



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE
CHIMBOTE**

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

**ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES
DEL ADULTO JOVEN. ASENTAMIENTO HUMANO, VISTA AL
MAR II_NUEVO CHIMBOTE, 2015**

**TESIS PARA OPTAR EL TITULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN ENFEMERIA**

AUTORA:

GERALDINE KARIN CASTILLO LOPEZ

ASESORA:

DRA.ENF. MARÍA ADRIANA VÍLCHEZ REYES

CHIMBOTE – PERÚ

2017

JURADO EVALUADOR DE TESIS

MGTR. LEDA MARIA GUILLEN SALAZAR

PRESIDENTE

MGTR. JULIA CANTALICIA AVELINO QUIROZ

SECRETARIA

DRA. SONIA AVELINA GIRON LUCIANO

MIEMBRO

AGRADECIMIENTO

A Dios por darme la vida, sabiduría, por guiar mis pasos y darme las fuerzas necesarias para vencer las dificultades que se han presentado en el trayecto de la elaboración de trabajo de investigación.

A la universidad por ser mi segundo hogar, por impulsarme a ser cada día mejor, a los docentes por su enseñanza y esmero en mi formación profesional.

A los moradores Adultos Jóvenes del AA.HH. Vista al Mar II que participaron e hicieron posible el desarrollo de esta investigación, por haber mostrado cooperación y comprensión durante el desarrollo de las entrevistas.

DEDICATORIA

A Dios por darme fortaleza cada día y por permitir que el presente trabajo se termine de manera satisfactoria.

A mis padres Yolanda y José, por ayudarme a conseguir este logro tan importante en mi vida. Tanto en lo económico, moral y espiritual.

A mis hermanas, a mis sobrinos Andry y Aixa por brindarme siempre su apoyo incondicional, el aliento y la perseverancia para seguir adelante y lograr mis metas.

RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo general determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto joven, en el asentamiento humano Vista al Mar II_Nuevo Chimbote, 2015. La investigación fue cuantitativo, descriptivo correlacional, la muestra estuvo conformada por 125 adultos jóvenes; para la recolección de datos se aplicó dos instrumentos: La escala del estilo de vida y el cuestionario sobre factores biosocioculturales; ambos instrumentos fueron garantizados en su confiabilidad y validez. Los datos fueron procesados en paquete estadístico. SPSS software version18.0 y presentados en tablas simples y de doble entrada para establecer la relación; entre las variables de estudio se utilizó la prueba independencia de criterios de Chi cuadrado, con el 95% de confiabilidad y significancia de $p > 0.05$. Se obtuvieron los siguientes resultados: Casi la totalidad de adultos jóvenes del asentamiento humano Vista al Mar II- Nuevo Chimbote, tienen un estilo de vida no saludable y un porcentaje significativo estilos de vida saludable. Con respecto a los factores biosocioculturales; casi la mayoría de adultos jóvenes son de sexo masculino y tienen grado de instrucción primaria y más de la mitad profesan la religión católica y menos de la mitad son estado civil soltero, tienen una ocupación de obrero y su ingreso económico es de 400 a 650 nuevos soles. Al analizar la relación con la Prueba de Chi-cuadrado se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales en el adulto joven del Asentamiento Humano Vista al Mar II – Nuevo Chimbote.

Palabras Claves: adultos Jovenes, estilo de vida y factores biosocioculturales.

SUMMARY

The research had as general objective to determine the relationship between the lifestyle and the biosociocultural factors of the young adult, in the human settlement Vista al Mar II_New Chimbote, 2015. The research was quantitative descriptive correlation, the sample was conformed by 125 young adults; Two instruments were used to collect data: the lifestyle scale and the questionnaire on biosociocultural factors; Both instruments were guaranteed in their reliability and validity. Data were processed in a statistical package. SPSS software version 18.0 and presented in simple and double-entry tables to establish the relationship; Among the study variables, the independence test of Chi-square criteria was used, with 95% reliability and significance of $p > 0.05$. The following results were obtained: Almost all young adults from the human settlement Vista-Mar II-Nuevo Chimbote have an unhealthy lifestyle and a significant percentage of healthy lifestyles. With regard to biosociocultural factors; Almost the majority of young adults are male and have primary education and more than half profess the Catholic religion and less than half are single civil status, have a working class occupation and their income is 400 to 650 new Suns. When analyzing the relationship with the Chi-square test, it was found that there is no statistically significant relationship between lifestyles and biosociocultural factors in the young adult of the Human Settlement Vista-Mar II - Nuevo Chimbote.

Keywords: young adults, lifestyle and biosociocultural factors.

ÍNDICE

AGRADECIMIENTO.	Pág. iii
DEDICATORIA	iv
RESUMEN	v
ABSTRACT	vi
I. INTRODUCCION	
II. REVISION DE LITERATURA	8
2.1 Antecedentes	8
2.2 Bases teóricas	11
III. METODOLOGÍA	26
3.1 Diseño y Tipo de Investigación	26
3.2 Población y muestra	26
3.3 Definición y Operacionalización de variables	27
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	32
3.5 Procedimiento y análisis de datos	36
3.6 Principios éticos	38
IV. RESULTADOS	39
4.1 Resultados	39
4.2 Análisis de resultado	48
V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
5.1 Conclusiones	75
5.2 Recomendaciones	76
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICA	77
ANEXO	91

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
TABLA 1:	39
ESTILO DE VIDA DEL ADULTO JOVEN. ASENTAMIENTO HUMANO, VISTA AL MAR II NUEVO CHIMBOTE, 2015	
TABLA 2:	40
FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO JOVEN. ASENTAMIENTO HUMANO, VISTA AL MAR II, NUEVO CHIMBOTE, 2015	
TABLA 3:	44
FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO JOVEN. ASENTAMIENTO HUMANO, VISTA AL MAR II NUEVO CHIMBOTE, 2015	
TABLA 4:	45
FACTORES CULTURALES Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO JOVEN .DEL ASENTAMIENTO HUMANO, VISTA AL MAR II NUEVO CHIMBOTE, 2015	
TABLA 5:	46
FACTORES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO JOVEN. DEL ASENTAMIENTO HUMANO, VISTA AL MAR II NUEVO CHIMBOTE, 2015	

ÍNDICE GRÁFICOS

	Pág.
GRÁFICO 1.....	39
ESTILO DE VIDA DEL ADULTO JOVEN. ASENTAMIENTO HUMANO,VISTA AL MAR II NUEVO CHIMBOTE, 2015	
GRÁFICO 2.....	41
SEXO DEL ADULTO JOVEN.ASENTAMIENTO HUMANO, VISTA AL MAR II NUEVO CHIMBOTE, 2015	
GRÁFICO3.....	41
GRADO DE INSTRUCCIÓN DEL ADULTO JOVEN.ASENTAMIENTO HUMANO, VISTA AL MAR II NUEVO CHIMBOTE, 2015	
GRÁFICO 4.....	42
RELIGIÓN DEL ADULTO JOVEN. DEL ASENTAMIENTO HUMANO, VISTA AL MAR II NUEVO CHIMBOTE, 2015	
GRÁFICO 5.....	42
ESTADO CIVIL DEL ADULTO JOVEN. ASENTAMIENTO HUMANO, VISTA AL MAR II NUEVO CHIMBOTE, 2015	
GRÁFICO 6.....	43
OCUPACIÓN DEL ADULTO JOVEN. DEL ASENTAMIENTO HUMANO,VISTA AL MAR II NUEVO CHIMBOTE, 2015	
GRÁFICO 7.....	43
INGRESO ECONÓMICO DEL ADULTO JOVEN.ASENTAMIENTO HUMANO,VISTA AL MAR II NUEVO CHIMBOTE,2015	

I. INTRODUCCIÓN

El presente estudio de investigación se realizó con el objetivo general de determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto joven del Asentamiento Humano Vista al Mar II – Nuevo Chimbote.

El presente trabajo de investigación se fundamenta en las bases conceptuales de estilo de vida y Factores Biosocioculturales del adulto joven, entendiendo que el estilo de vida, es la forma como se entiende la vida en sentido de una particular concepción del mundo; desde una perspectiva integral es necesario considerar los estilos de vida como parte de una dimensión colectiva y social, que comprende los aspectos interrelacionados de: el material, el social y el ideológico (1).

Los estilos de vida saludables de una persona son elementos fundamentales que tienen gran influencia en su desempeño y realización. Por lo que cada pueblo, nación, o aún diferentes grupos sociales pueden tener diferentes estilos de vida. Una comunidad, una familia o un individuo pueden tener un estilo de vida en particular dependiendo de sus conocimientos, necesidades reales, posibilidades económicas. Desde esta perspectiva integral, los estilos de vida.

Para tener mayor comprensión, el informe de tesis se ha estructurado en: Introducción; revisión de literatura; metodología; resultados; conclusiones, recomendaciones; las referencias bibliográficas y anexos.

La enfermedad cardiovascular, los derrames cerebrales, las enfermedades crónicas degenerativas, el consumo de sustancias nocivas son las primeras causas de muerte en la mayoría de los países de América, y las tasas de morbilidad siguen en aumento en la población y están subiendo por todo el hemisferio. Se estima que en América el número de personas con diabetes casi se duplicará, pasando de 35 millones en el 2000 a 64 millones en el 2025. En menos de 20 años, una de cada 10 personas en el hemisferio Oeste tendrá diabetes (2).

Muchos de estos estilos de vida incluyen fundamentalmente una alimentación adecuada, promoción de la actividad física, control del tabaquismo y de otras adicciones, ambientes saludables en viviendas y trabajos, conductas sexuales, salud mental y el control de tres elementos ligados a la alimentación: presión arterial, colesterol y arteriosclerosis (3).

Las personas pueden presentar factores de riesgo sin manifestaciones clínicas por lo que se hace necesario detectarlos de manera oportuna ya que siendo modificables conocidos los resultados de la investigación se pueden desarrollar programas de prevención para disminuir su frecuencia y mejorar el estilo de vida de las personas (3).

La salud de la población peruana es un reflejo de su realidad social: se ha alcanzado una importante mejora en algunos indicadores de salud del país, sin embargo, las grandes diferencias que enmascaran los promedios nacionales ocultan las inequidades existentes en la salud. La mayor o menor probabilidad de muerte y enfermedad está en función de factores como el estrato socioeconómico, la condición de ruralismo, el género y el nivel educativo en que se encuentren las personas y las comunidades (4).

Aunque tradicionalmente se atribuyen los problemas de salud en el adulto Joven al proceso de envejecimiento, en particular a las condiciones biológicas, es preciso reconocer que se envejece durante toda la vida y en cualquier tiempo, no sólo se evidencian decrementos, sino también incrementos funcionales; pero se reconocen cada vez más los problemas de salud en el Adulto joven como dependientes de las relaciones entre el comportamiento del individuo y su contexto. Hay entonces, modos de vivir y de envejecer saludables y estilos de vida poco saludables que conducen al deterioro.

En el Perú según, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) informó que al 2015, la población adultos jóvenes (20 y 25 años de edad) en el Perú asciende a 3 millones 11 mil 50 personas que representan el 9,7% de la población. De este total, 1 millón 606 mil 76 son mujeres (53,3%) y 1 millón 404 mil 974 son hombres (46,6%). La Encuesta Nacional de Demografía y Salud Familiar (ENDES) del año 2010, muestra que el 35% de

las mujeres tienen sobre peso y 16% tienen obesidad. El sobrepeso es mayor en las mujeres de 30 a 39 años (43%) y la obesidad es mayor en las mujeres de 40 a 49 años (27%). También se ha registrado que el 8% de las mujeres extremadamente pobres tienen obesidad (5).

A esta realidad problemática no escapan los adultos jóvenes que habitan en el asentamiento humano Vista al Mar II que se ubica por el norte asentamiento humano Vista al Mar I , por el sur con el asentamiento humano Casuarina , por el este con el territorio de Chinecas y por el oeste con el asentamiento humano Santa Rosa . Fue fundado el 25 de diciembre del 2010 por los moradores que invadieron dicho lugar al no contar con una vivienda propia, actualmente la junta directiva está a del presidente: Edward Ríos Gutiérrez y la tesorera: Isabel Robles Lavad.

El asentamiento humano cuenta con un aproximado de 450 habitantes, de los cuales 125 son adultos jóvenes, la comunidad tiene 8 manzana, 240 viviendas, la mayoría de las viviendas son de triplay, prefabricadas, esteras, como algunos de material noble, evidenciando que la mayoría de las personas son de escasa condición económica, no cuentan con saneamiento básico, se benefician comprando agua y tienen pozo ciego cuentan con luz provisional, también se puede observar la existencia de perros callejeros que deambulan por toda la zona, montículo de basura en algunas de las calles, ya que el carro recolector de basura pasa tres días a la semana lunes, miércoles y viernes. Así mismo no dispone de una loza deportiva, instituciones

educativas, local comunal, farmacias; se atienden en el establecimiento de salud Nicolás Garatea, las enfermedades más frecuentes que se presentan son enfermedades de la piel, enfermedades respiratorias, enfermedades diarreicas agudas. Se observó en la comunidad que circulan 2 líneas de combis, mototaxis, existen 3 tiendas, 1 ferretería y algunas viviendas cuentan con internet, cable (6).

Muchos de estos estilos de vida incluye fundamentalmente una alimentación adecuada, promoción de la actividad física, control del tabaquismo y de otras adicciones, ambientes saludables en viviendas y trabajos, conductas sexuales, salud mental y el control de tres elementos ligados a la alimentación: presión arterial, colesterol y arteriosclerosis.(6)

Las personas pueden presentar factores de riesgo sin manifestaciones clínicas por lo que se hace necesario detectarlos de manera oportuna ya que siendo modificables conocidos los resultados de la investigación se pueden desarrollar programas de prevención para disminuir su frecuencia y mejorar el estilo de vida de las personas.

Por lo tanto, el presente estudio se ha desarrollado para responder a la siguiente interrogante

Enunciado del problema

¿Existe relación entre estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto joven del asentamiento humano Vista al Mar II, Nuevo Chimbote, 2015?

Objetivo General

Determinar la relación entre estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto joven del Asentamiento humano del asentamiento humano Vista al Mar II, Nuevo Chimbote, 2015

Objetivos Específicos

Valorar el estilo de vida en el adulto joven. Del Asentamiento humano Vista Al Mar II Nuevo Chimbote, 2015

Identificar los factores biosocioculturales: sexo, Grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico en el adulto joven. En el Asentamiento Vista al Mar II Nuevo Chimbote, 2015

Justificación de la investigación

Incursionar en la temática de estilos de vida saludables, no es posible hacerlo a través de un listado de comportamientos individuales y colectivos que definen el que hacer o no hacer para vivir más o menos años, independiente de cómo se viven. Los estilos de vida son determinados de la presencia de factores de riesgo y/o de factores protectores para el bienestar.

Por lo cual deben ser vistos como un Proceso dinámico que no solo se compone de acciones o comportamientos individuales, sino también de acciones de naturaleza social.

La presente investigación es importante para los representantes del grupo a investigar; porque los resultados van a contribuir a mejorar la atención integral hacia los Adultos jóvenes de ésta organización y reducir problemas referentes a su estilo de vida.

Para el profesional de Enfermería la investigación será útil porque contribuirá con conocimientos acerca del estilo de vida y los factores sociales del adulto joven y desde una perspectiva educativa, preventiva, curativa y de rehabilitación, fortalecerá su rol de liderazgo dentro del equipo de salud, permitiéndole implementar Programas Preventivos Promocionales que fomenten el estilo de vida saludable.

Para las instituciones de formación profesional, los resultados de la investigación contribuyen en la ampliación de los contenidos curriculares referente a la salud del adulto joven además de servir como fuente bibliográfica o de referencia que permita desarrollar futuros trabajos de investigación similares, buscando alternativas de solución para mejorar el estilo de vida del adulto joven y la formalización del factor social.

II. REVISION DE LITERATURA

2.1. Antecedentes:

2.1.1 Investigación actual en el ámbito extranjero

Se encontraron los siguientes estudios relacionados a la presente investigación:

Maya L. (7), investigó Los estilos de vida saludable en adultos jóvenes: definido como los procesos sociales, tradicionales, los hábitos, conductas y comportamientos de los individuos y grupos de población que conllevan a la satisfacción de las necesidades humanas para alcanzar el bienestar y la vida. Así mismo concluyó que los estilos de vida son determinadas de la presencia de factores de riesgo y o de factores protectores para el bienestar , por lo cual debe ser visto como un proceso dinámico que no solo se compone de acciones o comportamientos individuales, sino también de acciones de naturaleza social.

Arancibia R y Hernández D (8), en su estudio titulado estado Nutricional y Actividad Física en el Adulto joven en una población de referencia de la Provincia Ciego de Ávila, Cuba en el año 2008, utilizando un cuestionario para identificar la actividad física y el índice de masa corporal para determinar el estado nutricional en 1494 adultos jóvenes, obtuvieron los siguientes resultados: en el Grupo I masculino las condiciones de obesidad (12,21%), sobrepeso (33,72%) y bajo peso (5,81%) exceden en su

conjunto los valores del normo peso expresados en este grupo (48,26%), mientras que en el resto si bien existen los estados indicados los valores son más bajos, exceptuando el bajo peso ,deficiencia nutricional por hipocalorías.

Colín H Esquivel E. (9), realizaron un estudio titulado: Estilos de vida en personas adultos Jóvenes con diabetes mellitus 2, en México – 2008, cuyo objetivo fue describir el estilo de vida de una muestra de personas diagnosticadas con diabetes mellitus tipo 2 y discutir sus implicancias en su comportamiento relacionado con la enfermedad. Concluyendo que la mayoría de quienes padece diabetes observan patrones conductuales desordenados en su estilo de alimentación, no realización de actividad física, falta de sistematización en la toma de medicamentos y en el control de los niveles de glucosa así como malas condiciones en el estado emocional, situaciones que empeoraron el estado del enfermo.

Castro Y (10).realizó un estudio titulado: Promoción de estilos de vida saludable en el área de salud de Esparza, Costa Rica-2010. En el cuestionario realizado obtuvo que el 70.6% del total de la población no padecen de ninguna enfermedad. En cuanto al ejercicio físico es importante promover el mismo evitando así el sedentarismo que afecta al 46 % de la población estudiada, un 57 % considera que su alimentación es balanceada, el 63% de la población considera tener estrés y de ellos el 23 % niveles altos

que generan sintomatología que afecta el rendimiento y la productividad del individuo, el 8 % de la población en el Área de Salud de Esparza entrevistada son tabaquistas activos menor a la estadística nacional de un 15 %. Por lo que demuestra que es el momento oportuno para instaurar programas de promoción.

2.1.2 Investigación actual en nuestro ámbito

Se encontraron los siguientes estudios relacionados a la presente investigación:

Villegas Y, (11). En su estudio Estilos de vida y factores biosocioculturales de la persona adulto joven del Asentamiento Humano 25 de mayo, de tipo cuantitativo de corte transversal con diseño descriptivo correlacional; con una muestra constituida por 126 adultos jóvenes utilizando la escala de estilo de vida y el cuestionario de factores biosocioculturales, se encontró como resultado lo siguiente: el 81,7 % de los adultos jóvenes tienen estilo de vida no saludable. En cuanto al factor biológico el 77 % son adultos jóvenes, el 50,8 % son de sexo femenino. Respecto a los factores culturales, el 77 % tiene secundaria completa, el 68 % son católicos. En cuanto a los factores sociales, el 57,1 % son de estado civil solteros, el 44,4 % son de ocupación ama de casa y por último el 50 % tienen de ingreso económico menos de 100.

Rodríguez Y. (12), en su trabajo de investigación titulado Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos Jóvenes del asentamiento humano Los Olivos Lima, 2010. Encontró que del 100% de personas adultas jóvenes que participaron en la presente investigación, el 33,5% (120 personas) tienen un estilo de vida saludable y un 66,5% (240 personas) un estilo de vida no saludable. . En los factores biológicos obtuvo que el 53,7% (189 adultos jóvenes) tiene una edad comprendida entre 20 y 35 años, el 61,4% (216 adultos jóvenes) son del sexo femenino. Con respecto a los factores culturales el 38% (134 adultos Jóvenes) de las personas adultas jóvenes tienen secundaria completa y todavía hay un 2,3% (8 adultos jóvenes) de analfabetos; en cuanto a la religión el 73,9% (260 adultos Jóvenes) son católicos. En lo referente a los factores sociales el 35,8% (126 adultos Jóvenes) son solteros, el 53,8% (189 adultos Jóvenes) son amas de casa y un 38,4% (135 adultos Jóvenes) tienen un ingreso económico menor de 100 nuevos soles.

2.2. Bases teóricas de la investigación

El presente informe de investigación se fundamenta en las bases conceptuales de estilo de vida de Marc Lalonde y Luz Maya, en relación a los factores biosocioculturales de la persona se consideró los utilizados en el ministerio de salud (MINSA) y en el Instituto nacional de estadística e informática (INEI).

Lalonde M. (13), menciona que el estilo de vida representa el conjunto de decisiones que toma el individuo con respecto a su salud y sobre las cuales ejerce cierto grado de control. Desde el punto de vista de la salud, las malas decisiones y los hábitos personales perjudiciales conllevan riesgos que se originan en el propio individuo. Cuando esos riesgos tienen como consecuencia la enfermedad o la muerte, se puede afirmar que el estilo de vida de la víctima contribuyó a ellas.

Para Lalonde M. (13), el estilo de vida es uno de los componentes del campo de la salud, determinando que este afecta el grado de salud de la persona, si el estilo de vida es favorable se tendrá un grado de salud más alto y si es menos saludable el individuo puede llegar a enfermar. Claro está que el campo de la salud se compone de segmentos flexibles como la biología humana, medio ambiente, estilo de vida y organización de la atención de la salud.

Según Maya L. (7), los estilos de vida saludables son definidos como los procesos sociales, las tradiciones, los hábitos, conductas y comportamientos de los individuos y grupos de población que conllevan a la satisfacción de las necesidades humanas para alcanzar el bienestar y la vida. Tener sentido de vida, objetivos de vida y plan de acción. Considera lo siguiente:

- Mantener la autoestima, el sentido de pertenencia y la identidad.
- Mantener la autodecisión, la autogestión y el deseo de aprender.

- Brindar afecto y mantener la integración social y familiar.
- Tener satisfacción con la vida.
- Promover la convivencia, solidaridad, tolerancia y negociación.
- Capacidad de autocuidado.
- Seguridad social en salud y control de factores de riesgo como obesidad, vida sedentaria, tabaquismo, alcoholismo, abuso de medicamentos, estrés, y algunas patologías como hipertensión y diabetes.
- Ocupación de tiempo libre y disfrute del ocio.
- Comunicación y participación a nivel familiar y social.
- Accesibilidad a programas de bienestar, salud, educación, culturales, recreativos, entre otros.
- Seguridad económica.

Pender N. (14), menciona que el estilo de vida es un patrón multidimensional de acciones que la persona realiza a lo largo de la vida y que se proyecta directamente en la salud. Para comprenderlo se requiere del estudio de tres categorías: Características y experiencias individuales, condiciones y efectos específicos de la conducta y el resultado conductual.

La teoría de promoción de la salud identifica en el individuo factores cognitivo-perceptuales, que son modificados por las características

situacionales, personales e interpersonales, lo cual da como resultado la participación en conductas favorecedoras de la salud, cuando existe una pauta para la acción. No se limita a explicar la conducta preventiva de la enfermedad, sino que se amplía para abarcar las conductas que favorecen la salud (14).

El estilo de vida es un constructo que se ha usado de manera genérica, como equivalente a la forma en que se entiende el modo de vivir “estar en el mundo”, expresado en los ámbitos del comportamiento, fundamentalmente en las costumbres, también está moldeado por la vivienda, el urbanismo, la posesión de bienes, la relación con el entorno y las relaciones interpersonales (15).

Según Pino J. (16), el estilo de vida puede entenderse como una conducta relacionada con la salud de carácter consistente (como la práctica habitual de actividad física) que está posibilitada o limitada por la situación social de una persona y sus condiciones de vida.

El estilo de vida es la forma de vida de las personas o de los grupos. La mayoría de los autores definen a los estilos de vida como un conjunto de patrones conductuales que una persona en concreto pone en práctica de manera consistente y mantenida en su vida cotidiana y que puede ser pertinente para el mantenimiento de su salud o que lo coloca en situación de riesgo para la enfermedad (17).

El enfoque personológico menciona que el estilo de vida se define como la expresión externa de las cualidades del sujeto individual, integrado por constituyentes estructurales externos e indicadores funcionales de la personalidad, que en su configuración, constituyen la expresión psicológica, subjetivamente determinada del modo de vida del individuo (18).

La relación sujeto-personalidad-estilo de vida constituye una alternativa pertinente en la caracterización psicológica del estilo de vida. Siendo el sujeto el individuo concreto, al hablar de él no sólo se hace referencia a su mundo interno, sino también al sistema de relaciones en que se objetiviza su subjetividad. Se asume que el sujeto individual existe en dos dimensiones: interna y externa. Las mismas se relacionan dialécticamente como dos partes de un todo. La personalidad constituye un componente de la subjetividad interna, mientras que el estilo de vida es la subjetividad objetivada, o sea la expresión comportamental externa de la personalidad del sujeto (18).

El enfoque socioeducativo manifiesta una aproximación conceptual al constructo estilo de vida; se constata que el estilo de vida, bajo un enfoque socioeducativo, no se limita a una conducta exterior, el estilo de vida lleva implícitamente una forma de conocer, de aprender, de adueñarse del conocimiento y, en último término, de la realidad aparente. Se parte del concepto holístico de salud, que contempla al individuo en su totalidad y en

su entorno global, acentuando tanto la dimensión física, como la psicológica y espiritual. Estas dimensiones no deben percibirse aisladamente, un desequilibrio psicológico (como el estrés) al deprimir el sistema inmunológico, incrementa el riesgo de infección; sin embargo, el estado de bienestar aumenta la resistencia a la enfermedad en esta visión ecosistémica (18).

El estilo de vida se puede considerar como los tipos de hábitos, actitudes, conductas, tradiciones, actividades y decisiones de una persona, o de un grupo de personas, frente a las diversas circunstancias en las que el ser humano se desarrolla en sociedad o mediante su quehacer diario y que son susceptibles de ser modificados. Este se va conformando a lo largo de la historia de vida del sujeto, pudiéndose afirmar que se trata de un proceso de aprendizaje, ya sea por asimilación, o por imitación de modelos de patrones familiares o de grupos formales o informales (7).

Leignadier J. y Colab. (19), consideran al estilo de vida como el conjunto de comportamientos, actitudes y valores que no sólo previenen o protegen de enfermedades físicas sino considerando el aspecto de salud psicológica y considerándolo como un rasgo de individualidad general de la postura de cada persona frente a las situaciones de su vida que le permite adaptarse sanamente al medio y crecer como persona integral. El aspecto de las conductas o comportamientos es decisivo en el estado de bienestar de las personas, tanto en el plano físico como psicológico.

El estilo de vida saludable es la manera como la gente se comporta con respecto a la exposición a factores nocivos que representan riesgo para la salud. Incluye fundamentalmente una alimentación adecuada, promoción de la actividad física, control del tabaquismo y de otras adicciones, ambientes saludables en viviendas y trabajos, conductas sexuales, salud mental y el control de tres elementos ligados a la alimentación: presión arterial, colesterol y arteriosclerosis.

Vargas S. (20), menciona también, que los estilos de vida saludables, son una serie de comportamientos que disminuyen el riesgo de enfermar como, por ejemplo, el control de tensiones y emociones negativas, una alimentación saludable en cantidad y calidad, la práctica de actividad física, el descanso, la recreación, el control en la ingesta de sustancias como el alcohol y la nicotina, el no consumo de otras drogas, la higiene personal y el entorno saludable.

En el presente estudio el estilo de vida fue medido en base a la modificación del instrumento propuesto en el Modelo de Promoción de la salud (MPS) elaborado por Nola Pender el cual permitió una valoración de los estilos de vida pero basada en el estilo de vida promotor de salud de los individuos, que resulta útil para las enfermeras, en la asistencia tanto en el apoyo como en la educación al paciente.

Las dimensiones del estilo de vida consideradas en la presente investigación fueron las siguientes: nutrición, actividad y ejercicio, manejo de estrés, responsabilidad en salud, apoyo interpersonal y autorrealización.

Dimensión de alimentación: Es el mecanismo mediante el cual el organismo recibe, procesa, absorbe y utiliza los alimentos para la producción de energía, que permita el funcionamiento normal de los tejidos y órganos, el crecimiento y el mantenimiento en general de la vida (21).

Los adultos joven tienen una alimentación no saludable debido a que consumen alimentos no saludables, se alimentan de comidas chatarras, alimentos precalentados, que no son saludables para su salud.

Dimensión Actividad y Ejercicio: es el esfuerzo corporal o actividad física que pone en movimiento al cuerpo en su totalidad o una parte del mismo de manera armónica, ordenada y repetida que se realiza regularmente con el propósito de mejorar, desarrollar y conservar las funciones del adulto joven (22).

El término actividad física se refiere a una serie de actividades y movimientos que incluyen actividades cotidianas, tales como caminar en forma regular, las tareas domésticas pesadas, trabajo en campo, y la crianza de animales entre otras. El ejercicio, es entonces un tipo de actividad física, y se refiere a movimientos corporales planificados, estructurados y repetitivos, con el propósito de mejorar o mantener uno o más aspectos de la salud (22).

Además de los beneficios fisiológicos de la actividad física en el organismo como es el de la nutrición del adulto joven, que le favorece a la adecuada digestión y funcionamiento intestinal favoreciendo a la vez para el fortalecimiento de la musculatura buscando aumentar la masa muscular y la fuerza muscular; evitando así una de las principales causas de incapacidad y de caídas; también favorece las funciones cognitivas (22).

Múltiples estudios recomiendan el ejercicio aeróbico regular y programado, dado que se han documentado beneficios en la salud física y mental. El ejercicio regular mejora la forma física, la función cardiovascular, la masa ósea, la fuerza muscular, la sensación de bienestar, las relaciones interpersonales, así como se ha asociado a reducciones de ansiedad, depresión, soledad, obesidad y a la mortalidad general (22).

Dimensión Manejo del estrés: El manejo del estrés se refiere al esfuerzo que hace el adulto joven por controlar y reducir la tensión que surge cuando la situación es considerada difícil o inmanejable, mediante acciones coordinadas sencillas o complejas para sobrellevar la presión, las emergencias o el estrés (23).

El estrés es la respuesta del cuerpo a condiciones externas que perturban el equilibrio emocional de la persona. El resultado fisiológico de este proceso es un deseo de huir de la situación que lo provoca o confrontarla violentamente. En esta reacción participan casi todos los órganos y funciones del cuerpo,

incluidos cerebro, los nervios, el corazón, el flujo de sangre, el nivel hormonal, la digestión y la función muscular (23).

El estrés en cualquier edad, constituye un factor de riesgo para la salud, el bienestar y la calidad de vida de las personas; pero esto se torna particularmente sensible en la tercera edad, etapa del ciclo vital en que resulta de suma importancia su prevención y control (23).

Dimensión responsabilidad en salud: La responsabilidad en salud del adulto joven implica saber escoger y decidir sobre alternativas saludables y correctas en vez de aquellas que generan un riesgo para su salud, además deben modificar su comportamiento y realizar actividades que mantengan su salud (24).

Dimensión apoyo interpersonal: Es una dimensión importante por considerar al adulto joven como ser eminentemente social, para lo cual él requiere de redes de apoyo familiar y social, lo mismo que le permita sostenerse y seguir creciendo en el camino junto a otros individuos de su entorno (25).

Hombres y mujeres se benefician por igual de participar en actividades sociales a todas las edades. Aquellos que continúan interactuando con otros tienen a ser más saludables, tanto física como mentalmente, que aquellos que se mantienen aislados socialmente.

La interacción con amigos y familia provee apoyo práctico y emocional al adulto el cual les permite permanecer en el ambiente comunitario y reducir la necesidad de usar los servicios de salud.

Dimensión Autorrealización: se refiere a la adopción del adulto joven a su inicio como persona, teniendo como tendencia innata a desarrollar al máximo los propios talentos y potenciales, que contribuyen a obtener un sentimiento de satisfacción hacia el mismo como adulto, alcanzando la superación y a la autorrealización (26).

El ser humano es por naturaleza un ser social, el medio le permite crecer y desarrollarse, su inicio se manifiesta en el seno familiar (sociedad primaria) y en la medida que se suceden los distintos ciclos de vida, según Erikson, el grado de socialización aumenta. La escuela, las actividades extra programáticas (deportes, idiomas, artes, entre otras) van desarrollando socialmente al sujeto, determinando distintos roles en los ámbitos en que se mueve, más tarde el trabajo y/ o estudio amplían sus niveles o grados de socialización, como así también la constitución de una familia. En este contexto se establecen lazos con las generaciones que los antecede (padres) y los que le continúan (hijos). Desde esta perspectiva el ser humano crece y se desarrolla en sociedad

Por otra parte, quienes no conforman una familia, o no conviven con una pareja, también se relacionan socialmente con sus pariente, amigos, compañeros de estudio y/o trabajo, es decir el ser humano vive y crece en sociedad.

En cuanto a los factores biosocioculturales del adulto joven para el presente vivir se han considerado: la edad, sexo, grado de instrucción, ocupación, ingreso económico, y la religión.

Ciertos factores tienen influencia indirecta sobre las conductas de salud, a través de los factores cognitivo – perceptual. Estos factores pueden ser: Factores demográficos: Se proponen que tanto la edad; sexo, raza étnica, educación procedencia e ingreso económicos tienen influencia indirecta a través de su impacto en el establecimiento de conductas de salud (27).

Características biológicas: Un número de factores biológicos han sido encontradas y catalogados como importantes influencias en el establecimiento de conductas promotoras de salud. Influencias interpersonales: Estos elementos están considerados como factores que pueden hacer variar las conductas promotoras de salud, considerándose dentro de ellos los siguientes: Expectativas de las personas significativas, los patrones familiares de atención a la salud y las interacciones con los profesionales de salud (28).

Los factores circunstanciales o ambientales: La importancia de las circunstancias o medio ambiente son determinantes de la conducta de promoción de la salud. Factores conductuales: Una experiencia previa con acciones de promoción de la salud incrementa la habilidad de la gente para adoptar estas conductas promotoras (29).

El estado civil es la situación de las personas físicas determinadas por sus relaciones de familia, provenientes del matrimonio o del parentesco, que establece ciertos derechos y deberes. Generalmente los estados llevan un registro público con los datos personales básicos de los ciudadanos, entre los que se incluye el estado civil. A este registro se le denomina Registro Civil.

Aunque las distinciones del estado civil de una persona pueden ser variables de un estado a otro, la enumeración de estados civiles más habitual es la siguiente: soltero(a), casado(a), conviviente, divorciado(a), viudo(a). Del mismo modo en determinados países se contemplan distintas formas de matrimonio, tales como el matrimonio homosexual o la poligamia, lo que lleva a distintos matices del estado civil (30).

La religión es un elemento de la actividad humana que suele componerse de creencias y prácticas sobre cuestiones de tipo existencial, moral y sobrenatural (31).

El grado de instrucción considerada como el último año escolar cursado por la persona donde puede demostrar sus capacidades cognitivas, conceptuales, actitudinales, procedimentales (32).

En la investigación estudiaremos a los factores biosocioculturales: Edad, sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico.

La etapa del adulto joven comienza alrededor de los 20 años y concluye cerca de los 40, cuya característica principal, en el adulto joven hay que tomar muchas responsabilidades. Las tareas propias de la edad tienen que ver con el mundo social (pareja, trabajo, hijos, etc.). El rol activo que se asume es el término de la moratoria psicosocial (según Erikson). Hay construcción y establecimiento de un estilo de vida, se organiza la vida de forma práctica, se llevan a cabo propósitos. Por otra parte, también hay

mucha exploración y aprendizaje (no todos los roles que se asumen son definitivos (33).

El adulto joven puede presentar variados factores de riesgo variados los cuales se analizan a continuación. Cambios del aparato digestivo, pueden llevar a mal nutrición, deshidratación, estreñimiento, disminución de la absorción de hierro, calcio, vitamina B12 y ácido fólico, alteraciones a nivel del centro del equilibrio, esto lleva a que tarden más en adaptarse al ambiente y en tomar decisiones, esto puede exponerlos a caídas trastornos del sueño se hacen más frecuentes, pueden caer en depresión si cambian de hábitat, son institucionalizados o se les cambian radicalmente sus costumbres..

El adulto joven está expuesto a diversos factores que ponen en riesgo su salud, al no tener un estilos de vida saludable va a conllevar a que presente problemas no transmisibles como es la hipertensión arterial, diabetes mellitus tipo II,obesidad asimismo conllevar a que haya una pérdida de roles sociales.

Enfermería es la ciencia y el arte de cuidar de la salud de individuo, la familia y la comunidad. Interviene en la salud del adulto joven en los campos de promoción y el mantenimiento de la salud, la prevención de la enfermedad y la participación en su tratamiento, incluyendo la rehabilitación. El rol de la enfermera en cuanto al cuidado brindado al adulto joven implica una mayor interacción con la persona a fin de lograr

una atención integral que considere las esferas física, emocional, social, cultural y espiritual, lo cual exige un buen nivel de formación basado en principios científicos humanísticos y tecnológicos, que les permita brindar un cuidado de calidad y calidez a todas las personas sin excepción, pero especialmente a los más vulnerables como en este caso los adultos jóvenes

El cuidado de enfermería se orientan a incrementar la interacción positiva de la persona con su entorno, es decir, se concibe el cuidado dirigido al bienestar tal y como la persona lo entiende, entonces la intervención de enfermería con esta orientación va dirigida a dar respuesta a las necesidades de las personas desde una perspectiva holística, respetando sus valores culturales, creencias y convicciones para el éxito de los cuidados y la satisfacción y el bienestar de la persona en su integral asimismo es brindarle promoción y prevención de la salud, como un estilo de vida saludable, una dieta balanceada, ejercicios, chequeos habituales, fumar, y disminuir el estrés.. La enfermera guía el cuidado planificado de los seres humanos a través de un proceso intencional que abarca aspectos de la promoción y prevención de las enfermedades, proceso de salud-enfermedad y la muerte (34)

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y nivel de investigación

Estudio cuantitativo, de corte transversal (35).

3.2. Diseño de la investigación

Descriptivo correlacional (36).

3.3. Población y Muestra

Muestra

Estuvo conformada por 125 adultos jóvenes que residen en el Asentamiento Humano Vista al Mar II, Nuevo Chimbote 2015 (Anexo 1).

3.3.2. Unidad de análisis

Cada adulto joven del asentamiento humano Vista al Mar II, Nuevo Chimbote que formó parte de la muestra y respondieron a los criterios de la investigación.

3.4. Criterios de Inclusión

- Adulto joven que vivió más de 3 años en el Asentamiento Humano Vista al Mar II– Nuevo Chimbote
- Adulto Joven del Asentamiento Humano Vista al Mar II-Nuevo Chimbote de ambos sexos.

- Adulto Joven del Asentamiento Humano Vista al Mar II Nuevo Chimbote que acepto participar en el estudio.

3.5 Criterios de Exclusión:

- Adulto Joven del Asentamiento Humano Vista al Mar II Nuevo Chimbote que tenga algún trastorno mental.
- Adulto Joven del Asentamiento Humano Vista al Mar II Nuevo Chimbote que presento problemas de comunicación.

3.6. Definición y Operacionalización de variables

ESTILO DE VIDA DE LA PERSONA ADULTO JOVEN

Definición Conceptual

Son la forma de vivir de las personas, que al igual que el medio ambiente, están determinados por un conjunto de factores (físicos, sociales o laborales) que dependerán tanto del individuo como del complejo entorno que le rodea, dando lugar a estilos de vida menos saludables (37).

Definición Operacional

Se utilizó la escala nominal

Estilo de vida saludable: 75 - 100 puntos

Estilo de vida no saludable: 25 - 74 puntos.

FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LA PERSONA ADULTO JOVEN

Definición conceptual

Características o circunstancias detectables en la persona, que pueden ser no modificables. Los factores considerados son: Estado civil, escolaridad, ingreso económico, ocupación, religión (38).

FACTOR BIOLÓGICO

Sexo

Definición Conceptual.

Conjunto de características genéticas, gonadales, hormonales y anatómicas que tipifican a un ser humano como un hombre o mujer (39).

Definición Operacional

Se utilizará escala nominal

- Masculino
- Femenino

FACTORES CULTURALES

Religión

Definición Conceptual

La religión es el conjunto de creencias o dogmas a cerca de la divinidad, de sentimientos, de veneración y temor hacia ella, de morales, en lo individual, social y en la prácticas rituales, principalmente la oración y el sacrificio para darle culto (40).

Definición Operacional

Escala nominal

- Católico
- Evangélico
- Otros

Grado de Instrucción

Definición Conceptual

Es un indicador del conocimiento y aprendizaje logrado por la población de 15 y más años de edad, en las etapas educativas del sistema, correspondiente a las diversas fases del desarrollo personal de los educandos (41).

Definición Operacional

Escala ordinal

- Analfabeto(a)
- Primaria
- Secundaria
- Superior

FACTORES SOCIALES

Estado Civil

Definición Conceptual.

El estado civil de una persona es su situación jurídica en la familia y la sociedad, determina su capacidad para ejercer ciertos derechos y contraer ciertas obligaciones, es indivisible, indisponible e imprescriptible, y su asignación corresponde a la ley (42).

Definición Operacional

Escala nominal

- Soltero(a)
- Casado
- Conviviente
- Separado

- Viudo

Ocupación

Definición Conceptual

Ocupación es el conjunto de funciones, obligaciones y tareas que desempeña una persona en un determinado trabajo, determinados por la posición en el trabajo (43).

Definición Operacional

Escala nominal

- Obrero
- Empleado
- Ama de casa
- Estudiante
- otros.

Ingreso Económico

Definición Conceptual

Es la cantidad de dinero que una persona percibe en un periodo determinado de tiempo, producto de su trabajo realizado y es compartida dentro del círculo familiar (44) .

Definición Operacional

Escala de intervalo

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

3.7. Técnicas e Instrumentos de la recolección de datos:

Técnicas

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

Instrumentos

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

Instrumento No 01

Escala del Estilo de vida

Instrumento elaborado en base al Cuestionario de estilo de vida promotor de salud, de Walker E, Sechrist K y Pender N, modificado por Delgado, R; Díaz, R; Reyna, E para medir el estilo de vida a través de sus dimensiones: alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud. (Ver anexo N° 02)

Está constituido por 25 ítems distribuidos en seis dimensiones que son las siguientes:

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

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

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

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

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

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

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

Cada ítem tiene el siguiente criterio de calificación

NUNCA: N = 1

A VECES: V = 2

FRECUENTEMENTE: F = 3

SIEMPRE: S = 4

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

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

Instrumento No 02

Cuestionario sobre factores biosocioculturales de la persona adulto joven

Elaborado por Delgado, R.; Díaz, R.; Reyna, E, modificado por; Reyna E, en Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación. (Ver anexo N° 03)

Está constituido por 8 ítems distribuidos en 4 partes:

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

Control de calidad de los datos:

Validez externa:

Se aseguró la validez externa por juicio de expertos presentando el instrumento (escala de estilo de vida) a cuatro (4) expertos en el área a

investigar, quienes con sus sugerencias brindaran mayor calidad y especificidad a los instrumentos (45). (Anexo 04)

Validez interna

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 (46).

Confiabilidad

Se midió y garantizo mediante la prueba de Alpha de Crombach (47). (Anexo 05).

3.8. Procedimiento y análisis de los datos

3.8.1. Procedimiento para la recolección de datos:

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

- Se informó y se pidió el consentimiento a los adultos jóvenes Asentamiento Humano Vista al Mar II Nuevo Chimbote: haciendo hincapié que los datos recolectados y resultados obtenidos mediante su participación son estrictamente confidenciales.

- Se coordinó con los adultos jóvenes del Asentamiento Humano Vista al Mar II Nuevo Chimbote su disponibilidad y el tiempo para la fecha de la aplicación de los dos instrumentos.
- Se procedió a aplicar los instrumentos a cada adulto joven
- Se realizó lectura del contenido o instrucciones de la escala y del cuestionario para llevar a cabo las respectivas entrevistas.
- Los instrumentos se aplicaron en un tiempo de 20 minutos, las respuestas fueron marcadas de manera personal y directa.

3.8.2. Análisis y Procesamiento de los datos:

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

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

3.9. Principios éticos

Durante la aplicación de los instrumentos se respetó y cumplió los criterios éticos de: (48).

Anonimato

Se aplicó el cuestionario, indicando a los adultos jóvenes del asentamiento humano Vista al Mar II, Nuevo Chimbote, que la investigación será anónima y que la información obtenida será sólo para fines de la investigación.

Privacidad

Toda la información recibida en el presente estudio se mantuvo en secreto y se evitó ser expuesto, respetando la intimidad de los adultos Jóvenes, siendo útil sólo para fines de la investigación.

Honestidad

Se informó a los adultos jóvenes del asentamiento humano Vista al Mar II Nuevo Chimbote , los fines de la investigación, cuyos resultados se encontraron plasmados en el presente estudio.

Consentimiento informado

Solo se trabajó con los adultos jóvenes del asentamiento humano Vista al Mar II,Nuevo Chimbote, que aceptaron voluntariamente participar en el presente trabajo.

IV.RESULTADOS:

4.1 Resultados:

TABLA 01

ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO JÓVEN. ASENTAMIENTO HUMANO VISTA AL MAR II- NUEVO CHIMBOTE-2015

Estilo de vida	Frecuencia	Porcentaje
Saludable	7	5,6
No saludable	118	94,4
Total	125	100,0

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. aplicado a los adultos jóvenes. Asentamiento Humano Vista al mar II – Nuevo Chimbote, 2015.

GRÁFICO N°:1

ESTILO DE VIDA EN LOS ADULTOS JÓVENES. ASENTAMIENTO HUMANO VISTA AL MAR II – NUEVO CHIMBOTE - 2015

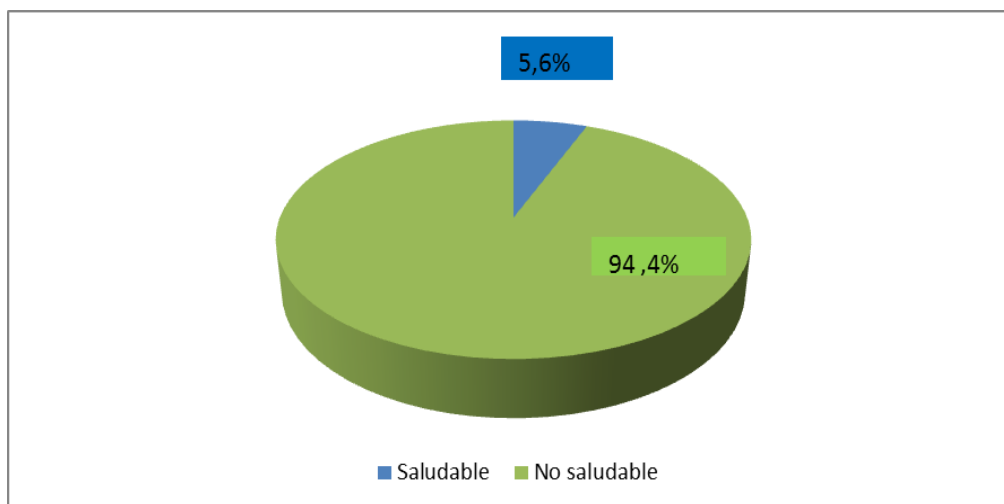


TABLA 02

FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN EL ADULTO JOVEN. ASENTAMIENTO HUMANO VISTA AL MAR II, NUEVO CHIMBOTE-2015

FACTOR BIOLÓGICO		
Sexo	N	%
Masculino	75	60,0
Femenino	50	40,0
Total	125	100,0
FACTORES CULTURALES		
Grado de instrucción	N	%
Analfabeto(a)	4	3,2
Primaria	84	67,2
Secundaria	27	21,6
Superior	10	8
Total	125	100,0
Religión	N	%
Católico(a)	73	58,4
Evangélico(a)	46	36,8
Otras	6	4,8
Total	125	100,0
FACTORES SOCIALES		
Estado civil	N	%
Soltero(a)	59	47,2
Casado(a)	23	18,4
Viudo(a)	3	2,4
conviviente	37	29,6
Separado(a)	3	2,4
Total	125	100,0
Ocupación	N	%
Obrero(a)	60	48
Empleado(a)	29	23,2
Ama de casa	22	17,6
Estudiante	7	5,6
Otras	7	5,6
Total	125	100,0
Ingreso económico (soles)	N	%
Menor de 400	47	37,6
De 400 a 650	54	43,2
De 650 a 850	17	13,6
De 850 a 1100	6	4,8
Mayor de 1100	1	0,8
Total	125	100,0

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales, elaborada por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado al adulto joven. Asentamiento Humano, vista al mar II, Nuevo Chimbote, 2015.

GRÁFICO 02

*SEXO EN ADULTOS JÓVENES. ASENTAMIENTO HUMANO VISTA AL MAR II-
NUEVO CHIMBOTE, 2015.*

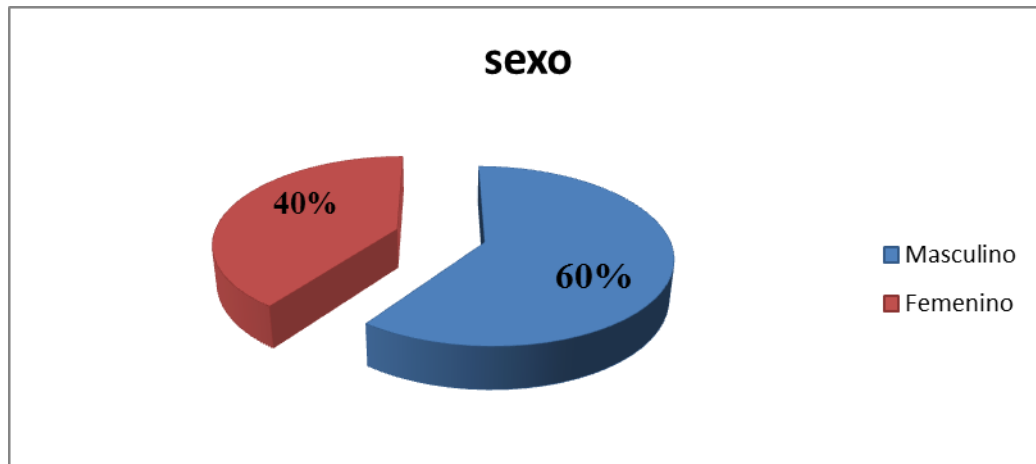


GRÁFICO 03

*GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS ADULTOS JÓVENES. ASENTAMIENTO
HUMANO VISTA AL MAR II- NUEVO CHIMBOTE, 2015.*

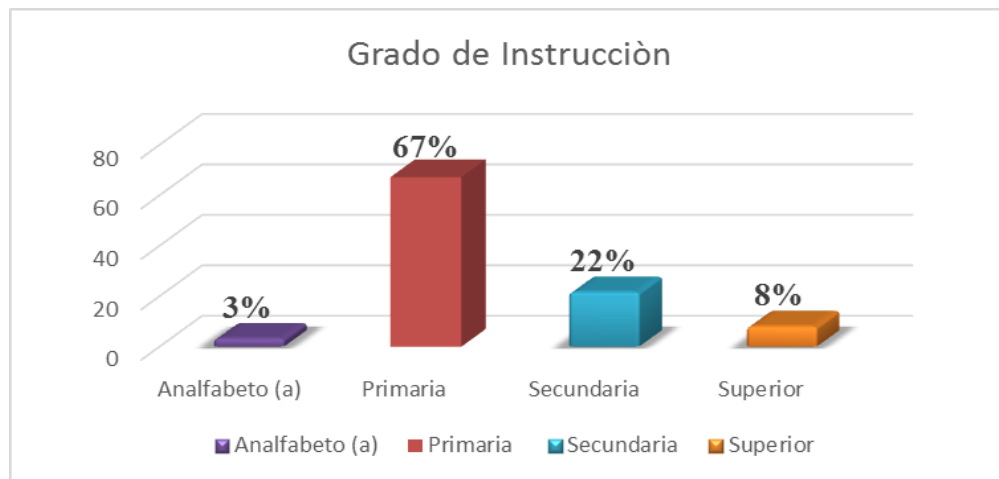


GRÁFICO 04
 RELIGIÓN DE LOS ADULTOS JÓVENES. ASENTAMIENTO HUMANO VISTA
 AL MAR II- NUEVO CHIMBOTE, 2015.

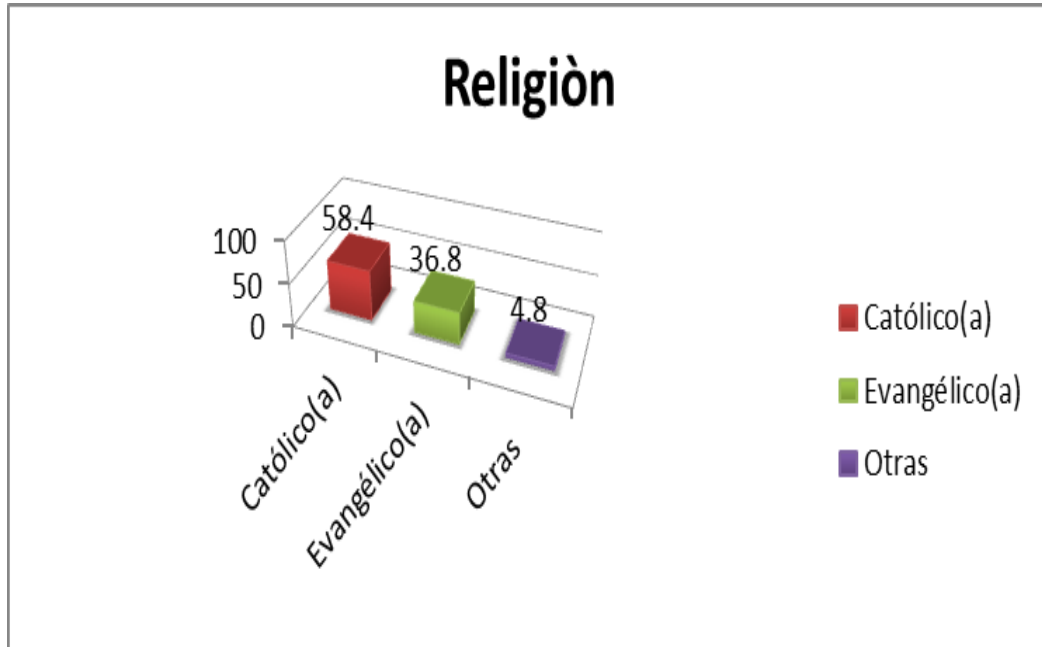


GRÁFICO 05
 ESTADO CIVIL DE LOS ADULTOS JÓVENES ASENTAMIENTO HUMANO
 VISTA AL MAR II.- NUEVO CHIMBOTE, 2015.

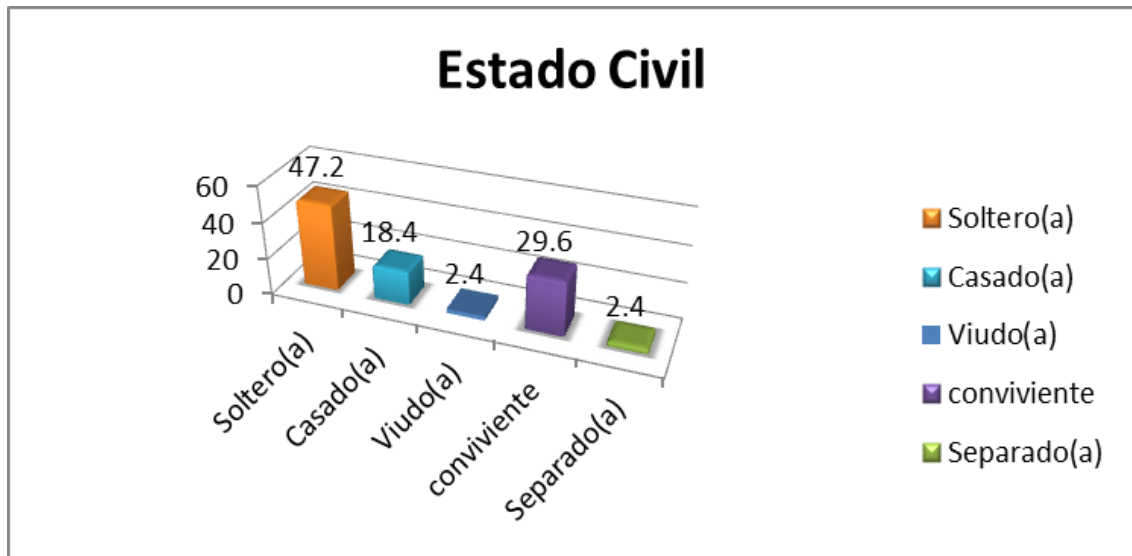
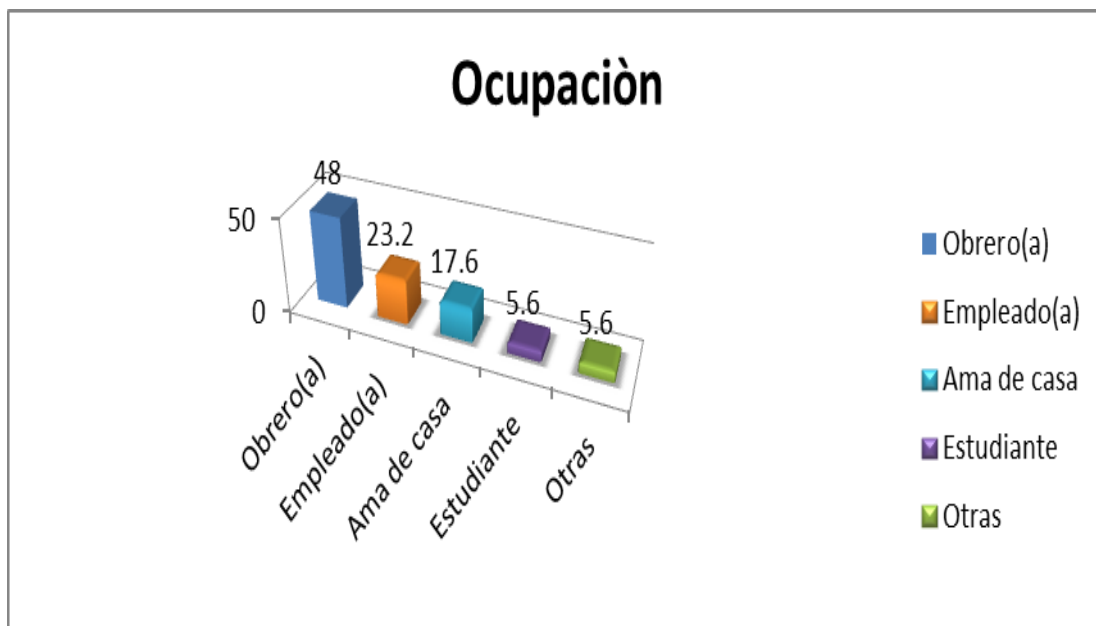


GRÁFICO 06

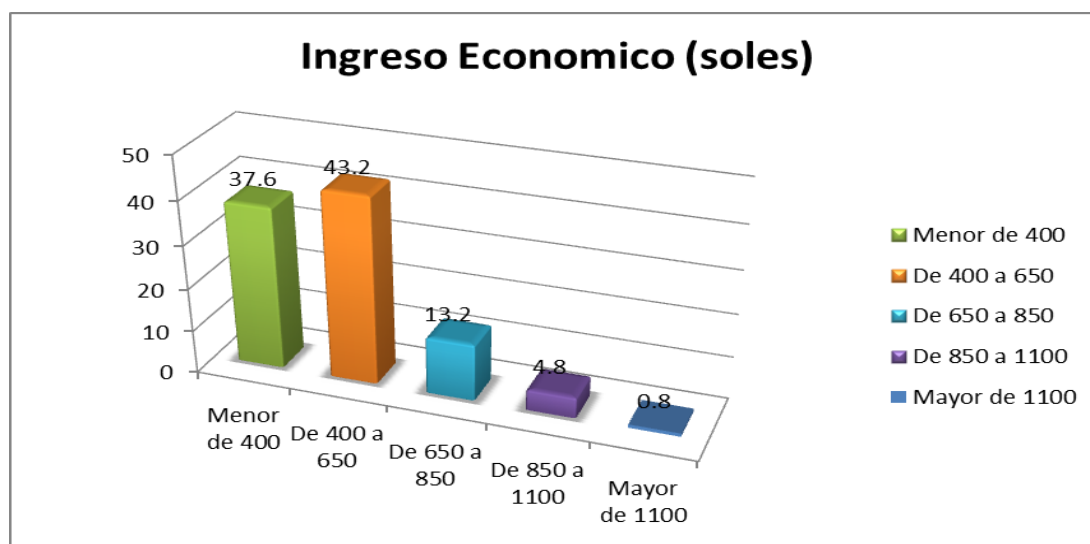
OCUPACIÓN DE LOS ADULTOS JÓVENES ASENTAMIENTO HUMANO VISTA
AL MAR II – NUEVO CHIMBOTE, 2015



Fuente: tabla 2

GRÁFICO 7

INGRESO ECONÓMICO DE LOS ADULTOS JÓVENES. ASENTAMIENTO HUMANO VISTA AL
MAR II – NUEVO CHIMBOTE, 2015



RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES BIOSOCIOCULTURALES Y EL ESTILO DE VIDA DEL ADULTO JOVEN ASENTAMIENTO HUMANO, VISTA AL MAR II , NUEVO CHIMBOTE, 2015

TABLA 03

FACTOR BIOLÓGICO Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS JÓVENES.ASENTAMIENTO HUMANO VISTA AL MAR II- NUEVO CHIMBOTE, 2015.

Sexo	Estilo de vida				Total		
	Saludable		No saludable		N	%	
	n	%	n	%			
Masculino	5	4,0	70	56,0	75	60,0	No cumple la condición para aplicar la prueba chi cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5.
Femenino	3	2,4	47	37,6	50	40,0	
Total	8	6,4	117	93,6	125	100	

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. aplicado a los adultos jóvenes del Asentamiento Humano vista al mar II- Nuevo Chimbote, 2015.

TABLA 4
FACTORES CULTURALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS JÓVENES. ASENTAMIENTO HUMANO VISTA AL MAR II- NUEVO CHIMBOTE, 2015.

Grado de Instrucción	Estilo de vida				Total		No cumple la condición para aplicar la prueba chi cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5.
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Analfabeto(a)	0	0,0	4	3,2	4	3,2	
Primaria	3	2,4	81	64,8	84	67,2	
Secundaria	2	1,6	25	20,0	27	21,6	
Superior	3	2,4	7	5,6	10	8,5	
Total	8	6,4%	117	93,6%	125	100,0%	

Religión	Estilo de vida				Total		No cumple la condición para aplicar la prueba chi cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5.
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Católico(a)	7	5,6	66	52,8	73	58,4	
Evangélico	0	0,0	46	36,8	46	36,8	
Otras	1	0,8	5	4,0	6	4,8	
Total	8	6,4	117	93,6	125	100,0	

TABLA 5:

FACTORES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS JÓVENES.

ASENTAMIENTO HUMANO VISTA AL MAR II- NUEVO CHIMBOTE, 2015

Ocupacion	Estilo de vida				Total		
	Saludable		No saludable		n	%	
	n	%	n	%			
obrero(a)	2	1,6	57	45,6	59	47,2	No cumple la condición para aplicar la prueba chi cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5.
Empleado(a)	3	2,4	26	20,8	29	23,2	
Ama de casa	1	0,8	22	17,6	23	18,4	
Estudiante	1	0,8	6	4,8	7	5,6	
Otras	1	0,8	6	4,8	7	5,6	
Total	8	6,4	117	93,6	125	100,0	

Estado Civil	Estilo de vida				Total		
	Saludable		No saludable		n	%	
	n	%	n	%			
Soltero(a)	7	5,6	53	42,4	60	48,0	No cumple la condición para aplicar la prueba chi cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5.
Casada	0	0,0	23	18,4	23	18,4	
Viudo(a)	0	0,0	4	3,2	4	3,2	
Conviviente	1	0,8	36	28,8	37	29,6	
Separado(a)	0	0,0	1	0,8	1	0,8	
Total	8	6,4	117	93,6	125	100,0	

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: por: Díaz, R; Marquez, E; Delgado Aplicado a los adultos jóvenes del asentamiento humano Vista al Mae II- Nuevo Chimbote.

Ingreso Económico (soles)	Estilo de vida				Total		No cumple la condición para aplicar la prueba chi cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5.
	Saludable		No saludable				
	n	%	N	%	n	%	
Menos de 400	2	1,6	45	36,0	47	37,6	
De 400 - 650	1	0,8	53	42,4	54	43,2	
De 650- 850	4	3,2	13	10,4	17	13,6	
De 850-1100	1	0,8	5	4,0	6	4,8	
Mayor de 1100	0	0,0	1	0,8	1	0,8	
Total	8	6,8	117	93,6	125	100,0	

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado al adulto joven del asentamiento humano Vista al Mar II, Nuevo Chimbote 2015.

4.1. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS:

Del 100%(125) de adultos jóvenes del asentamiento humano vista al mar II, el 94,4% (118) tiene un estilo de vida no saludable y el 5,6%(7) tiene un estilo de vida saludable.

Estos resultados se relacionan con lo obtenido por F. Edith (49), quien en su trabajo de investigación titulado “Estilos de vida y factores biosocioculturales de la persona adulta joven en el caserío Tablazo Sur – La Unión – Piura, 2011,” llego a concluir que casi la totalidad de las personas adultas jóvenes del Caserío Tablazo Sur – La Unión - Piura presentan estilos de vida no saludable y un porcentaje significativo estilos de vida saludable.

De la misma manera se asemejan con lo obtenido por Castillo R. (50), que realizo una investigación sobre Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos jóvenes del centro poblado menor de Shiqui - Catac 2012, concluyendo que la mayoría de los adultos jóvenes del Centro Poblado Menor de Shiqui, presentan un estilo de vida no saludable y un porcentaje significativo presentan estilo de vida saludable.

Por otro lado estos resultados difieren con los obtenidos por Julca. B. (51); quien en su estudio sobre Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos jóvenes del centro poblado – sector Mataquita, Jangas – Huaraz, 2012 obtuvo que la mayoría de los adultos jóvenes del Centro Poblado –sector de Mataquita presentan un estilo de vida saludable y un porcentaje significativo tienen un estilo de vida no saludable.

De igual manera estos resultados difieren con los obtenidos a nivel local por Tinoco R(56), que en estudio sobre los Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto jóvenes del A.H. Nueva Esperanza - Nuevo Chimbote, 2012 .obtuvo que la mayoría de los adultos presenta un estilo de vida saludable y un menor porcentaje presentan un estilo de vida no saludable.

La OMS define el **estilo de vida** como “una forma general de vida basada en la interacción entre las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones individuales de conducta determinados por factores socioculturales y características personales” (52).

El estilo de vida comprende los aspectos relacionados con el comportamiento individual, especialmente a aquellos patrones de conducta sostenidos durante un plazo relativamente largo y una serie de actividades, rutinas cotidianas o hábitos tales como, características nutricionales, horas de vigilia y descanso, el hábito de fumar, el uso de alcohol y otros estimulantes, el ejercicio físico y otros rasgos del contexto en donde se desenvuelven los individuos (53).

El estilo de vida de una persona está compuesto por sus reacciones habituales y por las pautas de conducta que ha desarrollado durante sus procesos de socialización. Estas pautas se aprenden en la relación con los padres, compañeros, amigos y hermanos, o por la influencia de la escuela, los medios de comunicación, etc. Dichas pautas de comportamiento son interpretadas y

puestas a prueba continuamente en las diversas situaciones sociales y, por tanto, no son fijas, sino que están sujetas a modificaciones

La Alimentación nos permite tomar del medio que nos rodea, los alimentos de la dieta (de la boca para fuera) y la Nutrición es el conjunto de procesos que permiten que nuestro organismo utilice los nutrientes que contienen los alimentos para realizar sus funciones (de la boca para adentro). Los alimentos son todos los productos naturales o industrializados que consumimos para cubrir una necesidad fisiológica (hambre). Los nutrientes son sustancias que se encuentran dentro de los alimentos y que el cuerpo necesita para realizar diferentes funciones y mantener la salud. Existen cinco tipos de nutrientes llamados: Proteínas o Prótidos, Grasas o Lípidos, Carbohidratos o Glúcidos, Vitaminas y Minerales (54).

Una alimentación saludable consiste en ingerir una variedad de alimentos que te brinden los nutrientes que necesitas para mantenerte sana, sentirte bien y tener energía. Estos nutrientes incluyen las proteínas, los carbohidratos, las grasas, el agua, las vitaminas y los minerales (55).

En el presente estudio se encontró que casi la totalidad de adultos jóvenes del Asentamiento Humano Vista al Mar II, tienen una inadecuada alimentación, esto se debe al desinterés y desconocimiento de los adultos jóvenes sobre la alimentación balanceada, ya que consumen más carbohidratos y grasas, que son un aporte excesivo de calorías, mientras que las verduras y frutas en pocas

cantidades; tampoco ingieren la cantidad suficiente de agua, así mismo se pudo encontrar que en una esquina del Asentamiento humano, había un puesto de comida como embutidos y brochetas, todos los comportamientos que tienen los adultos jóvenes en cuanto a su alimentación podrían desencadenar enfermedades cardiovasculares o algún tipo de desarrollo de células cancerígenas, es por ello que la alimentación juega un papel muy importante en esta etapa de vida.

La actividad física se refiere a cualquier movimiento corporal producido por la contracción de los músculos que incrementan el gasto de energía sobre el nivel basal, mientras que las conductas sedentarias se refieren a la inactividad que existe al ver televisión, usar computadora o jugar videojuegos. En la adolescencia se recomienda realizar diariamente una hora de actividad física moderada o vigorosa y no exceder de 2 horas al día dedicadas a ver televisión, jugar videojuegos o usar la computadora por diversión (56).

La actividad física se refiere a las actividades que hacen que su cuerpo se mueva, tales como trabajar en el jardín, llevar el perro a caminar, bailar y usar las escaleras en lugar del ascensor. Los ejercicios son una forma de actividad física que es específicamente planeada, estructurada y repetitiva, tal como el entrenamiento con pesas, el tai chi o una clase de ejercicios aeróbicos. Tanto la actividad física como los ejercicios son importantes y pueden ayudarle a mejorar su habilidad para hacer las actividades diarias que usted disfruta (57).

En el presente estudio se encontró que la mayoría de adultos jóvenes no realizan suficiente actividad física y ejercicio, ya que su vida se torna un tanto sedentaria, en las mujeres por el labor del hogar que se vuelve un poco pesado y recurren a dormir o sentarse al frente de la TV a mirar sus programas favoritos, y en los hombres por la falta de tiempo, ya que trabajan, y refieren que no les alcanza el tiempo para realizar actividad física, por ello se encontró adultos jóvenes con obesidad , lo cual es un daño en su salud, ya que al practicar ejercicio, mejoran su sistema cardiovascular y respiratorio; manifiestan también que las condiciones de la comunidad en cuanto a la falta de caminos pavimentados no les anima a salir a caminar o correr dentro de su comunidad.

El estrés físico es una reacción física del cuerpo a diversos desencadenantes, como por ejemplo el dolor que se siente después de una cirugía. El estrés físico a menudo lleva al estrés emocional y este último con frecuencia se presenta en la forma de estrés físico (por ejemplo, cólicos estomacales).

El manejo del estrés implica controlar y reducir la tensión que ocurre en situaciones estresantes, haciendo cambios emocionales y físicos. El grado de estrés y el deseo de hacer modificaciones determinarán qué tanto cambio tiene lugar (58).

En la presente investigación se encontró que gran parte de los adultos jóvenes del Asentamiento Humano Vista al Mar II, no tiene buen manejo del estrés, ya que no expresan ni comparten sus sentimientos con alguien sobre lo que les preocupa o les causan tensión, así mismo, no realizan mucho ejercicio o

actividad de relajación que les ayude a poder controlar el estrés, solo algunos identificaban las situación que les causaban tensión o algún tipo de preocupación en su vida, por lo cual afecta a su bienestar físico y mental, ya que la preocupación o el estrés pueden ser un factor desencadenante para las enfermedades cardiovasculares.

La salud es responsabilidad de cada uno, y depende de los actos y actitudes del día a día. Depende de nuestra alimentación tanto física como afectiva, de si llevamos una vida activa o pasiva, de nuestra forma de ver la vida, del tipo de pensamientos predominantes que mantenemos en nuestra mente, del tipo de emociones que se apoderan de nosotros, de nuestra actitud ante la vida, de si nos sentimos plenos y realizados o no, de si hemos sabido encontrar sentido a nuestra vida o no, de si hemos descubierto nuestra misión o propósito de vida (59).

Se ha encontrado en la presente investigación, en cuanto a la responsabilidad en salud, que los adultos jovenes del Asentamiento Humano Vista al Mar II, tienen desinterés en acudir al puesto de salud más cercano de su comunidad, como es el Puesto de Salud “Nicolás Garatea”, ya que ellos manifiestan que las consultas se hacen eternas en tiempo de espera, y que les favorece más, ir a la farmacia para pedir un medicamento cuando sienten algún malestar, la mayoría no acude al establecimiento de salud por lo menos una vez al año para una revisión médica, pero algunos adultos si participan en actividades o campañas de salud que ofrece el puesto de salud, en su comunidad.

Según Maslow, “en general, la autorrealización se refiere al deseo de satisfacer el potencial más alto propio. En este nivel, el individuo que no aprovecha a plenitud sus talentos y capacidades está descontento e intranquilo: un músico debe crear música, un artista debe pintar, un poeta debe escribir si ha de estar en paz consigo mismo, decía Maslow”. “Maslow definió a las personas autorrealizadas como individuos que están satisfaciéndose a sí mismos y realizando lo mejor de lo que son capaces de hacer”, y enlistó varias características que pueden agruparse en cuatro dimensiones clave: conciencia, honestidad, libertad y confianza” (60).

En la presente investigación se halló que la mayoría de los adultos jóvenes del Asentamiento Humano Vista al Mar II, si se siente satisfecho con su vida hasta ahora y con lo que ha realizado a lo largo de ella, por lo que se sienten con ganas de superación y fortaleza ante las oportunidades que les toca vivir, como por ejemplo en sus trabajos, que necesitan salir adelante, con la intención de ayudar también a su familia e hijos, a los cuales la mayoría mantienen estudiando, y por tener un futuro mejor en cuanto a lo económico.

En cuanto a las redes de apoyo o apoyo interpersonal, del adulto joven del Asentamiento Humano Vista al Mar II, encontramos que gran parte de los adultos jóvenes si tienen buenas relaciones interpersonales con los vecinos, en el hogar, ya que cuando enfrentan situaciones difíciles reciben apoyo de la familia y vecinos, por lo que eso beneficia su estado mental y por lo tanto el estado físico, ya que apoya el desarrollo de un bienestar individual y familiar.

Por lo tanto en el presente estudio pudimos encontrar que casi la totalidad de los adultos jóvenes del Asentamiento Humano Vista al Mar II – Nuevo Chimbote, tienen estilos de vida no saludables, debido al desinterés en mejorar sus comportamientos o hábitos saludables, ya que no se preocupan por su alimentación y consumen alimentos que les puede ocasionar daños irreparables como la muerte a largo plazo; además no se interesan por su estado de salud, ya que solo acuden al establecimiento de salud de su jurisdicción solo cuando tienen algo que les causa un fuerte malestar, así mismo, la falta de promoción de la salud en los adultos maduros, puede tornarse perjudicial para su salud, ya que sin educación no podrán cambiar de alguna forma sus comportamientos o adquirir conocimientos de los estilos de vida saludables.

Es por ello el adulto joven debe prevenir muchas enfermedades crónicas y mejorar su salud física, espiritual, emocional y mental. Haciendo referencia a la manera de vivir sanamente, realizando una serie de actividades, y rutinas cotidianas o hábitos saludables, como el número de comidas diarias, características de alimentación, horas de sueño, evitando el consumo de alcohol, cigarrillo, estimulantes, para llevar una vida saludable debe realizar actividad física y ejercicios. Es importante tomar conciencia sobre el estilo de vida saludable, ya que son los hábitos sanos y saludables constituyen el mayor enriquecimiento para la sostenibilidad de una excelente calidad de vida.

Este resultado nos demuestra que la población en estudio tiene patrones conductuales que ponen en práctica en su vida cotidiana y que no son

pertinentes para el mejoramiento de su salud colocándolos en situación de riesgo para adquirir alguna enfermedad. El estilo de vida es la base de la calidad de vida, entendida como la capacidad de poder vivir bien, sanos y seguros, con lo que cada quien tiene a su disposición.

Tabla 2:

Del 100%(125) de los adultos jóvenes del asentamiento humano vista al mar II, el 60 %(75) son de sexo masculino, el 67,2%(84) tienen grado de instrucción primaria , el 58,4% (73) son católicos , el 47,2%(59) son solteros, el 48%(60)son obreros y el 43,2%(54) tiene un ingreso económico de 400 a 690 nuevos soles.

Estos resultados se aproximan con los obtenidos por **Sare, M.** (61), quien estudio Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del adulto joven del AA.HH San Juan. Chimbote, 2012, donde se observa: en el factor biológico que el 52,4% son de sexo masculino. Con respecto a los factores culturales el 42,9% de las personas tiene primaria completa.

También se relacionan con el estudio encontrado por Espíritu K. (62), quien estudio Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto joven del AA.HH San Juan Bautista – Nuevo Chimbote, 2012, donde se observa: en relación a los factores culturales el 63,9%(46) son católicos respecto a los factores sociales el 68,1% (49) su estado civil soltero , el 40,3% (29) son obreros y un 45,8%(33) divisan un ingreso económico de 500a 700 soles.

Resultados casi similares encontraron Cordero, M. y Silva, M. (66), en su estudio titulado Estilo de vida y factores biosocioculturales de la persona adulta joven , Casma, 2009. Donde se reporta que el 53.9 % son del sexo masculino, el 70.0% son católicos y el 46.1% tienen un ingreso económico de 400 a 599 nuevos soles.

Al analizar la variable sexo es definido como la diferenciación de las características anatómicas y cromosómicas, entre el varón y la mujer, en nuestra cultura los varones hacen los trabajos más pesados y las mujeres las tareas domésticas donde implican menor esfuerzo físico, generalmente estos comportamientos corresponde a los usos y costumbres del lugar y la época, actualmente los roles tradicionales tienden a transformarse en otros más democráticos flexibles e igualitarios generando mayor armonía y bienestar familiar, cambios en los que la mujer está desempeñándose en un rol protagónico debido a su incorporación al trabajo y a la elevación de su nivel de escolaridad y de información (63).

El grado de instrucción, es un factor que garantiza la salud ya que las características y accesibilidad a la educación, puede ayudar a la gente a encarar mejor el medio en que vive (para aumentar sus ingresos, para protegerse mejor contra los riesgos y para modificar su comportamiento en beneficio de la salud). La educación puede, por tanto, influir en los estilos de vida, las personas instruidas viven mejor que las que no lo son, aún cuando tengan los

mismos ingresos y más posibilidades de cultivar sus intereses y ocupaciones (64).

La religión es un conjunto de ideas, las cuales son aceptadas por un conjunto de personas con un mismo fin. Estas ideas han ido desarrollándose a lo largo de los siglos, adaptándose a las necesidades del hombre. Como producto del pensamiento, la religión es algo que está en un cambio continuo, ya que a medida que pasa el tiempo, el hombre se desplaza tanto temporal como espacialmente, y es quizás esto segundo lo que hace que cambie más el concepto de religión, ya que se va mezclando con las diferentes culturas. La religión tiene una especie de instinto de supervivencia, pues a pesar de que la idea central de la religión continúa constante, (por ejemplo, el cristianismo tiene la Biblia, libro sagrado al cual respetan y aceptan ciegamente, y en el cual están plasmadas las bases de su idealismo) (65).

Según el Instituto de Estadística e Informática (INEI), reporta que la religión católica es la más aceptada en el país, lo que coincide con lo encontrado en este estudio. Esto se debe a que la gran mayoría sigue esta religión porque se han criado dentro de este contexto religioso, porque sus padres les han inculcado desde el nacimiento y así se ha transmitido de generación en generación, así mismo puede deberse a que la religión católica no implica mu-chas responsabilidades. Estos adultos demuestran sus creencias y prácticas, algunos asisten a misa. Sin embargo es creciente el número de seguidores de otras religiones (66).

El presente estudio se obtuvieron como resultados que casi la mayoría son de sexo masculino y tienen un grado de instrucción primaria esto afecta a al adulto joven, debido a que dejaron los estudios por motivos económicos, de tal manera que se han dedicado a trabajar y ya no han continuado sus estudios, asimismo al analizar el presente estudio se demuestra que el no tener un grado de instrucción adecuado contribuye a que los adultos jóvenes tengan desconocimientos sobre el autocuidado y manejar el uso de sus conocimientos para el cuidado y beneficio de su salud que para más adelante van a traer muchas consecuencias para su salud debido a que desconocen sobre los estilos saludables.

La religión parte a partir de la naturaleza del hombre -ser contingente y finito- y descubrir en su necesaria dependencia del Creador supremo, la raíz ontológica de la religión. La religión formalmente no es, entonces, sino el libre reconocimiento y aceptación de tal dependencia radical en que está el hombre respecto de Dios (67)

En el estudio realizado a los adultos joven se demuestra que más de la mitad profesan la religión católica y suele asistir los días establecidos, de acuerdo a los resultados tiene un estilo de vida no saludable debido a que pasan la mayor parte de tiempo sentados y no practican actividad física, dentro de estas actividades inadecuadas se deben a las fiestas que realizan constantes después

de los servicios o en días festivos asimismo con respecto a los hábitos alimenticios ellos no tienen régimen acerca los hábitos saludables.

El estado civil es la situación en la que se encuentra una persona según sus circunstancias y la legislación y a la que el ordenamiento concede ciertos efectos jurídicos. Existen distintos criterios para clasificar los estados civiles: por el matrimonio, el estado de soltero, casado, viudo o divorciado (68)

En el estudio se obtuvieron como resultados que menos de la mitad su estado civil son soltero, que desencadena desórdenes alimenticios debido a que no se alimentan a sus horas adecuadas, y pueden conllevar a traer muchos problemas de salud, como son las enfermedades no transmisibles, los adultos jóvenes almuerzan comida al paso, debido a que no hay tiempo para que pueden ellos mismos cocinarse debido a que trabajan, esto puede traer muchos problemas porque al no alimentarse en la hora adecuada y consumen alimentos que no son saludables van a conllevar a que enfermen.

La ocupación es un concepto que evoluciona, desde los distintos marcos referenciales de la disciplina, pero la búsqueda de propósito y significado sigue siendo premisa central. Toda ocupación humana procede de una tendencia espontánea. Como oficio o profesión (cuando se desempeña en ésta) de una persona, independiente del sector en que puede estar empleada, o del tipo de estudio que hubiese recibido. Generalmente se define en términos de la combinación de trabajo, tareas y funciones desempeñadas (69)

En el estudio realizado a los adultos jóvenes menos de la mitad son de ocupación obrero, y tienen un estilo de vida no saludable porque estos adultos jóvenes al tener este tipo de trabajo, no comen a sus horas establecidas y comen comida al paso y van a conllevar a traer muchos problemas de salud para más adelante.

El ingreso económico se define como cantidad de dinero que una familia puede gastar en un periodo determinado sin aumentar ni disminuir sus activos, y Conjunto de bienes y actividades que integran la riqueza de una colectividad o un individuo (70)

En el estudio realizado a los adultos jóvenes la variable ingreso económico se evidencia que tienen un ingreso económico de 400 a 650 nuevo soles mensuales, por lo se concluye que esta ganancia no les alcanza para cubrir todos sus gastos y necesidades que realizan en su hogar, lo que genera en ellos una preocupación, alterando su bienestar tanto físico, psicológico y mental. Esto se debe a que la mayoría de los adultos jóvenes trabajan mayormente en el trabajo de obrero y es temporal mayormente los trabajos.

Al analizar los resultados del Asentamiento Humano Vista al Mar II, se obtuvieron que los adultos jóvenes, casi la mayoría son de sexo masculino, tienen grado de instrucción primaria y que tienen un estilo de vida no saludable debido a que desconocen acerca la alimentación saludable y descuidan su salud por dedicarse a trabajar y no comen a sus horas establecidas, comen comida

chatarra , precalentadas que van a desencadenar problemas en su salud como es la obesidad, entre otros. Más de la mitad de los adultos jóvenes profesan la religión católica de tal manera asisten a la iglesia de su comunidad debido a que pasan la mayor parte de tiempo sentados y no practican actividad física, dentro de estas actividades inadecuadas se deben a las fiestas que realizan e incluso no tienen un régimen en cuanto a la bebidas alcohólicas, porque salen a fiestas y consumir todo tipo de alimentos que son brindados inadecuadamente a la población teniendo un estilo de vida no saludable ,menos de la mitad de los adultos jóvenes tienen un ingresos económicos de 400 a 650 soles que son muy bajos y que no les abastece para sus necesidades por los que se sienten muy preocupados porque los trabajos son eventuales y altera la parte mental, física y psicológica.

Tabla 3:

Se muestra que del 100% (125) de adultos jóvenes que participaron en el estudio, el 94,4%(94) de ambos sexos tienen estilo de vida no saludable, mientras que el 5.6% tienen estilo de vida saludable. Así mismo el 60,0% (75) son de sexo Masculino y el 40.0 % (50) de sexo femenino presentando un estilo de vida no saludable.

Se muestra la relación entre el factor biológico y el estilo de vida. Al relacionar la variable sexo con el estilo de vida se encontró que no cumple la condición para aplicar la prueba chi cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5.

Arroyo M, (71), en su investigación titulada “Estilos de vida y factores biosocioculturales en los adultos jóvenes del A.H. Lomas del Sur- Nuevo Chimbote, 2012” concluye que más de la mitad, son del sexo masculino.

Al analizar el variable sexo y estilo de vida del anexo de los moradores del asentamiento humano Vista al Mar II Nuevo Chimbote nos indican que no existe relación significativa entre las variables, posiblemente esto se deba a que el sexo que es la diferencia de ser hombre o mujer estableciéndose así la forma en la que cada ser humano se manifiesta como hombre o como mujer. Por lo tanto ser hombre o mujer no repercute para que la persona tenga estilo de vida saludable o no saludable

Sin embargo, el ser masculino o femenino (varón o mujer) no va a determinar para que los adultos opten por estilos de vida saludable o no saludables sino ellos mismos van a determinar sus hábitos y comportamientos, el cual los llevarán a la conservación de su salud.

A diferencia de los adultos jóvenes del asentamiento humano Vista al Mar II, el sexo masculino predominan, esto se debe a que mayormente las mujeres son las que tienen más iniciativa por un hogar, brindar un techo a sus familias y sobre todo buscar algo propio. Por otro lado los hábitos y el estilo de vida de las mujeres, a pesar de la igualdad de derechos, son más saludables Según datos estadísticos, aunque el consumo de tabaco ha aumentado entre la población femenino, las mujeres son las que menos fuman y no consumen con frecuencia bebidas alcohólicas, a diferencia de los hombres que son los que tienen estilos de

vida no saludable. La alimentación de la mujer suele ser más variada y equilibrada que la del hombre. Las frutas y verduras sí aparecen con más frecuencia entre sus preferencias, al contrario que los hombres que tienden más a ingerir productos menos saludables, como comida rápida o precocinada. La alimentación, indudablemente, es un factor que interviene en la longevidad. Es decir, las mujeres llevan un estilo de vida más saludable.

Por ello, se concluye que los adultos jóvenes de sexo masculino presenta estilos de vida no saludables, lo cual refleja que no han tomado importancia en adoptar estilos de vida saludable, adoptar comportamientos y actitudes negativas como tomar medidas alcohólicas, alimentos no balanceados el no acudir al establecimiento de salud para realizarse un chequeo médico por lo menos una vez al año en forma periódica, realizar actividades físicas, como subir escaleras realizar algunos estiramientos de los miembros inferiores o superiores alimentarse adecuadamente; todo ello para reducir la probabilidad de enfermarme y mejorar su calidad de vida de cada uno de ellos.

En ello esta situación es un problema para los adultos jóvenes debido que ellos están propensos a tener enfermedades al no ser detectadas a tiempo estas se vuelven más severas que perjudican su salud.

Tabla 4:

Se muestra que la relación entre los factores culturales y el estilo de vida, observando que el 67,2% (84) tienen grado de instrucción primaria, el 94,4%(94) tienen estilo de vida no saludable, mientras que el 5.6% tienen estilo de vida saludable. Por otro lado se observa que el 58.4 % (73) son de religión católica presentando un el 94,4%(94) tienen estilo de vida no saludable, mientras que el 5.6% tienen estilo de vida saludable.

Al relacionar las variables grado de instrucción y religión con el estilo de vida no se ha podido determinar relación estadísticamente significativa entre las variables de estudio debido a que no cumple la condición para aplicar la prueba chi cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5.

Los resultados encontrados en la presente investigación se asemeja, al estudio realizado por Sánchez R., quien en su investigación titulado “Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la Persona Adulta joven A.H- Villa María Sector 9 Nuevo Chimbote 2012”. En la cual señala que el grado de instrucción y la religión no existe relación estadísticamente significativa con el estilo de vida de los individuos (72).

Los resultados del estudio tienen relación con la investigación realizada por Paredes E., Tarazona R., en su estudio estilos de vida y factores biosocioculturales de la persona adulta joven del A.A. H.H. 19 de marzo – Nuevo Chimbote en el 2010. Concluyendo que no existe relación

estadísticamente significativa entre el grado de instrucción. Así mismo difiere los resultados que si existe relación estadísticamente significativa entre la variable religión y el estilo de vida (73).

Así mismo se relaciona con lo encontrado por Cruz L., en su investigación titulada “Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto joven del A.H. 19 de Marzo Nuevo Chimbote 2012”. Se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida, grado de instrucción y religión (74).

Cruz L. “Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto joven del A.H. 19 de Marzo Nuevo Chimbote 2012”. [Tesis para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2012

Por otro lado, los resultados del presente estudio difieren de lo encontrado por Rodríguez F., en su estudio sobre estilos de vida y factores biosocioculturales de la persona adulta joven de Surco en Lima en el 2010, donde concluye que no existe relación estadísticamente significativa entre el grado de instrucción y el estilo de vida, y que si existe relación estadísticamente significativa entre la religión y el estilo de vida (75).

Al analizar los datos del presente estudio, se observa que no cumple relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales grado de instrucción e religión.

La primaria es considerada un nivel básico de la educación y enseñanza porque contribuye a la formación de las personas, adquiriendo elementos básicos e importantes como leer, escribir y algunos de los conceptos culturales considerados imprescindibles

Casi la mayoría tiene grado de instrucción primaria, posiblemente se debe a que sus familias no pueden costear los gastos escolares u otros costos relacionados, o porque sus comunidades son demasiado pobres o están en un lugar demasiado remoto para disponer de instalaciones y materiales de enseñanza, o porque tienen que trabajar para cubrir sus necesidades. Los conflictos civiles y las crisis humanitarias privan también a la persona de su derecho a una educación. En este caso las mujeres suelen ser las más afectadas por estos problemas, siendo las primeras que tienen que abandonar la escuela si no hay suficiente dinero o si las tareas del hogar reclaman su atención, si los miembros de la familia necesitan recibir cuidados, si la escuela está demasiado lejos, o en situaciones de inseguridad generalizada, asimismo los hombres abandonan dejan de estudiar porque sus padres no les apoyan y tienen que trabajar para que puedan cubrir sus necesidades

Al analizar los datos de los adultos jóvenes del Asentamiento Humano Vista al Mar II casi la mayoría de los adultos jóvenes tiene grado de instrucción primaria, debido a que por motivos de dinero debieron dejar los estudios, porque sus padres tenían muchos hijos y no podían mandar a todos a colegio,

por otra parte hacían que las mujeres deje los estudios para que se dedique a los labores de su hogar, o trabajen de ayudantes de limpieza y así generar dinero para su hogar, los varones tuvieron que dedicarse a trabajar , y algunos se dedicaban a tener familia a temprana edad, y los estudios anteriormente no era tan importantes para ellos, debido a estos factores que influyeron en su educación.

El grado de instrucción influye en tener un estilo de vida no saludable, debido a que se va ver afectado sus conocimientos, y muchas veces esto es la principal causa en toda la población, debido a que si tuviera su educación completa conociera mas sobre la manera adecuada de cuidarnos, alimentarnos, mantenernos y como protegernos de las enfermedades.

La religión es un sistema compuesta por creencias y prácticas acerca de lo considerado como divino o sagrado, tanto personal como colectivo, de tipo existencial, moral y espiritual, se hace referencia a formas específicas de manifestaciones del fenómeno religioso que están organizadas por los diferentes grupos humanos (76)

Los adultos jovenes del presente estudio tienen religión católica, y esto influya que tienen un estilo de vida no saludable debido a que paran la mayor parte del tiempo sentados, y acuden a las fiestas que seguidamente realiza la iglesia a la que asisten, y esto es un factor influyente en sus vidas, porque es tomada como una costumbre acudir a la fiesta y consumir todo tipo de alimentos que son brindados inadecuadamente a la población. Posiblemente

se debe a que los adultos mayores a medida que pasa el tiempo van tomando conciencia sobre el adecuado cuidado en su salud por las experiencias vividas. La religión los lleva a la reflexión y así poder llevar una vida adecuada que no comprometa su salud, por lo contrario beneficiarlos para así mejorar su calidad de vida durante el tiempo que vivan.

El tener solo primaria demuestra que los adultos jóvenes tienen deficiencia a desconocer el significado de las cosas, pero si tienen conocimientos de cómo llevar un estilo de vida saludable, ya que eso son conocimientos básicos e importantes que nos enseñan desde pequeños o los vamos adquiriendo a medida del tiempo vivido.

Las personas de grados estudios superiores tiende a tener hábitos personales sensatos y a estar enterada de la importancia de un modo de vida saludable. Así mismo, tiene mucho más alternativas sociales y económicas para asistir a los servicios médicos, tienden a hacer más ejercicio y alimentarse nutritivamente, pueden tener más desarrollada la confianza en sí misma y haber aprendido a manejar el estrés más efectivamente. Además las personas con más educación tienen un mejor ingreso económico y así pueden proporcionar mejor alimentación y mejor cuidado preventivo de la salud.

Por lo tanto podemos decir que el adulto jóvenes del Asentamiento Humano Vista al Mar II, no presenta relación estadísticamente significativa entre las variables estilo de vida y factores culturales (grado de instrucción y religión); esto explica que no es necesario tener un grado de instrucción superior o

inferior para poder optar estilos de vida saludables. Así mismo la religión se fundamenta en los principios morales, las creencias a un ser supremo y la fe y devoción a sus valores religiosos; sin relacionarse con las conductas que optan las personas para un estilo de vida.

Tabla 5:

Se muestra la relación entre los factores sociales y el estilo de vida, observando que el 47,2 (59) de los adultos jóvenes son solteros de las cuales un 94,4% (118) tienen un estilo de vida no saludable. Por otro lado se observa que el 48,0% (60) tienen ocupación obrero , de las cuales el 94,4 (118) tienen un estilo de vida no saludable. Por último se observa que el 43,2% (54) tienen un ingreso económico de 400 nuevos soles a 650 nuevos soles de las cuales el 94,4 (118) tienen un estilo de vida no saludable; seguido del con estilo de vida saludable.

Las variables de los factores sociales no cumple la condición para aplicar la prueba chi cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5.

Estos resultados son semejantes a lo obtenido por Gózales A, donde se investiga” Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la Persona Adulta Joven del A.H. Vista Alegre – Chimbote, 2012.” Se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre el ingreso económico y estilo de vida (77).

Así mismo, difieren en lo encontrado por Pacheco E. y Lorenzo R., quienes realizaron un estudio titulado “Estilos de vida y Factores Biosocioculturales de la persona adulto joven Manzanares Concepción”. Alto Trujillo 2012. Donde concluyeron que el estado civil y la ocupación si tienen relación estadísticamente significativa con el estilo de vida por otro lado el ingreso económico no existe relación estadísticamente significativa con el estilo de vida (78).

Los resultados de la presente investigación difieren con lo encontrado por Calderón R., en su estudio “Estilos de vida y Factores Biosocioculturales de la Persona adulto joven A.H. Villa María Sector 9 del Distrito de Nuevo Chimbote 2012”. Quien reporta que el estado civil y la ocupación si tienen relación estadísticamente significativa con el estilo de vida por otro lado el ingreso económico no existe relación estadísticamente significativa con el estilo de vida (79).

El estado civil está integrado por una serie de hechos y actos de tal manera importante y trascendental en la vida de las personas, que la ley la toma en consideración, de una manera cuidadosa, para formar con ellos, digámoslo así, la historia jurídica de la persona (80).

Al analizar la variable estado civil con estilos de vida de los adultos jóvenes del Asentamiento Humano Vista al Mar II , se encuentra que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables, esto quiere decir que el estar casada, soltera o tener otro estado civil, no se relaciona con el estilo de vida que adopte un hombre adulto joven, al estar solteros no se alimentan saludablemente comen comida chatarra , alimentos precalentados y descuidan los hábitos saludables.

A pesar de que el análisis del presente estudio reporta que la ocupación y el estilo de vida no tienen relación estadística significativa, observamos que existe el mayor número de personas que tienen estilo de vida no saludable, esto probablemente porque se dedican a trabajar horas extras para poder solventar sus necesidades y descuidan su salud.

Así mismo al relacionar la variable ingreso económico y el estilo de vida se encuentra que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables, lo que quiere decir que el factor económico no es un condicionante, para que las personas adultas jóvenes modifiquen o cambien sus hábitos de alimentación, mejoren su autocuidado en salud y lleven estilos de vida saludables.

Además se considera que en las poblaciones, la salud frecuentemente varía de manera importante en relación con el nivel de ingreso familiar; ya que este refleja el efecto de los recursos sociales. Aquellas personas con más recursos pueden usarlos para evitar riesgos en salud, así como para lograr el cuidado

médico necesario, los que tienen menos recursos pueden no responder a las demandas de una enfermedad. Lo anterior no significa que las personas con mayores recursos, no tengan conductas de riesgo, por lo tanto, si planteamos políticas o programas, hay que identificar las conductas de riesgo asociadas para los diferentes grupos sociales.

Los estilos de vida que tiene cada persona es de acuerdo a sus costumbres, hábitos y sobre todo al conocimiento que tengan sobre el tema, menos de la mitad de adultos jóvenes de dicho estudio, tienen un ingreso mensual de 400 – 650 nuevos soles y llevan un estilo de vida no saludable, por lo tanto no les va a permitir cubrir sus necesidades básicas, ya que actualmente las cosas están en aumento y los precios están cada día más elevados.

En relación al ingreso económico, podemos decir que el ingreso económico permite el acceso a la mayor parte de los bienes materiales, culturales y espirituales que permiten el desarrollo humano; y con el salario se adquieren alimentos, vivienda, educación entre otros, lo que posibilita un crecimiento equilibrado de las familias y su descendencia

De una u otra manera el factor económico no tiene relación significativamente en la población en estudio, para adoptar estilos de vida saludables o no saludables; debido a la falta de oportunidades y empleo, el bajo ingreso de recursos económicos que no alcanza para cubrir los gastos básicos del hogar, dando prioridades a las necesidades de alimentación por la cual no les da la opción de poder obtener un estilo de vida saludable.

Por lo antes expuesto se concluye que; a pesar de que no existe relación entre las variables de estudio se hace necesario identificar aquellas características en los adultos jóvenes para individualizar el manejo en cada uno de ellos. El estilo de vida probablemente se vea relacionado con los intereses personales de cada individuo y que al final determina el comportamiento a seguir y van a conllevar a desencadenar muchas enfermedades no transmisibles

V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

- Casi la totalidad de los adultos jóvenes del Asentamiento Humano Vista al Mar II tienen estilos de vida no saludable y un porcentaje significativo de estilos de vida saludables
- En relación a los factores biosocioculturales del adulto joven del Asentamiento Humano Vista al Mar II tenemos que: casi la mayoría de adultos jóvenes son de sexo masculino y tienen grado de instrucción primaria y más de la mitad profesan la religión católica y menos de la mitad son estado civil soltero, tienen una ocupación de obrero y su ingreso económico es de 400 a 650 nuevos soles.
- No existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: Sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingresos económicos del adulto joven en el Asentamiento Humano Vista al Mar II - Nuevo Chimote

5.2. Recomendaciones

De los resultados encontrados se permite dar las siguientes recomendaciones:

- Dar a conocer los resultados de la presente investigación a las autoridades del Puesto de salud Nicolás Garatea y a los adultos maduros del Asentamiento Humano Vista al Mar II con la finalidad de buscar participación multisectorial en la formulación de estrategias que contemplen actividades preventivas promocionales que posibiliten la adopción de estilos de vida saludables.
- Se recomienda al personal del Puesto de Salud Nicolás Garatea, la creación e implementación de un programa de salud dirigido exclusivamente a la salud del adulto. Además capacitar a los agentes comunitarios y líderes de la comunidad para realizar talleres de familias, comunidades, escuelas y municipios saludables, con el fin de promover e incentivar conductas saludables en este grupo etario.
- Realizar otros estudios, a partir de los resultados de la presente investigación, utilizando variables que tengan relación con el estilo de vida y así contribuir a mejorar la calidad de vida del adulto joven.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS :

1. Rivera J. factores de riesgo en la patología geriátrica. [Serie Internet] [Citado el 2010 Diciembre 17] [Alrededor de 1 planilla]. Disponible desde el URL: www.revenf.ucr.ac.cr/estilos.pdf.
2. Ministerio de Salud “Lineamientos para la dirección general de las personas adultos jovenes ” 2005 [Citado el 26 de Noviembre del 2008] Disponible desde el URL: <http://www.upch.edu.pe/vrinve/gerontologia/minsapdf/lineamientos.pdf>.
3. Navarro O. Factores de riesgo Cardiovascular Su repercusión sobre Infarto de Miocardio y la Mortalidad. [Citado el Diciembre 17]. Instituto de Cardiología del Caribe. Disponible en URL: http://www.cardiocaribe.com/newsite/folder/pacientes_factores_riesgohtm.
4. Ministerio de Salud. Orientaciones técnicas para la Promoción de Alimentación y Nutrición Saludable. [Documento en Internet] [Citado el 2011. Abril 18]. [Alrededor de 1 planilla]. Disponible desde el URL: www.ins.gob.pe/gxpsites/agxppdwn.aspx?2,4,315,O,S,0,1733%3BS%3B1%3B134.
5. Caldera D.; Adulto joven, Universidad Autónoma de Chihuahua; 2012; Disponible en: <http://www.buenastareas.com/ensayos/Adulto-Maduro/4159211.html>.
6. Dirección Regional De Salud RED Pacifico Norte. Puesto De Salud Nicolás de Garatea Nuevo Chimbote, 2015.

7. Maya, L. “Los Estilos de Vida Saludables: Componentes de la Calidad de Vida”. Colombia: 2006. Disponible desde el URL: http://www.insp.mx/Portal/Centros/ciss/promocion_salud/recursos/diplomado/m3/t4/Los_estilos_de_vida_saludables.pdf.
8. Arancibia R, Hernández D. Estado nutricional y actividad física en el adulto mayor en una . población de referencia de la Provincia Ciego de Ávila, Universidad Máximo Gómez. Cuba 2008.
9. Colín H, Esquivel E. Estilos de vida en personas adultas jóvenes con diabetes mellitus 2. [Revista en internet]. México; 2008. [Citado 2010 Ago. 14]. [1 pantalla]. Disponible en URL: <http://dgsa.uaeh.edu.mx/revista/psicologia/IMG/pdf/10>.
10. Castro Y. Promoción de estilos de vida saludable en el área de salud de Esparza, Costa Rica-2010.
11. Villegas Y, Estilos de vida y factores biosocioculturales de la persona adulto joven del Asentamiento Humano 25 de mayo.
12. Rodríguez Y. (12), en su trabajo de investigación titulado Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos Jóvenes del asentamiento humano Los Olivos Lima, 2010.
13. Lalonde M. A new perspective on the health of Canadians. A working document. [Documento en internet]. Canada. 1974. Disponible desde el URL:

http://www.hc-sc.gc.ca/hcs-sss/alt_formats/hpb-dgps/pdf/pubs/1974-lalonde/lalonde-eng.pdf

14. Pender N. Estilo de vida saludable, (documento internet)
<http://www.buenastareas.com/ensayos/Adulto-joven/4159211.html>.
15. Guerrero L, León A. Estilo De Vida y Salud. [Documento en internet].
[Citado 12 de Julio 2012]. Disponible desde el URL:
www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/32226/1/articulo1.pdf
16. Pino J. Estilo de vida relacionado con la salud. [documento en internet].
[citado el 02 abril del 2012]. Disponible desde el URL:
<http://digitum.um.es/xmlui/bitstream/10201/6616/1/estilo de>
17. Elejalde M. Principales Enfoques que han dominado la Promoción de Salud y su influencia en la práctica de Enfermería Comunitaria. [Artículo en internet]. [Citado el 20 de febrero 2013]. Disponible desde el URL: <http://www.revista.ciencias.com/publicaciones/EkZykZFpFVmMcHJrEq.php>
18. Guerrero L, León A. Estilo De Vida Y Salud. [Documento en internet].
[Citado 12 de Julio 2012]. Disponible desde el URL:
www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/32226/1/articulo1.pdf
19. Leignagle J, Valderrama G, Vergara I. Estilo de vida y sentido de vida en estudiantes universitarios. [Documento en internet]. Panamá 2011.[Citado el 18 de octubre del 2012]. Disponible desde el URL:
<http://usmapanama.com/wpcontent/uploads/2011/10/INFORME-FIN...>

20. Camacho K, Lau Y. Estilo de vida y el estado nutricional del adulto joven del AAHH Fraternidad del distrito de Chimbote [tesis para optar el título de enfermería]. Chimbote. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. 2010.
21. Vargas S. Los estilos de vida en la salud. [Documento en internet]. [Citado el 2 de octubre del 2012]. Disponible desde el URL: [http://www.saludpublica.ucr.ac.cr/Libro/06 Los estilos.pdf](http://www.saludpublica.ucr.ac.cr/Libro/06%20Los%20estilos.pdf)
22. Figueroa D. Seguridad alimentaria y familiar. [Revista en Internet].2003. [Citado 2010 Ago. 27].
23. Licata, M. “La actividad física dentro del concepto 'salud'”.Zonadiet.com; 2007. Disponible desde el URL: <http://www.zonadiet.com/deportes/actividad-fisica-salud.htm>.
24. Zaldívar D. Prevención del estrés en el adulto joven. [Artículo en internet]. [Citado 18 de julio del 2012]. Disponible desde el URL:<http://www.sld.cu/saludvida/adultomayor/temas.php?idv=5940>
25. Lopategui E. La salud como responsabilidad individual. [Artículo en internet]. 2000. [Citado 2010 Ago. 26]. [Alrededor de 1 pantalla]. Disponible en URL: <http://www.saludmed.com/Salud/CptSalud/CptSaRes.html>
26. Palomino J. Teoría de las necesidades. [Monografía en internet]. [Citado el 30 de setiembre del 2012]. Disponible desde el URL: <http://www.monografias.com/trabajos93/teoria-necesidades-humana>

27. Universidad De Cantabria. Curso Psicosociales. [Documento en internet]. [Citado el 02 de octubre del 2012]. Disponible desde el URL: <http://ocw.unican.es/ciencias-dela-salud/ciencias-psicosociales>
28. De la Cruz E, Pino J. Estilo de vida relacionado con la salud. [documento en internet]. [citado el 02 abril del 2012]. Disponible desde el URL:[http://digitum.um.es/xmlui/bitstream/10201/6616/1/estilo de vida](http://digitum.um.es/xmlui/bitstream/10201/6616/1/estilo%20de%20vida)
29. Ministerio de Salud. Guía de implementación del programa familias y viviendas saludables. [Documento en internet]. Perú. 2005. [Citado el 20 de octubre del 2012]. Disponible desde el URL: http://bvs.minsa.gob.pe/local/PROMOCION/151_guiafam.pdf
30. Bustillo C. Estado civil. [Serie en internet]. [Citado el 18 de octubre del 2012]. Disponible desde el URL: <http://facultaddederecho.es.tl/Resumen-01.htm>.
31. Despre J. Sobre la religión y su función social. [Artículo en Internet].Argentina2010. [Citado 2010 Set. 04]. [Alrededor de 1 pantalla] Disponible en URL: [http://www.buenastareas.com/ensayos/Las- Religion es/5136.html](http://www.buenastareas.com/ensayos/Las-Religion-es/5136.html).
32. Eustat. Base de datos on line. Nivel de instrucción. [Portal de internet]. 2004. [Citado 2010 Set. 5]. [Alrededor de 1 pantalla]. Disponible en URL:

http://www.eustat.es/documentos/idioma_c/opt_0/tema_303/elem_2376/definicion.html

33. Comportamiento Humano: Adulto joven . Salud Psicológica y Emocional.
Extraído diciembre 17, 2005
34. Rosario P. Características del cuidado que brinda la enfermera al adulto joven en los servicios de medicina de un hospital nacional según la percepción de los internos de enfermería 2014
35. Vásquez A. Salario. [Documento en internet]. [Citado el 20 de julio del 2012]. Disponible desde el URL:
<http://www.slideshare.net/alejandravasquez/diapositivas-del->.
36. Delgado R. Estilo de vida y factores biosocioculturales de la persona en el Perú. [Proyecto de línea de la escuela de Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2008
37. Instituto Nacional de Estadística e informática. Glosario de términos. [documento en internet].2010. [Citado el 18 octubre del 2012]. Disponible desde el URL:
<http://www.inei.gob.pe/biblioineipub/bancopub/Est/Lib0982/gl>
38. Organización Panamericana de Salud, Organización Mundial de Salud y Asociación Mundial de Sexología. Promoción de la Salud Sexual; Recomendaciones para la acción. [Documento en internet]. Guatemala; 2000.

39. Instituto Nacional de Estadística e informática. Glosario de términos. [documento en internet].2010.[Citado el 18 octubre del 2012].
40. Definición de ocupación. [Portada en internet]. 2008.[Citado 2010 Set 09].
Disponible desde el URL: <http://definicion.de/ocupacion/>
41. salario. [Articulo en internet]. 2010 [Citado 2010 Set 09.]. Disponible en
URL: <http://es.wikipedia.org/wiki/Salario>
42. González M. Diseños experimentales de investigación. [Monografía en internet]. España; 2010. [Citado 2010 Set 12].
43. Validez y confiabilidad del instrumento. [Biblioteca virtual]. España [Citado Set 12].
44. Acero R. Estilo de vida y los factores biosocioculturales de la mujer adulta joven y madura .AA.HH Laderas de PPAO – Nuevo Chimbote.[tesis para optar el titulo de licenciada en enfermeria]. Chimbote:Universidad catolica los Angeles de Chimbote; 2011.
45. Yauri S y Rosales, M. Estilos de vida y estado nutricional del adulto mayor de la jurisdicción del centro de salud el Progreso. [Tesis para optar el título de licenciado en enfermería]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2010

46. Cruz R. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor en el AA.HH San Genaro – Chorrillos [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería] Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2010.
47. Sánchez E. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del AA. HH Laura Caller en los Olivos- Lima; [Tesis para optar el título de enfermería]. Chimbote, Perú: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2010.
48. Jara R. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor de la Urb. Bancharo Rossi[Tesis para optar el título de licenciada en enfermería] Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2011.
- 49 F. Edith. Estilos de vida y factores biosocioculturales de la persona adulta en el caserío Tablazo Sur – La Unión – Piura. Perú [Tesis para optar licenciatura en Enfermería]. 2011. Disponible desde el URL: <http://erp.uladech.edu.pe/bibliotecavirtual/?ejemplar=00000032792>
- 50.**Castillo R. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado menor de Shiqui - Catac 2012[Tesis para optar el título de licenciatura en Enfermería]. Perú .2012. Disponible desde el URL: <http://erp.uladech.edu.pe/bibliotecavirtual/?ejemplar=00000027458>
51. Julca B .Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado – sector Mataquita, Jangas – Huaraz. Perú .2012. [Tesis para

optar el título de licenciatura en Enfermería] Disponible desde el URL:

<http://erp.uladech.edu.pe/bibliotecavirtual/?ejemplar=00000027566>

52. Tinoco R. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto del A.H.

Nueva Esperanza - Nuevo Chimbote ,2012. [Tesis para optar el título de

licenciatura en Enfermería]. Disponible desde el URL:

<http://erp.uladech.edu.pe/bibliotecavirtual/?ejemplar=00000027625>

53. Organización Mundial de la Salud “Estilo de vida saludable” artículo de internet,

Perú, 2014. Ver enlace

http://www.sanitas.es/sanitas/seguros/es/particulares/biblioteca-de-salud/estilo-vida/prepro_080021.html

54. Fundación Bengoa. Alimentación saludable. [Serie Internet]. [Citado el 10

de Octubre del 2016]. Disponible en:

http://www.fundacionbengoa.org/informacion_nutricion/alimentacion_saludable.asp

55. Breastcancer.org. En qué consiste una alimentación saludable [Serie

Internet]. [Citado el 10 de octubre del 2016]. Disponible en:

http://www.breastcancer.org/es/consejos/nutricion/alimentacion_saludable

56. Ejercicio y Actividad Física. [Serie Internet]. [Consultado el 10 de Octubre

del 2016]. Disponible en:

[https://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/ejercicio-actividad-fisica/introduccion.](https://www.nia.nih.gov/espanol/publicaciones/ejercicio-actividad-fisica/introduccion)

57. University Of Maryland Medical Center. Manejo del Estrés. [Serie en Internet]. [Consultado el 10 de Octubre del 2016]. Disponible en: <http://umm.edu/health/medical/spanishency/articles/manejo-del-estres>.
58. La Salud a tu Alcance.com “La salud es lo primero”. [Serie Internet]. [Consultado el 10 de Octubre del 2016]. Disponible en: <http://www.lasaludatualcance.com/la%20salud%20es%20lo%20primero.htm>.
59. Maslow “Autorrealización”. [Serie en Internet]. [Consultado el 10 de Octubre del 2016]. Disponible en: <http://glosarios.servidor-alicante.com/psicologia/autorrealizacion>.
60. Sare, M. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto joven del AA.HH San Juan. Chimbote, 2012, [Informe de Tesis para optar el título de licenciada en Enfermería].Nuevo Chimbote. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. 2012.. [Tesis en internet] Chimbote, 2012
61. Espíritu, K. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto joven del AA.HH San Juan Bautista – Nuevo Chimbote, 2012 [Informe de Tesis para optar el título de licenciada en Enfermería].Nuevo Chimbote. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. 2012.
62. Cordero M, Silva M. Estilo de vida y factores biosocioculturales de La persona adulta joven ESSALUD. Casma – Perú [Tesis para optar el título de licenciatura en enfermería]. Piura: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, 2009.

63. Revista Ganar Salud definición “Sexo y Salud” [Citado 2016 Oct. 10]
"Más|tamaños", "msu": "/search?q=revistas+de+salud\u0026hl.
64. Serna R. Factores socio-culturales. [Serie Internet] [Citado el 10 de Octubre del 2016] [Alrededor de 1 planilla]. Disponible desde el URL: http://salus-online.fcs.uc.edu.ve/b_hominis.pdf.
65. Rajo S. “Filosofía y el porqué de la religión”. [Serie en Internet]. [Consultado el 10 de Octubre del 2016]. Disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos6/filo/filo.shtml>.
66. Patricio P. Católicos disminuyen y Evangélicos van en aumento informa jefe del INEI. 2008 Julio 25. [Documento en internet]. Artículo. [Citado 2016, Oct. 10]. [1 pantalla]. Disponible desde URL: <http://www.noticiacristiana.com/sociedad/2008/07/catolicos-desminuyen-y-evangelicos-van-en-aumento-informa-jefe-del-inei.html>
67. Rajo S. “Filosofía y el porqué de la religión”. [Serie en Internet]. [Consultado el 10 de Octubre del 2016]. Disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos6/filo/filo.shtml>.
68. Definición ABC. Estado Civil. [Serie Internet] [Citado el 10 de Octubre del 2016] [Alrededor de 3 planilla]. Disponible desde el URL: <http://www.definicionabc.com/derecho/estado-civil.php>.
69. Toledo P. La ocupación como método de tratamiento en salud mental. [Serie Internet] [Citado el 2016 Oct. 10] [Alrededor de 3 planilla]. Disponible desde el URL: http://www.terapia-ocupacional.com/articulos/Ocupacion_metodo_tto_salud_mental.shtm l.

70. Eco – Finanzas. “Ingreso Economico”. [Serie en Internet]. [Consultado el 10 de Octubre del 2016]. Disponible en: http://www.eco-finanzas.com/diccionario/I/INGRESO_ECONOMICO.htm.
71. Arroyo M, Estilos de vida y factores biosocioculturales en los adultos jóvenes del A.H. Lomas del Sur- Nuevo Chimbote, 2012”
72. Sánchez R. “Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la Persona Adulta Madura A.H- Villa María Sector 9 Nuevo Chimbote 2012”. [Tesis para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2012.
73. Paredes E, Tarazona R. Estilos de vida y factores biosocioculturales de la persona adulta del AA.HH 19 Marzo. Nuevo Chimbote. [Tesis para optar el título de enfermería].Perú: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2010.
74. Cruz L. “Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto Mayor del A.H. 19 de Marzo Nuevo Chimbote 2012”. [Tesis para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2012
75. Rodríguez F. Estilos de vida y factores biosocioculturales de la persona adulta en Surco. Lima. [Tesis para optar el título de enfermería]. Chimbote, Perú: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2010
76. Despre J, La religión y su función social. [Artículo en Internet]. Argentina 2010. [Citada 20 junio del 2016]. [Alrededor de 01 pantalla].Disponible en URL: <http://www.buenastareas.com/ensayos/Las-Religiones/5136.html>

77. Gózales A., donde se investiga” Estilos de vida y factores biosocioculturales de la persona adulta joven del A.H. Vista Alegre –Chimbote, 2012.” Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.
78. Pacheco E. y Lorenzo R. “Estilos de vida y Factores Biosocioculturales de la persona Adulto joven Manzanares Concepción”. Alto Trujillo 2012. ”. [Tesis para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2012.
79. Calderón R. en su estudio “Estilos de vida y Factores Biosocioculturales de la Persona Adulta Madura A.H. Villa María Sector 9 del Distrito de Nuevo Chimbote 2012”. [Tesis para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2012.
80. Arrieta R. Estado Civil Jurídico [Articulado en Internet]. 2006 [citado el 10 de Octubre del 2016]. [1 pantalla]. Disponible en URL: <http://www.encyclopedia-juridica.biz14.com/d/estado-civil/estado-civil.htm>.



ANEXO N° 01

UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

ESCALA DE ESTILO DE VIDA

Delgado R, Reyna E, Díaz R (2008)

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

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

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:

NUNCA: N = 1

A VECES: V = 2

FRECUENTEMENTE: F = 3

SIEMPRE: S = 4

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

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

PUNTAJE MÁXIMO: 100 puntos

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

PUNTAJE MÁXIMO: 100 puntos

75 a 100 puntos saludable

25 a 74 puntos no saludables.

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



ANEXO N° 02



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

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CUESTIONARIO SOBRE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LA PERSONA ADULTO JOVEN

Reyna E (2013)

DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:

A) FACTORES BIOLÓGICOS

- Marque su sexo?

a) Masculino () b) Femenino ()

2. Cuál es su edad?

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

A) FACTORES CULTURALES:

3. ¿Cuál es su grado de instrucción?

a) Analfabeto (a) b) Primaria c) Secundaria d) Superior

4. ¿Cuál es su religión?

a) Católico(a) b) Evangélico c) Otras

B) FACTORES SOCIALES:

5. ¿Cuál es su estado civil?

a) Soltero b) Casado c) Viudo d) Conviviente e) Separado

6. ¿Cuál es su ocupación?

a) Obrero b) Empleado c) Ama de casa d) Estudiante e) Otros

7. ¿Cuál es su ingreso económico?

a) Menor de 400 nuevos soles b) De 400 a 650 nuevos soles
c) De 650 a 850 nuevos soles d) De 850 a 1100 nuevos soles



ANEXO N° 03



VALIDEZ INTERNA DE LA ESCALA ESTILO DE VIDA

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

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

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

Si $r > 0.20$ el instrumento es válido (*) Se creyó conveniente dejar ítems por su importancia en el estudio.



ANEXO N° 04



CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

Resumen del procesamiento de los casos

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

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

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
0.794	25



ANEXO N°05



UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CONSENTIMIENTO INFORMADO:

TÍTULO

**ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN EL
ADULTO JOVEN . ASENTAMIENTO HUMANO, VISTA AL MAR II, NUEVO
CHIMBOTE - 2015**

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 informaran de modo general, guardando en reserva la
identidad de las personas entrevistadas. Por lo cual autorizo mi participación
firmando el presente documento.

FIRMA

.....