



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

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

**ESTILOS DE VIDA Y FACTORES
BIOSOCIOCULTURALES DE LAS PERSONAS
ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN-
YUNGAY, 2020**

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

AUTORA

**GARCIA BARROZO, ZENAIDA
ORCID: 0000-0001-5904-5180**

ASESORA

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

HUARAZ – PERÚ

2022

EQUIPO DE TRABAJO

AUTORA

García Barrozo, Zenaida
ORCID: 0000-0001-5904-5180
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, Filial Huaraz, 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

Quiero expresar mi infinita gratitud principalmente a Dios, por ser la luz incondicional que ha guiado mi camino a lo largo de mi carrera profesional y de mi existencia, por ser el apoyo y fortaleza en aquellos momentos de dificultad y debilidad.

A mis padres Jorge y Luzmila por, a quienes amo profundamente, por ser los principales promotores de mi sueño, por confiar y creer en mí, por los consejos, valores y principios que me han inculcado.

Finalmente agradecer a mi Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, por haberme permitido ser parte de esta noble y extraordinaria casa de estudios, por compartir dificultades, retos y alegrías inolvidables.

DEDICATORIA

A Dios, por permitirme llegar hasta este momento tan importante de mi formación profesional, por haber derramado su bendición en mí y darme salud y fuerzas para seguir adelante.

A mis padres, por su amor, trabajo, comprensión, y sacrificio en todos estos años gracias a ellos he logrado llegar hasta aquí y convertirme en lo que soy, por sus consejos que me orientaron a tomar las mejores decisiones y creer en mí. Es un orgullo y privilegio ser su hija. ¡Los amo!

A mi hermano por estar siempre presente acompañándome y por el apoyo moral, que me brindó a lo largo de esta etapa de mi vida.

RESUMEN

La primordial amenaza para la salud del ser humano son los cuatro factores de riesgos como los hábitos alimentarios inadecuados, el uso de tabaco, el sedentarismo y el abuso de alcohol excesivo por ello se plantea la siguiente investigación teniendo como objetivo determinar la relación entre los estilos de vida y factores biosocioculturales de las personas adultas del centro poblado de Rayán-Yungay, investigación de tipo cuantitativo, corte transversal, con diseño descriptivo correlacional. La población muestral estuvo conformada por 110 adultos, aplicándoles dos instrumentos para la recolección de datos: escala de estilos de vida y el cuestionario sobre factores biosocioculturales, utilizando las técnicas de la entrevista y observación. Para el análisis y procesamiento de datos se realizaron con el Microsoft Excel, para establecer la relación entre las variables de estudio, se aplicó la prueba de independencia de Chi cuadrado, con el 95% de confiabilidad y la significancia de $p > 0,05$. Se Llegó a los siguientes resultados y conclusiones: La mayoría presenta estilos de vida no saludables y un porcentaje mínimo estilo de vida saludable. En relación a los factores biosocioculturales la mayoría profesa religión católica, estado civil son casados y con ocupación de ama de casa, más de la mitad son del sexo femenino, son adultos maduros, con ingreso económico entre 600 a 1000 soles, menos de la mitad son analfabetos, No existe relación estadísticamente significativa $p > 0,05$ entre las variables estilos de vida y factores biosocioculturales (con la edad, sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ingreso económico y ocupación).

Palabra clave: adultos, biosocioculturales, estilo de vida, factores

ABSTRACT

The main threat to human health are the four risk factors such as inappropriate eating habits, tobacco use, sedentary lifestyle and excessive alcohol abuse, for this reason the following research is proposed aiming to determine the relationship between styles of life and biosociocultural factors of the adults of the Rayán-Yungay town center, quantitative research, cross-sectional, with correlational descriptive design had. The sample population consisted of 110 adults, applying two instruments for data collection: the lifestyle scale and the questionnaire on biosociocultural factors, using the techniques of interview and observation. For the analysis and processing of data, they were performed with Microsoft Excel, to establish the relationship between the study variables, the Chi-square test of independence was applied, with 95% reliability and significance of $p > 0.05$. Reaching the following results and conclusions: The majority have unhealthy lifestyles and a minimal percentage have a healthy lifestyle. In relation to biosociocultural factors, the majority profess Catholic religion, marital status are married and with a housewife occupation, more than half are female, they are mature adults, with an income between 600 to 1000 soles, less than half They are illiterate. There is no statistically significant relationship $p > 0.05$ between the variables of life styles and biosiocultural factors (with age, sex, educational level, religion, marital status, income and occupation).

Keyword: adults, biosociocultural factors, lifestyle.

CONTENIDO

1. TÍTULO DE LA TESIS	i
2. EQUIPO DE TRABAJO	ii
3. HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR	iii
4. HOJA DE AGRADECIMIENTO	iv
5. RESUMEN Y ABSTRACT	vi
6. CONTENIDO	viii
7. ÍNDICE DE GRÁFICOS, TABLAS Y CUADROS	ix
I. INTRODUCCIÓN	01
II. REVISIÓN DE LITERATURA	09
III. HIPÓTESIS	24
IV. METODOLOGÍA	25
4.1. Diseño de la investigación	25
4.2. Población y muestra	25
4.3. Definición y operacionalización de las variables e Indicadores	26
4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	30
4.5. Plan de análisis.	33
4.6. Matriz de consistencia	35
4.7. Principios éticos	36
V. RESULTADOS	37
5.1. Resultados	37
5.2. Análisis de los resultados	46
VI. CONCLUSIONES	65
ASPECTOS COMPLEMENTARIOS	66
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	67
ANEXOS	82

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
TABLA 1: ESTILO DE VIDA DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020.....	37
TABLA 2: FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020.....	38
TABLA 3: FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILOS DE VIDA DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020.....	43
TABLA 4: FACTORES CULTURALES Y ESTILOS DE VIDA DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020.....	44
TABLA 5: FACTORES SOCIALES Y ESTILOS DE VIDA DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020.....	45

ÍNDICE DE GRÁFICOS

	Pág.
GRÁFICO 1: ESTILOS DE VIDA DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020.....	37
GRÁFICO 2: SEXO DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020.....	39
GRÁFICO 3: EDAD DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020.....	39
GRÁFICO 4: GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020.....	40
GRÁFICO 5: RELIGIÓN DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020.....	40
GRÁFICO 6: ESTADO CIVIL DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020.....	41
GRÁFICO 7: INGRESO ECONÓMICO DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020.....	41
GRÁFICO 8: OCUPACIÓN DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN –YUNGAY, 2020	42

I. INTRODUCCIÓN

La salud es un derecho fundamental y necesario para las personas dentro de una sociedad, con la finalidad de conseguir una vida saludable. Cada ciclo mejor se debe de atender el estado del bienestar físico, psicológico y social. Los inconvenientes principales de la salud en los individuos la mayoría está relacionado con los estilos de vida, con esto hacemos referencia a un conjunto de comportamientos o actitudes que varían la salud de la persona que en ocasiones son beneficiosos y otras son nocivas, es por ello que cada día aumentan más las enfermedades no transmisibles sobre todo crónicas como diabetes mellitus tipo II, hipertensión, diferente tipo de cáncer, la obesidad, etc. (1).

Los factores biosocioculturales son singularidades que posee cada individuo, pueden ser alterados por el mismo individuo o no ser alterados. Se maneja el vocablo biosocioculturales para poder referirnos a cualquier tipo de proceso concerniente con el aspecto biológico de la persona, que son sociales y culturales, los factores que considerado en esta investigación son: Sexo, edad, religión, grado de instrucción, estado civil, ocupación e ingreso económico del individuo (2).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) en el año 2021, las enfermedades no transmisibles (ENT), entre ella se incluye las enfermedades cardiovasculares (ECV), diabetes, obesidad, cáncer y las enfermedades respiratorias crónicas, fueron responsables del 65% de los 58 millones de mortalidades anuales, esto significa que en el 2020, 48 millones de personas fallecieron en el mundo a causa de estas patologías. De estos el 87% se produjo en países de ingresos bajos y medianos (3).

El 86% de los casos de las enfermedades cardiacas, accidentes

cerebrovasculares, diabetes mellitus tipo 2 y el 43% de los casos de cáncer pueden prevenirse mediante intervenciones quirúrgicas poco elevadas, la alimentación saludable y actividad física suficiente que realiza el individuo, previenen las ENT y disminuyen el riesgo de padecer (4).

En el año 2021 en Latinoamérica y el Caribe han alcanzado en convertirse en las regiones del mundo en desarrollo que cuenta con mayor urbanización, ya que más del 70% de la población vive en zonas urbanas y comprenden la edad de 30 a 69 años. Así mismo la OMS reportó que a pesar de los esfuerzos se viene realizando, aún existen un 68% de la población que vive con sobrepeso y/o obesidad, representando el promedio doble anualmente, se observa la misma situación en el consumo de alcohol y tabaco, con prevalencia del 19% y 25%. Del mismo modo, la segunda prevalencia más alta es del colesterol elevada, con el 14,7% de casos presentados y con promedio de la glicemia en ayuno de 147,94mg/dl (5).

La Organización Mundial de la Salud (OMS), conceptualiza la salud como un estado completo de bienestar físico, mental y social, es decir que esta definición es mucho más que la presencia de una o de distintas patologías, en conclusión más que la vida sana hablamos de un estilo de vida saludable en el que está incluida la promoción y prevención de la salud, relación con el entorno la actividad física, la forma de alimentarse y actividad social (6).

Desde este punto de vista decimos que las practicas precisas para llevar una vida sana o una dañina para la salud. Una dieta equitativa se rige en contener aquellos alimentos que se encuentran en las pirámides nutricionales, consumirlos en porciones adecuadas para el valor energético diario que se necesita por ello, no

consumir grasas saturadas más de 7,8%, 30-40 kilocalorías por el peso, hidrato de carbono de 50 a 55% de nutrientes, no más del 10% de azúcar, consumir un 10% de proteínas y últimamente aportar un máximo de fibra vegetal entre 20-25 gramos, realizar ejercicios de 30 minutos diarios, y mantener una higiene adecuada. Sin embargo consumimos productos tóxicos que la mayoría de ellos son realmente muy riesgosos para la salud como el consumo de comidas rápidas, tabaco, drogas y el alcohol que mayormente lleva a enfermedades crónicas como la cirrosis, obesidad, anorexia, etc. (7).

El sobrepeso y la obesidad a nivel mundial afecta más de 1000 millones de adultos que disminuye la esperanza de vida entre 5 a 10 años, la probabilidad de tener hipertensión y diabetes es 3 veces superior en adultos obesos; esta enfermedad además fijan la depresión, la baja autoestima, el estrés, el aislamiento social por ausencia y aumento de licencia médica y presenta una carga superior económica para la sociedad. Hoy en día el desafío de cada individuo es lograr un cambio conductual que va permitir corregir el estilo de vida con el fin de reducir la obesidad y las enfermedades no transmisibles y/o crónicas que tiene que ver con la alimentación (8).

En el 2021, Brasil, Colombia y México, entre los principales puntos a resolver se encontraban las elevadas tasas de mortalidad infantil (3,51 %) y materna (73,1 muertes por cada 1000 nacimientos). El número de muertes por enfermedades no transmisibles como las enfermedades cardiovasculares (151,7 muertes por cada 100 000 habitantes) y el cáncer (72,7 muertes por cada 100 000 habitantes) también tienen un impacto considerable en la salud de la población brasileña. Finalmente, algunos factores externos pero prevenibles como los accidentes automovilísticos,

la violencia y el suicidio provocaban el 16,9 % de todos los decesos en el país (9).

El peruano no es ajeno a esta realidad, pues informes comunicados por el Ministerio de Salud (MINSA) en 2021, indican que hay una prevalencia de sobrepeso con el 41,3% de la población afectada, siendo más superior en la zona costera y en el departamento de Tacna con el 44,8%. De la misma manera, el 25,6% de la población padecen de obesidad, siendo Moquegua con mayor porcentaje de valores con el 38,7%. Así mismo el tabaco es la causa principal de desarrollar cáncer del pulmón que favorece un 48% de muertes cardiovasculares y 20% de cerebrovasculares. Al consumir alcohol causamos diversos tipos de lesiones, cambios en la conducta, trastornos mentales, inmunológicos y daños congénitos (10).

En Perú el 35,5% mayores de 15 años tienen sobrepeso, el 17,8% son obesas y son más frecuentes en las mujeres, el 11,2% dicen haber fumado un cigarrillo en los últimos 30 días, el 91,5% declaran que consumen bebidas alcohólicas siendo menores de edad, 21,5% de las personas informan haber consumido el alcohol presentando alteraciones en la conducta y el raciocinio más en varones con un 32,1% mientras que en las mujeres es de 11,4% (11).

En la provincia de Huaraz en los años 2020 -2021, de acuerdo con la estadística del INEI y el observatorio regional de seguridad ciudadana-Áncash, la salud es un problema público prioritario que afecta a las personas y que en los últimos años se ha incrementado con un porcentaje 10%, la pobreza y falta de información es la causa principal para padecer la desnutrición crónica de niños menores de 5 años 18,4%, la prevalencia de HTA con el 21,6%, el LDL elevado 43,2%, hiperglucemia 8,9%, obesidad 18,7%, tabaquismo 25,6%, alcoholismo 17,7%, sedentarismo

75,5%, respectivamente, de acuerdo a la tendencia, la enfermedades no transmisibles mencionadas han ido disminuyendo, siendo que para el año 2023 se trazan metas de seguir desmullendo a un porcentaje de 11,9% (12).

El impacto de estos problemas particulares es exasperado por la interacción entre los principales factores de riesgo, que ponen en peligro la salud de las personas. Es decir, la admisión de los estilos de vida saludables se ha transformado en una opción trascendental para la prevención de las enfermedades crónicas y muertes prematuras en los individuos. En todo esto, la OMS recomienda realizar mayor o igual a 150 min de actividades física de intensidad moderada o 75 minutos de intensidad vigorosa a la semana. De la misma manera, consumir una dieta equilibrada y rica en nutrientes, dejar de fumar, reducir el consumo de alcohol a un nivel bajo a moderado, y evitar el uso de drogas (13).

Ante esta realidad problemática no escapan las personas adultas que habitan en el centro poblado de Rayán, ubicado a 3 150 m.s.n.m limitando al este con el caserío de loma, por el oeste con caserío de Masra, por el norte con caserío de Patapata y por el sur con el Sector de Shupluy. Posee población total de 273 personas de los cuales 110 son personas adultas (14).

El Centro Poblado cuenta con las siguientes autoridades: Alcalde municipal y el teniente gobernador; pues sus primordiales actividades económicas a que se dedican son los siguientes: en la ganadería, agricultura, comercio. La comunidad cuenta con energía eléctrica permanente, abastecimiento de agua, local comunal, cuenta con un jardín sencillo la cual luce desamparado con presencia de basura y no cuenta con veredas ni pistas. También cuenta con una institución educativa publica “Señor de Mayo” en los tres niveles iniciales, primarios y secundarios (14).

Las personas adultas del Centro Poblado de Rayán son atendidos en el puesto de salud ubicada a 100 metros de la institución educativa; ofrece servicios de programas de planificación familiar, control prenatal, control CRED, inmunizaciones, servicios de consulta externa, programas metaxcénicas, entre otros. Las personas de la comunidad están expuestos a enfermedades como el resfrió común, gastritis, EDAS e IRAS por presencia de basura, bronquitis, neumonía en los niños menores de 5 años, infección urinaria, enfermedades de transmisión sexual, también las enfermedades no transmisibles y enfermedades crónicas (14).

Por lo referido anteriormente se consideró necesaria la realización del estudio planteando el siguiente enunciado de problema:

¿Existe relación entre estilos de vida y factores biosocioculturales de las personas adultas del centro poblado de Rayán-Yungay, 2020?

Para lo cual, se planteó el siguiente objetivo general:

- Determinar la relación entre los estilos de vida y factores biosocioculturales de las personas adultas del centro poblado de Rayán-Yungay.

Para responder al objetivo general se planteó los siguientes objetivos específicos:

- Valorar los estilos de vida de las personas adultas del centro poblado de Rayán-Yungay.
- Identificar los factores biosocioculturales: edad, sexo, estado civil, grado de instrucción, religión, ingresos económicos y ocupación de las personas adultas del centro poblado de Rayán-Yungay.

El estudio se justificó de manera teórica, gracias al plantear temas relacionados a los estilos de vida de las personas ha sido afectada de manera que tienen estilo de

vida no saludables; lo que crea el sedentarismo y/o facilismo en los que hacer cotidianos de cada individuo, este provocando diversos tipos de enfermedades. Es por esta razón que el presente estudio científico se justifica socialmente, por medio del tema estilo de vida y factores biosocioculturales de las personas adultas del centro poblado de Rayan, buscando determinar la relación de existe entre ambas variables, contribuyendo en la disminución del dicho problema y de esta manera optimizar los problemas de salud que presentan los adultos del centro poblado de Rayan.

Del mismo modo esta investigación se justifica en la parte práctica, pues los resultados logrados va servir para futuras investigaciones, así mismo va ayudar a extender nuestra visión de cómo vivimos ya que todo está en nuestras manos, la prevención y concientización; por ejemplo: para mejorar la nutrición e aumentar las actividades físicas debemos realizar cambios en nuestra vida cotidiana, conservar un peso paralelo a nuestra talla, no consumir productos tóxicos que dañan la salud (tabaco, bebidas alcohólicas, etc.) Obtener estilo de vida saludable por medio de programas educativos, para disminuir factores de riesgo para la salud, detectar de forma temprana las patologías, la atención oportuna una vez diagnosticada, para prevenir complicaciones y secuelas en las personas.

Así mismo se explica metodológicamente, que las variables se encuentran mencionadas de forma argumentativa y lógica, en la que el análisis de los estilos de vida y factores biosocioculturales ayudó a reflexionar a la población, con el fin de que puedan realizar cambios en sus hábitos diarios, así mismo se ha seguido un diseño de investigación no experimental de corte transversal en la elaboración del

proyecto, donde para la recolección de información se emplearon instrumentos previamente validados y confiables.

En definitiva, este estudio también se justifica en la parte teórica, pues aborda contenidos que está vinculado a los estilos de vida y factores biosocioculturales, teniendo como teoristas como Marck Lalonde y Nola Pender, estas variables trabajadas en las personas adultas del Centro Poblado de Rayán, lo cual este estudio va a aumentar e incrementar el conocimiento en los estilos de vida y factores biosocioculturales, por consiguiente también apoya al estudio de los indicadores y conocer si existe relación entre las variables.

La metodología de la investigación fue de tipo cuantitativo, de nivel correlacional transversal, con diseño no experimental, la muestra estuvo conformada por 110 adultos, aplicándoles dos instrumentos para la recolección de datos: escala de estilos de vida y el cuestionario sobre factores biosocioculturales

Se llegó a las siguientes conclusiones: la mayoría de la población adulta del centro poblado presenta estilos de vida no saludables y un porcentaje mínimo presenta estilos de vida saludables, profesan religión católica, estado civil son casados y con ocupación de ama de casa, más de la mitad son del sexo femenino, son adultos maduros, con ingreso económico entre 600 a 1000 soles, menos de la mitad son analfabetos. Por lo tanto se halló que no existe relación estadísticamente significativa $p > 0,05$.

II. REVISION DE LITERATURA

2.1. Antecedentes

Nivel internacional

Aguirre F, Arévalo F, (15). En su investigación “Estilos de Vida en Pacientes de la clínica Integral del Adulto III y IV de la Universidad Santiago de Cali – Colombia, 2019”. Tuvo como objetivo general; Identificar los estilos de vida en pacientes de la clínica integral del adulto III y IV de la Universidad de Cali. Metodología estudio de diseño no experimental, tipo cuantitativo descriptivo. Con una muestra conformada por 100 pacientes adultos. Resultados el 52% son mujeres, el 56% tienen la edad comprendida entre 30 a 35 años, el 72% tienen estilos de vida saludables, mientras que el 21% tienen estilos de vida no saludables. Conclusión: De los 100 participantes 5 de ellos se encuentran en rango negativo se debe educar y motivar para su mejoría, esto con actividades motivacionales y reconociendo y aceptando que los estilos de vida afectan el futuro de la población.

Raimondo E, Et al, (16). En su estudio “Estilos de vida y la determinación de hábitos alimentarios en adultos del Gran Mendoza, Argentina, 2018.” teniendo como objetivo general determinar hábitos alimentarios y estilo de vida en adultos del gran Mendoza. Metodología fue un estudio observacional y descriptivo. Con muestra no aleatoria, representada por hombres y mujeres, entre 18 a 60 años. Donde tiene como resultado y conclusión que se observa una elevada prevalencia de sobrepeso y obesidad, ingesta inadecuada de nutrientes sumado a sedentarismo, conllevan a un incremento en el riesgo de

padecer ECNT. Estilos de vida poco saludables, por lo cual se hace necesaria una campaña de concientización.

Guaján M, (17). En su investigación “Relación entre los estilos de vida y el estado nutricional en pacientes adultos con diabetes mellitus tipo 2 que reciben atención en el centro de salud de San Roque, Cantón Antonio Ante, Ecuador, 2018”. Tuvo como objetivo determinar la relación entre el estado nutricional y estilos de vida en pacientes adultos con diabetes mellitus tipo 2. La metodología fue de tipo no experimental, cuantitativo, descriptivo, transversal y correlacional. Se evaluaron a 62 pacientes que reciben atención en el Centro de salud de San Roque que cumplieron con los criterios de inclusión. Teniendo como resultado y conclusión que la población tiene mayor presencia de sobrepeso y obesidad, menor puntuación del cuestionario IMEVID, en el cual se indica que los estilos de vida son poco saludables con riesgo a desarrollar las complicaciones de la diabetes mellitus tipo 2.

Nivel nacional

Flores N, (18). En su investigación titulada: “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del asentamiento humano estrella del nuevo amanecer, la Joya-Arequipa, 2018”. Tuvo como objetivo determinar si existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del asentamiento humano Estrella del Nuevo Amanecer. La metodología del estudio es de tipo cuantitativo, descriptivo con diseño descriptivo correlacional, con una muestra conformada por 115 adultos. Resultados y conclusiones obtenidos: casi todos los adultos presentan estilos de vida no saludable. En los factores biosocioculturales el 66,1% de la muestra corresponde al sexo

femenino, más de la mitad son católicos, menos de la mitad de la población encuestada son agricultores y por último tienen ingreso económico entre 600 a 1000.

Echabautis A, Et al, (19). En su tesis “Estilos de Vida Saludable y Factores Biosocioculturales en los Adultos de la Agrupación Familiar Santa Rosa de San Juan de Lurigancho, 2019”. Tuvo como objetivo Determinar la relación que existe los factores biosocioculturales y los estilos de vida saludable en los adultos que viven en la Agrupación Familiar Santa Rosa – SJL. Metodología fue un estudio de enfoque cuantitativo, investigación aplicada, de nivel correlacional y corte transversal. Se entrevistó a 60 pobladores de un asentamiento humano en sus respectivos domicilios, muestra los siguientes resultados y conclusiones señalando que factores biosocioculturales están relacionados con los estilos de vida saludable en adultos, los cuales deben ser considerados por el personal de salud en sus intervenciones.

Dioses C, (20). En su investigación “Estilos de Vida y Factores socioculturales en pacientes Adultos, Centro de Salud La Matanza Piura – 2018”. Tuvo como objetivo determinar la relación entre Estilos de Vida y Factores socioculturales en pacientes Adulto, Centro de Salud La Matanza Piura. La metodología fue un estudio de tipo cuantitativo de corte transversal descriptiva, la población estuvo conformada por 80 adultos. Resultados y conclusiones: Más de la mitad fueron masculinos, con grado de instrucción nivel secundario, la mayoría profesa religión católica cuentan con ocupación de estado civil casados, ingresos menores a 400 soles y dentro de los estilos de vida tenemos que la gran mayoría No tiene una vida saludable.

Nivel local

Aniceto Z, (21) En su estudio “Estilos de vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Distrito de Caraz – Áncash, 2020” tuvo como objetivo determinar los estilos de vida y factores biosocioculturales en los adultos del distrito de Caraz – Áncash. Metodología: Fue de tipo cuantitativa, diseño transversal y no experimental, con muestra de 369 adultos, aplicando la escala de estilos de vida y el cuestionario sobre factores biosocioculturales, resultados: El 76,96% de los adultos no tienen estilo de vida saludable, el 57,45% comprenden edad de 36 a 59 años, el 42,82% tienen ingresos de 600 a 1000 soles, son empleados, conviven con sus parejas, con grado de instrucción secundaria incompleta. Concluyendo: Que existe relación directa y estadísticamente significativa entre los factores biosocioculturales y el estilo de vida de los adultos del distrito de Caraz.

Soriano A, (22). En su estudio “Estilos de vida y Factores biosocioculturales de los Adultos del Centro Poblado de Shiqui – Cátac, 2020”. Tuvo como objetivo general Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Shiqui – Cátac. La metodología fue de tipo Cualitativo, corte transversal, con Diseño Descriptivo Correlacional. La muestra estuvo conformada por 150 adultos. Donde tuvo como resultado y conclusión la mayoría de los adultos presentan un estilo de vida adecuado, más de la mitad son adultos analfabetos, con estado civil conviviente, ocupación obrero, ingreso económico mensual menor de 500 soles; más de la mitad son adultos, predomina el sexo masculino y la mayoría profesa la religión católica.

Rafael M, (23). En su investigación titulada “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la comunidad unidos venceremos – Huashao – Yungay, 2018”. Tuvo como objetivo determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos de Comunidad “Unidos Venceremos” de Huashao-Yungay. Metodología estudio cuantitativo con diseño descriptivo correlacional, la muestra estuvo conformada por 141 adultos, para la recolección de datos se aplicaron dos instrumentos: Cuestionario sobre factores biosocioculturales y escala del estilo de vida. Teniendo como resultado y conclusión que: La mayoría de los adultos presentan estilo de vida no saludable. En los factores biosocioculturales: menos de la mitad tienen primaria incompleta, estado civil solteros, de ocupación obreros, con ingreso económico de 100 a 599 soles, sexo masculino y la mayoría son católicos.

2.2.Bases teóricas y conceptuales de la Investigación:

2.2.1. Bases teóricas

El presente estudio se fundamenta científicamente con las teorías presentadas por Marc Lalonde y Nola pender.

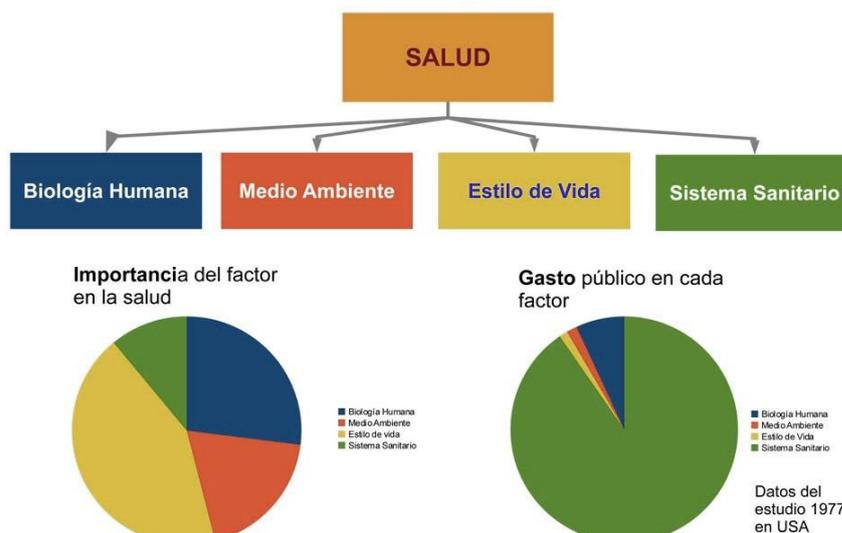
Marc Lalonde nacido el 26 de julio de 1929, destacado abogado y político Canadiense, desempeñaba el cargo de Ministro de Salud y Bienestar Social, quien encargo un estudio a un grupo de epidemiólogos, para que estudiaran las grandes causas de fallecimientos y enfermedades de los canadienses (24).

En 1974 publicó el Informe Lalonde donde se expuso, luego de un estudio epidemiológico de las causas de muerte y enfermedad de los canadienses, que se habían determinado cuatro grandes determinantes de la salud, que marcaron un hito importante para la atención de la salud tanto individual como colectiva (24).

Así mismo hizo una propuesta conocida posteriormente como el Modelo Explicativo de los Determinantes de la Salud de Lalonde, se reconoce entonces el estilo de vida de manera particular, contiguo a al medio ambiente, la biología humana y la organización de los servicios de salud, el cual “representa el conjunto de decisiones que toma el individuo con respecto a su salud y sobre las cuales ejerce cierto grado de control”, de tal forma que si el individuo toma opciones y hábitos que ponen en riesgo su salud, es porque el estilo de vida que practica perjudica su salud (25).

Lalonde menciona que los estilos de vida, entorno físico, biología humana, servicios de salud, son los sistemas que realizan la interacción de los determinantes de salud mediante una escala de condiciones de vida encargados del desarrollo de una comunidad actuando como intermediarios para ir formando el modo de vivir de cada familia en forma general y de una situación existente particularmente en miembros de un grupo de una determinada población (26).

Determinantes para la salud



Modelo Explicativo de los Determinantes de la Salud

FUENTE: *Esquema del modelo de determinantes de salud. Lalonde (1974). U.S.A*

Medio Ambiente: relacionado a los factores ambientales físicos, biológicos, de contaminación atmosférica, de contaminación química, tanto del suelo, agua y aire, y los factores socio-culturales y psicosociales relacionados con la vida en común (27).

Estilos De Vida: Relacionados con los hábitos personales y de grupo de la alimentación, actividad física, adicciones, conductas peligrosas o temerarias, actividad sexual, utilización de los servicios de salud, etc. **Biología Humana:** Relacionado a aspectos genéticos y con la edad de las personas (27).

La Atención Sanitaria: que tiene que ver con la calidad, accesibilidad y financiamiento de los servicios de salud que atienden a los individuos y poblaciones (27).

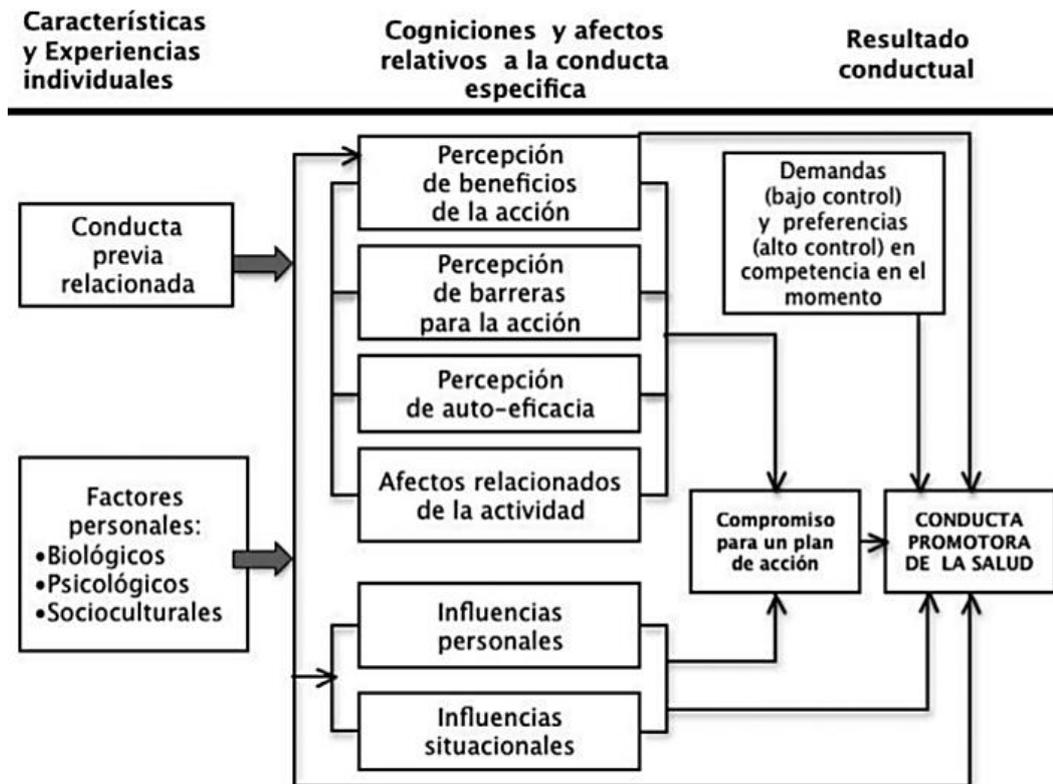
Según Lalonde las inequidades sociales en salud son las consecuencias de los intercambios de los distintos niveles de condiciones causantes ya sea

individual o en conjunto de las políticas nacionales dentro de la salud, cada persona está unida por distintos modos de riesgo siendo como la edad, el sexo y la genética influyendo en nuestra salud, como en la cualidad personal y estilos de vida, una persona que tiene una economía mínima está propenso a padecer múltiples enfermedades empezando por una mala alimentación que conlleva a distintas consecuencias (28).

Quien sustenta también la investigación es Nola Pender, nacida el 16 de Agosto de 1941 en la ciudad de Lansing, enfermera de profesión. En 1962 recibió su primera diploma de enfermería del West Suburban Hospital de Oak Park, Illinois. En el año 1964 completa su carrera en la Universidad del Estado Michigan, Evanston. Trabajó su doctorado encaminando a cambios progresivos en procesos de codificación de una memoria contigua en niños, de ahí surge su interés por extender su aprendizaje en campo de la salud humana, que este da origen al Modelo de promoción de salud (MPS) (29).

Nola J. Pender, en su modelo de MPS ilustra la naturaleza multifacética de los individuos en su interacción con el entorno cuando intentan alcanzar el estado deseado de salud; del mismo modo enfatiza el vínculo entre características personales y experiencias, conocimientos, creencias y aspectos situacionales propios con los comportamientos o conductas de salud que se pretenden lograr (30).

Nola J. Pender se inspiró en dos sustentos teóricos los cuales fueron Albert Bandura con la teoría del aprendizaje social y Feather con el Modelo de valoración de expectativas de la motivación humana.



fuente: Modelo de promoción de la Salud de Pender 1996. En: Cid PH, Merino JE, Stiepovich JB²¹

Como se observa en el grafico el modelo de la Promoción de la Salud de Nola J. Pender se divide en tres columnas:

La primera columna se centraliza en las características y experiencias individuales en este punto se incluye la conducta previa relacionada, la cual se refiere a todas aquellas experiencias anteriores que pudieron tener efectos directos e indirectos en comprometerse con las conductas de promoción de la salud, por otro lado tenemos los factores personales los cuales son: biológicos, psicológicos y socioculturales, estos son la características generales del individuo que influyen en la conducta de la salud tales como: la edad, estructura de la personalidad, raza, etnia y el estado socioeconómico (31).

En la segunda columna se incluyen las cogniciones y afectos relativos a la conducta específica comprendida por seis conceptos los cuales se consideran

los centrales del modelo, relacionándose con los conocimientos y los afectos específicos de la conducta incorporando sentimientos, emociones y creencias. Según el Modelo de Promoción de la Salud propuesto por Pender, estas creencias están dadas por:

- **Percepción de Beneficios para la acción;** son todos aquellos resultados positivos anticipados que se producirán como expresión de la conducta de salud.
- **Percepción de Barreras para la acción;** son las apreciaciones negativas o desventajas de la propia persona que puedan obstaculizar un compromiso con la acción.
- **Percepción de la auto-eficacia;** es la percepción de uno mismo que va ejecutar una cierta conducta, es decir cuando la persona comienza a comprometerse.
- **Afectos relacionados con la actividad;** son todas aquellas emociones o reacciones directamente a fines con los pensamientos positivos o negativos, favorables o desfavorables hacia una conducta.
- **Influencias Personales;** se considera más probable que las personas se comprometan adoptar conductas de promoción de salud cuando los individuos importantes para ellos como sus familiares y/o amigos esperan que se deán cambios o incluso ofrecen su apoyo para ayudar.
- **Influencias Situacionales;** son el entorno las cuales pueden aumentar o disminuir el compromiso con la participación de la conducta promotora de salud.

La tercera columna se centra en resultado conductual, obteniendo la demanda de bajo control y preferencias de alto control en competencia en el momento, estos componentes se relacionan e incluyen el lado opción de un compromiso para un plan de acción, constituye el precedente para el resultado final deseado, es decir para la conducta promotora de salud (31).

Asimismo Nola J. Pender considera las siguientes dimensiones

Dimensión de alimentación

Es un proceso mediante al cual el organismo de los seres vivos recibe, procesa y absorbe los nutrientes necesarios para producir energía lo cual permita que todos nuestros órganos y tejidos funcionen de manera normal para permanecer activas durante el día y estar sanos tanto físicamente como mentalmente (32).

Dimensión Actividad y Ejercicio

Es el movimiento físico, que se produce con la contracción de las musculaturas esqueléticas que requiere un consumo de energía. Dentro del campo de salud el ejercicio físico es muy importante, puesto que al realizarlo de manera frecuente reduce el riesgo de padecer enfermedades. Si llevamos un estilo de vida sedentario estamos más propensos a padecer enfermedades cardiovasculares, diabetes, desarrollar la obesidad, hipertensión, cáncer, depresión y la ansiedad, son 1 de 10 causas principales de morbi-mortalidad a nivel mundial (32).

Dimensión Manejo del Estrés

El estrés es la respuesta normal del ser humano cuando se encuentra en condiciones extremas que alteran el equilibrio emocional del individuo. Al encontrarte en una situación difícil, tienen un deseo de huir o sino fácilmente controlarlo con violencia. . En esta reacción participan casi la mayoría de los órganos, incluido el cerebro, nervio, corazón, el flujo de sangre, la digestión, la función muscular el nivel hormonal; el estrés se encuentras en las diferentes etapas de vida y forma un factor de riesgo para la salud (32).

Dimensión Responsabilidad en salud

Es la autonomía que ejercitamos del cuidarnos del mejor modo posible, es decir saber elegir y decidir por un estilo de vida saludable y no aquellas que sean nocivas para la salud, asimismo debemos modificar nuestro comportamiento para el bien de cada una y para los que nos rodea (32).

Dimensión apoyo Interpersonal

Esta se establece sobre la base de una autoestima alta, desde la perspectiva de tener algo que ofrecer a los demás; las relaciones interpersonales se conservan con el fin de querer y de sentirse querida, recibir afecto y dar al mismo tiempo como dice el dicho tienes que dar lo mejor, si esperas lo mismo, el otro solo es un relejo de ti (33).

Dimensión Autorrealización

Se refiere a los logros de los anhelos y/o objetivos de una persona por sí sola, la complacencia y orgullo que siente por ello. Por ejemplo una persona

para sentirse autorrealizada es formar una familia y tener su propio negocio (33).

Conceptos Meta paradigmáticos de Nola Pender:

Salud: Estado altamente positivo. La definición de salud tiene más importancia que cualquier otro enunciado general. **Persona:** Es el individuo y el centro de la teorista. Cada persona está definida de una forma única por su propio patrón cognitivo-perceptual y sus factores variables. **Entorno:** No se describe con precisión, pero se representan las interacciones entre los factores cognitivo- perceptuales y los factores modificantes. **Enfermería:** Bienestar como especialidad de la enfermería, ha tenido su incremento durante el último decenio, responsabilidad personal en los cuidados sanitarios es la base de cualquier plan de reforma de tales ciudadanos (34).

2.2.2. Bases conceptuales de la investigación

El estilo de vida se conceptualiza como una forma individual de vivencias de las personas, igualmente como el medio ambiente están vinculados por factores físicos, laborales y/o sociales, dependen tanto de la persona como también del entorno que nos rodea. Hoy por hoy, se cree que la familia es un equipo particular con condiciones de vida similar (35).

Asimismo el estilo de vida han sido considerables con las conductas de riesgo de la persona, para mencionar aquellas conductas y costumbres que en un instante ponen en peligro la salud como por ejemplo los malos hábitos alimentarios, hacer relaciones sexuales sin protección, hábito de fumar, etc., y los comportamientos preventivos de la salud (36).

La disposición de los factores de riesgo y factores protectores para el bienestar del individuo, son los que se ven como procesos dinámicos que no solo se concierne de acciones o actitudes individuales, sino también con las acciones de la naturaleza social. Desde este punto de vista los estilos de vida no pueden ser separados del contexto económico, político cultural y social (37).

Los estilos de vida son conjuntos de actitudes o comportamientos que desarrolla cada persona, que algunas veces son saludables y otras veces son dañinas para la salud como consumir sustancias tóxicas (alcohol, tabaco, drogas), el estrés, la dieta y las relaciones interpersonales (38).

En cuanto a los factores biosocioculturales de los adultos para la presente investigación se ha considerado edad, sexo, estado civil, grado de instrucción, religión, ingresos económicos y ocupación (39).

Características biológicas

Estas han sido localizadas como influencias importantes dentro de los establecimientos conductuales promotoras de la salud. La influencia interpersonal; está considerado como factor que puede forjar a variar la conducta promotora de salud, considerando dentro de ello lo siguiente: expectativa de la persona significativa, el patrón familiar de atención en la salud y la interacción con el profesional de salud (40).

Factores circunstanciales o Ambientales

Esta determina la conducta de la promoción de salud. Factor conductual: es la experiencia antepuesta con acción de la promoción de salud

incrementando las habilidades de la persona para acoger conducta promotora (40).

Con respecto al factor económico la pobreza es la causa principal de no poder alimentarnos de manera saludable, porque puede causar desempleos e ingresos escasos que no permiten obtener alimentos suficientes, la pobreza existe en todo el ámbito mundial. El problema de la mayoría de los domicilios es que las ganancias que generan apenas alcanza para que puedan cubrir sus necesidades básicas (40).

Referente al estado civil son conjuntos de circunstancias personales que determina si una persona es naciente del parentesco o del matrimonio, que constituye los derechos y obligaciones. Colectivamente los registros públicos llevan datos personales de cada ciudadano en el que está incluido el estado civil, estas pueden ser variables unas de otras; las más comunes son soltero(a), casado(a), conviviente (C), divorciado(a), viudo(a). Asimismo en países desarrollados hay leyes que unan matrimonios como el matrimonio homosexual (41).

En cuanto a la religión es una orden y/o congregación religiosa suelen ser creencias y prácticas de las normas de conducta y ceremonias de oración y/o sacrificio que cada persona fortalece su lado espiritual (42).

El grado de instrucción del individuo es el nivel de instrucción más superior de estudios desarrollados donde demuestra su capacidad cognitiva, aptitudes y conceptuales, sin detallar si se llegó culminar, está incompleto o no llegó culminar por completo (43).

III. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

H1: Existe relación estadística significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de las personas adultas del centro poblado de Rayán – Yungay, 2020”.

HO: No existe relación estadística significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de las personas adultas del centro poblado de Rayán – Yungay, 2020”.

IV. METODOLOGÍA

4.1. Diseño de la Investigación

La investigación fue de tipo cuantitativo, ya que se caracterizó, por ser medido numéricamente y el análisis estadístico para la prueba de hipótesis.

Fue de nivel correlacional. Los estudios correlacionales asocian variables de acuerdo a un patrón para un grupo o población. Así mismo fue de carácter transversal o transaccional, debido a que la recolección de datos de estudio se realizó en un momento único de tiempo (44).

De acuerdo al diseño de investigación, el presente estudio fue de diseño no experimental, al respecto Hernández, Fernández y Baptista, donde señalan que los diseños no experimentales no manipulan las variables, ni modifican el contexto.

4.2. Población y Muestra

Población

Viene a ser el conjunto formado por todos los elementos que poseen características en común. Los que pueden ser elementos o casos, individuos, objetos o acontecimientos, que comparten determinadas características o un criterio (45).

La población estuvo conformada por 110 personas adultas del Centro poblado de Rayán; se trabajó con toda la población adulta del centro Poblado de Rayán – Yungay, según el Sistema de Vigilancia Comunitaria en Salud (SIVICO) del puesto de salud de la dicha comunidad.

Criterios de Inclusión

- Personas adultas, que viven más de 3 años en el centro Poblado de Rayán – Yungay.
- Personas adultas, del centro Poblado de Rayán – Yungay que aceptaron

participar en la presente investigación.

- Personas adultas, en el centro Poblado de Rayán – Yungay, que estuvieron de acuerdo para participar en los cuestionarios como informantes sin importar el grado de escolarización, el género y la condición socioeconómica.

Criterios de Exclusión

- Personas adultas, del centro Poblado de Rayán – Yungay que presentaron trastorno mental.
- Personas adultas, del centro Poblado de Rayán – Yungay, que presentaron dificultad para comunicarse.
- Personas adultas, del centro Poblado de Rayán – Yungay, que presentaron algunos problemas psicológicos.

Unidad de análisis:

Viene a ser cada persona adulta del centro poblado de Rayán - Yungay, que estuvo sujeto al estudio.

4.3. Definición y Operacionalización de Variables

ESTILOS DE VIDA DE LAS PERSONAS ADULTAS

Definición Conceptual

Son las conductas o hábitos de una persona que pone en práctica de manera permanente en su vida diaria, que puede ser oportuno para la salud o que sean nocivas y ponga en riesgo a la persona de sufrir enfermedades dependiendo que estilo de vida lleva (46).

Definición Operacional

Se utilizó la escala nominal:

- Escala de vida saludable: 75-100 puntos.

- Escala de vida no saludable: 25-74 puntos.

FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LA PERSONA ADULTA

Definición conceptual

Son las circunstancias o características que se puede detectar en la persona, pueden ser no modificables; los factores considerados comúnmente son: el estado civil de la persona, sexo, grado de instrucción, ingreso económico, ocupación y religión (47).

FACTORES BIOLÓGICOS

EDAD

Definición conceptual

Es el tiempo que ha vivido una persona u otra ser vivo contando desde el momento que nació (48).

Definición operacional escala nominal

- Adulto joven: 20 a 35 años de edad.
- Adulto maduro: 36- 59 años de edad.
- Adulto mayor: 60 a más años de edad

SEXO

Definición conceptual:

Son las características físicas, biológicas, anatómicas y fisiológicas de los seres humanos que los diferencian como varones y mujeres. El sexo es una construcción natural con la que nace una persona (49).

Definición operacional:

Se utilizó la escala nominal

- Masculino
- Femenino

FACTORES CULTURALES

RELIGIÓN

Definición conceptual:

Forma dimensiones externas y orientadas hacia el exterior, incluyendo edificios, instituciones, profesionales religiosos, símbolos y rituales sagrados y a un Dios allí afuera (50).

Definición operacional

Escala nominal

- Católica.
- Evangélica.
- Otros.

GRADO DE INSTRUCCIÓN

Definición conceptual

Es un indicador de conocimientos (cognitivo) y aprendizaje logrado por una persona, beneficiosos a las diversas fases del desarrollo personal de cada persona en las diferentes etapas de la vida (51).

Definición operacional

Escala nominal

- Analfabeto (a).
- Primaria Completa.
- Primaria Incompleta.
- Secundaria Completa.
- Secundaria Incompleta.
- Superior Completa.
- Superior Incompleta.

FACTORES SOCIALES

ESTADO CIVIL

Definición conceptual

Es la situación jurídica en la familia y sociedad, determinando su capacidad para ejercer ciertos derechos y obtener ciertas obligaciones, es indivisible, indisponible e imprescriptible y su asignación corresponde a la ley (52).

Definición operacional

Escala nominal

- Soltero.
- Casado.
- Unión libre.
- Separado.

- Viudo

OCUPACIÓN

Definición Conceptual

Son las funciones, obligaciones y tareas que desempeña un individuo, oficio o puesto de trabajo, donde lleva a cabo su trabajo y relacionado con agentes productivos y sociales (53).

Definición Operacional

Escala nominal

- Obrero(a).
- Empleado(a).
- Agricultor.
- Ama de casa.
- Estudiante.
- Otros.

INGRESO ECONÓMICO

Definición conceptual

Es la cantidad de dinero que recibe una persona por un trabajo o por prestar servicio manual, profesionales y generan incrementos de activos o disminuciones de pasivos que se puede gastar en un hogar (54).

Definición operacional

Escala de intervalo

- Menor de 100 nuevos soles.
- De 100 a 599 nuevos soles.
- De 600 a 1000 nuevos soles.
- Mayor de 1000 nuevos soles

4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas

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

Instrumentos

En el estudio realizado se utilizó dos instrumentos para la recolección de datos que se especifican a continuación:

Instrumento N° 01

Escala del estilo de vida

Instrumento fue elaborado en base a escala de Estilo de Vida Promotor de Salud Elaborado por Walker E, Sechrist K y Pender N, modificado por las investigadoras de línea de la escuela profesional de Enfermería de la 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: Alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud (anexo N°01).

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.

Instrumento N° 02

Cuestionario sobre los factores biosocioculturales de la persona adulta

Elaborado por las investigadoras de línea de la escuela profesional de Enfermería de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; Delgado R, Reyna E y Díaz, R para fines de la presente investigación y está constituido por 8 ítems distribuidos en 4 partes (Anexo N°02).

- Datos de Identificación, donde se obtiene el nombre y la dirección de la persona entrevistada (01 ítems).
- Factores Biológicos, donde se determina la edad y sexo (02 ítems)
- Factores Culturales, donde se determina la escolaridad y la religión (02 ítems).
- Factores Sociales, donde se determina el estado civil y el ingreso económico (03 ítems).

Control de calidad de los datos

Validez externa

Se aseguró la validez externa por juicio de expertos presentando el instrumento a 4 expertos en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindaron mayor calidad y especificidad a los instrumentos.

Se concluye que el instrumento se encuentra en el nivel de Adecuación total dando como puntaje 1.61, lo cual comprueba que el instrumento puede ser aplicado para fines de investigación (Anexo N° 03).

Validez interna

Para realizar la validez interna se realizó ítem por ítem o ítem total a través de la prueba piloto a una muestra similar a la población en estudio. Donde se aplicó la fórmula de r-Pearson en cada uno de los ítems. Dando como resultado un $r > 0.2$, lo cual indica que el instrumento es válido.

Confiabilidad

La confiabilidad se midió y garantizó mediante la prueba de Alpha de Crombach, utilizando el paquete estadístico SPSS versión 25.0, obteniéndose una confiabilidad de 0,911, el cual indica que el instrumento 01 es confiable con respecto a los propuestos, también obtuvimos una confiabilidad de 0.914, el cual indica que el instrumento 02 es confiable con respecto a lo propuesto. (Ver anexo N° 04)

4.5. Plan de análisis de datos

Procedimiento para la recolección de datos

- Se informó y pidió consentimiento de las personas adultas, haciendo hincapié que los datos recolectados y resultados obtenidos mediante su

participación son estrictamente confidenciales.

- Se coordinó con los adultos su disponibilidad y el tiempo para la fecha de la aplicación de los dos instrumentos.
- Se procedió a aplicar los instrumentos a cada persona adulta.
- Se realizó lectura del contenido o instrucciones de la escala y del cuestionario para llevar a cabo las respectivas entrevistas.

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

Análisis y Procesamiento de los datos

Los datos fueron procesados en el programa de Microsoft Excel, se presentó los datos en tablas simples y de doble entrada luego elaborar sus respectivos gráficos.

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

4.6. Matriz de consistencia

TITULO	ENUNCIADO DEL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECIFICO	METODOLOGIA
Estilos de vida y factores biosocioculturales de las personas adultas del centro poblado de rayán-yungay, 2020	¿Existe relación entre estilos de vida y factores biosocioculturales de las personas adultas del centro poblado de Rayán-Yungay, 2020?	Determinar la relación entre los estilos de vida y factores biosocioculturales de las personas adultas del centro poblado de Rayán-Yungay.	<ul style="list-style-type: none"> • Valorar los estilos de vida de las personas adultas del centro poblado de Rayán-Yungay. • Identificar los factores biosocioculturales: edad, sexo, estado civil, grado de instrucción, religión, ingresos económicos y ocupación de las personas adultas del centro poblado de Rayán-Yungay. 	Tipo: Cuantitativo, corte transversal Diseño: descriptivo Correlacional. Técnicas: Entrevista y Observación

4.7. Principios éticos

Este estudio se basó y fundamentó a través del código de ética versión 004, primero se valoró los principios éticos establecidos en el código de ética de la ULADECH (55).

Protección de las personas: Se aplicó el cuestionario indicándoles a los adultos del centro poblado de Rayán – Yungay, la cual fue anónima y la información obtenida fue solo con fin para la investigación.

Beneficencia y no maleficencia: Se aseguró el bienestar de todas las personas adultas que participaron en la investigación. En ese sentido, la conducta del investigador respondió a las siguientes reglas generales: no causar daño, disminuir los posibles efectos adversos y maximizar los beneficios.

Justicia: En la investigación se ejerció un juicio razonable, en toda la investigación se trató equitativamente a quienes participaron en los procesos, procedimientos y servicios asociados a la investigación.

Integridad científica: Se tuvo en cuenta la integridad o rectitud científica de la investigadora, basándose en normas establecidas, pautas del manual de Metodología de la investigación científica, realizado por el vice rectorado de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

Consentimiento informado y expreso: La investigación contó con la participación voluntaria, así mismo a los participantes se les proveyó, un consentimiento informado, donde los adultos en estudio dieron su consentimiento de uso de la información brindada, para fines de estudio.

V. RESULTADOS

5.1. Resultados

TABLA 1

ESTILOS DE VIDA DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO

POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020

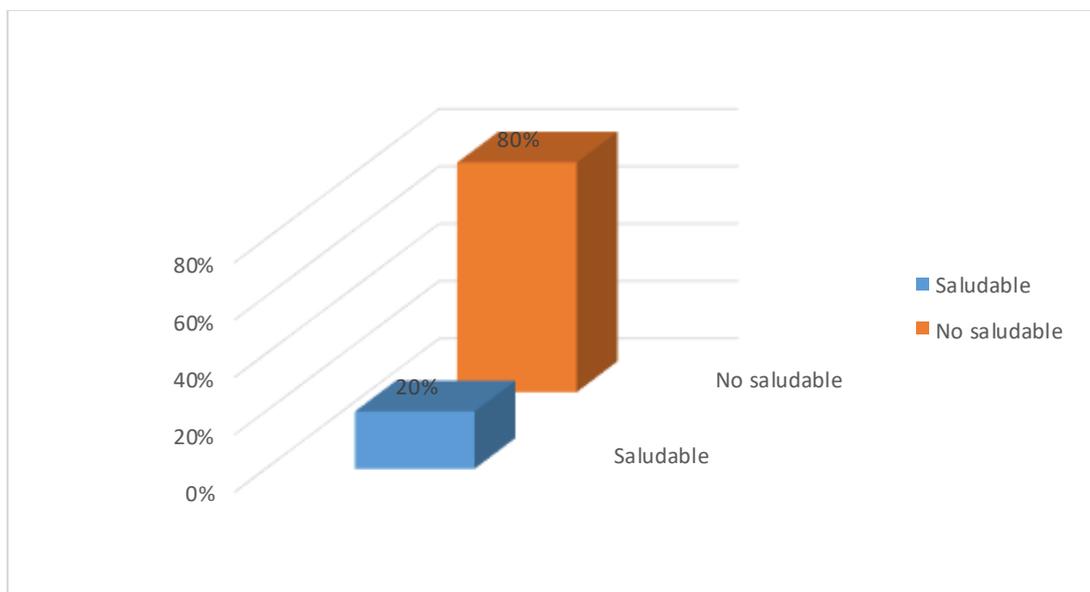
ESTILO DE VIDA	N°	%
Saludable	22	20,00
No saludable	88	80,00
Total	110	100,00

Fuente: Escala de estilo de vida. Elaborado por: Walker, Sechrist, y Pender. Aplicado a las personas adultas del centro poblado Rayán – Yungay, 2020.

GRÁFICO 1

ESTILOS DE VIDA DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO

POBLADO DE RAYÁN - YUNGAY, 2020



Fuente: Escala de estilo de vida. Elaborado por: Walker, Sechrist, y Pender. Aplicado a las personas adultas del centro poblado Rayán – Yungay, 2020.

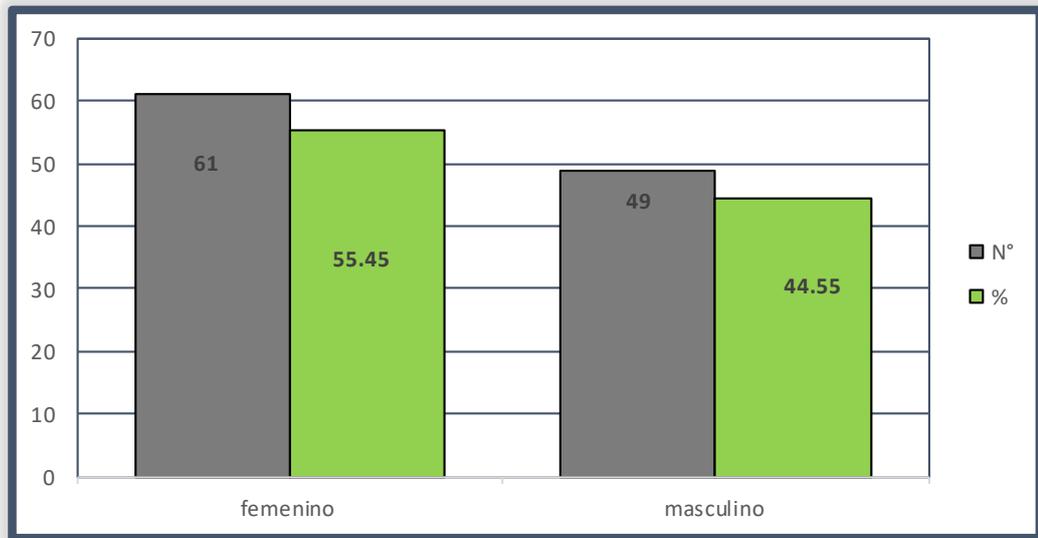
TABLA 2
FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL
CENTRO POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020

FACTOR BIOLÓGICO		
Sexo	N°	%
Femenino	61	55,45
Masculino	49	44,55
TOTAL	110	100,00
Edad	N°	%
20 a 35 años	37	33,64
36 a 59 años	59	53,64
60 a más años	14	12,73
TOTAL	110	100,00
FACTORES CULTURALES		
Grado de Instrucción	N°	%
Analfabeto(a)	39	35,45
Primaria completa	29	26,36
Primaria incompleta	37	33,64
Secundaria completa	1	0,91
Secundaria incompleta	2	1,82
Superior completa	1	0,91
Superior incompleta	1	0,91
TOTAL	110	100,00
Religión	N°	%
Católico (a)	86	78,18
Evangélico(a)	24	21,82
Otra religión	0	0,00
TOTAL	110	100,00
FACTORES SOCIALES		
Estado Civil	N°	%
Soltero(a)	3	2,73
Casado(a)	82	74,55
Viudo(a)	17	15,45
Unión libre	8	7,27
Separado(a)	0	0,00
TOTAL	110	100,00
Ingreso Económico	N°	%
Menos de 100 soles	3	2,73
De 100 a 500 soles	48	43,64
De 600 a 1000 soles	57	51,82
De 1000 a más soles	2	1,82
TOTAL	110	100,00
Ocupación	N°	%
Casado(a)	1	0,91
Empleado(a)	1	0,91
Ama de casa	59	53,64
Agricultor	49	44,55
TOTAL	110	100,00

Fuente: Cuestionario de Factores biosocioculturales. Elaborado por Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a las personas adultas del centro poblado Rayán – Yungay, 2020.

GRÁFICO 2

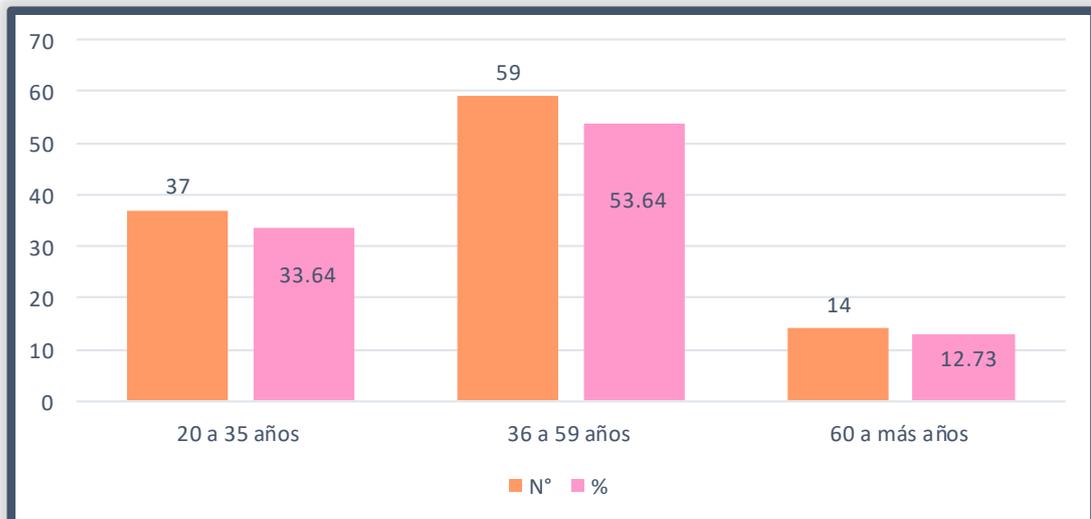
SEXO DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020



Fuente: Factores biosocioculturales. Elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a las personas adultas del centro poblado Rayán – Yungay, 2020.

GRÁFICO 3

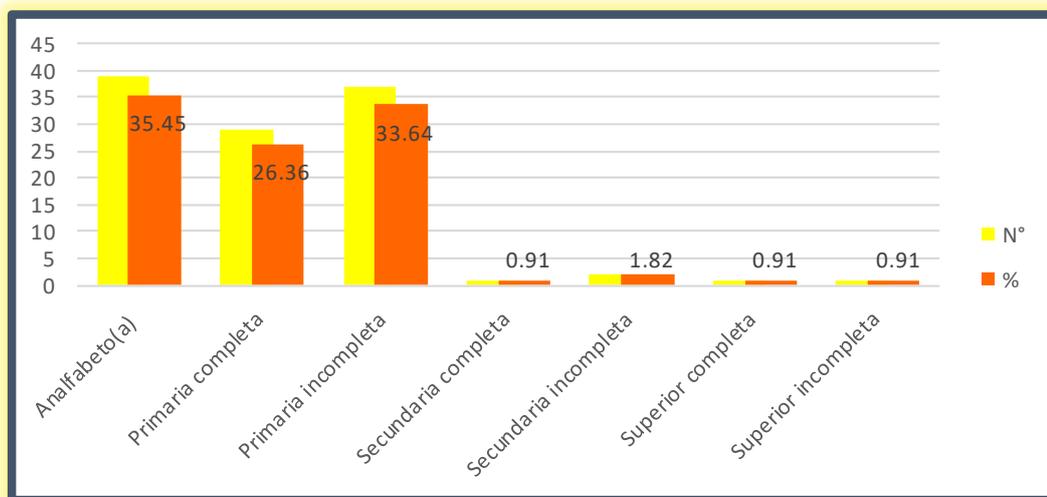
EDAD DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020



Fuente: Factores biosocioculturales. Elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a las personas adultas del centro poblado Rayán – Yungay, 2020.

GRÁFICO 4

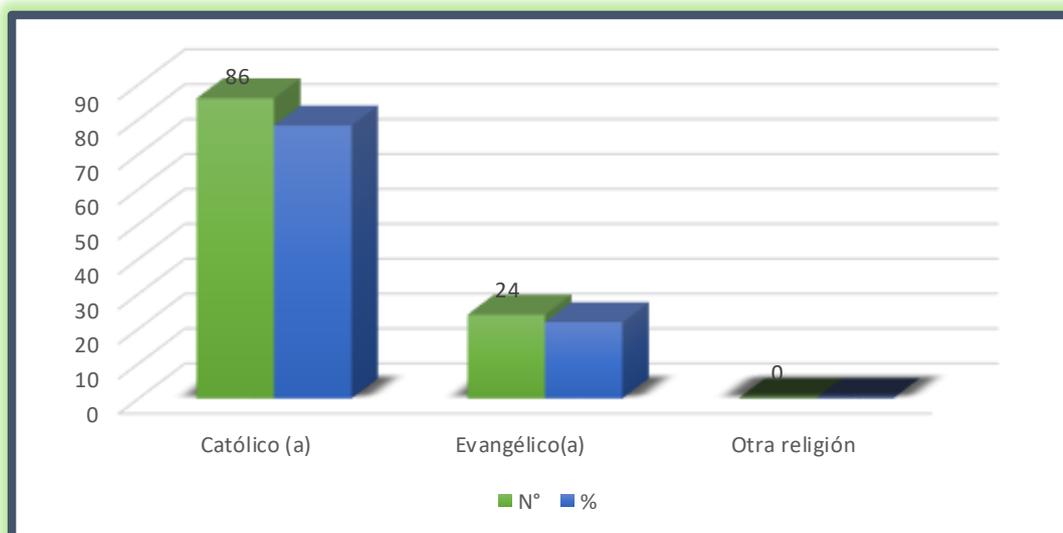
GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020



Fuente: Factores biosocioculturales. Elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a las personas adultas del centro poblado Rayán – Yungay, 2020.

GRÁFICO 5

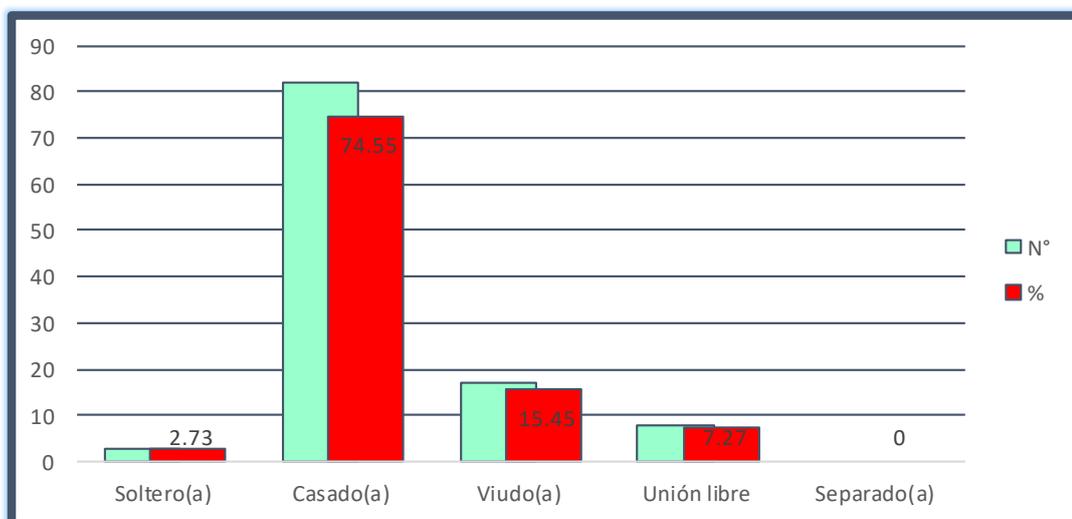
RELIGIÓN DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020



Fuente: Factores biosocioculturales. Elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a las personas adultas del centro poblado Rayán – Yungay, 2020.

GRÁFICO 6

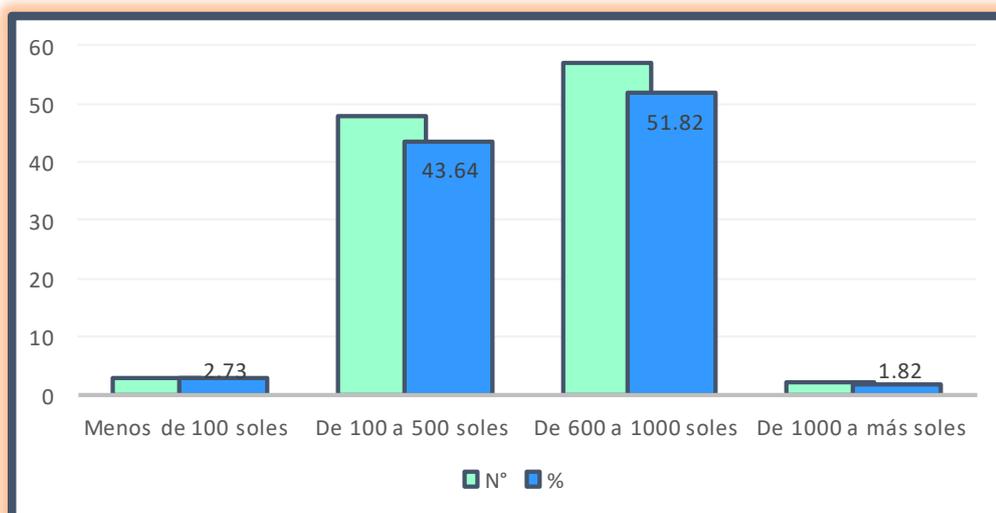
ESTADO CIVIL DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020



Fuente: Factores biosocioculturales. Elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a las personas adultas del centro poblado Rayán – Yungay, 2020.

GRÁFICO 7

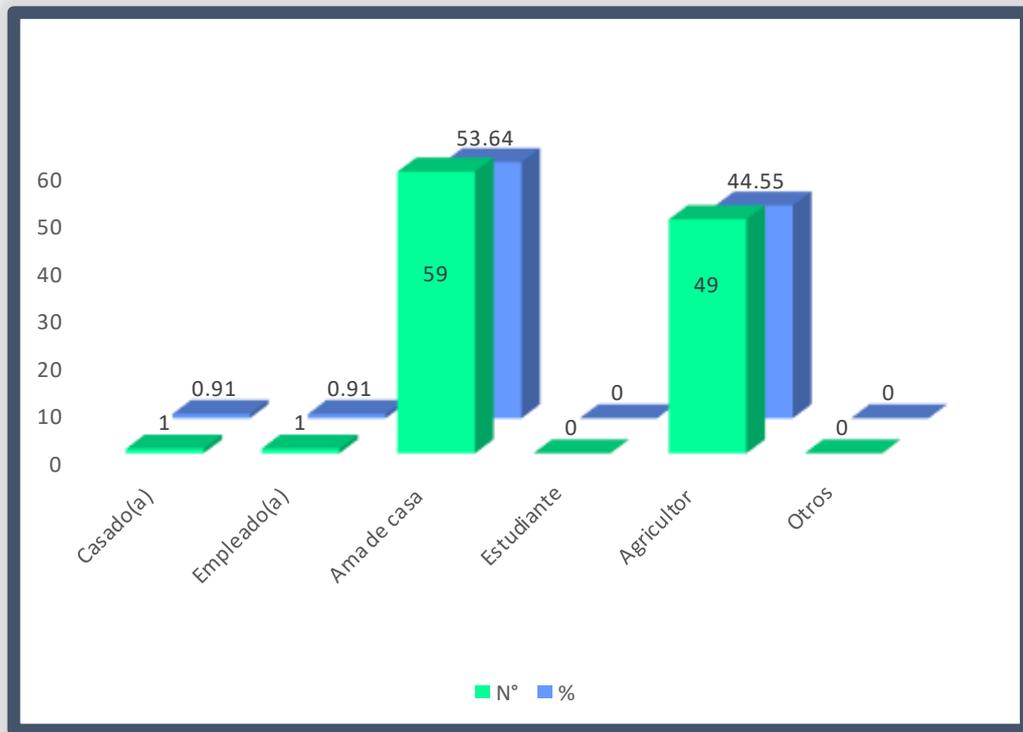
INGRESO ECONÓMICO DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020



Fuente: Factores biosocioculturales. Elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a las personas adultas del centro poblado Rayán – Yungay, 2020.

GRÁFICO 8

OCUPACIÓN DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020



Fuente: Factores biosocioculturales. Elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a las personas adultas del centro poblado Rayán – Yungay, 2020.

RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES BIOSOCIOCULTURALES Y ESTILOS VIDA DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020

TABLA 3

FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILOS DE VIDA DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020

EDAD	ESTILOS DE VIDA				TOTAL		Prueba de chi cuadrado			
	no saludable		saludable							
	n°	%	n°	%	n°	%	Chi cal	2.559592		
20 a 35 años	31	28,18	6	5,45	37	33,64			Chi tabla	5.9914645
36 a 59 años	48	43,64	11	10,00	59	53,64				
60 a más años	9	8,18	5	4,55	14	12,73				
Total	88	80,00	22	20,00	110	100,00	No existe relación estadísticamente significativa entre las variables.			

SEXO	ESTILOS DE VIDA				TOTAL		Prueba de chi cuadrado			
	no saludable		saludable							
	n°	%	n°	%	n°	%	Chi cal	0.0092		
Femenino	49	44,55	12	10,91	61	55,45			Chi tabla	3.8415
Masculino	39	35,45	10	9,09	49	44,55				
Total	88	80,00	22	20,00	110	100,00			No existe relación estadísticamente significativa entre las variables.	

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender y Díaz R, Reyna E, Delgado R, aplicado a las personas adultas del centro poblado Rayán – Yungay, 2020.

TABLA 4

FACTORES CULTURALES Y ESTILOS DE VIDA DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020

GRADO DE INSTRUCCIÓN	ESTILOS DE VIDA				TOTAL		Prueba de chi cuadrado
	no saludable		saludable		n°	%	
	n°	%	n°	%			
Analfabeto(a)	31	28,18	8	7,27	39	35,45	Chi cal = 2.5920580 Chi tabla = 12.591587
Primaria completa	23	20,91	6	5,45	29	26,36	
Primaria incompleta	30	27,27	7	6,36	37	33,64	
Secundaria completa	1	0,91	0	0,00	1	0,91	
Secundaria incompleta	1	0,91	1	0,91	2	1,82	
Superior completa	1	0,91	0	0,00	1	0,91	
Superior incompleta	1	0,91	0	0,00	1	0,91	
Total	88	80,00	22	20,00	110	100,00	
RELIGIÓN	ESTILOS DE VIDA				TOTAL		Prueba de chi cuadrado
	no saludable		saludable		n°	%	
	n°	%	n°	%			
Católico (a)	68	61,82	18	16,36	86	78,18	Chi cal = 0.2131783 Chi tabla = 5.9914645
Evangélico(a)	20	18,18	4	3,64	24	21,82	
Otra religión	0	0,00	0	0,00	0	0,00	
Total	88	80,00	22	20,00	110	100,00	No existe relación estadísticamente significativa entre las variables.

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, Díaz R, Reyna E, Delgado R, aplicado a las personas adultas del centro poblado Rayán – Yungay, 2020.

TABLA 5

**FACTORES SOCIALES Y ESTILOS DE VIDA DE LAS PERSONAS ADULTAS
DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN – YUNGAY, 2020**

ESTADO CIVIL	ESTILOS DE VIDA				TOTAL		Prueba de chi cuadrado	
	no saludable		saludable		n°	%	Chi cal	Chi tabla
	n°	%	n°	%				
Soltero(a)	1	0,91	2	1,82	3	2,73	6.1124313	
Casado(a)	68	61,82	14	12,73	82	74,55		
Viudo(a)	14	12,73	3	2,73	17	15,45	9.487729	
Unión libre	5	4,55	3	2,73	8	7,27		
Separado(a)	0	0,00	0	0,00	0	0,00		
Total	88	80,00	22	20,00	110	100,00	No existe relación estadísticamente significativa entre las variables.	
INGRESO ECONÓMICO	ESTILOS DE VIDA				TOTAL		Prueba de chi cuadrado	
	no saludable		Saludable		n°	%	Chi cal	Chi tabla
	n°	%	n°	%				
Menos de 100 soles	2	1,82	1	0,91	3	2,73	2.4547697	
De 100 a 500 soles	41	37,27	7	6,36	48	43,64		
De 600 a 1000 soles	43	39,09	14	12,73	57	51,82	7.8147279	
De 1000 a más soles	2	1,82	0	0,00	2	1,82		
Total	88	80,00	22	20,00	110	100,00	No existe relación estadísticamente significativa entre las variables.	
OCUPACIÓN	ESTILOS DE VIDA				TOTAL		Prueba de chi cuadrado	
	no saludable		Saludable		n°	%	Chi cal	Chi tabla
	n°	%	n°	%				
Casado(a)	0	0,00	1	0,91	1	0,91	4.3228987	
Empleado(a)	1	0,91	0	0,00	1	0,91		
Ama de casa	48	43,64	11	10,00	59	53,64	11.070498	
Agricultor	39	35,45	10	9,09	49	44,55		
Otros	0	0,00	0	0,00	0	0,00		
Total	88	80,00	22	20,00	110	100,00	No existe relación estadísticamente significativa entre las variables.	

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist y Pender, Díaz R, Reyna E, Delgado R, aplicado a las personas adultas del centro poblado Rayán – Yungay, 2020.

5.2. Análisis de los resultados

TABLA 1

Del 100% de las personas adultas encuestadas del Centro Poblado Rayán – Yungay, el 20% (22) tienen estilos de vida saludables y el 80% (88) tienen estilos de vida no saludables.

Los resultados se asemejan a los encontrados por Rafael M, (56) quien concluyó que el 75,2% cuentan con estilo de vida no saludable, mientras que el 24,8% presentó estilo de vida saludable. Así mismo los resultados encontrados coinciden con lo de Aniceto Z, (57). Donde se observó que el 93% tienen estilos de vida no saludable y un 7% tienen estilos de vida saludables. Semejándose, también con el estudio de Dioses C, (58). En su investigación realizada encontró que el 79,1% presentan estilos de vida no saludables y solo el 20,9% practican estilo de vida saludable.

Por otro lado los resultados de la investigación difieren con lo encontrado por Alayo A, (59). Quien señala que el 88,7% tiene estilo de vida saludable, y un porcentaje mínimo del 11,3% no saludables. Así también Echabautis A, Eat al, (60). En su estudio, concluye que del 100% de los adultos que participaron en el estudio, el 51% tienen estilos de vida saludables, mientras que el 49% no presentaron estilo de vida saludable. Siendo diferentes por lo que contrasta a los resultados encontrados en la investigación.

De acuerdo a la OMS, el estilo de vida son los comportamientos o actitudes habituales que hacen los individuos, para estar aparentemente sanos físicamente, psicológicamente, socialmente y/o cognitivamente, del mismo modo la OMS define como el conocimiento que una persona tiene de su lugar en la existencia, con referente al contexto de la cultura y del sistema de valores en las que viven y con relación a sus propósitos, expectativas, normas,

principios e inquietudes. (61)

Una alimentación saludable, es muy importante para el bienestar físico, psicológico y emocional. La mayoría de las personas tienen el pensamiento erróneo de que la dieta solo impide el aumento de peso, pero a decir verdad, está relacionada con la salud para el bienestar física, psicológica y emocional; las personas adultos de la presente investigación, refieren que consumen alimentos 3 veces al día, aparte de las frutas, en gran mayoría consumen productos naturales, los cuales cosechan en sus terrenos de cultivo; no acostumbran a consumir alimentos enlatados, porque frecuentemente son muy costosos y su economía no les alcanza, pero más es porque están acostumbrados a comer sus propios alimentos que siembran en sus chacras.

Las personas adultas del Centro Poblado de Rayán, salen a sus chacras llevando distintos tipos de insumos, entre los cuales está la leña, alimentos y fósforo; los cuales se pueden usar en casos de emergencia, es habitual que los adultos en temporadas de cosecha llevan su papa sancochada como refrigerio, otros alimentos comunes que consumen son: mazamorra de calabaza, sopa de papa (papakashki), es una sopa que está preparada a base de papa, hierbas aromáticas, huevo; este plato cuenta con nutrientes para la persona (vitamina B, B12, grasa, minerales y agua) así también se dedican a la crianza de animales domésticos como: las ovejas, toro, cuyes, aves de corral y cerdos, son criados mayormente para venderlas o también para el consumo propio en las fiestas patronales, aniversario de la comunidad o en matrimonios.

La mayoría de las personas se alimentan inadecuadamente y/o tienen una alimentación poco saludable esto se ve reflejado porque ellos casi diariamente

consumen carbohidratos como: fideos, pan, arroz, papa, harina entre otros todos estos alimentos son altos en carbohidratos y refieren que los alimentos que ellos consumen son ricos y no les importa si son de buena calidad, de esta manera ellos están poniendo en riesgo su salud comiendo más en cantidad que en calidad.

La actividad y ejercicio físico, principalmente se ve manifestada en las caminatas que realizan las personas adultas hacia sus chacras, las cuales son entre 30 a 45 min diarios, esto es porque sus terrenos se encuentran lejos de sus viviendas; al cultivar la tierra, están en constante movimiento de todo el cuerpo. Los ejercicios usuales mejora el funcionamiento de la digestión, de los pulmones y del corazón de cada individuo que lo realiza; es decir ayuda a disminuir el exceso de las calorías ingeridas, ayudando a reducir el riesgo de tener un sobrepeso y obesidad; los deportes que más practican es el futbol; cada fin de semana la población realiza actividades espirituales como: ir a la iglesia, ellos refieren que al ir a la iglesia mejoran su vida espiritual y se acercan más a Dios.

Del mismo modo los pobladores de Rayán, saben que el estrés es un mal que inquieta a casi todas las personas, es decir, nos referimos al estrés agudo, la cual desaparece prontamente, esto se evidencia en los problemas familiares, problemas de economía y/o problemas con los vecinos. Se sabe que hay diversos factores que producen el estrés, generalmente es común ver a los adultos de la comunidad que tienen una vida sencilla, no son comunista, no se preocupan por comprar cosas insignificantes, no acumulan estrés, pastean frecuentemente a sus animales y al trabajar hacen ejercicios de respiración, esto

les ayuda a no estresarse con frecuencia.

Con respecto a la responsabilidad en salud, la mayoría tiene el seguro integral de salud (SIS), pero lo utilizan raras veces, no acuden con frecuencia a realizarse sus chequeos médicos, muchos se auto medican, pero la mayoría prefieren curarse de manera natural con la medicina alternativa, hacen el uso del SIS solo en casos de emergencia, acuden la mayoría al Hospital de Apoyo Yungay; igualmente hacen uso de las medicinas de origen animal, tales como: Aromaterapia, sauma y/o acupuntura; ya que estos ayudan a mejorar la salud de manera significativa, las medicinas tradicionales que usan con más frecuencia son: las infusiones, Shoqmada, se realiza con huevo, periódico, cuy tierno entre otros.

También se observó que en la comunidad existe el apoyo interpersonal, las cuales son manifestadas por amigos o familiares; que prestan su apoyo en situaciones dificultosas, también acostumbran realizar las tareas de cosecha entre familiares, se ayuda a construir viviendas, sembrar, abonar los productos de sembrío, de esta manera al terminar una cosecha se reparten los productos, esto hacen con el fin de agradecer la ayuda ofrecida de parte de la persona.

La autorrealización es la satisfacción de haber alcanzado y cumplido una o más metas personales que forman parte del desarrollo y del potencial humano (62). Las personas adultas de la comunidad de Rayán les gustan los cultivos y son muy alegres cultivando la tierra en sus terrenos, sienten una felicidad inmensa al realizar buenas cosechas de sus chacras ya que les permite alimentar a su familia. Así también en la comunidad educan a sus hijos con la costumbre de respetar a las personas mayores.

El estudio de investigación realizada a las personas adultas de Rayán, muestran que cuentan con estilo de vida no saludables, esto viene a ser una razón por la cual los individuo adquieren malas costumbres, poniendo en riesgo su salud ya que con el pasar del tiempo su salud se va deteriorando, a pesar de las restricciones que tienen los adultos, hallándose entre sus capacidades fundamentales de la experiencia, valores que fueron formando en su hábito diario, otro punto de apoyo a las personas adultas es tener un estilo de vida adecuado.

TABLA 2

En el trabajo ejecutado a las personas adultas del Centro Poblado de Rayán al emplear los materiales de evaluación logramos los resultados que se muestran: Del 100% En factor biológico el 55,45% (61) son de sexo femenino, el 55,64% (59) son de 36 a 59 años, factor cultural el 35,45% (39) son analfabetas, el 78,18% (86) profesan de religión católica, con respecto al factor social el 74,55% (82) son casados, el 51,82% (57) cuentan con ingreso económico de 600 a 1000 soles y finalmente el 55,64% (59) tienen ocupación de ama de casa.

Los resultados son casi similares a los encontrados por Rafael M, (63) que realizó el trabajo de investigación titulado “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la comunidad “Unidos Venceremos” – Huashao – Yungay, 2018”. Reportando que el 45,5% tienen entre 36 y 59 años, el 63,8% son masculinos, en factores culturales el 31,2% cuentan con educación primaria incompleta, el 74,5% son de religión católico, finalmente en los factores sociales del 65,2% su estado civil es de solteros(as), el 68,1%

cuentan con ocupación de obreros y el 43,3% tiene ingreso económico de 100 a 599 soles.

De igual forma se encontró investigación similar realizado por Chero R, (64). En su estudio titulado “Estilos de vida y factores biosocioculturales en el adulto asentamiento humano nuevo Eden - nuevo Chimbote, 2019”. Obteniendo en factores biológicos que el 80% son femeninos, el 67% son de 36 a 59 años, en factores culturales el 52% de adultos cuentan con estudios de primaria incompleta, el 69% profesan la religión católica, factores sociales el 50% de los adultos son convivientes, el 47% cuentan con ocupación ama de casa, el 53% tienen ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles.

Los resultados obtenidos difieren con lo encontrado por Aniceto Z, (65). En su estudio titulado “Estilos de vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Distrito de Caraz – Áncash, 2020”. Del 100% de los adultos el 657,45% tiene edad entre 36 a 59 años, el 59,1% son de sexo masculino, el 32,2% cuentan secundaria incompleta, el 67,8% profesan religión católica, el 40% cuentan con estado civil de unión libre, el 64,3% son agricultores, por último el 42,82% tiene ingreso económico de 600 a 1000 soles.

Los resultados encontrados defieren con lo realizado por Vilela R. (66) en su tesis titulada “Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor que asisten al Puesto de Salud de Mallaritos – diciembre 2017– abril 2018” reportando que del 100% el 76,1% tiene de 60 a 70 años, el 52,2% son de sexo masculino, el 84,8% son analfabetos, el 93,5% son de religión católica, el 52,2% son jubilados, el 60,9% tiene ingreso económico entre 100 a 300 soles.

En el factor biológico está comprendida por la edad y el sexo. La edad adulta de un individuo es una etapa donde adquiere varias cualidades sociales, estas están vinculadas con encontrar o tener un trabajo y/o pareja; la edad de cada persona viene diferenciado por el ritmo de vida de cada una de ellas, a medida que va aumentando la edad de una persona se puede visualizar el cambio constante tanto física, psicológica y espiritualmente (67). El sexo se considera como la condición orgánica, sea femenina o masculino, de animales o plantas, este proviene de términos latinos, se enfoca en la división del sexo en 2 grupos tales como varones y mujeres (68).

En la investigación realizada, se puede observar que en el centro poblado de Rayán, más de la mitad son mujeres esto debido a que hay una gran incidencia de natalidad de este sexo, también lo que llama la atención es que el mayor porcentaje de estas personas adultas tienen estilo de vida no saludable, esto implicaría en la etapa de adulto mayor, donde podrán tener mayor consecuencia de poner en riesgo su salud, de la misma manera se logró determinar que tienen una edad comprendida entre 36 a 59 años, en cual se puede interpretar que los jóvenes de la comunidad buscan y se van a distintos sitios para que puedan salir adelante académicamente, esto con el propósito de tener un futuro mejor, la población masculina está con mayor riesgo ante accidentes ya que están laborando con más frecuencia en sus terrenos, así mismo las mujeres tienen actividades fuertes en su casa y que también ponen en riesgo su salud.

En relación a los factores culturales el 35,45% (39) son analfabetas, el

78,18% (86) profesan de religión católica.

El nivel de instrucción se define como el grado de estudios más altos que ya están terminados o están en curso, sin tener en cuenta si ya están culminados o están definitivamente incompletos (69).

La religión es un sistema de creencias, costumbres y símbolos establecidos en torno a una idea de la divinidad o de lo sagrado. Así, la religión es la doctrina que liga fuertemente al ser humano con dios o los dioses (70).

En Rayán el nivel de educación con más porcentaje fue analfabeta, esto es porque en la cultura de sus antepasados solo estudiaban los varones hasta un cierto grado y no era obligatorio, aquellas personas que tenían una buena economía, era una cultura donde solo se trabajaba para que puedan alimentarse y aprendan lo que es ganarse el dinero con el sudor de la frente, no lo tomaban mucha importancia a los estudios además me refieren que tienen familiares profesionales que no consiguen trabajo.

En el centro poblado de Rayán la mayoría de los adultos profesa religión católica, así como le da libertad su religión, las personas adultas participan casualmente en fiestas patronales, bautizos, matrimonios, promociones donde liban bebidas alcohólicas solo por compromiso pero hay otras personas que si les gusta y llega ingerir la bebida alcohólica hasta perder su uso de razón.

De acuerdo a al factor social el 74,55% (82) son casados, el 51,82% (57) cuentan con ingreso económico de 600 a 1000 soles y finalmente el 55,64% (59) tienen ocupación de ama de casa.

El estado civil se hace referencia a la situación de la persona en relación a una pareja. En nuestro país, son cuatro las posibilidades: se puede ser soltero,

casado, viudo o divorciado (71).

En el centro poblado de Rayán – Yungay se observó que el 74,55% presentan estado civil de casados, esto se debe por sus culturas y costumbres que tiene la dicha comunidad, siendo muy importante la pedida de mano antes del matrimonio, el evento se acompaña con una pequeña reunión familiar donde el hombre va a la casa de la mujer a conversar con los padres. También refieren que cuando se da un embarazo no planificado, se tienen que casar antes de llegar a juntarse formalmente.

La ocupación de una persona hace referencia a lo que ella se dedica; a su trabajo, empleo, actividad o profesión, lo que le demanda cierto tiempo, y por ello se habla de ocupación de tiempo parcial o completo, lo que le resta tiempo para otras ocupaciones (72).

El ingreso familiar o ingreso del hogar son las ganancias que tiene cada familia en su totalidad, es decir ahí están incluidos los salarios, ingresos mensuales o inclusive las ganancias extras (73).

Los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación con relación a los factores sociales evidenció que la mayoría de las personas adultas del centro poblado de Rayán son de estado civil casado, amas de casa y agricultores, cuentan con ingreso económico de 600 a 1000 soles mensuales, casi un promedio de 800 soles, así mismo refieren las personas encuestadas que se casaron por salir gestando a muy temprana edad y como son de la sierra y en su cultura los padres les obligaron casarse, esto es uno de las razones por la cual ya no seguían estudiando y empezaron a dedicarse en la atención de sus esposos y sus hijos, el esposo es quien sustenta la familia buscando trabajo

donde sea y las mujeres hacen los que haceres del hogar.

De igual forma manifiestan que sus ingresos económicos si bien es cierto no son mucho pero cubre todas las necesidades que la familia tiene y viven cómodos con lo que tienen sin envidiar a los demás. Por otro lado refieren que el tener bastante dinero o no, no siempre es el factor principal para tener estilo de vida no saludable.

A todo lo indicado en los factores biosocioculturales, por tal motivo se debe fortalecer la atención de salud con una perspectiva comunitaria con la finalidad de obtener cambios en el estilo de vida de corto y mediano plazo en esta comunidad Periurbana. Del mismo modo sensibilizar y promover a los adultos a que participen frecuentemente en los programas educativos de estilos de vida saludables, igualmente se debe implementar en el Centro Poblado de Rayán. De igual forma brindar orientaciones a los padres de familia sobre la importancia de la educación en sus hijos, para que de esta manera la generación siguiente adquiera bases educativas y más posibilidades de realizar cambios significativos a los estilos de vida que llevan actualmente los adultos del Centro Poblado de Rayán.

TABLA 3

Se muestra la relación de las variables de los estilos de vida y factores biológicos de las personas adultas del Centro Poblado de Rayán – Yungay, 2020. Al relacionar los factores se observa que el 43,64% de las personas adultas son de edad entre 36 a 59 años, así mismo el 44,55% son mujeres donde estos resultados presentan estilos de vida no saludables. Igualmente se muestra que 10% cuentan con edades 36 a 59 años y el 10,91% son mujeres, el cual

presenta estilos de vida saludables.

Relacionando estadísticamente las variables de edad con los estilos de vida usando el Chi – cuadrado con independencia de razonamientos ($\chi^2 = 0,003$; $1gl P = 0,955 > 0,05$), se halló que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables; También se relacionó estadísticamente las variables de sexo con los estilos de vida, haciendo uso del estadístico Chi cuadrado de Independencia de criterios ($\chi^2 = 3,071$; $1gl P = 0,080 > 0,05$) se encontró que no existe relación estadísticamente significativa.

Del mismo modo los resultados encontrados son iguales con de Rafael M, (74) que realizó el trabajo de investigación titulado “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la comunidad Unidos Venceremos – Huashao – Yungay, 2018”. Donde hallo que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables de factor biológico (edad, sexo) y el estilo de vida.

De la misma forma, coinciden en sus resultados Dioses C, (75). En su tesis denominada: “Estilos de Vida y Factores socioculturales en pacientes Adultos, Centro de Salud La Matanza Piura – 2018”; reportando que no hay relación estadísticamente significativa entre las variables factores biológicos (edad y sexo) y los estilos de vida.

Los resultados se difieren con lo encontrado por Vilela R, (76). En su tesis titulada “Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor que asisten al Puesto de Salud de Mallaritos – diciembre 2017– abril 2018” donde reportó que existe relación estadísticamente significativa entre los factores biológicos (edad y sexo) y los estilos de vida.

Del mismo modo estos resultados difieren con lo encontrado por Ordinario C, (77). En su investigación titulada “Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Queshcap – Huaraz, 2018”. En el cual concluye que existe relación estadística significativa entre los estilos de vida de las personas adultas con el sexo y también hay relación entre la edad y el estilo de vida.

Los adultos del centro poblado de Rayán, la mayoría de los encuestados fueron mujeres las cuales presentan estilo de vida saludable a comparación de los varones que se ven más propensos a consumir sustancias nocivas y comidas chatarras. Se les encuentra a las mujeres adultas en casa ya que ellas desempeñan el rol de ama de casa.

Los hombres son el soporte de sus familias ya que ellos salen a trabajar todo el día, por eso no se hallaron a muchos de ellos, los pocos que se encontraron fueron solteros o aquellos que cuentan con grado de instrucción superiores quienes cumplen horario de trabajo menor a los demás trabajadores.

En confrontación con otros estudios se puede observar como hay una similitud con otros investigadores, los cuales consiguieron resultados de que las mujeres suelen tener estilos de vida más saludables a diferencia de los varones, los cuales son más vulnerables a sufrir de patologías crónicas no transmisibles.

Con, seguir con estos estilos de vida no saludables a largo plazo, las personas adultas del Centro Poblado de Rayán, poseerán mayores posibilidades de generar enfermedad, principalmente las degenerativas como: la diabetes mellitus, la presión alta, nivel de colesterol y triglicéridos por encima de los

valores normales, igualmente el sobrepeso, la obesidad, dolor articular y muscular, los cuales generan la baja autoestima, dificultad para confrontar situaciones de estrés, creando posibilidades de padecer trastornos del estado de ánimo. Es preciso la mejora y cambio de hábitos alimenticios, de igual forma se debe sensibilizar a las personas, para que tomen conciencia de las conductas alimenticias de las causas y consecuencias que traen de llevar estilos de vida menos saludables.

TABLA 4

Correspondientemente al estilo de vida y factores culturales de las personas adultas del Centro Poblado de Rayán – Yungay, 2020. Al relacionar los factores se encontró que el 28,18% son analfabetas y el 61,82% son católicos estos resultados presentan estilos de vida no saludable. También se observa que el 7,27% son analfabetas y el 16,36% son católicos los cuales representan estilos de vida saludables.

Dando relación al grado de instrucción con los estilos de vida, usando el estadístico Chi – cuadrado de independencia ($\chi^2 = 10,318$; 6gl y $P > 0,05$) hallamos que no hay relación estadísticamente significativa entre las variables. Igualmente se muestra la relación entre la religión y los estilos de vida, haciendo uso del estadístico Chi cuadrado de Independencia ($\chi^2 = 0,161$; 1gl y $P > 0,05$) se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre la religión y los estilos de vida.

De igual forma se encontró investigación similar realizado por Chero R, (78) en su estudio titulado “Estilos de vida y factores biosocioculturales en el adulto asentamiento humano nuevo Eden - nuevo Chimbote, 2019”. Donde

halló que no existe relación estadísticamente significativa entre los factores culturales (religión y grado de instrucción) con los estilos de vida.

De la misma forma, coincide en sus resultados Dioses C, (79). En su tesis denominada: “Estilos de Vida y Factores socioculturales en pacientes Adultos, Centro de Salud La Matanza Piura – 2018”. Evidenciando que al relacionar el grado de instrucción con los estilos de vida no existe ninguna relación estadísticamente significativa entre las variables, de igual manera no existe relación estadística significativa entre el estilo de vida y la religión.

También se puede observar que los resultados de la investigación presente se difieren con de Alayo A, (80). En su tesis denominada “Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Asentamiento Humano Bello Sur - nuevo Chimbote, 2019”. Reportando que al relacionar las variables grado de instrucción y religión con los estilos de vida, se encontró que existe relación estadísticamente significativa entre las variables.

Los resultados encontrados difieren con lo encontrado por Vilela R. (81), en su tesis titulada “Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor que asisten al Puesto de Salud de Mallaritos – diciembre 2017– abril 2018” reporta que si existe relación estadísticamente significativa entre la variable de factor cultural (grado de instrucción y religión) con los estilos de vida.

En relación de estilos de vida y grado de instrucción de los habitantes del Centro Poblado de Rayán, menos de la mitad son analfabetas, por esta razón no pueden desear muchos trabajos y se ven obligados a trabajar como agricultores, amas de casa o empleados, siendo la causa principal por la cual se

pasan todo el día fuera de casa, pero a pesar de todo se toman un tiempo cada fin de semana para compartir en familia, con respecto a su estilo de vida presentan mayor porcentaje de no llevar un estilo de vida inadecuada, es decir no saludable para la salud de la persona.

Encontramos que no existe relación $p > 0,05$ entre las variables, aun sin contar con un grado de instrucción superior por medio de su trabajo, los adultos maduros se esfuerzan arduamente, para cambiar la falta de educación y sacar en adelante sus familias.

En relación al estilo de vida y la religión, la mayoría profesan religión católica, fundamentados en estilo de vida encontrados podemos decir, que la religión de estos adultos favorece para que lleven estilos de vida saludables, como se sabe las religiones se rigen bajo diversas normas los cuales están basados para no caer en vicios (perjudicar la salud) esto podría ser el consumo de sustancias toxicas como el alcohol, tabaco, fumar cigarrillos, así mismo exhortan a sus creyentes a llevar una vida sana y libre de pecados , esto se refleja en los resultados obtenido en la investigación donde encontramos un porcentaje de adultos mayores con un estilo de salud saludable, así mismo se encontró que no se aplica contraste de hipótesis ya que más del 20% de las frecuencias son mayores a 5 entre la religión y los estilos de vida.

De lo señalado y a la situación expuesta en que se encuentran las personas adultas del Centro Poblado de Rayán, con la finalidad de equilibrar la situación indicada, una propuesta sería esparcir el área de información en el centro poblado de Rayán, brindando trípticos, sesiones educativas, entre otros, acerca de la importancia de la calidad de alimenticia y como tener una vida saludable,

del mismo modo, concientizar a los adultos de realizar y participar en las fiestas patronales con responsabilidad, y más que todo evitando la generación de agresiones y violencias .

TABLA 5

Respectivamente la relación entre los factores sociales y los estilos de vida de las personas adultas del Centro Poblado de Rayán – Yungay, el 61,82% son casados, el 39,09% tienen ingreso económico de 600 a 1000 soles y el 43,64% cuentan con ocupación de ama de casa estos muestran estilos de vida no saludables. Así mismo se observa que el 12,73% son casados, el 12,73% cuentan con ingreso económico de 600 a 1000 soles y el 10% cuentan con ocupación de ama de casa; estos representan los estilos de vida saludables.

Relacionando el estado civil con los estilos de vida utilizando el estadístico Chi-Cuadrado de independencia ($\chi^2=3,130$; 3gl y $p>0,05$) hallamos que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables. También se da conocer la relación con el ingreso económico y los estilos de vida, haciendo uso del estadístico Chi Cuadrado de Independencia ($\chi^2 = 17,706$; 4gl y $p 0,05$), hallamos que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables. Así mismo se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre la ocupación y los estilos de vida.

Además se encontró investigación similar realizado por Aniceto Z, (82) En su estudio “Estilos de vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Distrito de Caraz – Áncash, 2020”. Donde muestra que al relacionar la variable de factores sociales (estado civil, ingreso económico y ocupación) encontramos que no existe ninguna relación estadísticamente significativa con

la variable de los estilos de vida.

De la misma forma, coinciden en sus resultados Dioses C, (83). En su tesis denominada: “Estilos de Vida y Factores socioculturales en pacientes Adultos, Centro de Salud La Matanza Piura – 2018”. Donde halló que no existe ninguna relación estadística significativa en el factor social (estado civil, ocupación e ingreso económico) con los estilos de vida.

Los resultados difieren a los encontrados por Rafael M, (84) que realizó el trabajo de investigación titulado Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la comunidad “Unidos Venceremos” – Huashao – Yungay, 2018”. Donde presento la relación de los factores sociales y estilos de vida reportando que si existe relación estadística significativa entre el estado civil y estilos de vida, de igual manera encontró que hay relación estadística significativa entre ocupación y los estilos de vida finalmente también se encontró que si existe relación significativa entre ingreso económico y estilos de vida.

Los resultados encontrados difieren con lo encontrado por Vilela R. (85), en su tesis titulada “Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor que asisten al Puesto de Salud de Mallaritos – diciembre 2017– abril 2018” donde halló que si existe relación estadísticamente significativa entre el factor social (estado civil, ocupación e ingreso económico) y los estilos de vida de las personas adultas.

Con relación al factor social y estilos de vida, se obtuvo que los casados obtuvieran el 61,82% con estilos de vida no saludables, esto se ve reflejado por que los adultos refirieren que en pareja salen trabajar desde horas muy

temprana, en mayoría el esposo es el que trabaja y es el sostén del hogar y la esposa se encarga de la crianza de los hijos, de los que haceres de la casa, cuidar de sus animales, etc. En muchos casos la adulta lleva el almuerzo a sus esposos a sus chacras para así poder ahorrar. En relación del factor social y estilo de vida, se encontró en ocupación que no se aplica contraste de hipótesis ya que no existe relación estadista, por este motivo el grado de instrucción analfabetas y primaria incompleta les permite a los adultos maduros a tener una vida con un ingreso económico suficiente para mantener a sus familias, sin embargo un estudio refuto lo encontrado donde se halló que si existe relación entre las variables donde encontramos que el grado de instrucción influye sobre el ingreso económico y este no llega a la canasta básica familiar.

En relación al factor social y estilos de vida, se obtuvo los siguiente resultados: El ingreso fue de 600 a 1000 soles mensuales, esto se ve reflejado a que todos en la población trabajan, cada uno en sus respectivas de la misma manera refieren que el dinero que ganan es administrado por la mujer, en la investigación se obtuvo resultados de ellas son las que administran mejor los bienes y son las encargadas de distribuirlos. Este ingreso económico también se ve reflejado en la educación que tienen los adultos maduros los cuales no pueden optar por un mejor empleo. Esta realidad se ve expresada en la vida de los habitantes los cuales tienen trabajos en sus charas, superan las horas del trabajador, esto para poder llevar el sustento a sus familias y que no les falte nada.

En síntesis, las personas adultas casadas del Centro Poblado de Rayán, presentan estilo de vida no saludable, probablemente es debido a que no

mantienen una unión en pareja lo cual no refuerza la responsabilidad de mantener su propia salud y la de su familia; la otra variable en mención es la ocupación que, donde el hecho de que los adultos del centro poblado de Rayán cuenten con un empleo para poder sobrevivir y satisfacer sus necesidades de la forma más limitada, pueden contar con características de ser estable o no, de ser optimas o deplorables, lo cual refleja el estado de salud en que se encuentran los adultos con empleo, que en su mayoría presentan estilos de vida poco saludables, puesto que la última variable que es el ingreso económico refleja que los ingresos de la mayor parte de los adultos está por debajo de la canasta familiar el cual no permite satisfacer las necesidades básicas, por lo que el ingreso económico influye de manera significativa al estilo de vida.

Por tal motivo la mayoría de los adultos del centro poblado de Rayán no cuentan con los recursos suficientes que cubran todos los gastos que requiere su hogar, siendo el ingreso económico la variable condicionante para que los adultos tengan o no un estilo de vida saludable, el poco empleo, el nivel de ingreso que se genera a causa de esta, refleja el mayor porcentaje de adultos no presentan un estilo de vida saludable en el centro poblado de Rayán. Dando a modo de recomendación de que el alcalde a cargo del distrito de Yungay, realice obras entre ellos una mejora del establecimiento de salud y de otras donde se pueda dar empleo a los adultos del centro poblado en mención, también invertir en la adecuación, como también concientizar a los padres de hablar con sus hijos sobre la sexualidad para que la generación joven tenga más oportunidades de crecimiento cultural y socialmente.

VI. CONCLUSIONES

De acuerdo a los resultados obtenidos en la investigación se llegó a las siguientes conclusiones que responden cada una de ellas a los objetivos planteados:

- En estilos de vida la mayoría de las personas adultas del centro poblado de Rayán tienen estilos de vida no saludables, mientras que solo un porcentaje mínimo cuenta con estilo de vida saludable.
- En relación a los factores biosocioculturales la mayoría profesan la religión católica, estado civil son casados, más de la mitad son del sexo femenino, tienen edad comprendida entre 36 a 59 años, ingreso económico entre 600 a 1000 soles, con ocupación de ama de casa, menos de la mitad de los adultos son analfabetos.
- Finalmente, al relacionar la prueba de chi cuadrado entre las variables de factores biosocioculturales y estilos de vida se evidencia que no existe relación estadísticamente significativa $p > 0,05$ con la edad, sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ingreso económico y ocupación de los adultos del centro poblado de Rayan.

ASPECTOS COMPLEMENTARIOS

- Difundir los resultados alcanzados del presente trabajo de investigación, con la finalidad de beneficiar y contribuir con la mejora de conocimientos con respecto a los estilos de vida y factores biosocioculturales de las personas adultas del centro poblado de Rayán – Yungay.
- Promover programas promocionales-preventivos dirigidos a las personas adultas del puesto de salud de Rayán, con sesiones educativas, demostrativas teniendo en cuenta los factores de riesgo que influyen en los estilos de vida, con el propósito de brindar una atención de calidad evitando de esta manera las enfermedades no transmisibles y la morbimortalidad.
- También se propone ejecutar otros estudios de investigación, teniendo en cuenta los resultados obtenidos, utilizando las variables de costumbres, cultura y procedencia, que cedan a explicar, entender e intervenir en el problema de las personas.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS:

1. Ministerio de educación. Hábitos de vida saludable [Internet]. Currículum Nacional. 2019 [citado 2022 abril 04]. p. 46–53. Disponible en: URL: <https://www.curriculumnacional.cl/614/w3-article-90157.html>.
2. Organización Mundial de la Salud. La OMS recibe nuevas recomendaciones para frenar el flagelo mortal de las enfermedades y factores biosocioculturales [Internet]. Organización Mundial de la Salud. 2019 [citado 2022 abril 04]. Disponible en: URL: <https://www.who.int/es/news-room/detail/10-12-2019-who-gets-new-advice-oncurbing-deadly-noncommunicable-diseases>.
3. Organización Mundial De La Salud. Enfermedades no transmisibles 2021. [internet]. Chimbote: [Citado 15 Abr 2022]. Disponible desde el URL: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs355/es/>.
4. Organización Mundial de la Salud. Un nuevo informe de la OMS define la salud y los esfuerzos por abordar las principales causas de mortalidad urbana [Internet]. Organización Mundial de la Salud. 2019 [citado 2020 Abril 15]. Disponible en: URL: <https://www.who.int/es/news-room/feature-stories/detail/new-who-report-to-bolsterefforts-to-tackle-leading-causes-of-urban-deaths>.
5. Organización Panamericana de la Salud (OPS), Universidad de Washington. Las dimensiones económicas de las enfermedades no transmisibles en América Latina y el Caribe [Internet]. Tercera. Legetic B, Medici A, Hernández M, Alleyne G, Hennis A, editors. EE.UU: DCP3; 2021 [cited 2022 Marz 19]. Available from: URL: <http://iris.paho.org/xmlui/handle/123456789/33994>.
6. Organización Mundial de la Salud. Sala de información y análisis en salud [Internet]. Perú. 2018 [cited 2022 Marz 19]. Available from: URL:

<http://siaperu.paho.org/SIA/index.php/saladesituacion#/categorie/9/enfermedades-notransmisibles>.

7. Maxs M, Alberti L, Espeso N. Estilos saludables de vida y su relevancia en la salud del individuo. Humanidades Médicas [Internet]. 2018 [cited 2022 Marz 19]; 5 (2). Disponible en: URL: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S172781202005000200006.
8. Sanita.es. Hábitos de vida saludable (sobre peso, obesidad y mal nutrición) (internet). Madrid España; Autor corporativo; 2020 (15 Abr 2022). Disponible en: URL: https://www.sanitas.es/sanitas/seguros/es/particulares/biblioteca-de-salud/estilo-vida/prepro_080021.html.
9. Codigof. Indicadores Básicos de la Situación de Salud en las Américas 2018, de la OPS [Internet]. Organización Panamericana de la Salud. 2021 [citado 2022 Marz 27]. pag. (4) Disponible en: URL: <https://codigof.mx/indicadores-basicos-de-la-situacion-de-saluden-las-americas-2018-de-la-ops/>.
10. Ministerio de Salud. Ministerio de Salud presenta Compendio de indicadores básicos de género, salud y desarrollo. [Internet]. Gobierno del Perú. 2021 [citado 2022 Marz 27]. Disponible en: URL: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/-26307-ministerio-de-salud-presenta-compendio-de-indicadores-basicos-de-generosa-lud-y-desarrollo>.
11. Instituto nacional de estadística e informática. Esperanza de vida de población peruana aumentó en 15 años en las últimas cuatro décadas [Internet]. Lima; 2021 [citado 2022 abril 15]. Disponible en: URL: <http://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/esperanza-de-vida-de-poblacion-peruana->

[aumento-en-15-anos-en-las-ultimas-cuatrodecadas-8723/](#)

12. Dirección regional de salud Ancash. Conferencia de prensa y lanzamiento por el día mundial de la hipertensión arterial [Internet]. Dirección regional de salud Ancash. 2020 – 2021 [citado 2022 Marz 27]. Disponible en: URL: <https://diresancash.gob.pe//portal/index.php/notas-prensa/item/385-conferencia-de-prensa-y-lanzamiento-por-el-dia-mundial-de-la-hipertension-arterial%7d>.
13. Herrero A. La mala alimentación mata a más gente en el mundo que el tabaco [Internet]. El mundo. 2020 [citado 2022 abril 27]. Disponible en: URL: <https://www.elmundo.es/ciencia-y-salud/salud/2019/04/04/5ca5004121efa087-6a8b466a.html>.
14. Red Huaylas Norte, Sistema de vigilancia comunal. Fichas familiares del centro poblado de Rayan – Yungay, 2020.
15. Aguirre F, Arevalo F. Estilos de Vida en Pacientes de la clínica Integral del Adulto III y IV de la Universidad Santiago de Cali – Colombia. [Tesis licenciatura]. Colombia: Universidad Santiago De Cali Facultad De Salud; 2019. [Citado 28 de Marz del 2022]. Disponible en: URL: <https://repository.usc.edu.co/bitstream/handle/20.500.12421/3910/ESTILOS%20DE%20VIDA?sequence=3&isAllowed=y>.
16. Raimondo E, Et al. Estilos de vida y la determinación de hábitos alimentarios en adultos del Gran Mendoza, Argentina. [Tesis licenciatura]. Argentina: Universidad Juan Agustín Maza; 2018. [Citado 28 de Marz del 2022]. Disponible en: URL: <http://repositorio.umaza.edu.ar/bitstream/handle/00261/906/35%20Raimondo.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

17. Guaján M. Relación entre el estado nutricional y estilos de vida en pacientes adultos con diabetes mellitus tipo 2 que reciben atención en el centro de salud de san roque, cantón Antonio Ante, 2018 [Tesis de pregrado en Internet]. ; 2019 [cited 28 de Marz del 2022]. Disponible en: URL: <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/8964>.
18. Flores Torres N. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del nuevo amanecer la Joya – Arequipa. [Tesis licenciatura]. Huaraz: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2018. [Citado 28 de junio del 2021]. Disponible en: URL: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3072/ADULTO_ESTILO_DE_VIDA_FLORES_TORRES_NOEMI%20_NOELIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
19. Echabautis A, Gomez Y, Zorrilla A. Estilos de vida saludable y factores biosocioculturales en los adultos de la agrupacion familiar Santa Rosa de San Juan de Lurigancho. [Tesis licenciatura]. Lima: Universidad María Auxiliadora; 2019. [Citado 28 de junio del 2021]. Diponible en: URL: <http://191.98.185.106/bitstream/handle/UMA/206/472019%20%28Final%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
20. Dioses Rodriguez C. Estilos de Vida y Factores socioculturales en pacientes Adulto, Centro de Salud La Matanza Piura. [Tesis licenciatura].Piura: Universidad San Pedro; 2018. [Citado 28 de junio del 2021] Disponible en: URL: http://repositorio.usanpedro.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/11831/Tesis_60127.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

21. Aniceto Z. Estilos de vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Distrito de Caraz – Áncash. [Tesis licenciatura]. Huaraz. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2020 [Citado 28 de Marzo del 2022] Disponible en: URL:http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19047/ES_TILOS_FACTORES_ANICETO_TOLENTINO_ZENON_ANTONIO.pdf?sequence=1.
22. Soriano A. Estilos de vida y Factores biosocioculturales de los Adultos del Centro Poblado de Shiqui – Cátac. [Tesis licenciatura]. Chimbote. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2020 [Citado 28 de Marzo del 2022] Disponible en: URL:http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/16781/ADULTOS_ESTILO_DE_VIDA_SORIANO_CORONEL_AMY_MINERVA.pdf?sequence=1.
23. Rafael M. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la comunidad unidos venceremos – Huashao – Yungay. [Tesis licenciatura]. Piura: Universidad San Pedro; 2018. [Citado 28 de junio del 2021] Disponible en: URL: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/8518>.
24. Organización panamericana del sur, Organización Mundial de la Salud. El honorable Marc Lalonde: Artículo: New perspective on the health of Canadians: 28 years later. Marc Lalonde. Revista Panamericana de la Salud Pública. 2017 12(3), 200. Disponible en: URL: <https://www.paho.org/es/heroes-salud-publica/honorable-marc-lalonde>.
25. De La Guardia M. Ruvalcaba J. La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria. JONNPR [Internet]. 2020 Ene [citado 2022 Abr 09]; 5 (1): 81-90. Disponible en: URL: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2529-850X2020000100081&lng=es.

26. Salud y Poesía. Informe Lalond. [Internet]. 2020 [citado 2022 Abr 09]; Disponible en: URL: <https://saludypoesia.wordpress.com/>.
27. Villar M. Factores determinantes de la salud: Importancia de la prevención. Acta méd. peruana [Internet]. Actualizado el 10 de julio del 2018 [citado 2022 Abr 09]; 28(4): 237-241. Disponible en: URL: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1728-59172011000400011&lng=es.
28. Tassano E. El estilo de vida, determinante primordial de la salud [Internet]. Diario de la epoca. 2016 [citado 2020 jun 4]. Disponible en: URL: <http://diarioepoca.com/539521/elestilo-de-vida-determinante-primordial-de-la-salud/>.
29. Arrechadora I. Nola Pender: Biografía y Teoría [Internet]. Lifeder. 2015 [citado 2022 Abr 09]; Disponible en: URL: <https://www.lifeder.com/nola-pender/>.
30. Aristizábal G, Blanco D, Sánchez A, Ostiguín R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. 2016; 8(4):16–23. Disponible en: URL: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665706320110-00400003.
31. Bazzani LC, Sánchez AIM. Workplace health promotion: A path to follow. Cienc e Saude Coletiva. 2016 Jun 1; 21 (6):1909–20. Disponible en: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-81232016000601909&script=sci-abstract>.
32. Aristizábal G. Blanco D. Sánchez A. Ostiguín R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender: Una reflexión en torno a su comprensión. Enferm.

- univ [revista en la Internet]. 2018 Dic [citado 2022 Abr 09]; 8(4): 16-23.
Disponible en: URL:
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S166570632011000400003&lng=es.
33. Laguado Jaimes Elveny, Gómez Díaz Martha Patricia. ESTILOS DE VIDA SALUDABLE EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA EN LA UNIVERSIDAD COOPERATIVA DE COLOMBIA. *Hacia promoc. Salud* [Internet]. junio de 2019 [consultado el 8 de abril de 2022]; 19(1): 68-83. Disponible en: URL:
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S012175772014000100006&lng=en.
34. Raile A. Tomey M. *Modelos y Teorías en enfermería*. Barcelona; España: Elsevier. (p) (503-523); 2015. [consultado el 8 de abril de 2022]. Disponible en: URL: <http://teoriasenfermeras.blogspot.com/2013/06/teoria-de-la-enfermeria-modelo-de.html>.
35. Organización Mundial de la salud. *Estilos de vida y Promoción de la Salud: material didáctico. Tema 4: Determinantes de salud. Modelos y teorías del cambio en conducta de salud*. [Internet]. 2017 [citado 2020 jun 18]. Disponible en: URL: <http://grupo.us.es/estudiohbsc/images/pdf/formacion/tema4.pdf>.
36. Tassano E. El estilo de vida, determinante primordial de la salud [Internet]. *Diario de la época*. 2016 [consultado el 8 de abril de 2022]. Disponible en: URL: <http://diarioepoca.com/539521/el-estilo-de-vida-determinante-primordial-de-la-salud/>.
37. Gobierno de la República de Honduras. *Guía de estilos de vida saludable en el ámbito laboral* [Internet]. Tegucigalpa M.D.C.: Gobierno de la República de Honduras; 2016 [citado 2020 jun 4]. Disponible en: URL:

https://www.paho.org/hon/index.php?option=com_docman&view=download&alias=382-estilos-vida-saludable-actividad-fisica&category_slug=desarrollo-humanosostenible-y-estilos-de-vida-sal&Itemid=211.

38. Sanitas. Hábitos de vida saludable [Internet]. Sanitas. 2018 [citado 2020 jul 4]. Disponible en: URL: https://www.sanitas.es/sanitas/seguros/es/particulares/biblioteca-de-salud/estilo-vida/prepro_080021.html.
39. Acevedo G, Martínez D, Utz L. La salud y sus determinantes. La salud pública y la medicina preventiva. Man Med Prev y Soc [Internet]. 2017 [consultado el 8 de abril de 2022]; I:15. Disponible en: URL: <http://preventivaysocial.webs.fcm.unc.edu.ar/files/-2014/04/MPyS-1-Unidad-1-Determinantes-de-la-Salud-V-2013.pdf>.
40. Doktuz. Estilos de Vida Saludable [Internet]. Doktuz. 2017 [consultado el 8 de abril de 2022]. Disponible en: URL: <https://www.doktuz.com/wikidoks/prevencion/estilos-de-vidasaludable.html>.
41. Bembibre C. Estado Civil. Sitio: Definición ABC; Ago 2017 [consultado el 8 de abril de 2022]. URL: <https://www.definicionabc.com/derecho/estado-civil.php>.
42. National Geographic. Qué es la religión. | National Geographic [Internet]. 2016 [citado 2020 jul 27]. Disponible en: <https://www.nationalgeographic.es/historia/que-es-la-religion>
43. Instituto Vasco de Estadística. Definición Nivel de instrucción [Internet]. Eustat. 2017 [citado 2020 jul 4]. Disponible en: URL: https://www.eustat.eus/-documentos/opt_0/tema_165/elem_2376/definicion.html.
44. Hernández S, Fernández C, Baptista P. Metodología de la Investigación [Internet]. Sexta. México D.F: McGrawHill; 2019 [citado 2022 abril 15]. Disponible en:

- URL: <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>.
45. Rojas M. Tipos de Investigación científica: Una simplificación de la complicada incoherente nomenclatura y clasificación [En línea]. Rev. Electrón. Vet. 2015 [Citado 2021 May. 04]; 16(1): 1-14. URL disponible en: URL: <http://www.redalyc.org/pdf/636/63638739004.pdf>.
 46. Ministerio de Salud Pública. Guía práctica de la salud para el adulto [Internet]. Tucuman; 2017 [citado 2020 jul 4]. Disponible en: URL: http://msptucuman.gov.ar/wordpress/wpcontent/uploads/2017/07/Libro_ADULTOS-MAYORES_Min_Salud_Tucuman.pdf
 47. Bastida R, Valdez J, Valor I, González N, Rivera S. REVISTA ARGENTINA. Rev Argentina Clínica Psicológica. Factores Biosocioculturales de la persona adulta. [Internet]. 2017 [citado 2020 Mar 27]; 26:95–102. Disponible en: URL: <https://www.redalyc.org/pdf/2819/281950399009.pdf>.
 48. Vargas E, Espinoza R. Tiempo y edad biológica. Arbor [Internet]. 2018 Apr 30 [citado 2020 jul 27]; 189 (760):a022. Disponible en: URL: <http://arbor.revistas.csic.es/index.php/arbor/article/view/1563>.
 49. Barba M. Definición de sexo, género, edad y sexismo [Internet]. [Citado 2020 May. 06]; 2016. Disponible en: URL: <https://www.aboutespanol.com/definicion-de-sexo-genero-y-sexismo-1271572>.
 50. National Geographic. Qué es la religión. | National Geographic [Internet]. 2016 [citado 2020 jul 27]. Disponible en: URL: <https://www.nationalgeographic.es/historia/que-es-la-religion>
 51. Definición de Nivel de Instrucción. 2021 [Internet], [citado 15 Marzo 2022]. Disponible en URL: http://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_168/elem_2376/definicion.html

52. Bustillo C. Estado civil, 2019 [Internet]. [Citado 2020 May. 06]; 2018. Disponible en: URL: <http://facultaddederecho.es.tl/Resumen01.htm92>.
53. Cano L. Definición de ocupación 2019 [Internet]. España. [Cit. 2020 May. 06]. Disponible en: URL: <https://luciacano.wordpress.com/2012/11/22/definicion-de-profesion-y-ocupacion/>.
54. Diccionario de economía, Administración, Finanzas y Marketing. Definición de ingreso económico, 2019 [Artículo de 1a pantalla]. [Cit. 2022 Mar. 06]. URL: http://www.eco.finanzas.com/diccionario/I/INGRESO_ECONOMICO.html.
55. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Código de ética para la investigación [Internet]. Chimbote; 2019 [citado 2021 jul 15]. Disponible en: URL: <http://www.uladech.edu.pe/>.
56. Rafael M. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la comunidad unidos venceremos – Huashao – Yungay. [Tesis licenciatura]. Piura: Universidad San Pedro; 2018. [Citado 28 de junio del 2021] Disponible en: URL: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/8518>.
57. Aniceto Z. Estilos de vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Distrito de Caraz – Áncash. [Tesis licenciatura]. Huaraz. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2020 [Citado 28 de Marzo del 2022] URL: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19047/ESTILO_S_FACTORES_ANICETO_TOLENTINO_ZENON_ANTONIO.pdf?sequence=1.
58. Dioses Rodríguez C. Estilos de Vida y Factores socioculturales en pacientes Adulto, Centro de Salud La Matanza Piura. [Tesis licenciatura]. Piura: Universidad San Pedro; 2018. [Citado 28 de junio del 2021] URL: http://repositorio.usanpedro.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/11831/Tesis_60127.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

59. Alayo A, Estilo de vida y factores biosocioculturales en adulto maduro del Asentamiento Humano Bello Sur – Nvo. Chimbote. [Tesis licenciatura]. Chimbote. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2020 [Citado 28 de Marzo del 2022] Disponible en: URL: [ADULTO MADURO ESTILOS DE VIDA ALAYO VASQUEZ ALEX O BED.pdf \(979.7Kb\)](#).
60. Echabautis A, Gomez Y, Zorrilla A. Estilos de vida saludable y factores biosocioculturales en los adultos de la agrupacion familiar Santa Rosa de San Juan de Lurigancho. [Tesis licenciatura]. Lima: Universidad María Auxiliadora; 2019. [Citado 28 de junio del 2021]. Diponible en: URL: <http://191.98.185.106/bitstream/handle/UMA/206/472019%20%28Final%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
61. Organización Mundial de la Salud. Sala de información y análisis en salud [Internet]. Perú. 2018 [cited 2022 Marz 19]. Available from: URL: <http://siaperu.paho.org/SIA/index.php/saladesituacion#/categorie/9/enfermedades-notransmisibles>.
62. Herrero A. La mala alimentación mata a más gente en el mundo que el tabaco [Internet]. El mundo. 2019 [citado 2020 abril 25]. Disponible en: URL: <https://www.elmundo.es/ciencia-y-salud/salud/2019/04/04/5ca5004121efa087-6a8b466a.html>.
63. Rafael M. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la comunidad unidos venceremos – Huashao – Yungay. [Tesis licenciatura].Piura: Universidad San Pedro; 2018. [Citado 28 de junio del 2021] Disponible en: URL: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/8518>.

64. Chero R. Estilos de vida y factores biosocioculturales en el adulto asentamiento humano Nuevo Eden-Nuevo Chimbote. [Tesis licenciatura]. Piura: Universidad ULADECH; 2016. [Citado 28 de junio del 2021] Disponible en: URL: <http://191.98.185.106/bitstream/handle/UMA/206/472019%20%28Final%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
65. Aniceto Z. Estilos de vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Distrito de Caraz – Áncash. [Tesis licenciatura]. Huaraz. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2020 [Citado 28 de Marzo del 2022] URL: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19047/ESTILO_S_FACTORES_ANICETO_TOLENTINO_ZENON_ANTONIO.pdf?sequence=1.
66. Vilela R. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor que asisten al Puesto de Salud de Mallaritos. [Tesis licenciatura]. Universidad San Pedro; diciembre 2017– abril 2018. [Citado 28 de Marzo del 2022] Disponible en: URL: <http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/USANPEDRO/11789>.
67. Rodríguez, F. Definición edad [artículo de internet]; 2016. [citado 15 mayo 2019]. [Internet]; Disponible en URL: <http://deconceptos.com/cienciasnaturales/edad#ixzz3ZTFPZUrs>
68. Organización panamericana de la salud, organización mundial de la salud y asociación mundial de sexología [internet]. 2019. [citado el 25 de junio del 2019]. Disponible en URL: <http://www.amssac.org/biblioteca/sexualidad/conceptos.html>.
69. Definición de Nivel de Instrucción. 2019 [Internet] [citado 15 Mayo 2021]. Disponible en URL: http://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_168/elem_2376/definicion.html.

70. Las Religiones. Definición.pe, 2019 [Ensayo en internet]. [Citado 2020 May. 07].
Disponible en: URL: <http://www.com/ensayos/Las-Religiones/5136.html>.
71. INEI. Definición de Estado Civil. 2018 [Citado 2020 May. 07]. Dispo. desde el
URL: <http://www.inei.gob.pe/biblioineipub/bancopub/Est/Lib0044/C66.html>.
72. Cano L. Definición de ocupación,2019 [Internet]. España. [Cit. 2020 May. 06].
Disponible en: URL: <https://luciacano.wordpress.com/2012/11/22/definicion-de-profesion-y-ocupacion/>.
73. Diccionario de economía, Administración, Finanzas y Marketing. Definición de
ingreso económico, 2020 [Artículo de 1a pantalla]. [Cit. 2021 May. 06]. URL:
http://www.eco.finanzas.com/diccionario/I/INGRESO_ECONOMICO.html.
74. Rafael M. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la
comunidad unidos venceremos – Huashao – Yungay. [Tesis licenciatura].Piura:
Universidad San Pedro; 2018. [Citado 28 de junio del 2021] Disponible en: URL:
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/8518>.
75. Dioses Rodriguez C. Estilos de Vida y Factores socioculturales en pacientes
Adulto, Centro de Salud La Matanza Piura. [Tesis licenciatura].Piura:
Universidad San Pedro; 2018. [Citado 28 de junio del 2021] Disponible en: URL:
http://repositorio.usanpedro.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/11831/Tesis_60127.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
76. Vilela R. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor que asisten
al Puesto de Salud de Mallaritos. [Tesis licenciatura]. Universidad San Pedro;
diciembre 2017– abril 2018. [Citado 28 de Marzo del 2022] Disponible en: URL:
<http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/USANPEDRO/11789>.

77. Ordinario C. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Queshcap – Huaraz. [Tesis licenciatura]. Huaraz. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2018. [Citado 28 de Marzo del 2022] Disponible en: URL: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/ULAD_80c10665bc2ea5d0c93a4a67a2e36268.
78. Chero R. Estilos de vida y factores biosocioculturales en el adulto asentamiento humano Nuevo Eden-Nuevo Chimbote. [Tesis licenciatura]. Piura: Universidad ULADECH; 2016. [Citado 28 de junio del 2021] Disponible en: URL: <http://191.98.185.106/bitstream/handle/UMA/206/472019%20%28Final%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
79. Dioses Rodriguez C. Estilos de Vida y Factores socioculturales en pacientes Adulto, Centro de Salud La Matanza Piura. [Tesis licenciatura]. Piura: Universidad San Pedro; 2018. [Citado 28 de junio del 2021] Disponible en: URL: http://repositorio.usanpedro.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/11831/Tesis_60127.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
80. Alayo A, Estilo de vida y factores biosocioculturales en adulto maduro del Asentamiento Humano Bello Sur – Nvo. Chimbote. [Tesis licenciatura]. Chimbote. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2020 [Citado 28 de Marzo del 2022] Disponible en: URL: [ADULTO_MADURO_ESTILOS_DE_VIDA_ALAYO_VASQUEZ_ALEX_OBED.pdf \(979.7Kb\)](ADULTO_MADURO_ESTILOS_DE_VIDA_ALAYO_VASQUEZ_ALEX_OBED.pdf(979.7Kb)).
81. Vilela R. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor que asisten al Puesto de Salud de Mallaritos. [Tesis licenciatura]. Universidad San Pedro; diciembre 2017– abril 2018. [Citado 28 de Marzo del 2022] Disponible en: URL: <http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/USANPEDRO/11789>.

82. Aniceto Z. Estilos de vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Distrito de Caraz – Áncash. [Tesis licenciatura]. Huaraz. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2020 [Citado 28 de Marzo del 2022] Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19047/ESTILO_S_FACTORES_ANICETO_TOLENTINO_ZENON_ANTONIO.pdf?sequence=1.
83. Dioses Rodriguez C. Estilos de Vida y Factores socioculturales en pacientes Adulto, Centro de Salud La Matanza Piura. [Tesis licenciatura].Piura: Universidad San Pedro; 2018. [Citado 28 de junio del 2021] Disponible en: URL: http://repositorio.usanpedro.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/11831/Tesis_60127.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
84. Rafael M. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la comunidad unidos venceremos – Huashao – Yungay. [Tesis licenciatura].Piura: Universidad San Pedro; 2018. [Citado 28 de junio del 2021] Disponible en: URL: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/8518>.
85. Vilela R. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor que asisten al Puesto de Salud de Mallaritos. [Tesis licenciatura]. Universidad San Pedro; diciembre 2017– abril 2018. [Citado 28 de Marzo del 2022] Disponible en: URL: <http://repositorio.usanpedro.edu.pe/handle/USANPEDRO/11789>.



ANEXO 01



FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN-YUNGAY, 2020

ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

AUTOR: Walker, Sechrist, Pender

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

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

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:

NUNCA N=1

A VECES V=2

FRECUENTEMENTE F=3

SIEMPRE S=4

En el ítem 25, el criterio de calificación es al contrario:

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

PUNTAJE MÁXIMO: 100 puntos.

Estilo de vida saludable: **75 – 100 puntos.**

Estilo de vida no saludable: **25 – 74 puntos.**

ANEXO 02



FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA



**ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LAS
PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN-YUNGAY,
2020**

**CUESTIONARIO SOBRE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LA
PERSONA**

AUTOR: Díaz R, Reyna E, Delgado R. (2008).

DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:

.....

A. FACTORES BIOLÓGICOS

• **¿Qué edad tiene usted?**

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

• **Marque su sexo**

- a) Masculino () b) Femenino ()

B. FACTORES CULTURALES

• **¿Cuál es su grado de instrucción?**

- a) Analfabeto(a) () e) Secundaria incompleta ()
b) Primaria completa () f) Superior completa ()
c) Primaria incompleta () g) Superior incompleta ()
d) Secundaria completa ()

• **¿Cuál es su religión?**

- a) Católico(a) () c) Otra religión ()

b) Evangélico(a) ()

C. FACTORES SOCIALES

• **¿Cuál es su estado civil?**

a) Soltero(a) ()

c) Viudo(a) ()

e) Separado(a) ()

b) Casado(a) ()

d) Unión libre ()

• **¿Cuál es su ingreso económico?**

a) Menos de 100 soles ()

b) De 100 a 500 soles ()

c) De 600 a 1000 soles ()

d) De 1000 a más soles ()

• **¿Cuál es su ocupación?**

a) Obrero(a) ()

d) Estudiante ()

b) Empleado(a) ()

e) Agricultor ()

c) Ama de casa ()

f) Otros:

Muchas gracias, por su participación



ANEXO 03

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA



ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN-YUNGAY, 2020

VALIDEZ EXTERNA

Para la validez de la Escala del Estilo de Vida, se solicitó la opinión de jueces expertos:

N° de ítems	EXPERTOS				PROMEDIO
	A	B	C	D	
1	3	3	5	5	4.00
2	3	3	4	5	3.75
3	3	3	5	5	4.00
4	3	3	4	4	3.50
5	3	3	4	5	3.75
6	3	3	4	5	3.75
7	3	3	4	5	3.75
8	3	3	5	4	3.75
9	3	3	4	3	3.75

Tamaño de intervalo (Ti) = $12/5 = 2.4$

Nueva Escala	Intervalo	Significado
0.000 – 2.218	A	Adecuación total
2.218 – 4.436	B	Adecuación en gran medida
4.436 – 6.654	C	Adecuación promedio
6.654 – 8.872	D	Adecuación escasa
8.872 – 11.091	E	Inadecuación

El punto DPP debe caer en las zonas A y B, en caso contrario la encuesta requiere reestructuración, siendo sometido nuevamente al criterio de los expertos.

Conclusión: El instrumento se encuentra en el nivel A de Adecuación total dando como puntaje 1.64, lo cual comprueba que el instrumento puede ser aplicado para fines de investigación.

VALIDEZ INTERNA DEL INSTRUMENTO

Se aplicó la fórmula R de Pearson en cada uno de los ítems; obteniendo lo siguiente:

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

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

Si $r > 0.20$ el instrumento es válido



ANEXO 04

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA



ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN-YUNGAY, 2020

CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

Resumen del procesamiento de los casos

Análisis de fiabilidad

[conjunto_de_datos1]

C:\Users\RYN_MI\Desktop\tesisII.sav

		N	%
Casos	Válidos	25	100.0
	Excluidos	0	0.0
	Total	25	100.0

a. Eliminación por lista basada en todas las variables de procedimiento.

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N° de elementos
712	25

Eliminación por lista basada en todas las variables de procedimiento.

Estadísticos de resumen de los elementos							
	Media	Mínimo	Máximo	Rango	Máximo /Mínimo	Varianza	N° de elementos
Media de los elementos	2,499	1,600	3,322	1,630	2,078	0,113	25
Varianza de los elementos	1,325	0,318	1,832	1,672	5,823	0,116	25
Correlaciones Interelementos	0,454	0,135	1,000	1,876	0,5943	0,035	25

Confiabilidad por dimensiones del instrumento:

ESTILOS DE VIDA		Alfa de Cronbach basadas en los elementos tipificados	Nº de elementos
1	ALIMENTACIÓN	0,722	6
2	ACTIVIDAD Y EJERCICIO	0,766	2
3	MANEJO DE ESTRÉS	0,754	4
4	APOYO INTERPERSONAL	0,875	4
5	AUTOREALIZACIÓN	0,623	3
6	RESPONSABILIDAD EN SALUD	0,756	6



ANEXO 05

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



**ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LAS
PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN-YUNGAY,
2020**

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.

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

Por lo cual autorizo mi participación firmando el presente documento.

FIRMA



ANEXO 06

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA



ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN-YUNGAY, 2020

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

La presente investigación en Salud se titula “*Estilos de vida y factores biosocioculturales de las personas adultas del centro poblado de Rayán-Yungay, 2020*” y es dirigido por *Zenaida García Barrozo* investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es:

Objetivo General: Determinar la relación entre los estilos de vida y factores biosocioculturales de las personas adultas del centro poblado de Rayán-Yungay.

Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 15 minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted 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, usted será informado de los resultados a través del **Alcalde del centro de Rayan**. Si desea, también podrá escribir al correo: zhenanasha@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.

Si está de acuerdo con los puntos anteriores, complete sus datos a continuación:
Nombre:

Fecha:

Correo electrónico:

Firma del investigador (o encargado de recoger información):

Firma del participante:

ANEXO 07



ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN-YUNGAY, 2020



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: **ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN-YUNGAY, 2020**. Declaro conocer las consecuencias por la infracción de las normas del Reglamento de Investigación de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote y el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en todos los casos se ha incorporado la cita y referencias respectivas conforme orienta las normas Vancouver, previsto en la Universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento profesionales – RENATI; que exigen veracidad y originalidad de todo trabajo de investigación, respeto a los derechos de autor y la propiedad intelectual. Asimismo, cumpla con precisar que éste trabajo forma parte de una línea de investigación denominado “Determinantes de la salud de las personas” dentro del cual se tiene como objeto de estudio Desarrollar investigaciones orientadas al cuidado de la salud de las personas por grupo etario, a partir de los determinantes de la salud de la persona, se aplicó un diseño metodológico común, por lo tanto, es posible que tenga similitud en ese sentido y se explica, porque forma parte de dicha línea. También se declara que al recolectar los datos se tuvo acceso a nombres, apellidos, a cada uno se les asignó un código para preservar su identidad y proteger los derechos constitucionales, siendo el único aspecto inserto en los instrumentos. Finalmente se declara que: el presente trabajo es auténtico, siendo el resultado el producto de un trabajo personal acorde con la línea de investigación del cual se deriva, trabajado bajo los principios de la buena fe y respeto de los derechos de autor y propiedad intelectual, de modo que al utilizar las fuentes para su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en todos los casos se ha incorporado la cita y referencias respectivas conforme orienta las normas Vancouver, previsto en la Universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento.

ZENAIDA GARCÍA BARROZO

76630683



SOLICITO PERMISO:

Para realizar Trabajo de Investigación



Sr. Rufino Marcos García Romero

Yo, Zenaida García Barrozo, identificada con DNI N° 76630683, de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Enfermería, solicito a Usted permiso para realizar la investigación en el centro Poblado sobre **“ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LAS PERSONAS ADULTAS DEL CENTRO POBLADO DE RAYÁN-YUNGAY, 2020”** para optar el título profesional de licenciada en enfermería, toda la información que brindará la comunidad será utilizado solo con fines académicos.

POR LO EXPUESTO: Depreco a Usted ceder a mi solicitud

Yungay, 25 de setiembre del 2020

Rufino Marcos García Romero

Nombres y Apellidos

DNI: 41720137

FIRMA