



---

**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE**

**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE  
LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS  
DEL CENTRO POBLADO DE CARASH, SAN MARCOS  
– HUARI – 2020**

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

**AUTORA**

**MOLINA DOMINGUEZ, KELININA LUZ**

**ORCID: 0000-0002-1524-5313**

**ASESORA**

**VILCHEZ REYES MARÍA, ADRIANA**

**ORCID: 0000-0001-5412-2968**

**HUARAZ - PERÚ**

**2022**

## **EQUIPO DE TRABAJO**

### **AUTOR**

Molina Domínguez, Kelinina

Luz ORCID: 0000-0002-

1524-5313

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, estudiante  
pregrado Huaraz, Perú.

### **ASESORA**

Vilchez Reyes María Adriana

ORCID: 0000-0001-5412-2968

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad  
Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Enfermería, Sede  
Central, 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 DE JURADO Y ASESORA**

DRA. COTOS ALVA, RUTH MARISOL  
**PRESIDENTE**

DRA. URQUIAGA ALVA, MARÍA ELENA  
**MIEMBRO**

DRA. CÓNDOR HEREDIA, NELLY TERESA  
**MIEMBRO**

DRA. VILCHEZ REYES ,MARÍA ADRIANA  
**ASESORA**

## **AGRADECIMIENTO**

A todos los docentes de la  
Universidad Católica Los Ángeles  
de Chimbote que me han apoyado en  
mi formación académica.

A la docente tutora por sus  
enseñanzas y la guía en el desarrollo  
de la presente investigación.

## **DEDICATORIA**

A Dios por regalarme cada  
hálito de cada nuevo día.

A mis padres por el apoyo económico  
y emocional en este sendero de mi carrera.

A mi hija Kiara, quien es mi motor  
y mi motivo que me impulsa para  
poder seguir en mi formación  
académica.

## RESUMEN

En la actualidad los cuidados de enfermería en la promoción de la salud no son adecuados, así como los estilos de vida, por ende “Cuidados de Enfermería en la promoción de la salud y estilos de vida de los adultos del centro poblado de Carash, San Marcos- Huari “La presente investigación tuvo por objetivo determinar la relación que existe en el cuidado de enfermería en la promoción de la salud y los estilos de vida del centro poblado de Carash, San Marcos- Huari-2020. Para el desarrollo de la investigación se utilizó la siguiente metodología: el tipo cuantitativo, nivel descriptivo y diseño no experimental - correlacional. En referencia a la población estuvo compuesto por 100 adultos aplicando los instrumentos sobre los cuidados de enfermería y estilos de vida realizado de manera virtual los resultados fueron procesados al SSPS, para expresar los resultados en tablas y gráficos estadísticos y establecer la relación de las variables por medio de la prueba del Chi Cuadrado, obteniéndose un nivel de confiabilidad al 95% con un índice de significación de  $p < 0,05$ . Llegando a los siguientes resultados la mayoría de los adultos refieren un cuidado de enfermería en la promoción de la salud inadecuado y un porcentaje considerable un cuidado de enfermería adecuado. La mayoría tiene un estilo de vida saludable y un porcentaje significativo no saludable. Al realizar la prueba de chi cuadrado entre el cuidado de enfermería y los estilos de vida se encontró que si existe relación estadísticamente significativa

**Palabra clave:** Adulto, cuidados, enfermería, estilo de vida, promoción, salud

## ABSTRACT

At present, nursing care in health promotion is not adequate, as well as lifestyles, therefore "Nursing care in health promotion and lifestyles of adults in the town of Carash, San Marcos- Huari "The objective of this research was to determine the relationship that exists in nursing care in the promotion of health and lifestyles in the town of Carash, San Marcos-Huari-2020. For the development of the research, the following methodology was used: the quantitative type, descriptive level and non-experimental - correlational design. In reference to the population, it was composed of 100 adults applying the instruments on nursing care and lifestyles carried out virtually, the results were processed to the SSPS, to express the results in tables and statistical graphs and establish the relationship of the variables by mean of the Chi Square test, obtaining a reliability level of 95% with a significance index of  $p < 0.05$ . Arriving at the following results, most adults refer to inadequate nursing care in health promotion and a considerable percentage to adequate nursing care. Most have a healthy lifestyle and a significant percentage are unhealthy. When performing the chi square test between nursing care and lifestyles, it was found that there is a statistically significant relationship

**Key word:** Adult, care, nursing, lifestyle, promotion, health

## CONTENIDO

	Pág.
1. TÍTULO DE LA TESIS.....	i
2. EQUIPO DE TRABAJO.....	ii
3. HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR.....	iii
4. HOJA DE AGRADECIMIENTO Y/O DEDICATORIA (OPCIONAL).....	iv
5. RESUMEN Y ABSTRACT.....	vi
6. CONTENIDO.....	viii
7. ÍNDICE DE GRÁFICOS Y TABLAS .....	ix
I. INTRODUCCIÓN.....	01
II. REVISIÓN DE LITERATURA.....	05
III. HIPÓTESIS.....	14
IV. METODOLOGÍA.....	15
4.1 Diseño de la investigación.....	15
4.2 Población y muestra.....	15
4.3. Definición y operacionalización de variables e indicadores.....	16
4.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	17
4.5 Plan de análisis.....	22
4.6 Matriz de consistencia.....	24
4.7 Principios éticos.....	25
V. RESULTADOS.....	26
5.1 Resultados.....	26
5.2 Análisis de resultados.....	29
VI. CONCLUSIONES.....	40
ASPECTOS COMPLEMENTARIOS.....	41
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	42
ANEXOS.....	46



## ÍNDICE DE TABLAS

<b>TABLA 1:</b> CUIDADO DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE CARASH, SAN MARCOS- HUARI-2020.....	26
<b>TABLA 2:</b> ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE CARASH, SAN MARCOS- HUARI - 2020.....	27
<b>TABLA 3:</b> RELACIÓN ENTRE EL CUIDADO DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE CARASH, SAN MARCOS- HUARI-2020.....	28

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

<b>GRÁFICO DE LA TABLA 1:</b> CUIDADO DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE CARASH, SAN MARCOS- HUARI-2020.....	26
<b>GRÁFICO DE LA TABLA 2:</b> ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE CARASH, SAN MARCOS- HUARI -2020.....	27
<b>GRÁFICO DE LA TABLA 3:</b> RELACIÓN ENTRE EL CUIDADO DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE CARASH, SAN MARCOS- HUARI-2020.....	28

## **I. INTRODUCCIÓN**

Los cuidados de enfermería son fundamentales en el método de la fortaleza, ya que cumple un papel muy importante en cuanto en el soporte y el procedimiento de los resignados, así como en las actividades de los estilos de vida y en la promoción de la salud con el objetivo de brindar un buen cuidado de enfermería en la familia y en la comunidad, asimismo, es necesario recordar que el cuidado de enfermería tiene un propósito y oficio de conservar a los seres humanos sanos y velar por las distintas necesidades para las personas (1).

A nivel Mundial, la Organización Mundial de la Salud (OMS) realizó constantes acciones educativas en los cuidados de enfermería de las personas y en el cuidado de la salud. Esta organización brindó apoyo mediante las capacitaciones en los diversos países con el propósito sanitario de brindar el apoyo a las poblaciones más vulnerables. De tal manera que, actualmente, se está encaminando en el autocuidado de la vida que se basa en la relación entre la enfermera y el paciente, lo cual es de suma calidad para mejorar en referencia a los cuidados de enfermería (2).

En América Latina hablar de los cuidados de enfermería poseemos que se ha ido edificando un ascenso en el entorno al cuidado de los seres humanos mediante los cuidados de enfermería, de tal manera es un contrahecho central de la disciplina de enfermería. Asimismo, últimamente en el país de Chile se definió legalmente que tiene una gran ayuda la carrera de enfermería en las gestiones en los cuidados, promoción de la salud lleva a un debate continuo en los tres enfoques que es la desigualdad, la dependencia y la vulnerabilidad lo cual se enfoca en el cuidado, siendo la mayor dificultad de advertir padecimientos proporcionado a los usuarios (3).

En el Ecuador en el año 2018 existe un cociente de 5,5 asistentes por cada 10.000 habitantes, lo se evidencia un gran déficit en el personal de enfermería en cuanto a los

centros sanitarios del país por lo cual se ha dado un aumento en la carrera de enfermería siendo así reconocido, pero aún falta el reconocimiento (4)

En Argentina se ha reconocido que el gran problema es ; la coincidencia en la 13 bordado desarrollada por el personal de enfermería, proponiendo a raíz de los permutas desde 2018, métodos de desinstitucionalización; reproduciendo lo iniciado en Europa por Basaglia, Laing, Cooper y Szasz entre otros, estos cambios organizados tienen el problema y desventaja que son modelos para poblaciones de países desarrollados, esto genera ajustes en el personal de Enfermería causando una serie de reflexiones y interrogantes sobre la identidad del colectivo y la invisibilidad de su trabajo, poniendo en ostensible precarios cuidados en enfermería (5).

Durante las últimas años 2021 en el Perú, el Ministerio de Salud incorpora en sus inversos programas de salud con sus contenidos de la promoción de la salud y estilos de vida saludable con la su finalidad de impulsar un desarrollo en una calidad de vida para las personas dando así como resultado en la participación de los programas de la salud , es por ello que el Instituto Nacional de Estadística e Informática da a conocer que más de la mitad de la población está satisfecho con la promociones de la salud , por lo que el mayor problema son los cuidados de enfermería de calidad para llegar a cada persona (5).

En nuestra región de Áncash la Dirección Regional De Salud tiene como objetivo lograr el desarrollo en las personas a través de la promoción de la salud para que puedan obtener un entorno saludable. por ello viene realizando campañas de promoción en toda la región en conjunto con la población y el MINSa, es así que la promoción y la educación en las personas sobre la salud debe tener como objetivos en identificar los problemas que aquejan en la salud (4).

De igual manera, en la localidad de Huaraz, el estilo de vida de una persona está variado por sus reacciones habituales y por sus conductas por lo cual desde una apariencia integral, los estilos de vida y la promoción no averían estar sorprendidos dentro del método social, económico, político y cultural al cual pertenecen, y deben ser acordes a los justos del proceso de desarrollo, que es dignificar a la persona humana en la sociedad, a través de mejores condiciones de vida y de bienestar, tiene que ser como acciones de naturaleza (5).

Esta realidad descrita a nivel internacional y nacional es similar a la que se observa en los adultos del centro poblado de Carash, ubicado en la provincia de San Marcos distrito de Huari donde las personas se dedican a la agricultura y cuentan con los servicios básicos agua, luz, desagüe, de igual manera con una institución educativa también, con un alcalde, el centro de salud se encuentra a 25 minutos con automóvil su infraestructura es de material noble y cuenta con los servicios de CRED, odontología, obstetricia, inmunizaciones. Asimismo, sus alimentos típicos son: el picante de cuy, la llunca de gallina (sopa de trigo); en referencia a las vestiduras típicas están simbolizada en mujeres con polleras, blusas y zapatos, en hombres pantalones, camisas o chompas

Sin embargo, a pesar de contar con los servicios mencionados, se evidencia que tienen riesgos de diversas enfermedades e infecciones como las respiratorias agudas (IRA), enfermedades diarreicas agudas (EDAS), gastritis, entre otras (7).

Luego de lo expuesto se formuló la interrogante

¿Cuál es la relación que existe entre el cuidado de enfermería en la promoción de la salud y los estilos de vida del centro poblado de Carash, San Marcos-Huari- 2020?

A partir de lo expuesto se planteó el objetivo general:

- Determinar la relación que existe en el cuidado de enfermería en la promoción de la salud y los estilos de vida del centro poblado de Carash, San Marcos- Huari-2020;

Y para esto se plantean los siguientes objetivos específicos:

- Identificar los cuidados de enfermería en la promoción de la salud en los adultos del centro poblado de Carash, San Marcos, Huari-2020
- Identificar los estilos de vida en los adultos del centro poblado de Carash, San Marcos, Huari-2020.

A partir de la problemática manifiesta este estudio queda justificado en tres aspectos: teórico, porque se recopiló información actualizada sobre las variables de estudio, lo cual permitió fundamentar el estudio, asimismo, se tuvo una mayor información y conocimiento sobre los cuidados de enfermería y estilos de vida, así como las estrategias de ambas.

Además, servirá de fuente de consulta y antecedente de estudio de temáticas similares; práctico, ya que el estudio sirvió como diagnóstico para realizar investigaciones de carácter aplicado, así como, también, la información recopilada será de ayuda para las autoridades de dicha población y centro de salud; y metodológico, debido a que todos los métodos, técnicas e instrumentos fueron sometidos a pruebas de validez y confiabilidad, asimismo, servirán para estudios similares; y, por último, en lo social, ya que los adultos serán beneficiados porque se tratará de recuperar su salud a través de la oportuna la identificación posibles enfermedades no transmisibles, asimismo, las autoridades del medio local tendrán información para realizar una adecuada proyección de prevención y cuidados de enfermería.

## II. REVISIÓN DE LITERATURA

### 2.1 Antecedentes

#### A Nivel Internacional

**Calle N, (8).** realizó su investigación “Cuidados de enfermería en la promoción y prevención de la salud de los adultos que acuden al centro de salud El Tambo Y San Gerardo En La Troncal, período 2018”, cuyo objetivo fue determinar los factores que influyen en el cumplimiento del rol del personal de salud en la promoción y prevención de la salud de los adultos. Con respecto a la metodología fue de tipo descriptivo y diseño correlacional. Los **resultados** indican actividades curativas con el 39,02%, actividades de prevención un 36.36%, identificación de riesgo individual y familiar 36,36%; los factores que influyen en el cumplimiento del rol son el déficit de personal, dotación de materiales; el personal es mayoritariamente femenino con 58,06% y tiene experiencia laboral 38,71%. Con base en estos datos se **concluyó** que los factores que influyen para el incumplimiento del rol del personal en la promoción y prevención de la salud son la capacitación al personal y la falta de materiales.

**Plaza G, (9).** En su tesis de licenciatura “Promoción y cuidados de enfermería en la Ciudad de Esmeraldas 2018.” **el objetivo** general fue evaluar los cuidados de enfermería. La **metodología** fue de tipo de investigación descriptiva, cuantitativa y cualitativa, Se pudo observar en los **resultados** que el 62% de los estudiados tiene una buena alimentación, así como el 65% con actividad física adecuada según su edad y enfermedades concomitantes. Se **concluyo** el buen desarrollo de la actividad asistencial por parte de los enfermeros en dicha institución incide en la buena calidad de vida de los adultos.

**Serrano M, (10).** En su investigación “Calidad de atención de enfermería y

estilos de vida en los adultos en Venezuela de la ciudad de Machala, 2017”, cuyo **objetivo** fue determinar la relación que existe los cuidados de enfermería y el estilo de vida y del adulto **La metodología** fue de tipo cuantitativo, de corte transversal y el diseño descriptivo correlacional. **Los resultados** muestran que el 50,4% no tienen estilos de vida saludable. Por ende, se **concluye** que la mitad de adultos mayores practican estilo de vida no saludable y la otra mitad, saludable, respecto al estado nutricional, se evidenció que menos de la mitad presenta sobrepeso, menos de la cuarta parte tiene un estado nutricional normal.

### **A Nivel Nacional**

**Ilizarbe L, (11).** En su estudio “Cuidados de enfermería en la promoción del adulto, centro de salud Carlos Protzel, 2018” realizada en la universidad Inca Garcilaso de la Vega tuvo como **objetivo** determinar la relación que existe entre los estilos de vida y los cuidados preventivos en la hipertensión arterial del adulto. La **metodología** de la investigación de tipo descriptiva y cuantitativa, de diseño correlacional. En los **resultados** el 28.00% presentó un buen estilo de vida, el 48.00% uno regular y el 24.00% uno malo, Asimismo el 26.40% presentan buenos cuidados preventivos, el 48.80% regulares y el 24.80% malos. Se **concluyó** que existe una relación significativa entre los estilos de vida y los cuidados de promoción de la salud.

**Reátegui E, (12).** En su estudio “Cuidado de enfermería en la promoción de la salud en el personal de la universidad Nacional Trujillo - Perú, 2019”. Tuvo como **objetivo**, determinar el cuidado de enfermería en la promoción de la salud en las familias y persona. En referencia a la **metodología**, el tipo de investigación cuantitativo y de diseño descriptivo. **Los resultados** muestran que el 93.7 por ciento se encuentran satisfechos y el 6.3 por ciento están insatisfechos; en cuanto a la calidad



de cuidado el 78.4 por ciento de los pacientes percibieron el cuidado de enfermería como bueno, 15.3 por ciento como regular y el 1.5 por ciento como malo. Finalmente, se **concluyó** existe una relación altamente significativa entre ambas variables con una probabilidad de 0.000.

**Diaz S, (13).** En su tesis de licenciatura titulado “Cuidados preventivos en la promoción de la salud del adulto en san juan de Lurigancho, 2018” realizada en la Universidad Inca Garcilaso de la vega tuvo como **objetivo** determinar la relación que existe entre los estilos de vida y los cuidados preventivos en la hipertensión arterial del adulto, Centro de Salud Carlos Protzel, 2018. tipo descriptiva y cuantitativa, de diseño correlacional. En los resultados el 28.00% presentó un buen estilo de vida, el 48.00% uno regular y el 24.00% uno malo, Asimismo el 26.40% presentan buenos cuidados preventivos de la hipertensión arterial, el 48.80% regulares y el 24.80% malos. Se concluyó que existe una relación significativa entre los estilos de vida y los cuidados preventivos en la hipertensión arterial. La clave a los pacientes en la prevención de la hipertensión arterial, tratando de concientizar la importancia de mejorar sus estilos de vida en relación a su salud y a posibles complicaciones como la hipertensión arterial que puedan provocar su deceso.

#### **A Nivel Local**

**Tarazona J, (14).** Realizó su investigación “Cuidados de enfermería en la prevención y promoción de la salud relacionado con los estilos de vida de los adultos del centro poblado de Huaracillo – Pinra - Huacaybamba, 2019”, cuyo **objetivo** fue determinar los cuidados de enfermería de los adultos y su relación con los estilos de vida de los adultos. En referencia a la **metodología** se utilizó el cuantitativo, de nivel explicativo y de diseño correlacional. Finalmente, los **resultados** evidencian que en

los cuidados de enfermería el 89% son inadecuados y el 87,6% tienen un estilo de vida no saludable. En consecuencia, se **concluye** que existe relación entre los cuidados enfermeros y los estilos de vida.

**Maquín R, (15).** Desarrolló su estudio “Prevención y promoción de la salud relacionado con la caracterización de los estilos de vida de los adultos del barrio de Vista Florida – Pomabamba – Áncash, 2019”., donde el **objetivo** general fue determinar la relación entre la prevención y promoción de la salud y los estilos de vida en los adultos. Con respecto a la **metodología** se utilizó el tipo cuantitativo, de nivel explicativo y de diseño no experimental, descriptivo, correlacional. Los **resultados** muestran que la mayoría de los adultos del barrio de Vista Florida manifiestan que los cuidados que brinda el enfermero en la comunidad son inadecuados y un porcentaje mínimo manifiestan que son adecuados. En los estilos de vida la mayoría mantiene un estilo de vida no saludable y un porcentaje considerable mantiene un estilo de vida saludable. Luego se aplicó el Chi Cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia  $p < 0.05$  y se **concluyó** que si existe relación entre las variables de estudio.

**Salinas Y, (16).** Realizó su investigación “Cuidados de enfermería en la prevención y promoción de la salud y su relación con los estilos de vida de los adultos del barrio de Sihuas Histórico - Sihuas, 2019”, cuyo **objetivo** fue determinar el nivel de los cuidados enfermeros en la prevención y promoción salud relacionado con la caracterización de los estilos de vida de los adultos. La **metodología** que se utilizó fue de tipo cuantitativo, nivel explicativo y diseño correlacional de doble casilla. Los **resultados** evidencian que el total del cuidado del enfermero en la comunidad es el 58,7% adecuado, el 41,3% mantienen un

cuidado del enfermero en la comunidad inadecuado. Con respecto a los estilos de vida, el 27,8% tienen un estilo de vida saludable y el 71,3%, estilo de vida no saludable de los adultos. Finalmente, se **concluyó** que existe relación estadísticamente significativa entre las variables del cuidado del enfermero en la comunidad y los estilos de vida.

## **2.1. Bases teóricas y conceptuales de la investigación**

### **2.2.1. Bases teóricas**

Dorothea Orem nació el 15 de junio 1914 es una enfermera que enfatiza su modelo, pero manifiesta haberse sentido inspirada por varias teorizadoras de la enfermería. Ha descrito la teoría general del autocuidado. Dicha teoría consta de tres teorías relacionadas: la del autocuidado, la del déficit de autocuidado y la de sistemas de enfermería. Uno de los constructos que describe esta teoría es el del autocuidado (17), que se describirá a continuación:

**La teoría del autocuidado:** Son reflexiones formuladas y expresadas sobre acciones que se sabe que son necesarias o que se supone que tienen validez en la regulación de aspectos del funcionamiento y desarrollo humano, son expresiones de los objetivos a lograr al ocuparse intencionalmente del autocuidado. Se identificaron tres tipos de requisitos de autocuidado: universales, del desarrollo, y de desviación de la salud.

**La teoría del déficit de autocuidado:** Los seres humanos tienen gran capacidad de adaptarse a los cambios que se producen en sí mismo o en su entorno. Pero pueden darse una situación en que la demanda total que se le hace a un individuo exceda su capacidad para responder a ella. En esta situación, la persona puede requerir ayuda que puede proceder de muchas fuentes, incluyendo las intervenciones de familiares, amigos y profesionales de enfermería.

**La teoría de los sistemas de Enfermería:** enfermería articula las teorías porque señala la manera como la enfermería contribuirá para superar el déficit y que el individuo recupere el autocuidado. El profesional de enfermería, al activar alguno de estos sistemas, considera los componentes de poder que la persona, comunidad o grupo posee. Los componentes de poder están constituidos por la capacidad para mantener la atención; para razonar; para tomar decisiones; para adquirir conocimiento y hacerlo operativo; para ordenar acciones de autocuidado.

Los seres humanos tienen gran capacidad de adaptarse a los cambios que se producen en sí mismo o en su entorno. Pero pueden darse una situación en que la demanda total que se le hace a un individuo exceda su capacidad para responder a ella. En esta situación, la persona puede requerir ayuda que puede proceder de muchas fuentes, incluyendo las intervenciones de familiares, amigos y profesionales de enfermería.

Unas perspectivas no conocidas hasta ahora, que en su aspecto positivo podrán prevenir enfermedades genéticamente conocidas, pero que plantean interrogantes en el terreno de la bioética y las potenciales desigualdades en salud dados los costos que estas prácticas demandarían. (18)

La evaluación de la calidad del cuidado, es una manera que califica la oportunidad, la vigencia, avances y las consecuencias de productos determinados, por lo que se determina la elección y concepción de las informaciones más importantes existen diferentes formas de evaluar una calidad de cuidado con un resultado de que sean beneficiados las personas que asisten un centro de salud para hacer atendidos con respecto a la atención que se brinda ya que hoy en día es calificada regular y mala

en cuanto a la puntualidad y la atención nivelada en la salud . (19)

Mack Lalonde es un destacado abogado que sirvió como ministro de Salud y Bienestar Social. Nació 26 de julio de 1929. El actual informe de investigación primariamente se basa en las bases conceptuales de cuidados de enfermería en la promoción de la salud, de grandes teóricos tales como Mack Lalonde donde se presenta las principales concepciones que proporcionan la comprensión del proceso que impacta la salud de la persona. (20)

Enuncio un modelo que ha tenido gran influencia en los últimos años y que establece que la salud de una comunidad está condicionada por la interacción de cuatro grupos de factores; estos son:

- a) El Medio Ambiente: sobresaltan al entorno del hombre influyen decisivamente en su salud lo cual es de mayor repercusión sobre la salud se derivan de la contaminación ambiental, sea esta por factores biológicos (microorganismos), físicos (radiaciones, ruidos), químicos (plaguicidas, metales pesados) y los cambios climáticos.
- b) Los estilos y hábitos de vida: Es de suma importante evidencia de que los comportamientos y hábitos de vida pueden condicionar negativamente la salud. Esta conducta se forma por decisiones personales y por influencias del entorno. Entre ellos están la inadecuada alimentación, consumo de sustancias nocivas, el sedentarismo. Los hábitos de vida sanos o insanos son uno de los principales condicionantes en el proceso que conlleva a la enfermedad.
- c) El sistema sanitario: está compuesto de recursos humanos, medios económicos y materiales, tecnologías, que está establecido como accesibilidad, energía y

efectividad, los cuales permiten un buen desarrollo del sistema mencionado.

- d) La biología humana: está condicionada por la carga genética y los factores hereditarios, que adquieren gran relevancia en la salud de las personas, la variación biológica relacionada con el clima y otros elementos del medio ambiente; los determinantes de riesgo de enfermedades degenerativas y enfermedades infecciosas en las poblaciones humanas (20)

Marck Lalonde tuvo en la mira principalmente la salud lo cual es el arte de la medicina de la ciencia en cuanto a todos los adelantos que se ha venido evolucionando como también en la calidad de las atenciones, lo cual expresaba que la salud y la enfermedad no están exclusivamente relacionados (21).

Este autor es reamente dependiente del medio ambiente lo cual influye los factores físicos, químicos y biológicos como también culturales y los estilos de vida lo cual depende bastante de las herencias en los hábitos que se van dando en la maduración, finalmente depende del sistema de atención de salud.

Por lo que los seres humanos perjudicadas socialmente tienen menos acceso a los recursos básicos de tal modo al sistema de salud

### **2.2.2. Bases conceptuales**

Mi salud: es una palabra cuyo significado refiere bienestar completo en cuanto en el estado físico, mentalmente y en el ámbito lo que refiere un estado en general de bienestar no solo en el aspecto de la ausencia de las enfermedades en las personas.

Promoción de la salud: es un camino en la cual se educa a las personas que fortalece a nivel de conocimientos en los seres humanos en la cual se le riga a cambiar

sus aspectos ambientales, sociales y económicos de tal modo actuando en los determinantes de las saludes, evitar enfermedades a futura.

Comunidad: es un conjunto de seres humanos en la cual implica en la salud en cuanto socialmente llevar un adecuado comportamiento entre todos y respeto mutuo y llevar adelante entre todos una comunidad unida.

Servicios de salud: en un fin de servicios y, mantener informados a los individuos en tanto de todo lo que implica en su salud, se les debe de brindar una calidad de atención lo que implica la enfermería en realizar una acción para satisfacer una necesidad de las personas.

Trabajo: es unos de los actos más importantes para poder solventar las necesidades principales de una familia como el la alimentación y el pago de los servicios principales, debido a la ausencia del trabajo puede generar diversas enfermedades como es la depresión

### **III. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN**

H1. Existe relación estadísticamente significativa entre los cuidados de enfermería en la promoción de la salud y estilos de vida de los adultos del centro poblado de Carash, San Marcos - Huari, 2020

H0. No existe relación estadísticamente significativa entre los cuidados de enfermería en la promoción de la salud y estilos de vida de los adultos Centro poblado de Carash San Marcos - Huari 2020.



## IV. METODOLOGÍA

### 4.1. Diseño de la investigación

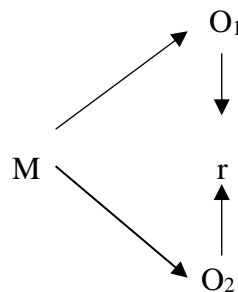
Cuantitativo porque se cuantifico los resultados mediante datos estadísticos (32).

Descriptivo correlacional porque se relacionó dos tipos de variables que generalmente se emplea en investigaciones no experimentales en el cual un investigador mide dos variables en un momento determinado (33).

De corte transversal porque son estudios diseñados para medir la prevalencia de una exposición o resultado en una población definida y en un tiempo y punto específico (34).

No experimental Porque se basó fundamentalmente en la observación de fenómenos tal y como se dan en su contexto natural para después analizarlos (34).

Este diseño se diagramó de la siguiente manera:



**Donde:**

**M:** Muestra

**O<sub>1</sub>:** Observación de cuidados de enfermería

**O<sub>2</sub>:** Observación de estilos de vida

**r:** Relación entre las variables de estudio

### 4.2. Universo muestral

**4.2.1. Universo:** En este estudio estuvo conformado por 100 adultos del centro

poblado de Carash, San Marcos – Huari, 2020.

**4.2.2. Unidad de análisis:** Cada adulto del centro poblado de Carash, San Marcos – Huari, 2020, formó parte de la muestra y respondió a los siguientes criterios de investigación.

**Criterios de inclusión**

- Adultos, que vivían más de 3 años en el centro poblado de Carash, San Marcos – Huari, 2020, que aceptaron participar en el estudio.
- Adultos del centro poblado de Carash, San Marcos – Huari, 2020, que aceptaron participar en el estudio.
- Adultos, en el centro poblado de Carash, San Marcos – Huari, 2020, que estuvieran aptos para participar en los cuestionarios como informantes sin importar nivel de escolarización, sexo y condición socioeconómica.

**Criterios de exclusión**

- Adultos del centro poblado de Carash, San Marcos – Huari, 2020, presentaron algún trastorno mental.
- Adultos del centro poblado de Carash San Marcos –Huari que presenten problemas de comunicación.

**4.3. Definición y operacionalización de variables**

**CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD**

**Definición conceptual:**

Intervenciones de enfermería dedicada al cuidado y a la prevención no solo de la salud del individuo sino también de la familia y especialmente de la comunidad. Este cuidado tiene que ver con el paso y el establecimiento de hábitos, conductas

y cuidados que no solo cuiden la salud de una persona de manera específica, sino que supongan el mantenimiento de un ambiente comunitario seguro y saludable para todos sus integrantes (25).

### **Definición operacional**

Se utilizó la escala nominal:

- Cuidado de enfermería: Inadecuado: 0 – 50 puntos.
- Cuidado de enfermería adecuado: 51 – 75 puntos.

### **ESTILOS DE VIDA**

#### **Definición conceptual:**

Conjunto de patrones conductuales de un individuo que pone en práctica de manera consistente y contenida en su vida cotidiana, por el cual puede ser oportuna para el mantenimiento de su salud o en caso contrario que lo coloca en situación de riesgo para la enfermedad (26).

#### **Definición operacional:**

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

#### **4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.**

Las técnicas e instrumentos son los medios y herramientas que el investigador utiliza para recopilar información veraz y confiable del fenómeno de estudio. (27)

**Técnica:** En la presente investigación se utilizaron dos técnicas: la entrevista, la cual consiste en la interacción del investigador con los participantes; y la observación, la cual es la de examinar, reconocer, percibir de forma exhaustiva y estricta u objetiva un fenómeno. (27)

**Instrumentos:** El instrumento es el medio concreto o herramienta que utiliza el investigador para recopilar la información (27). En este estudio se utilizó dos instrumentos:

### **CUESTIONARIO SOBRE LOS CUIDADOS DE ENFERMERÍA.**

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

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

Está constituido por 15 ítems distribuidos de la siguiente manera: Relación enfermero-paciente (9 ítems):

Respeto: 1, 4, 8, 11, 12

Confianza: 2, 5, 6, 7

Reconocimiento de la labor profesional (6 ítems):

Eficiencia: 3, 13

Individualidad: 9, 10

Educación en salud: 14, 15

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

NUNCA: 1

A VECES: 2

REGULARMENTE: 3

CASI SIEMPRE: 4

SIEMPRE: 5

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

Con respecto a la validez se aplicó el juicio de tres expertos y la prueba estadística de V de Aiken y el resultado fue el siguiente:

### **CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD**

#### *Prueba binomial*

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

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

En referencia a la confiabilidad se realizó mediante el método de consistencia interna Alfa de Cronbach, cuyo resultado fue de 0.852

### **EL CUESTIONARIO SOBRE ESTILOS DE VIDA.**

Son un conjunto de conductas de un individuo que pone en práctica de manera consistente y contenida en su vida cotidiana, por el cual puede ser oportuna para el mantenimiento de su salud o en caso contrario que lo coloca en situación de riesgo para la enfermedad

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

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

Está constituido por 25 ítems distribuidos de la siguiente manera:

Alimentación: 1, 2, 3, 4, 5,6

Actividad y Ejercicio: 7, 8

Manejo del Estrés: 9, 10, 11,12

Apoyo Interpersonal: 13, 14, 15,16

Autorrealización: 17, 18,19

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

Cada ítem tiene el siguiente criterio de calificación:

NUNCA: N = 1

A VECES: V = 2

FRECUENTEMENTE: F = 3

SIEMPRE: S = 4

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

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

Para este instrumento, la validez se aplicó el juicio de tres expertos y la prueba estadística de V de Aiken:

## ESTILOS DE VIDA

### *Prueba binomial*

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

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

La confiabilidad se realizó mediante el método de consistencia interna Alfa de Cronbach, cuyo resultado fue de 0.813.

#### **4.5. Plan de análisis**

##### **4.5.1. Procedimientos de la recolección de datos**

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

Se informó y se pidió el consentimiento a los adultos del centro poblado de Carash, San Marcos – Huari, 2020, haciendo énfasis que los datos y resultados son totalmente confidenciales.

Se coordinó la disponibilidad y el tiempo de la fecha de la aplicación del instrumento para proceder a aplicar el instrumento a cada adulto del centro poblado de Carash, San Marcos – Huari, 2020.

Se realizó la lectura de las instrucciones de los instrumentos al adulto del centro poblado de Carash, San Marcos – Huari, 2020.

El instrumento fue aplicado en un tiempo de 20 minutos, las respuestas fueron marcadas de manera personal y directa.

##### **4.5.2. Análisis y procesamiento de datos**

Para la presente investigación los datos recopilados fueron sistematizados



mediante el programa SPSS V. 24, para esto se aplicó el método estadístico Chi cuadrado con un nivel de confianza del 95%, lo que permitió ordenar los datos de las variables de estudio en tablas y gráficos con su respectiva interpretación.

#### 4.6. Matriz de consistencia

Título	Enunciado del problema	Objetivo general	Objetivos específicos	Metodología
<p>Cuidados de enfermería en la promoción de la salud y estilos de vida de los adultos del centro poblado de Carash, San Marcos - Huari - 2020</p>	<p>¿Cuál es la relación que existe entre el cuidado de enfermería en la promoción de la salud y los estilos de vida del centro poblado de Carash, San Marcos-Huari-2020?</p>	<p>Determinar la relación que existe en el cuidado de enfermería en la promoción de la salud y los estilos de vida del centro poblado de Carash, San Marcos- Huari-2020.</p>	<p>Identificar los cuidados de enfermería en la promoción de la salud en los adultos del centro poblado de Carash, San Marcos, Huari-2020.</p> <p>Identificar los estilos de vida en los adultos del centro poblado de Carash, San Marcos, Huari-2020</p>	<p>Diseño: de una sola casilla No experimental,            Tipo: Cuantitativo descriptivo correlacional            Técnica: Entrevista, uso del tic</p>

#### **4.8. Principios éticos:**

En la presente investigación se consideró el Código de Ética para la Investigación de la ULADECH (28) respetando los siguientes principios:

**Protección de las personas:** en la presente investigación se respetaron los derechos fundamentales de cada uno de los participantes. Una de estas formas fue mediante la confidencialidad de los datos.

**Libre participación y derecho a estar informado:** Se informó a cada uno de los participantes sobre el propósito del estudio y luego se les entregó el documento denominado consentimiento informado donde los que estuvieron de acuerdo, lo firmaron. (ANEXO 03)

**Beneficencia y no maleficencia:** El presente estudio tuvo como finalidad analizar la relación entre los cuidados de enfermería y los estilos de vida, lo cual influirá en el aspecto teórico y práctico de alguna investigación con el objetivo que se mejore la calidad de vida de la población participante.

**Justicia:** A todos los participantes se les brindó la misma información y las mismas facilidades en el desarrollo de la investigación. Asimismo, se evitaron los sesgos en los diferentes aspectos con la finalidad de limitar y/o perjudicar el estudio.

**Integridad científica:** En todo el proceso de investigación se respetaron cada uno de los principios, con la finalidad que los resultados y conclusiones del estudio sean veraces y confiables.

## V.RESULTADOS

### 5.1. Resultados

*Tabla 1*

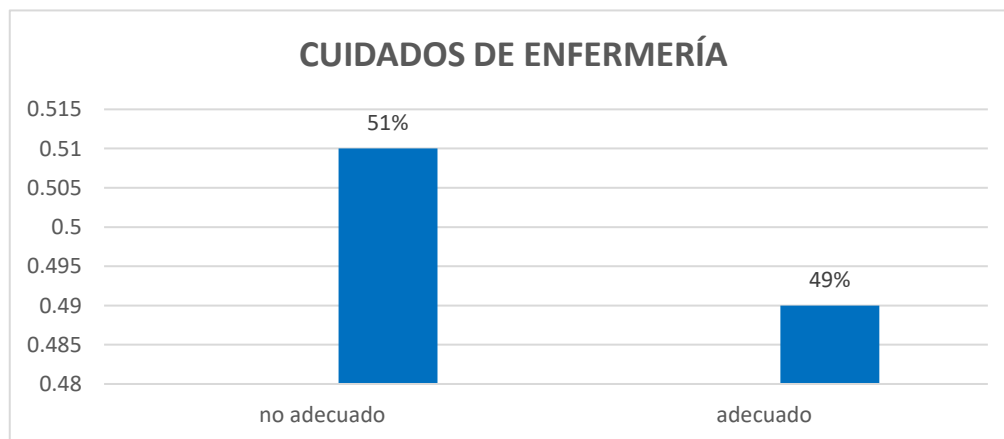
***CUIDADO DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD  
DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE CARASH, SAN  
MARCOS- HUARI-2020***

CUIDADOS DE ENFERMERIA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
No adecuado	51	51,0
Adecuado	49	49,0
TOTAL	100	100,0

*Fuente:* Elaborado por Walker, Sechrist y Pender, modificado por Delgado R, Reyna E y Diaz, R., aplicado a los adultos del centro poblado de Carahs, 2020.

***GRÁFICO DE LA TABLA 1***

***CUIDADO DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD  
DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE CARASH, SAN  
MARCOS- HUARI-2020.***



*Fuente:* Elaborado por Walker, Sechrist y Pender, modificado por Delgado R, Reyna E y Diaz, R., aplicado a los adultos del centro poblado de Carahs, 2020.

**Tabla 2**

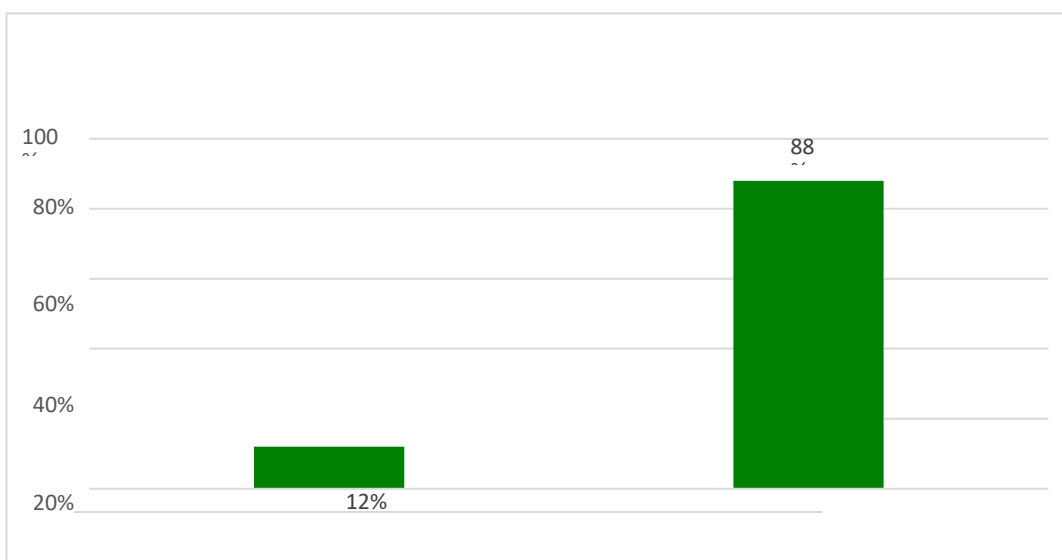
**ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO  
DE CARASH, SAN MARCOS- HUARI-2020.**

E ESTILOS DE VIDA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
No saludable	12	12,0
Saludable	88	88,0
TOTAL	100	100,0

**Fuente:** Elaborado por Walker, Sechrist y Pender, modificado por Delgado Reyna E y Diaz, R., aplicado a los adultos del centro poblado de Carahs, 2020.

**GRÁFICO DE LA TABLA 2**

**ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL  
CENTRO POBLADO DE CARASH, SAN MARCOS- HUARI-2020.**



**Fuente:** Elaborado por Walker, Sechrist y Pender, modificado por Delgado R, Reyna E y Diaz, R., aplicado a los adultos del centro poblado de Carahs, 2020.

**Tabla 3:**

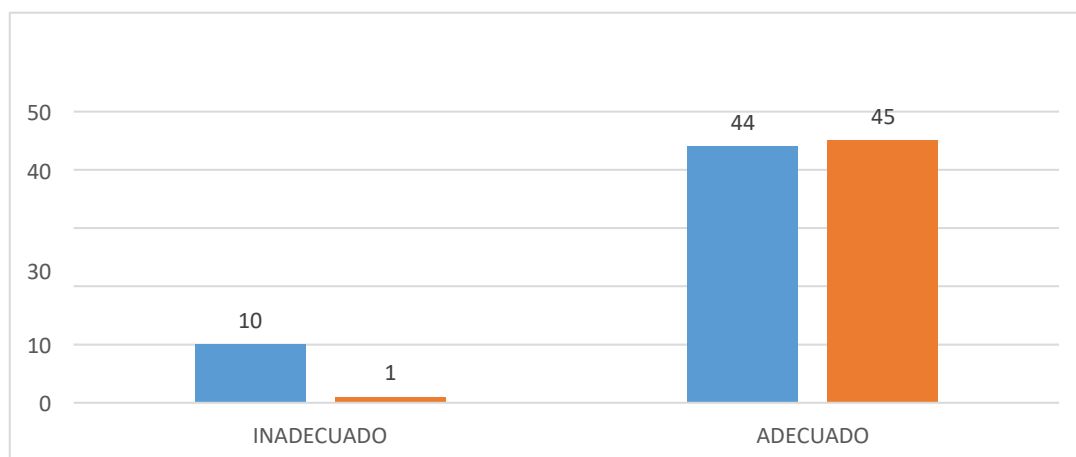
**RELACIÓN ENTRE EL CUIDADO DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE CARASH, SAN MARCOS- HUARI-2020.**

CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN	ESTILOS DE VIDA SALUDABLE				TOTAL		chi cuadrado	
	ESTILOS DE VIDA SALUDABLE		ESTILOS DE VIDA NO SALUDABLE		N°	%	chi cal	
	N°	%	N°	%	N°	%	chi cal	4.329
INADECUADO	10	10	1	1	11	11	chi tabla	3.257
ADECUADO	44	44	45	45	89	89	pretación: si existe relación entre las dos variables	
TOTAL	54	100	46	46	100	100		

**Fuente:** Elaborado por Walker, Sechrist y Pender, modificado por Delgado R, Reyna E y Diaz, R., aplicado a los adultos del centro poblado de Carahs, 2020.

**GRÁFICO DE LA TABLA 3**

**RELACIÓN ENTRE EL CUIDADO DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE CARASH, SAN MARCOS- HUARI-2020.**



**Fuente:** Elaborado por Walker, Sechrist y Pender, modificado por Delgado R, Reyna E y Diaz, R., aplicado a los adultos del centro poblado de Carahs, 2020.

## 5.2. Análisis de resultados

**TABLA 1:** En los cuidados de enfermería del 100% de los adultos se pudo observar que el 51% (51) de los adultos no tienen un adecuado cuidado de enfermería en la promoción de la salud y el 49% (49) manifiesta que si existe un adecuado cuidado de enfermería.

En relación al inadecuado cuidado de enfermería en la promoción de la salud, los resultados se asemejan al de Serrano M, (10). en su investigación “Calidad de atención de enfermería y estilos de vida en los adultos en Venezuela de la ciudad de Machala, 2018” donde se muestra que el 64% de los adultos manifiestan que el cuidado del enfermero no es bueno y el 36 % manifiestan que si cuentan con un cuidado de enfermería

De la misma manera, Tarazona J, (14). en su indagación “Cuidados de enfermería en la prevención y promoción de la salud relacionado con los estilos de vida de los adultos del centro poblado de Huaracillo – Pinra - Huacaybamba, 2019” tiene resultados similares donde el 89% refieren que es no adecuado el cuidado de enfermería, es decir, los diferentes procedimientos utilizados por el enfermero fueron incorrectos en la salud de los adultos.

Con respecto al adecuado cuidado de enfermería, Ilzarbe L, (11). en su tesis estudio “Cuidados de enfermería en la promoción del adulto, centro de salud Carlos Protzel, 2018” muestra que el 58% de los adultos expone que los adultos tienen un cuidado de enfermería bueno, es decir, actúan de manera adecuada en su ejercicio enfermero.

Otro estudio, tiene similitud es el de Díaz, (13). en su investigación “Cuidados preventivos en la promoción de la salud del adulto en san juan de Lurigancho, 2018”

quien revela que el 48% de los adultos manifiestan que si reciben un buen cuidado del enfermero. Por ende, se comprende que las actividades y procedimientos de los enfermeros son adecuados.

Por lo cual un cuidado adecuado es un conjunto de acciones que se basa en asistir guardar y preservar, esto se entiende en ayudar a la persona que lo necesita y brindar bienestar y seguridad en cuanto a su salud de la persona (29).

Por otra parte, el inadecuado cuidado es aquello que no es apropiado, apto y conveniente para la persona que recibe el cuidado y que se pone en riesgo la salud del ser humano, como también se puede considerar inadecuado el trato que brinda el personal de salud al momento de brindar una información todas estas acciones hacen que se pierda la ética profesional y baja el nivel de atención.

La promoción de la salud es un concepto mucho mas amplio en el caben acciones de naturaleza diversa la cual se encargan los enfermeros ya que en ello abarca incentivar a los adultos en cuanto una buena alimentación lo cual ello ayuda a prevenir diferentes enfermedades, por otro lado el profesional de enfermería realiza acciones como charlas educativas, sesiones educativas todo ello dando de entender a los adultos sobre cada tema a tratar y la importancia de mantener equilibradamente de salud en cuanto físico y mentalmente ya que ello define el bienestar de los adultos .

En el centro poblado de Carash, más de la mitad de los adultos refieren que el cuidado de enfermería en la promoción es inadecuado ya que cuando acuden al establecimiento los adultos se les recibe con poca amabilidad y empatía , es decir, que los profesionales de enfermería no tienen un buen trato al momento de brindar atención, por el hecho que no cuentan con el equipamiento necesario para que la enfermera pueda realizar un adecuado cuidado en cuanto en la atención primaria, como



entrega de medicamentos no cuentan con los adecuados, de tal modo en la administración de medicamentos no cuentan con la cantidad suficiente de jeringas todo ello es por el cual los adultos no se sienten satisfechos con la atención ya que el cuidado de enfermería es un arte y ciencia por lo cual necesitan todos los equipos necesarios para que los enfermeros puedan brindar un cuidado adecuado y teniendo los conocimientos para poder aplicarlo en los adultos y ejecutar una atención de calidad

Por otra parte, los adultos del centro poblado manifestaron que si cuentan con el cuidado adecuado hacia los adultos ya que enfermería es la esencia de la carrera de enfermería la cual es una actividad que refiere en cuanto el valor personal y profesional de enfermería lo cual esto va encaminado en la conservación del autocuidado de la vida la cual es la relación enfermera y paciente, como la enfermera logra entender las dolencias , necesidades, por otro lado la enfermera domina la lengua quechua es por ello que logra brindar una buena atención en los adultos y aplica teniendo todos los conocimientos, de tal modo que también realiza visitas domiciliarias y brinda sus charlas y realiza su sesiones educativas teniendo mucho éxito y asiendo que los adultos lo pongan en practica

De tal modo en cuanto reciben un buen trato durante la visita que realizan los adultos al establecimiento ya que el enfermero se encuentra buscando historia clínicas se les hace un poco complicado atender a los adultos de manera adecuada, por otro lado en cuanto si el enfermero es honesto al hablar con el adulto, el enfermero favorece la relación de practicas saludables en los adultos y sus familias, una parte muy fundamental que el enfermero respeta sus religiones y sus culturas en la atención que se les brinda a los adultos del dicho centro poblado, así mismo el enfermero establece una conversación cercana con el adulto para poder realizar una calidad de atención en

cuanto al cuidado, los adultos pueden manifestar sus necesidades o dolencias con confianza al enfermero durante su visita en el establecimiento, en cuanto el profesional de enfermería comprende la situación de salud del adulto, todo ello el enfermero realiza un cuidado adecuado organizado y basado en sus conocimientos

En cuanto mantener una comunicación afectiva con los adultos a cual se les proporciona la atención , intensificándose y siempre dirigiéndose a los adultos con mucha amabilidad, de tal modo reconocer en el adulto su concepción y finalmente proporcionarle los cuidados que garanticen la atención libre de riesgos y daños innecesarios en los adultos teniendo en cuenta todo ello se podrá llevar a cabo un cuidado adecuado de enfermería de tal modo que los adultos estén satisfechos con la atención y las acciones que se realiza en el establecimiento gracias a los profesionales de enfermería que están capacitados para todo tipo de emergencias y necesidades que el adulto pueda presentar

La propuesta de conclusión de mejora en cuanto al cuidado que brinda la enfermera a cada una de los adultos es que las autoridades del centro poblado en conjuntos con la RED DE SALUD consideren en contratar más enfermeros, abastecer al establecimiento con todos los equipos necesarios y medicamentos para que se pueda brindar una buena atención, en cuanto al personal de enfermería dar recomendaciones para mejorar la atención hacia los adultos.

**TABLA 2:** Del 100% de los adultos se observa que el 88% ( 88) de los adultos tienen un estilo de vida saludable y el 12% (12) tienen una vida no saludable.

Estos datos similares con el de Plaza G, (9). donde el 62% de los estudiados tienen una buena alimentación, así como el 65% con actividad física adecuada según

su edad. Por ende, se visualiza que en ambos estudios la mayoría parte de los adultos practica una vida saludable.

Otro estudio que es similar es el de Serrano M, (10). quien en su estudio se evidencia que el 50,4% tienen estilos de vida saludable. Es decir, la mitad de los participantes tienen una buena alimentación, realizan ejercicios, manejan su estrés adecuadamente y son responsables en su salud.

Por otro lado, el estudio de Tarazona J, (14). difiere en relación al estilo de vida, ya que se muestra que 87,6% de los adultos tienen un estilo de vida no saludable. Es decir, no practican hábitos que permiten su desarrollo de manera adecuada.

De la misma manera, Salinas Y, (16). en su estudio muestran resultados que son diferentes a los del presente estudio, ya que el 71,3%, de los adultos presenta un estilo de vida no saludable. En otras palabras, no se alimenta de manera adecuada, no realizan actividad y ejercicio con frecuencia, no pueden manejar su estrés, no tienen apoyo interpersonal, no se sienten autorrealizados y no son responsables en su salud.

El estilo de vida saludable son aquellos hábitos de la vida cotidiana que ayudan de una manera considerable a mantener más

sanos a los adultos para así poder llevar una vida sana lo cual los adultos se deben centrar principalmente en los siguientes aspectos

Por ello es importante la alimentación adecuada para salud ya que ello evita a no contraer enfermedades, permite a la persona tener una calidad de vida y poder disfrutar de una salud plena y feliz en cada etapa de la vida encontrándose bien alimentados y consumiendo alimentos que les va ayudar a los adultos tener fuerzas para todo tipo de trabajo que realicen .De tal modo más de la mitad de los adultos del centro poblado de Carash tiene una alimentación adecuada, ya que consumen alimentos que ellos mismos

producen en sus chacras .los adultos del centro poblado se observa que es adecuado ya que se alimentan con alimentos nutritivos que ellos mismos producen su alimento como son las hortalizas. Etc.es por ello que la alimentación que cuentan es natural y accesible para los adultos

Por otro lado, sobre la actividad física es un factor muy beneficioso en la salud los adultos ya que se ha demostrado que estar en actividad física , tiene como resultados positivos en cuanto metabólico y psicológico, además de prevenir diversas enfermedades de dicho lugar que se llevó acabo el estudio si cumplen con ello ya que se encuentran trabajando en la producción de sus tierras es por ello que realizan caminatas que tienen una duración de 15 a 20 minutos que es buena para la salud de los /adultos

En cuanto al manejo del estrés es un problema que afecta un poco ya que con los trabajos que tiene la población es una demanda de tiempo que tienen que tener lo cual les genera estrés es por ello importante lidiar uno mismo con el estrés, para poder obtener eso es hacer cambios honestos con uno mismo y ver como reaccionamos ante el estrés y luego adoptar o modificar las técnicas de control ante ello y poder tener un buen estilo de vida

Por otro lado el apoyo interpersonal en los adultos cabe recalcar que tambien es de suma importancia con el proposito de restablecer un equilibrio entre su entorno sociocultural, de tal modo que los adultos de dicho centro poblado tienen una buena relacion con los demas adutlos ya que ello tambien influye bastante en en tener una vida saludable,por otra lado los adultos mantienen buena ralacion con los vecinos ya que se apoyan en cualquier circunstancia que se encuentran, pueden expresar sus inquietudes y dar solucion en equipo a sus problemas, de tal modo que tambien reciben apoyo de

las autoridades del centro poblado como son los comedores populares es por ello que el adulto cuenta con un estilo de vida saludable

Del mismo modo en la autorrealización en los adultos de dicho centro poblado, es la capacidad del ser humano para poder partir la realidad de tal modo para tomar protagonismo social y descubrir el sentido que tiene su vida, en cuanto que a relizado durante los años de su vida refieren que se encuentran satisfechos con las actividades que realizan actualmente en su vida que les trajo mucho beneficios en la vida de los adultos de tal modo que también recalcan que hoy en día realizan actividades que les ayuda avanzar como personas .

Finalmente en cuanto a la responsabilidad en la salud los adultos de dicho centro poblado son muy responsables ya que acuden al establecimiento para que se puedan realizar sus chequeos médicos, en cuanto a medicamentos no se automedican ya que solo si tiene algún malestar obtiene por medicina tradicional luego de ello acuden al establecimiento de salud para que se les pueda brindar algún medicamento, los adultos si realizan las indicaciones que les brinda la enfermera , como también los adultos participan en las charlas que brinda la enfermera, en las campañas de salud que se realiza con la finalidad que los adultos mejoren cada día en cuanto a su salud, cabe recalcar que los adultos no consumen sustancias nocivas como son el cigarrillo y drogas es por ello que los adultos cuentan con un estilo de vida saludable.

Por otro lado para poder mejorar en cuanto a la calidad de vida de los adultos significa tener paz y tranquilidad ser cuidado por las enfermeras y protegidos por la familia con amor y respeto y de tal modo tener satisfechas como ser social sus necesidades como la libre expresión, decisión, comunicación y información por parte del enfermero que se encuentra en el establecimiento de tal modo que los adultos se

encuentre bien en todo aspecto físicamente y mentalmente ya que ello define el estilo de vida de los adultos y el trabajo ardua que realizan los enfermeros para brindar y establecer la salud de los adultos

Frente a ello la propuesta de conclusión de mejora es que sigan atribuyendo a la agricultura ya que gracias a ello los adultos de dicho centro poblado se encuentran bien, por otro lado, que el personal de salud tiende a estar pendiente de ellos al realizar visitas domiciliarias y dar sesiones educativas en cuanto a los estilos de vida es por ello que el centro poblado se encuentra satisfecho con la labor que cumple el personal de salud para que puedan seguir mejorando los adultos

**TABLA 3:** Del 100% de los adultos, el 44% tienen un estilo de vida saludable, asimismo se observa que presentan un adecuado cuidado de enfermería en la promoción de la salud. Por otro lado, el 10% de la población tiene un estilo de vida no saludable y un inadecuado cuidado en la promoción de la salud. El 45% de los adultos tiene un estilo de vida no saludable y en el cuidado de enfermería en la promoción de la salud es adecuado. Asimismo, el 1% tiene un estilo de vida no saludable y los cuidados de enfermería en la promoción de la salud es inadecuado.

Al realizar la búsqueda de la literatura se encuentra que la calidad percibida de la atención de enfermería en los adultos, 2018. coincide con el presente estudio, siendo la calidad percibida de la atención de enfermería que si existe relación estadísticamente significativa 78% (59). En cuanto a los estilos de vida 17 % tienen un estilo de vida

. También en cuanto calidad del cuidado de enfermería según el grado de satisfacción del usuario adulto en Chimbote; donde se observó que el 77,1% de beneficiarios adultos declararon una buena calidad del cuidado de enfermería que si

existe relación estadísticamente en cuanto una buena calidad del cuidado de enfermería y estar poco satisfechos (34).

Asimismo, difiere con el estudio en calidad de cuidado de enfermería en Huánuco – 2018. Donde, mostraron calidad de cuidados donde se puede encontrar que si existe relación entre la calidad de cuidados y los estilos de vida (35).

Sabiendo que el cuidado adecuado está vinculado a la preservación o la conservación de o la asistencia que se brinda a otro ser vivo. El objetivo de este es que la práctica de enfermería en la gestión de la creatividad, la indagación y la transformación esté orientada hacia el adulto y su familia (35).

Por otro lado, un cuidado de enfermería se basa en los efectos positivos de la preocupación por el profesional responsable, es un hecho de que las enfermeras estado en condiciones de controlar el ejercicio de su propia profesión (35)

Al analizar los resultados de la investigación en los adultos del centro poblado de Carahs en cuanto a los cuidados de enfermería en la promoción de la salud, se encontró que más de la mitad de adultos señalan que los cuidados de enfermería en la promoción son adecuados cuando acuden a visitar a la comunidad ya que cuando mencionan una dolencia o insuficiencia reciben una atención adecuada evidenciando que la enfermera que los atendió es amable, ya que por otra parte el establecimiento de salud cuenta con los equipos y profesionales capacitados para atender cualquier tipo de emergencia con empatía y responsabilidad en cuando a los cuidado

Los cuidados de enfermería son muy importantes ya que el personal de salud se encarga de promocionar en cuanto al estilo de vida que deben tener los adultos para evitar futuras enfermedades, tales como realizando visitas domiciliarias concientizando a los adultos que debe de acudir al establecimiento para poder realizar

una atención integral.

Por otro lado en cuanto a la promoción de la salud es la modificación de las conductas, actividades y situaciones al entorno del adulto, de tal modo que la promoción se da a conocer directamente o indirectamente en la cual se va a promover la salud y a su vez prevenir enfermedades es por ello que se realiza campañas de prevención de enfermedades a los adultos para que puedan tener conocimiento y realizar acciones ante ello, todo ello es un proceso que permite a los adultos a incrementar el control sobre la salud así mejorar y tener un equilibrio y favorecer una mejor salud en los adultos

En cuanto al estilo de vida se puede evidenciar que la mayoría no tiene un estilo de vida saludable ya que ello se da a que a veces salen a cosechar a tempranas horas y se les dificulta cocinar por otro lado no cuenta con buena economía es por tal motivo que solo llevan lo que tienen en casita y no se alimentan bien

El estilo de vida es un conjunto de acciones que realiza el adulto en cuanto a su alimentación con respecto al número de comidas que consume diariamente, como también el consumo de frutas, ingesta de lácteos y menestras en cuanto a la actividad física realizar ejercicios como caminar realizar actividades recreativas lo cual también es importante el descanso en los adultos todo ello reduce el riesgo de contraer enfermedades en los adultos del dicho centro poblado

Finalmente, la propuesta de conclusión de mejora es que las autoridades en conjunto con los enfermeros del centro poblado realicen campañas de promoción de la salud, por otro lado, dándose a realizar consecutivamente las visitas domiciliarias concientizando a la gente dando charlas como sesiones educativas en cada visita que se realice a las personas adultas, brindando información alimentaria que facilite al



adulto, las autoridades organizando deportes donde los adultos puedan desestresarse

Por otro lado la propuesta de conclusión es mejorar la promoción de la salud desarrollando aptitudes personales para la salud de los adultos proporcionar información y herramientas necesarias para mejorar los conocimientos y habilidades necesarias para la vida, desarrollar entornos favorables impulsar a los adultos que se protejan entre ellos y de tal modo cuiden su ambiente, realizando acción de comunidad impulsando a los adultos en las participar en la toma de decisiones y elaboración de acciones que se pueden dar , reorientar los servicios de salud la cual ejecuten acciones de promoción en cuanto a la salud por último impulsar políticas públicas saludables en cuanto a la sensibilización hacia las consecuencias que sobre la salud de los adultos

## CONCLUSIONES

- En relación a los cuidados de enfermería, se evidencia que más de la mitad de los adultos del presente estudio manifiestan que los cuidados de enfermería no son adecuados y la minoría expone que si son adecuados porque no cuentan con los personales de salud suficientes y equipos
- En los estilos de vida de los adultos refieren mas de la mitad que cuentan con estilo de vida saludable y un porcentaje considerable manifiestan que no cuentan con un estilo de vida saludable
- Con respecto a la relación entre el cuidado de enfermería en la promoción de la salud y los estilos de vida se evidencia que si hay relación estadísticamente significativa

## ASPECTOS COMPLEMENTARIOS

- El centro de salud a través de los enfermeros y colaboradores deben programar citas a todas las familias para realizar un control sobre la promoción de la salud. Asimismo, el personal de salud debe capacitarse en el aprendizaje de lengua quechua para poder relacionarse con fluidez con los habitantes, esto debido a que gran parte de la población lo utiliza.
- Los docentes y el personal del centro de salud deben realizar capacitaciones y evaluaciones constantes a los estudiantes o practicantes sobre procedimientos adecuados y correctos sobre el cuidado de la salud y los estilos de vida así, también, en la formación ética para un buen trato con los habitantes de la zona.
- A las autoridades y pobladores del centro poblado de Carash, brindar todas las facilidades a todos los estudiantes y docentes de enfermería para que realicen diversos estudios, ya que estos tendrán beneficios para la población en general así, como también académicos.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Vázquez F. “Promoción de los estilos de vida saludable” México 2008 complicaciones: diferencias de contextos. Rev. Latino-Am. Enfermagem 2016; 24: e2749 DOI: 10.1590/1518-8345.0860.2749
2. Lee, C. Prevención de la Salud en Perú. Cuadernos de Promoción de la Salud N° 17. Lima, Perú.2005 [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-30432017000200003](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30432017000200003)
3. González, L. “Cambios del modo y estilo de vida; su influencia en el proceso salud-enfermedad”, Revista Cubana Estomatol p. 41-43 2004 [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-30432017000200003](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30432017000200003).
4. Dirección regional de salud Ancash. [Internet] (Citado el 6 mayo 2020).  
URL disponible en:  
[http://www.diresancash.gob.pe/doc\\_gestion/INDICADORES\\_DESEMPEN\\_O\\_2017.pdf](http://www.diresancash.gob.pe/doc_gestion/INDICADORES_DESEMPEN_O_2017.pdf)
5. Aliaga E. Políticas de Promoción de la Salud en el Perú. Editado por Foro Salud y el Observatorio del Derecho a la Salud-CIES. Lima, Perú.2003(citado 28 set. 2021) disponible  
en:[https://www.paho.org/mex/index.php?option=com\\_content&view=category&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4](https://www.paho.org/mex/index.php?option=com_content&view=category&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4)
6. Giraldo A. La promoción de la salud como estrategia para el fomento de estilos de vida saludables. [Artículo en internet]. Revista Hacia la Promoción de la Salud, Colombia. 2013. (citado 28 set. 2021) disponible  
en:[https://www.paho.org/mex/index.php?option=com\\_content&view=category&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4](https://www.paho.org/mex/index.php?option=com_content&view=category&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4)

7. Calle E, Calidad de los cuidados de enfermería y satisfacción del paciente atendido en un hospital de enseñanza. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*. 22(3), 454-460. 2014. 13. Alonso, R. & Gayoso, P. Validación de un cuestionario de calidad de cuidados de enfermería. *Revista de calidad asistencial*. 20(5), 246-250. 2005. (citato 28 set. 2021) disponible en:[https://www.paho.org/mex/index.php?option=com\\_content&view=category&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4](https://www.paho.org/mex/index.php?option=com_content&view=category&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4)
8. Plaza G. Evaluación de la satisfacción con los cuidados de Enfermería en el área de hospitalización de cardiología. *Enfermería en cardiología: revista científica e informativa de la Asociación Española de Enfermería en Cardiología*. (53), 27-33. 2019 (citato 28 set. 2021) disponible en:[https://www.paho.org/mex/index.php?option=com\\_content&view=category&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4](https://www.paho.org/mex/index.php?option=com_content&view=category&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4)
9. Serrano M. Satisfacción de pacientes de la tercera edad y las condiciones de calidad de atención en consulta ambulatoria del hospital San Juan de Lurigancho marzo agosto 2018. 2019. (citado 28 set. 2021) disponible en; *salud 1999*. Disponible: <https://www.redalyc.org/pdf/1452/145212857002.pdf>
10. Hizarbe L. Percepción de pacientes y familiares sobre el cuidado que brinda el interno de enfermería de la UNMSM en los Servicios Generales del Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión, 2008 (citato 28 set. 2021) disponible en:[https://www.paho.org/mex/index.php?option=com\\_content&view=category&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4](https://www.paho.org/mex/index.php?option=com_content&view=category&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4)
11. Reategui E. Intervenciones efectivas de la enfermera (o) para brindar calidad y satisfacción al adulto mayor hospitalizado. 2018. (citato 29 set. 2021) disponible

en:[https://www.paho.org/mex/index.php?option=com\\_content&view=categor  
y&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4](https://www.paho.org/mex/index.php?option=com_content&view=categor&y&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4)

12. Díaz S. Determinantes Que Influyen En El Cuidado De Enfermería En La Promoción Y Recuperación De La Salud En Adolescentes. Urbanización 21 De abril, Sector B-Chimbote, 2017. 2018. (citado 29 set. 2021) disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-30192017000700018](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192017000700018)
13. Tarazona S. En su investigación, determinantes sociales de salud de los adultos de Acopampa Sector A1 – Carhuaz 2015. [Tesis para Optar el Título de Licenciado en Enfermería]. [Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Huaraz]. 2018(citado 29 set. 2021) disponible en; [file:///C:/Users/ADMINI~1/AppData/Local/Temp/Rar\\$DIA3860.20938/mirm.pdf](file:///C:/Users/ADMINI~1/AppData/Local/Temp/Rar$DIA3860.20938/mirm.pdf)
14. Maquin R. determinantes de salud de los adultos del Centro poblado de Huanchac – sector “D”- Independencia – Huaraz, 2015. [Tesis para Optar el Título de Licenciado en Enfermería]. [Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Huaraz]. 2018.
15. Salinas Y. Estilos de vida relacionada con la salud en las personas adultas de la ciudad de Julica.2016. (citado 30 set. 2021) disponible en:[https://www.paho.org/mex/index.php?option=com\\_content&view=categor  
y&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4](https://www.paho.org/mex/index.php?option=com_content&view=categor&y&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4)
16. Bustamante N. Promoción y estilos de vida en el adulto Chachapoyas .2015(citado 30 set. 2021) disponible en:[https://www.paho.org/mex/index.php?option=com\\_content&view=categor  
y&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4](https://www.paho.org/mex/index.php?option=com_content&view=categor&y&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4)
17. . Montalván, B. Estilo de vida en el adulto del Pueblo Joven Miraflores Bajo-Chimbote, [Tesis para optar el título de licenciado en enfermería], Universidad Los

- Ángeles de Chimbote. Chimbote 2014. (citato 30 set. 2021) disponible en:[https://www.paho.org/mex/index.php?option=com\\_content&view=categor&y&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4](https://www.paho.org/mex/index.php?option=com_content&view=categor&y&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4)
18. . Chávez V. La promoción de la salud de los adultos [tesis para optar el grado de licenciada]. 2015(citato 30 set. 2021) disponible en:[https://www.paho.org/mex/index.php?option=com\\_content&view=categor&y&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4](https://www.paho.org/mex/index.php?option=com_content&view=categor&y&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4)
19. González L. “Cambios del modo y estilo de vida; su influencia en el proceso salud-enfermedad” Revista Cubana Estomatol p. 41-43.2004(citato 28 set. 2021) disponible en:[https://www.paho.org/mex/index.php?option=com\\_content&view=categor&y&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4](https://www.paho.org/mex/index.php?option=com_content&view=categor&y&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4)
20. Espinozal L. “Cambios de estilos de vida; su influencia en el proceso salud Revista Cubana Estomatol p. 41-43.2019 ( citato 30 set. 2021) disponible en:[https://www.paho.org/mex/index.php?option=com\\_content&view=categor&y&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4](https://www.paho.org/mex/index.php?option=com_content&view=categor&y&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4)
21. Bravo R. Influencia de la informatización de la atención primaria en el trabajo y en la salud 2008(citato 30 set. 2021) disponible en:[https://www.paho.org/mex/index.php?option=com\\_content&view=categor&y&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4](https://www.paho.org/mex/index.php?option=com_content&view=categor&y&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4)
22. Cabrero M. Enfermería basada en la evidencia y utilización de la investigación para el cuidado (citato 28 set. 2021) disponible en:[https://www.paho.org/mex/index.php?option=com\\_content&view=categor&y&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4](https://www.paho.org/mex/index.php?option=com_content&view=categor&y&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4)salud 1999. Disponible: <https://www.redalyc.org/pdf/1452/145212857002.pdf>

23. . Scielo. La promoción de la salud: evolución y retos en América latina. [Internet] Santiago de Cuba julio 2017. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-30192017000700018](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192017000700018)
24. OPS. Promoción de la salud y reducción de riesgos. [Internet]. (Citado mayo 2020). Disponible en: [https://www.paho.org/mex/index.php?option=com\\_content&view=categor&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4](https://www.paho.org/mex/index.php?option=com_content&view=categor&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4)
25. Dosman V. Estudio del estilo de vida y su relación con factores de riesgo en adultos de mediana edad. Colombia 34: 158-163.2009
26. Ayala L. Los estilos de vida saludables: componente de la calidad de vida. [Documento en internet]. Colombia; 2001. [Disponible en URL: <http://www.funlibre.org/documentos/lemaya1.htm>
27. Morales A. Correlación entre estilos de vida y la salud, Facultad de Medicina. Universidad de El Salvador. Tesis de Posgrado. San Salvador-El Salvador. 2019. (citado 31 set. 2021) disponible en: [https://www.paho.org/mex/index.php?option=com\\_content&view=categor&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4](https://www.paho.org/mex/index.php?option=com_content&view=categor&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4)
28. Montes J. estilos de vida saludables en educación secundaria. Lima: Ministerio de Educación del Perú.2005(citado 31 set. 2021) disponible en: [https://www.paho.org/mex/index.php?option=com\\_content&view=categor&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4](https://www.paho.org/mex/index.php?option=com_content&view=categor&layout=blog&id=787&Itemid=101&limitstart=4)
29. Martínez A. Estilos de vida en las personas adultas. Vivat Academia, 112, 1-40, 2010. Disponible: <https://www.redalyc.org/pdf/5257/525752962004.pdf>



30. Pedraza Z. Movimiento y hábitos para estilos de vida saludable. Revista Médica de Risaralda, 12(1), 50-55.2006
31. Ruiz M. “políticas públicas en salud y su impacto en el seguro popular en Culiacán, Sinaloa, México”. Enfoque cuantitativo. México. 2011. [Acceso a internet]. Disponible en: [file:///C:/Users/ADMINI~1/AppData/Local/Temp/Rar\\$Dla3860.20938/mirm.pdf](file:///C:/Users/ADMINI~1/AppData/Local/Temp/Rar$Dla3860.20938/mirm.pdf)
32. . Rojas M. Tipos de Investigación científica: Una simplificación de la complicada incoherente nomenclatura y clasificación [En línea]. Rev. Electrón. Vet. 2015 [Citado 16 octubre 2018]; 16(1): 1-14. URL disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/636/63638739004.pdf>
33. Urrutia M.. Calidad del cuidado de enfermería y satisfacción del usuario adulto del servicio de emergencia del hospital la caleta–Chimbote.2018
34. Gómez, Raimundo; Yenny, Kely. Calidad de cuidado de enfermería en el manejo de catéter periférico en hospitales de Huánuco-2015. 2016.. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-30192017000700018](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192017000700018)
35. Sánchez L: “satisfacción en los servicios de salud y su relación con la calidad en hospitales públicos” [Titulo para optar el grado de Médico Cirujano]. Pachuca 2005.Disponible en [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-30192017000700018](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192017000700018)

ANEXO 01



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



CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y  
ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE  
CARASH, SAN MARCOS  
– HUARI – 2020

**LEYENDA:**

**Nunca:** Totalmente en desacuerdo

**A veces:** En desacuerdo

**Regularmente:** Ni acuerdo/ni desacuerdo

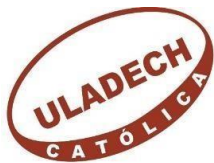
**Casi siempre:** De acuerdo

**Siempre:** Totalmente de acuerdo

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

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

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



## ANEXO 2



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

#### ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

#### CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE CARASH, SAN MARCOS

– HUARI – 2020

N°	ITEMS	CRITERIOS			
<b>ALIMENTACIÓN</b>					
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	midas 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
<b>ACTIVIDAD Y EJERCICIO</b>					
7	o por 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana.	N	V	F	S
8	te Ud. realiza actividades que incluyan el movimiento de todo su cuerpo.	N	V	F	S
<b>MANEJO DEL ESTRÉS</b>					

9	En 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	Busca formas 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
<b>APOYO INTERPERSONAL</b>					
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	En situaciones difíciles recibe apoyo de los demás.	N	V	F	S
<b>AUTORREALIZACION</b>					
17	Realiza todo lo que ha realizado durante su vida	N	V	F	S
18	Está satisfecho con las actividades que actualmente realiza	N	V	F	S
19	Realiza actividades que fomenten su desarrollo personal	N	V	F	S
<b>RESPONSABILIDAD EN SALUD</b>					
20	Acude al menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica	N	V	F	S
21	En caso de necesidad acude al establecimiento de salud	N	V	F	S
22	Toma medicamentos solo prescritos por el medico	N	V	F	S
23	Segue 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	Consumo de sustancias nocivas.: cigarro, alcohol y/o drogas	N	V	F	S

**CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:**

NUNCA	N = 1
A VECES	V = 2
FRECUENTEMENTE	F = 3
SIEMPRE	S = 4

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

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

PUNTAJE MÁXIMO: 100 puntos

75 a 100 puntos saludable

25 a 74 puntos no saludable

## ANEXO 03



### CONSENTIMIENTO INFORMADO



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

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



## DECLARACIÓN DE COMPROMISO ÉTICO Y NO PLAGIO

Declaración De Compromiso Ético Y No Plagio Mediante el presente documento denominado declaración de compromiso ético y no plagio el autor(a) del presente trabajo de investigación titulado: **CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE CARASH, SAN MARCOS– HUARI – 2020**, Declaro conocer las consecuencias por la infracción de las normas del Reglamento de Investigación de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote y el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en todos los casos se ha incorporado la cita y referencias respectivas conforme orienta las normas Vancouver, previsto en la Universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento profesionales – RENATI; que exigen veracidad y originalidad de todo trabajo de investigación, respeto a los derechos de autor y la propiedad intelectual. Asimismo, cumplo con precisar que éste trabajo forma parte de una línea de investigación se aplicó un diseño metodológico común, por lo tanto, es posible que tenga similitud en ese sentido y se explica, porque forma parte de dicha línea. También se declara que al recolectar los datos se tuvo acceso a nombres, apellidos, a cada uno se les asignó un código para preservar su identidad y proteger los derechos constitucionales, siendo el único aspecto inserto en los instrumentos. Finalmente se declara que: el presente trabajo es auténtico, siendo el resultado el producto de un trabajo personal acorde con la línea de investigación del cual se deriva, trabajado bajo los principios de la buena fe y respeto de los derechos de autor y propiedad intelectual, de modo que al utilizar las fuentes para su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en todos los casos se ha incorporado la cita y referencias respectivas conforme orienta las normas Vancouver, previsto en la Universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento.

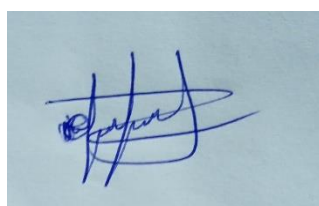


MOLINA DOMINGUEZ KELININA LUZ

72680261

## CONSTANCIA

El que suscribe, Edgar Suárez Ramírez, en calidad de alcalde del centro poblado de carash. CERTIFICA, que Molina Domínguez Kelinina Luz identificado con DNI N° 72680261, investigador de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote (ULADECH) se le concede el permiso correspondiente para poder realizar el estudio titulado “CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE CARASH, SAN MARCOS– HUARI – 2020” con la previa autorización de cada adulto. Se expide el presente a documento a solicitud del interesado



---

Alcalde

Ronald Isaac Aguirre Hidalgo

DNI:3161175