona con los demás.	N	V	F	S
14	Mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás	N	V	F	S
15	Comenta sus deseos e inquietudes con las demás personas	N	V	F	S
16	Cuando enfrenta situaciones difíciles recibe apoyo de los demás.	N	V	F	S
AUTORREALIZACION					
17	Se encuentra satisfecho con lo que ha realizado durante su vida	N	V	F	S
18	Se encuentra satisfecho con las actividades que actualmente realiza	N	V	F	S
19	Realiza actividades que fomenten su desarrollo personal	N	V	F	S
RESPONSABILIDAD EN SALUD					
20	Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica	N	V	F	S
21	Cuando presenta una molestia acude al establecimiento de salud	N	V	F	S
22	Toma medicamentos solo prescritos por el medico	N	V	F	S
23	Toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud	N	V	F	S
24	Participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud	N	V	F	S
25	Consume sustancias nocivas.: cigarro, alcohol y/o drogas	N	V	F	S

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:

NUNCA	N = 1	Puntaje Máximo: 100 puntos
A VECES	V = 2	
FRECUENTEMENTE	F = 3	75 a 100 puntos "Saludable"
SIEMPRE	S = 4	25 a 74 punto "No saludable"
En el ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es al contrario		
N = 4	V = 3	F = 2
		S = 1



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

ANEXO N° 04:

ESCALA DEL NIVEL DE CONOCIMIENTO SOBRE LA PREVENCIÓN DE LA
ANEMIA

INDICACIONES: Se presentan un conjunto de opciones con el objetivo de medir el nivel de conocimiento sobre la prevención de la anemia, que aportarán al desarrollo de la presente investigación. Solicitó a usted a marcar con un aspa “X” en la alternativa que corresponda.

ENUNCIADO	NIVEL BAJO	NIVEL MEDIO	NIVEL ALTO
1. Sabe que es la anemia.			
2. Sabe de los alimentos que contienen hierro.			
3. Sabe que alimentos debe comer si tiene anemia.			
4. Sabe que aún con sobrepeso puede tener anemia.			
5. Sabe cómo reconocer si sus hijos tienen anemia.			
6. Mantiene su peso corporal ideal en relación a su talla.			
7. Se controla su peso periódicamente.			
8. Lleva una alimentación balanceada.			
9. Conoce usted del examen de la hemoglobina			
10. Se ha hecho alguna vez un examen de hemoglobina.			
11. Reconoce los síntomas que se presentan en la anemia.			
12. Sabe que las bebidas con alta cantidad de cafeína, alcohol o chocolate dificultan la			

absorción del hierro.			
13. Conoces que es la vitamina C			
14. Sabes en que frutas se encuentra la vitamina C.			
15. Conoces que la vitamina C favorece la absorción del hierro.			



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

ANEXO N° 5

VALIDEZ INTERNA DE LA ESCALA DE ESTILO DE VIDA

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

$$r = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{N \sum X^2 - (\sum X)^2} \cdot \sqrt{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2}}$$

	R - PERSONA
Items 1	0.36
Items 2	0.40
Items 3	0.45
Items 4	0.11
Items 5	0.58
Items 6	0.56
Items 7	0.53
Items 8	0.52
Items 9	0.33
Items 10	0.22
Items 11	0.18
Items 12	0.15
Items 13	0.29
Items 14	0.20
Items 15	0.36
Items 16	0.34
Items 17	0.12
Items 18	0.16
Items 19	0.08
Items 20	0.10
Items 21	0.47
Items 22	0.57
Items 23	0.24
Items 24	0.51
Items 25	0.22

Si $r > 0.20$ el instrumento es válido



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

Resumen del Procesamiento de los casos

CASOS	N°	%
Validos	27	93.1
Excluidos (as)	2	6.9
Total	29	100.0

Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento

Alfa de Cronbach	N° de elementos
0.794	25



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

ANEXO N° 06

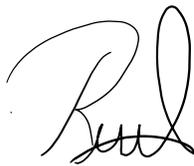
DECLARACIÓN DE COMPROMISO ÉTICO Y NO PLAGIO

Mediante el presente documento denominado declaración de compromiso ético y no plagio el autor(a) del presente trabajo de investigación titulado **“ESTILOS DE VIDA Y NIVEL DE CONOCIMIENTOS SOBRE PREVENCIÓN DE LA ANEMIA EN LOS ADULTOS DE LA COMUNIDAD DE SHUMAY - DISTRITO DE MARCARÁ - 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 suelaboración 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, cumpro con precisar que éste trabajo forma parte de una línea de investigación denominado “Determinantes de la salud de las personas” dentro del cual se tiene como objeto de estudio Desarrollar investigaciones orientadas al cuidado de la salud de las personas por grupo etario, a partir de los

determinantes de la salud de la persona, se aplicó un diseño metodológico común, por lo tanto, es posible que tenga similitud en ese sentido y se explica, porque forma parte de dicha línea. También se declara que al recolectar los datos se tuvo acceso a nombres, apellidos, a cada uno se les asignó un código para preservar su identidad y proteger los derechos constitucionales, siendo el único aspecto inserto en los instrumentos. Finalmente se declara que: el presente trabajo es auténtico, siendo el resultado el producto de un trabajo personal acorde con la línea de investigación del cual se deriva, trabajado bajo los principios de la buena fe y respeto de los derechos de autor y propiedad intelectual, de modo que al utilizar las fuentes para su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en 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 be the initials 'R. L.' with a stylized flourish underneath.

FIRMA DEL ESTUDIANTE

Estudiante de Enfermería