



---

**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE**

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

**DETERMINANTES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA  
EN ADULTOS DEL AA. HH, LOS MÉDANOS –  
DISTRITO DE CASTILLA –PIURA, 2020.**

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

**AUTORA:**

**PEÑA GUERRERO, YULI**

**ORCID: 0000-0003-3206-3797**

**ASESORA:**

**REYNA MARQUEZ, ELENA ESTHER**

**ORCID: 0000-0002-4722-1025**

**PIURA-PERÚ**

**2023**

## **EQUIPO DE TRABAJO**

### **AUTORA**

Peña Guerrero, Yuli

ORCID: 0000-0003-3206-3797

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Pregrado,  
Piura, Perú

### **ASESORA**

Reyna Márquez, Elena Esther

ORCID: 0000-0002-4722-1025

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

### **JURADO**

Romero Acevedo, Juan Hugo

ORCID: 0000-0003-1940-0365

Cerdán Vargas, Ana

ORCID: 0000-0001-8811-7382

Ñique Tapia, Fanny Rocio

ORCID: 0000-0002-1205-7309

## **FIRMA DE JURADO Y ASESORA**

**Dr. Romero Acevedo, Juan Hugo**  
**Presidente**

**Mgtr. Cerdán Vargas, Ana**  
**Miembro**

**Mgtr. Ñique Tapia, Fanny Rocio**  
**Miembro**

**Mgtr. Reyna Márquez, Elena Esther**  
**Asesora**

## **AGRADECIMIENTO**

Principalmente a Dios por estar a mi lado en todo momento, sin él no hubiese logrado llegar a mi meta anhelada.

A mi mejor amiga Yanira por siempre estar a mi lado apoyándome, motivándome día a día y por brindar su amor paciencia, confianza y por su gran apoyo incondicional para poder llegar a lograr mis metas.

A mi abuela Ambrosia por ser quien me brindo su gran amor, apoyo incondicional, emocional y económicamente, por ser mi motor y motivo, y por haberme inculcado valores.

**YULI**

## **DEDICATORIA**

Dedico este trabajo a Dios, por haberme dado la vida por haberme elegido y haber puesto en mi corazón la vocación de servicio para ayudar a la comunidad, y permitirme el haber llegado hasta este momento tan importante para mi formación profesional.

A mis padres Mary y Avelino por ser quienes me brindan su gran amor, apoyo incondicional, emocional y económicamente, por ser mi motor y motivo.

A mis hermanos José, Jesica, Alicia por haberme brindado amor, cariño, confianza quienes me aconsejan e inculcaron afrontar y vencer las adversidades de la vida.

**YULI**

## ÍNDICE DE CONTENIDO

Pág.

CARÁTULA .....	i
EQUIPO DE TRABAJO.....	ii
HOJA DE FIRMA DEL JURADO ASESORA.....	iii
AGRADECIMIENTO.....	iv
DEDICATORIA.....	v
ÍNDICE DE CONTENIDO .....	vi
ÍNDICE DE TABLAS Y GRÁFICOS.....	vii
RESUMEN.....	ix
ABSTRACT.....	x
I. INTRODUCCIÓN .....	1
II. REVISIÓN DE LA LITERTURA .....	11
2.1. Antecedentes.....	11
2.2. Bases teóricas de la investigación .....	18
III. HIPÓTESIS .....	30
IV. METODOLOGÍA .....	31
4.1 Diseño de la Investigación .....	31
4.2 Población y Muestra .....	31
4.3 Definición y operacionalización de las variables .....	32
4.4 Técnicas e Instrumentos de recolección de datos.....	35
4.5 Plan de Análisis .....	39
4.6 Matriz de Consistencia .....	41
4.7 Principios Éticos .....	43
V. RESULTADOS .....	45
5.1 Resultados .....	45
5.2 Análisis de Resultados .....	53
VI. CONCLUSIONES .....	82
VII. RECOMENDACIONES.....	83
Referencia bibliográfica .....	85
Anexos .....	103

## ÍNDICE DE TABLAS

Pág.

### **TABLA 1**

DETERMINANTES SOCIALES EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO LOS MÉDANOS–DISTRITO DE CASTILLA –PIURA, 2020.  
.....42

### **TABLA 2**

ESTILO DE VIDA EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO LOS MÉDANOS–DISTRITO DE CASTILLA –PIURA, 2020.  
.....45

### **TABLA 3**

DETERMINANTES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO LOS MÉDANOS–DISTRITO DE CASTILLA –PIURA,2020.....46

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

	<b>Pág.</b>
<b>GRÁFICO 1:</b>	
DETERMINANTES SOCIALES EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO LOS MÉDANOS– DISTRITO DE CASTILLA –PIURA, 2020. .....	42
<b>GRÁFICO 2:</b>	
ESTILO DE VIDA EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO LOS MÉDANOS – DISTRITO DE CASTILLA –PIURA, 2020. .....	43
<b>GRÁFICO N° 3:</b>	
DETERMINANTES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO LOS MÉDANOS–DISTRITO DE CASTILLA PIURA, 2020.....	43

## RESUMEN

La presente investigación fue de tipo cuantitativo descriptivo correlacional de doble casilla. Tuvo como objetivo general: Determinar la relación entre los determinantes sociales y estilo de vida de los adultos del Asentamiento Humano Los Médanos, distrito de Castilla Piura 2020. La población muestral estuvo constituida por 103 adultos del Asentamiento Humano, a quienes se le aplicó un cuestionario online sobre determinantes sociales y la escala de estilo de vida, a través de la técnica la entrevista. Para el procesamiento de datos se empleó Microsoft Excel, los datos se presentaron en tablas simples y de doble entrada para determinar la relación entre variables de estudio, se realizó la prueba de independencia de criterios Chi cuadrado, con el 95% de confiabilidad y significancia de  $p < 0,05$ . Tuvo como resultados y conclusiones: En cuanto a los determinantes sociales la mayoría de adultos tienen ocupación familiar eventual, más de la mitad tienen un nivel de instrucción de secundaria completa /incompleta, y menos de la mitad tiene una remuneración de 931 a 1000 soles. En el estilo de vida se encontró que más de la mitad de los adultos tienen un estilo de vida no saludable y menos de la mitad saludable. Al relacionar los determinantes sociales (grado de instrucción e ingreso económico) con el estilo de vida, se encontró que no existe relación estadística. Pero al relacionar la ocupación del jefe de familia con el estilo de vida, se encontró que, si existe relación estadística entre ambas variables.

**Palabras clave:** Adulto, determinantes, estilo de vida.

## ABSTRACT

The present investigation was of a quantitative descriptive correlational type with a double box. Its general objective was: To determine the relationship between the social determinants and lifestyle of adults from the Los Médanos Human Settlement, district of Castilla Piura 2020. The sample population consisted of 103 adults from the Human Settlement, to whom a questionnaire was applied. online on social determinants and the lifestyle scale, through the interview technique. For data processing, Microsoft Excel was used, the data was presented in simple and double-entry tables to determine the relationship between study variables, the Chi-square criteria independence test was performed, with 95% reliability and significance of  $p < 0.05$ . It had as results and conclusions: Regarding the social determinants, the majority of adults have occasional family occupation, more than half have a complete / incomplete secondary education level, and less than half have a remuneration of 931 to 1000 soles. In lifestyle, it was found that more than half of adults have an unhealthy lifestyle and less than half healthy. When relating the social determinants (education level and economic income) with lifestyle, it was found that there is no statistical relationship. But when relating the occupation of the head of the family with the lifestyle, it was found that there is a statistical relationship between both variables.

**Keywords:** Adult, determinants, lifestyle.

## **I. INTRODUCCIÓN**

A nivel mundial muchas personas padecen de enfermedades no transmisibles por lo cual, se incrementa la morbilidad y mortalidad, a causa de inadecuadas conductas alimenticias, también depende de sus hábitos poco saludables, como el consumo de tabaco lo que tiene mayor probabilidad de padecer de algunas enfermedades respiratorias, debido a que en la actualidad según la Organización mundial de la salud (OMS) (1) refiere que existe un aproximado de 1.300 millones de individuos que son fumadores, dentro de ello el 84% viven en países en desarrollo. Además, existen estadísticas que demuestran que mayormente los varones son los que presentan conductas inadecuadas en cuanto a sus hábitos, obteniendo el 48% de varones que fuman y el 12% de mujeres que son fumadoras.

Los determinantes a nivel global tratan de explicar las desigualdades de los resultados de la salud que se dan en una sociedad la relación que existe entre los medios de crecer y el disfrutar de una adecuada calidad de vida. Debido a estas desigualdades sociales se crearon nuevos accesos del sistema de salud lo que dio lugar a la desigualdad en la promoción de la salud y bienestar, así como la prevención de enfermedades y los medios de establecimiento y supervivencia (2).

La Organización Mundial de la Salud (2) al percibir la creciente problemática de la inequidad sanitaria, decide establecer la organización con respecto a los factores en la salud, para potenciar las acciones sanitarias con ayuda de programas sobre los determinantes. Donde la comisión establece que la OMS adopte funciones rectorales que promuevan la captación de dichos organismos asociados a sistemas de liberalización y que apoye a las fijaciones objetivas que

impliquen la equidad sanitaria, haciendo seguimientos de los avances y progresos de cada país y tener un sistema mundial que vigile la equidad sanitaria. Esta comisión en relación con la salud cuyo fin principal es modificar y mejorar las condiciones en las que viven las personas, combatiendo la inequidad de la distribución del dinero, poder y recurso de salud, además de hacer un seguimiento sobre la medición y análisis de los problemas que involucran la Salud. Así mismo trabajara con los países para desarrollar políticas basadas en la ciencia, inversiones de reformas en el sector privado para la renovación de los sistemas alimentarios y proponer dietas saludables y sostenibles.

Por otro lado, en el año 2020, los estilos de vida no saludables se han convertido en un peligro para los adultos, debido a que la mayoría de ellos consumen alimentos y bebidas con alto contenido de azúcar, grasas saturadas, trans y sal esto los lleva a padecer de sobrepeso y obesidad por lo que estas enfermedades están asociadas a la alimentación, y también están aumentando en la mayoría de países (3).

Además, se visualizan las estadísticas a nivel mundial y demuestran que las enfermedades no transmisibles (ENT) conllevan a la muerte de 41 millones de personas cada año, lo que equivale al 71% que se producen en el mundo. Su tratamiento y control se constituye en la actualidad uno de los mayores retos que enfrentan los sistemas de salud. Su manejo, según la propia OMS (4) ha sido inoportuno particularmente a nivel de atención primaria por cuanto no se ha insistido suficientemente en combatir los factores de riesgo que son modificables como: (ingestión excesiva de sal, el tabaquismo, el sedentarismo y el alcoholismo) para tratar apropiadamente los componentes de riesgo metabólicos: (hipertensión

arterial, hiperglucemia, hiperlipidemia, entre otras enfermedades.

De igual manera, en la actualidad el “COVID-19” una enfermedad que es producida por el “virus SARS-CoV-2,” designada así por la OMS (5) el 30 de enero del 2020 presentada a nivel mundial como una enfermedad alarmante para los individuos y de preocupación sanitaria. Por lo que sobresale la conceptualización de determinantes sociales de salud indicado por la Organización Mundial de la Salud (OMS, refiere que los determinantes sociales de la salud DSS) como aquellas condiciones económicas basadas en factores sociales en que los individuos aparecen, ascienden, viven, instruyen, trabajan y así mismo llegan a envejecer, las cuales repercuten en la salubridad de los adultos, las familias y entidades en su conjunto, donde se crean los determinantes estructurales, los orígenes y las situaciones de vida, que son moción de gran parte de las desigualdades en salud entre los países y dentro de cada uno de ellos .

Asimismo, estos factores que influyen en la salubridad se enfocan en la “COVID-19”, desde lo establecido en la no efectividad en individuos que presentan distintas naciones como un método de salubridad magnífico, en la deficiencia de mecanismos, servicios y caudales asistenciales, en las desigualdades y disconformidades para aprobar el cuidado hospitalario. En lo intermedio existen los argumentos de existencia, la escasez, el hambre, el despido de trabajadores, lo que conlleva a una condición de vida inconveniente. Así que se puede observar en las indagaciones metódicas de la “COVID- 19” naciones prósperas, que no tienen un régimen único de salud, con discrepancias y desigualdades, las localidades que poseen una alta tasa de enfermos y fallecidos, así como las naciones subdesarrolladas (5).

En los países subdesarrollados los estilos de vida son inadecuados por ello se originan las enfermedades, debido a que cada ser humano opta por su estilo de vida, además si nunca realizó ejercicios, no se alimentó adecuadamente es más seguro que tendrá diversos problemas cuando llegue a la etapa adulta mayor, es por ello que parte de ahí la importancia de realizar estrategias, actividades preventivas y promocionales para concientizar a la población sobre su salud (6).

Algo similar ocurre en Latinoamérica en el año 2019, donde se realizaron estudios en los cuales se encontró que los malos estilos de vida traen consecuencias para la salud de los adultos y conllevan a padecer enfermedades que son de larga duración, además su evolución es lentamente y son: el 61% con obesidad o sobrepeso, un 39% no realizan actividad física, 15% tienen presión arterial elevada, el 8% tienen diabetes mellitus (7).

También en Chile en el año 2019, un cierto porcentaje de las personas que habitan en aquel país, presentan mayor riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares, esto se ve reflejado en el crecimiento de riesgo y en el incremento de la prevalencia de exceso de peso corporal con un (74,2% de la población), con hipertensión arterial (22,6%) y diabetes mellitus tipo 2 (12,3%). Estos resultados conseguidos en una investigación se deben al estilo de vida que llevan mayormente estos adultos por lo que si mejorarían o modificaran su estilo de vida, se lograrán grandes beneficios es decir habría una disminución de estas enfermedades (8).

En Ecuador en el año 2019, da a conocer que la situación de la salud son causas principales de mortalidad siendo las enfermedades prevenibles que causan muerte, a consecuencia de tener malos hábitos y la falta de ejercicio. Siendo las

enfermedades que los conlleva a ser hospitalizados por un apendicitis, trastornos urinarios y gastroenteritis. Las enfermedades que originan mortalidad son: enfermedades cerebrovasculares 4 450 muertes, influenza y neumonía 4 104 muertes, hipertensión arterial, 3 307 muertes por cirrosis, 2 359 enfermedades del hígado, 1 885 enfermedades de las vías respiratorias (9).

De la misma manera en la Encuesta Nacional de la Situación Nutricional en Colombia en el año 2019 (10) se muestra que las personas adultas corren riesgo de sufrir enfermedades crónicas debido a que llevan malas conductas alimentarias. Lo cual se refleja en el 95% de la población que consumen excesiva frituras y grasas, el 69,6% consumen gaseosas y frugos envasados, en 50 % consumen chocolates y embutidos. Por lo que hay estudios realizados que indican que estos alimentos que están consumiendo las personas colombianas, está perjudicando la salud, hasta e incluso puede ocasionar la muerte a temprana edad.

A nivel nacional los factores sociales de la salud ocupan el lugar del enfoque de riesgo en los últimos años. Estos factores se originan por las inequidades en la salud como una brecha en las circunstancias en que los individuos nacen, crecen y envejecen. Esta perspectiva destaca la salud de los individuos y sociedades, ya que está respaldada por un equipo de políticas, sociales y económicas que intervienen en la vida de los individuos (11).

Por otro lado, el Instituto Nacional de Salud en el año 2020 (12) encontró que el 70% de adultos peruanos sufren de obesidad y sobrepeso, los cuales son enfermedades que afectan al Perú, tal es así que casi el 70% entre varones y mujeres adultos lo padecen; por lo que es necesario fomentar hábitos alimentarios y estilos de vida saludable, evitando el consumo excesivo de grasas saturadas,

grasas trans, azúcar, sodio. Por ello el instituto nacional de salud (INS) promueve mensajes educativos en las Guías alimentarias para la población peruana.

Está claro lo que está pasando en el Perú, también está pasando a nivel mundial, las personas deciden llevar una vida no saludable, viendo de por medio el facilismo y la vida sedentaria, tratan de compensar sus necesidades sin realizar actividad física que más adelante afecta a su bienestar físico y psicológico, en todo también influye los bajos recursos económicos de los adultos, frente a esta problemática es necesario crear nuevas estrategias tanto gubernamentales como sociales (13).

Por tanto, la situación de Perú es crítica, el crecimiento de enfermedades crónicas es de hipertensión, diabetes y cáncer, están son las enfermedades que están aumentando los índices de morbilidad y mortalidad de los peruanos. En los últimos años la población ha experimentado un aumento de expectativa de vida y un envejecimiento progresivo. Los adultos representan el 9.2% de los habitantes, grupo de que presenta una alta prevalencia de hipertensión, sobrepeso, osteoporosis, problemas articulares, cáncer y trastornos cardiovasculares. Estas enfermedades no transmisibles se relacionan, entre otros aspectos, con la calidad de alimentación y el estilo de vida no saludable (13).

A nivel regional tenemos a Piura que según la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES) (14) donde se visualiza que hay una tasa de analfabetismo del 7.6%, siendo este porcentaje mayor en la mujer (10.7%); es decir que el riesgo de ser analfabeto por el solo hecho de vivir en Piura es 21.7% más que en el resto de País. Y el riesgo de ser analfabeto por ser mujer es 1.4 veces más que por ser hombre.

Asimismo, en cuanto al estilo de vida de los adultos habitantes de la región Piura se observa que presentan mayores incidencias de obesidad, sobrepeso, diabetes e hipertensión, según la Organización Panamericana de la salud en el año 2020 (15) señaló que la mayoría de los casos de morbilidad y mortalidad son consecuencia de inadecuados hábitos alimentarios, vida sedentaria y consumo excesivo de alcohol y tabaco.

El Asentamiento Humano Los Médanos Distrito de Castilla provincia Piura se encuentra ubicado en el Distrito de Castilla en la AV. Guardia Civil Km. 5 de la carretera Panamericana Norte. Es un Asentamiento Humano que tiene una población de 2675 habitantes estando divididos en 16 manzanas y 570 lotes. Es un lugar con 26 años de creación siendo espacios que fueron en un primer lugar invadidas, logrando obtener con el pasar de los años cada familia su título de propiedad, cuenta con instituciones educativas, PRONEI, iglesia, sus habitantes son atendidos en el establecimiento de salud TÁCALA, cuenta con servicios de luz, agua y desagüe, se caracteriza por ser una comunidad urbana marginal, sus 7 calles aún no están pavimentadas (16).

Por lo que se logró evidenciar que los adultos de dicho lugar presentan varios factores que podrían alterar la salud del adulto como la conducta o estilo de vida, los cuales serían medios de contacto directo con agentes patógenos y nocivos indirecto, como fumar, consumir alcohol, tipo de alimentación o el nivel de actividades físicas que se producirían gradualmente en los organismos que podrían estar afectando la salud.

Ante lo mencionado no son ajenos los adultos del Asentamiento Humano los Médanos distrito de Castilla provincia Piura, debido a que en un informe

realizado por la Dirección regional de la Salud en el Distrito de Castilla 2020 (17) se encontró que las principales causas de morbilidad específicas en la población adulta atendida en consulta externa es de: 5.2% de infecciones urinarias, 3.4% sobrepeso y 1.9% de obesidad.

Por lo tanto, frente a esta realidad la salud del adulto estaría afectada dependiendo de la condición en la cual el adulto vive, trabaja y envejece, incluiría su conducta sanitaria y su interacción con los sistemas de la salud, esta condición se formaría a base de las distribuciones de los recursos, posiciones y poderes de los adultos de distintas poblaciones, dentro de la familia y la comunidad que a la vez influiría en las elecciones políticas.

Frente a lo expuesto consideramos pertinente la realización de la presente investigación planteando el siguiente enunciado del problema: ¿Existe relación entre determinantes sociales y estilo de vida en los adultos del Asentamiento Humano Los Médanos-Castilla-Piura 2020?, para dar respuesta al problema se planteó el siguiente objetivo general:

Determinar la relación entre los determinantes sociales y estilo de vida en los adultos del asentamiento humano Los Médanos Castilla-Piura 2020.

Para poder conseguir el objetivo general, se plantearon los siguientes objetivos específicos:

Identificar los determinantes sociales (ingreso económico, grado de instrucción y ocupación) en los adultos del asentamiento humano Los Médanos Castilla-Piura 2020.

Identificar el estilo de vida en los adultos del asentamiento humano Los Médanos Castilla-Piura 2020.

La investigación se realizó porque existe la necesidad de mejorar la calidad de vida de los adultos del Asentamiento Humano Los Médanos Castilla –Piura, para que ellos puedan gozar de salubridad y así evitar diferentes enfermedades no transmisibles como diabetes mellitus, obesidad, hipertensión, sedentarismo, entre otras enfermedades, que consecuentemente incrementan las tasas de morbilidad y mortalidad, ya que al no tener una ocupación estable y además no llevar un estilo de vida saludable podrían poner en riesgo su salud.

También ayudara a expandir y fortalecer los conocimientos científicos del personal de salud, para que con ello logren brindar un cuidado de calidad y humanizado a los adultos, debido a que en la actualidad no hay ninguna dimensión en la que el profesional de salud no intervenga en el cuidado, con la única finalidad de brindar una atención adecuada a los usuarios promoviendo a que ellos tengan un estilo de vida saludable porque eso ayudara a prevenir diferentes enfermedades no transmisibles y permitirá tener una mejor calidad de vida.

La investigación también es conveniente para las autoridades respectivas de la región en el ámbito de salud, así como para la misma población debido a que los resultados obtenidos podrán contribuir a que las personas logren identificar la relacion que existe entre los determinantes sociales y el estilo de vida y con ello motivar a sus familiares, hijos o a su entorno más cercano a que las personas mejoren sus determinantes sociales como son tener una profesión que les facilite tener una mejor calidad de vida y con ello tener mayor facilidad en conseguir una ocupación estable, asimismo tener mayor conocimiento de cómo llevar un estilo de vida saludable y prevenir diferentes enfermedades.

Además permitirá que el personal de salud y las autoridades regionales trabajen conjuntamente para la identificación de los problemas que ponen en riesgo la salud de los adultos, para que una vez que ya hayan sido identificados se encarguen de buscar soluciones ya sea mediante campañas de promoción de salud y programas educativos con la finalidad de mejorar la calidad de vida de estos adultos y con ello reducir la morbilidad y mortalidad por enfermedades no trasmisibles que pueden ser prevenibles.

La investigación con enfoque cuantitativo, con diseño correlacional en donde se Trabajó con una muestra de 103 personas adultas y para la recolección de datos se utilizó la entrevista y como instrumentos el cuestionario sobre determinantes sociales y la escala del estilo de vida debidamente validados, para el procesamiento de datos se empleó Microsoft Excel, los datos se presentaron en tablas simples y de doble entrada para determinar la relación entre variables de estudio, se realizó la prueba de independencia de criterios Chi cuadrado, con el 95% de confiabilidad y significancia de  $p < 0,05$ . Tuvo como resultados y conclusiones: En cuanto a los determinantes sociales la mayoría de adultos tienen ocupación familiar eventual, más de la mitad tienen un nivel de instrucción de secundaria completa /incompleta, y menos de la mitad tiene una remuneración de 931 a 1000 soles. En el estilo de vida se encontró que más de la mitad de los adultos tienen un estilo de vida no saludable y menos de la mitad saludable. Al relacionar los determinantes sociales (grado de instrucción e ingreso económico) con el estilo de vida, se encontró que no existe relación estadística. Pero al relacionar la ocupación del jefe de familia con el estilo de vida, se encontró que, si existe relación estadística entre ambas variables.

## II. REVISIÓN DE LA LITERATURA

### 2.1 Antecedentes

Se encontraron las siguientes investigaciones relacionados a la presente investigación:

#### **Antecedentes Internacionales**

**García J, y Vélez C, (18)** en su investigación de investigación titulada: “Determinantes sociales de la salud y la calidad de vida en población adulta de Manizales, Colombia 2018”. Tuvo como objetivo evaluar la asociación entre los determinantes sociales de la salud y la calidad de vida en una población adulta. Fue un estudio descriptivo con una fase correlacional, donde encontró que la edad promedio fue de 49 años +/- 17,2 años, los ingresos mensuales mínimos del hogar fueron de 23 dólares y los ingresos máximos de 23 000 dólares, el 88,9 % pertenecía al estrato socioeconómico alto. El 61,6 % calificaron su calidad de vida como bastante buena. Se concluyó que los determinantes sociales de la salud que se asociaron con la calidad de vida en todos sus dominios fueron la escolaridad y la posición socioeconómica auto percibida.

**González N, (19)** en su investigación titulada: “Determinantes sociales y bienestar subjetivo: Factores explicativos de la autopercepción en salud en Chile, 2019”. Tuvo como objetivo analizar la influencia de los determinantes sociales estructurales e intermedios y el bienestar subjetivo individual sobre la autopercepción de salud de los chilenos (as). Fue de tipo cuantitativo, donde se encontró que, el nivel predominante corresponde a la Enseñanza Media completa, con el 26,9% de los casos; el 41,5% creen que su

salud en regular, siendo muy mala, la categoría de menor frecuencia (1,8%), llegando a la conclusión que los determinantes sociales se encuentran relacionados con la salud de la población, destaca el bienestar subjetivo como un factor explicativo, tanto de la buena como de la mala salud percibida.

**Vidal D, Chambas I, (20)** en su investigación titulada: “Determinantes sociales en salud y estilos de vida en la población adulta de concepción Chile, 2018”. Tuvieron como objetivo: Determinar la relación entre estilo de vida promotor de salud y variables psicosociales, demográficas y de salud. Con una muestra de 441 adultos maduros y una metodología descriptiva de corte transversal. Tuvieron los resultados: 68,8%, la edad acumula la mayor proporción corresponde a joven, un 34,7%, concluyendo que: la mayoría son de sexo femenino pertenecientes a la población juvenil de un sector de mayor vulnerabilidad social de concepción y esperaban promedios si bien no bajos, no superiores.

**Díaz F, (21)** en su investigación titulada: “Percepción del Estado de Salud y Estilo de Vida en Trabajadores de una Refinería en México 2018”. Teniendo por objetivo general Determinar la percepción del estado de salud y estilo de vida en trabajadores de una Refinería en México 2018. Fue de tipo cuantitativo de corte transversal con una muestra de 196 trabajadores. Se obtuvo que: La mayoría son del sexo 12 masculino, con pareja, residentes del estado de Veracruz, en su mayor proporción son obreros. Es una población adulta joven con un nivel de estudios que la media nacional y un ingreso económico mayor a dos salarios mínimos. Concluyendo: No existe diferencia en el estilo de vida promotor según sexo y ocupación. Los factores biológicos

y socioculturales no mostraron el efecto sobre el estilo de vida promotor. La percepción del estado de salud tuvo efecto esperado en el estilo de vida.

**Castro R, (22)** en su trabajo de investigación titulada; “Estilos y calidad de vida del Adulto de la comunidad Patuco, Cantón, Céllica -Ecuador 2019”. tuvo como objetivo conocer los estilos y calidad de vida del Adulto de la comunidad Patuco. Fue un estudio de cuantitativo, descriptivo y corte transversal; trabajó con una población de 30 adultos. Teniendo como resultados el 93,33% en ingesta diaria de alimentos, el 73,33% realiza ejercicio físico, el 53,33% ejecuta actividades recreativas, el 96,67% ocio, el 73, 33% duerme las 8 horas. Se concluye que los estilos de vida que llevan los adultos relacionados con alimentación, actividad física, ocio, consumo de sustancias psicoactivas, sueño y autocuidado en su mayoría son saludables; resaltándose que la mayor parte presentan autonomía en sus actividades diarias.

#### **A nivel nacional**

**Soriano C, (23)** en su investigación titulada; “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado Shiqui - Cátac del distrito Caraz ,2020”. Tuvo como objetivo de determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Shiqui – Cátac, 2020. De tipo cuantitativo, corte transversal, con diseño descriptivo correlacional. Tuvo una muestra conformada por 150 adulto. Como resultados del 100% (150) de las personas adultas 76% (114) tiene un estilo de vida no favorable y un 24% (36) tiene un estilo de vida favorable, se observa que el 46,67% (70) de los adultos encuestados presentan

como grado de instrucción el analfabeto, de los cuales 41,33% (62) lleva un estilo de vida no saludable, y solo el 5,33% (8) lleva un estilo de vida saludable. Se llegó a las siguientes conclusiones: La mayoría de los adultos presentan un estilo de vida adecuado. Respecto a los factores biosocioculturales, más de la mitad son adultos analfabetos, con estado civil conviviente, de ocupación obrero, con un ingreso económico mensual menor de 500 soles; más de la mitad son adultos, predomina el sexo masculino y la mayoría profesa la religión católica. Sí se encontró relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales como: edad, sexo, grado de instrucción, religión e ingreso económico.

**León J, (24)** en su trabajo de investigación titulado: “Determinantes de la salud de los adultos del centro poblado de Huayawillca, distrito de Independencia - Huaraz, 2020”. Tuvo como objetivo general: Identificar las determinantes de salud de los adultos del centro poblado de Huayawillca Independencia – Huaraz. Fue del tipo cuantitativo, descriptivo, de diseño no experimental, la muestra estuvo conformada por 107 adultos. Como resultados, el 54.2% son de sexo femenino y el 45.8% son de sexo masculino, también el 86.9% tiene ingresos económicos familiares menores a 750 soles, el 13.1% tiene ingresos comprendidos entre 751 y 1000 soles. Se concluyó que los determinantes biosocioeconómicos en su mayoría manifestaron ser de sexo femenino, de edad adulto maduro, de grado de instrucción primaria, con ingresos menores a 750 y sin ocupación.

**Soto A, (25)** en su trabajo de investigación titulado: “Determinantes biosocioeconomicos y estilos de vida como determinantes del estado de la

salud en adultos del centro poblado de Llupa sector “B” Independencia Huaraz, 2021”. Fue una investigación cuantitativa con diseño de una sola casilla y muestra de 110 adultos, en cuanto a los resultados el 59% de sexo femenino; el 39% tienen grado de instrucción inicial /primaria, el 84% tienen un ingreso económico menor de 750 soles y el 73% tiene ocupación eventual. Se concluyó que los adultos no logran mejorar su calidad de vida porque sus ingresos económicos siguen siendo similar a cuando ellos eran el sostén del hogar, porque sus hijos no logran mejorar esos ingresos económicos por falta de apoyo.

**Aniceto T, (26)** en su investigación titulada: “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Caraz - Ancash, 2020”. Tiene como objetivo general Determinar los estilos de vida y factores biosocioculturales en los adultos del distrito de Caraz – Ancash, 2020. Fue de tipo cuantitativa, de nivel descriptivo – correlacional, de diseño transversal y no experimental; la muestra estuvo conformada por 369 adultos. Los resultados obtenidos son: El 76,96% de los adultos encuestados no tienen un estilo de vida saludable, el 57,45% tienen edades entre los 36 a 59 años, el 42,82% tienen ingresos entre 600 a 1000 soles, son empleados, conviven con sus parejas, y como grado de instrucción tiene secundaria incompleta. Se concluye que existe relación directa y estadísticamente significativa entre los factores biosocioculturales y el estilo de vida de los adultos del distrito de Caraz.

**Carrión T, (27)** en su investigación titulada: “Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto joven. Asentamiento Humano Santa Rosa del

Sur Nuevo Chimbote, 2020”. Tuvo como objetivo general determinar la relación entre el Estilo de vida y los Factores Biosocioculturales. Fue de tipo cuantitativo, con una muestra de 302 adultos jóvenes. Llegando a las conclusiones y resultados: La mayoría de los Adultos Jóvenes tiene un estilo de vida no saludable y con un porcentaje mínimo presentan un estilo de vida saludable. En relación a los factores biosocioculturales tenemos que más de la mitad son de sexo femenino, la mayoría tiene grado de instrucción secundaria y religión católica, más de la mitad son convivientes, son ama de casa y tienen un ingreso económico es menos de 400 soles. Encontramos de que si existe relación significativa entre el estilo de vida y factor biosocioculturales: Religión e ingreso económico.

#### **A Nivel regional**

**Antón S, (28)** en su trabajo de investigación titulada; “Determinantes de la salud en la persona adulta de Monte Redondo–La Unión-Piura, 2019”. Tuvo por objetivo describir los Determinantes de la Salud en la Persona Adulta de Monte Redondo- La Unión- Piura, fue de tipo cuantitativo descriptivo, con diseño de una sola casilla. La muestra estuvo conformada por 325 personas adultas. Se obtuvieron los siguientes resultados: según los determinantes biosocioeconómicos el 51,38% son de sexo masculino, el 51,69% son adulto maduro, el 54,46% tiene grado de instrucción. Se concluyó que esto se puede deber a que la mayoría ya busca tener una familia.

**Montejo A, (29)** en su trabajo de investigación titulado; “Determinantes de la salud en los adultos del mercado zonal de Santa Rosa Veintiséis de Octubre- Piura, 2020”. Teniendo como objetivo general

describir los determinantes de la salud, en los adultos del mercado zonal de Santa Rosa este fue de tipo descriptivo cuantitativo, la muestra es de 109 adultos, Teniendo como resultados los resultados que, el 72,3% son mujeres; el 65,4% de las personas tiene estudios secundarios completos /incompletos; el 33,8% de los hogares tiene ingresos de 1001 a 1400 soles y el 63,1% de los hogares tiene trabajos temporales. Se concluyó que es un problema ya que su ingreso es muy poco que les permite cubrir sus gastos mínimos.

**Bruno M, (30)** en su trabajo de investigación titulada: “Determinantes de la salud de la persona adulta - comedor Virgen de la puerta - La arena- Piura, 2021”. Su objetivo fue describir los determinantes de la salud en la persona adulta del comedor Virgen de la Puerta de la Arena Piura, 2021. Estudio de tipo cuantitativo, descriptivo, muestra de 115 adultos. Se utilizó el cuestionario sobre determinantes de la salud. Los principales resultados y conclusiones son: en las determinantes biosocioeconómicos: menos de la mitad (30,42%) tienen secundaria completa/incompleta, la mayoría (75,65%) tiene un ingreso menor de 750 soles; 55,65% con ocupación eventual. Se concluye que existe un riesgo social alto por bajos ingresos económicos, educativo, inestabilidad laboral; y que las características de las viviendas son inseguras, de baja calidad, lo que favorece la exposición al entorno. Es necesario incentivar programas educativos ocupacionales.

**Burgos P, (31)** en su estudio de investigación titulado; “Determinantes de la salud en la persona adulta del Asentamiento Humano Lomas de Sider\_Chimbote,2020”. Tuvo como objetivo general identificar los determinantes de la salud en las personas adultas. Fue de tipo cuantitativo,

descriptivo con diseño de una sola casilla. La muestra estuvo constituida por 184 personas adultas. Se obtuvieron los siguientes resultados el 53,2% son de sexo femenino, y el 46,7% son de sexo masculino, el 47,8% son adulto joven entre 18 a 35 años, 58,7% el grado de instrucción es secundaria incompleta/completa, el 77,2% tienen un ingreso económico < 750 nuevos soles y el 70,1% la ocupación del jefe de la familia es eventual. Se concluyó que los adultos manifiestan que no terminaron de estudiar ya que sus padres no tenían suficiente dinero.

**Salazar R, (32)** en su estudio titulada: “Determinantes de la salud de la persona adulta del A.H Ollanta Humala Tasso III Etapa-Piura, 2020”. Tuvo como objetivo describir los determinantes de salud de la persona adulta. Fue de tipo cuantitativo, descriptivo con diseño de una sola casilla. La muestra fue de 172 personas. Se encontró que la mayoría fue de sexo masculino; tienen un ingreso económico menor de S/.750; más de la mitad son adultos maduros de 30 a 59 años 11 meses y 29 días, son trabajadores eventuales; fuman, pero no diariamente; menos de la mitad consume bebidas alcohólicas ocasionalmente; la mayoría cuentan con SIS y refirieron pandillaje en la zona. Por lo tanto, se concluyó que consumir cigarrillo es un factor de riesgo y afectan la salud.

## **2.2 Bases teóricas de la investigación**

La investigación se fundamenta en la base teórica Marc Lalonde y los modelos de Dahlgren, Whitehead, y el Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender para facilitar la comprensión de los procesos sociales que impactan sobre la salud, y así identificar los puntos de entrada de las

intervenciones (33).

Marc Lalonde nació el 26 de julio de 1929 en Canadá, fue un abogado y político que tenía el cargo de ministro de Salud Pública de Canadá y realizó un estudio a un equipo de epidemiólogos para que analizaran, en una muestra representativa, las enormes causas de mortalidad y morbilidad de los canadienses. Al terminar el estudio Lalonde publicó un informe, que marcó uno de los hitos importantes dentro de la Salud Pública, como disciplina orientadora del accionar los servicios de salud encargados de velar por la salud de la población (33).

Para Lalonde (33) el estilo de vida es uno de los componentes del campo de la salud, si el estilo de vida es bueno y de calidad se cuenta con un grado de bienestar físico, mental y social, y si el estilo de vida es no saludable la persona puede lograr adquirir una enfermedad e incluso puede llegar hasta la muerte. 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.

Además, manifiesta que el elemento estilo de vida significa el conjunto de decisiones que toma cada individuo referente a su salud y sobre cuales ejerce cierto grado de control. Desde el punto de vista de la salud, las inadecuadas decisiones y los malos hábitos conllevan a riesgos que se originan en el propio individuo. Cuando los riesgos tienen como consecuencia la morbilidad o hasta incluso mortalidad, se puede afirmar que el estilo de vida de los individuos contribuyó a ello (33).

Como también según su informe Lalonde (34) se refiere que la promoción de la salud como un método gubernamental, está enfocado a contribuir con la resolución de los problemas de salud y sugería tomar acciones que se basaran en obtener cambios del estilo de vida, conductas y comportamientos, como el consumo de tabaco, alcohol, dieta, comportamiento sexual. Dentro de las propuestas incluía el mejoramiento de las acciones comunitarias con el objetivo de actuar sobre distintos escenarios en los que los individuos viven cotidianamente.

Asimismo, Lalonde (34) manifiesta que los estilos de vida tienen diferentes formas de desarrollarse dentro del ámbito de las políticas de salubristas, se distingue el interés del comportamiento de cada individuo, la adherencia de bueno y malos hábitos de vida. Con el crecimiento de sus investigaciones se priorizó los inconvenientes que tiene cada individuo para adquirir y realizar buenas elecciones de salud, si las personas que los rodean no facilitaran las condiciones de adopción de estilos de vida saludables, no se podría mejorar su entorno natural, para ello Lalonde diseñó políticas multisectoriales que mejoren la calidad de vida de los individuos.

El canadiense plantea hace casi cuatro décadas que la salud está condicionada por cuatro determinantes: la herencia biológica, el sistema sanitario, el medio ambiente y los estilos de vida. Uno de los aportes más interesantes de su planteo es que mientras el sistema sanitario requiere de un alto presupuesto para influir en el estado de salud, y lo hace especialmente en la recuperación de la salud ante una enfermedad, los cambios en los estilos de vida pueden tener una influencia mucho más profunda en el bienestar y la

calidad de vida de las personas. Y más que grandes presupuestos, para fomentar estilos de vida saludables las herramientas principales son la promoción de la salud y la educación para la salud (34).

Medio Ambiente: El ser humano es responsable de proteger el planeta ambiental, pero sin embargo no toman conciencia y continúan actuando de una manera irresponsable, contaminando el aire y suelo. Cada vez el medio ambiente se ve deteriorado y todo ello se ve afectada la salud (35).

Estilo de Vida: son comportamientos y decisiones que cada individuo tiene, durante cada etapa de su vida, ya sea para un bienestar de su salud o como tampoco no. Si bien se sabe que las malas decisiones y los hábitos personales, ponen riesgo a la salud e incluso pueden ocasionar la muerte, debido a que las personas llevan un estilo de vida no saludable (35).

Biología Humana: Está relacionado con la salud, tanto mental como físico, son manifestados en el organismo como consecuencia de la biología humano y la constitución orgánica de la persona. Están constituidos el envejecimiento, los diferentes del aparato interno del organismo, maduración y la herencia genética, la complejidad del cuerpo humano, su biología puede repercutir sobre la salud de maneras múltiples, variadas y graves (36).

Servicio de Atención: Es un conjunto donde incluye la práctica por parte del personal de enfermería, medico, centros hospitalarios, puesto de salud, visitas domiciliarias, medicamentos y ambulancia. Todo esto es definido como sistema de atención en salud. Hay diversas enfermedades, donde genera un presupuesto alto económicamente (37).

La investigación también se fundamenta por el Modelo de Dahlgren y Whitehead (37) en el año 1991 crearon la guía de discrepancias en la salud, denominándolo como consecuencia de interacciones de diversos contextos causales, los niveles de correspondencia a las condiciones generales socio económicas, culturales y medioambientales de la persona comunidad y político. Exponen que las personas están dotados elementos de peligro en: la edad, el género y hereditaria, estos influyen de manera potencial en el bienestar, modelo personal, y condición de vida, la persona con economía desfavorable tiende a exhibir una alto incidencia en cuanto a los elementos de su conducta en relación al tabaco, nutrición, vivienda, estrés, y el escaso acceso a los servicios de salud están en riesgo los individuos desfavorecidos.

El modelo presenta 3 características de determinantes sociales de la salud, el uno estructural, que ocasiona la intranquilidad de salud, en el domicilio, las condiciones de empleo, el ingreso a los servicios de salud y abastecimiento de ellos; el dos intermedio se refiere a lo social y comunitario, empiezan con el ayuda de los integrantes de la comuna, en condición favorable y el 3 proximal, contiene las conductas y la manera de vivir siendo este beneficioso o perjudicable (37).

Los determinantes estructurales toman como punto de partida al enfoque de una comunidad con diferentes destrezas, orientando hacia el individuo, en su período de existencia, según su nivel socioeconómico, su entorno y la comuna, siendo factores elementales para su bienestar, dependiendo el lugar donde vive el individuo y de tal manera que sea de beneficio para su salud (38).

Así mismo a los determinantes intermedios, están sujetas a las circunstancias de su domicilio, el sector o el distrito, así como las responsabilidades que ellos tienen, en cuanto a su educación, alimentación, el agua, saneamiento, también la atención que él recibe en salud según la disposición que tenga cada persona. Sin embargo, la inequidad en salud es la minoría el ingreso a las personas que son debajo recursos siendo desfavorables esto le conlleva a que sus derechos sean vulnerables (38).

Por otro lado, se habla también de los determinantes proximales, son las actuaciones del individuo, durante el desarrollo en cada una de sus etapas de vida, de tal manera que beneficie en su salud. La conducta de cada individuo abordando en sus culturas, creencias, valores y la actitud que ellos tienen frente al riesgo que están predispuestos en cuanto a su salud, incluyendo el compromiso que cada uno tiene de tal manera que fortalezca su capacidad y competencia, considerando también la atención sanitaria con la finalidad de reintegrar la promoción de la salud (38).

De igual manera Dahlgren y Whithead (39) refieren que los determinantes se basan en unos estratos que varían de entre la esfera personal trasladándose por medio de una estructura intermedia como lo es una comunidad, el trabajo, un territorio o el servicio de salud. De acuerdo al sistema de salud vigente en el país estos determinantes deben de encontrarse incluidos en los planes de acción, de modo que las acciones de promoción de la salud sean de conocimiento del personal enfermero. Es debido a ello que surge la necesidad de especificar los ámbitos que derivan de acuerdo al enfoque de los determinantes de la salud.

Así mismo la investigación se basa en el Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender (40) quien nació en 1941 en Lansing, Michigan, EE.UU. En su manera de pensar de enfermería era salvaguardar, ayudar a otros individuos a cuidar de sí mismos. En 1964, Pender logró un bachillerato de ciencias de enfermería de la universidad de Michigan. Experimento una desviación en su pensamiento que la llevo a precisar el objetivo de la enfermería como la salubridad mejora del individuo. En 1975, la Dra. Pender publicó “un modelo conceptual de conducta para la salubridad protectora”, que organizo una base para aprender la manera en que los individuos toman las disposiciones sobre el cuidado de su propia salud.

Nola Pender (40) enfermera, autora del Modelo de Promoción de la Salud, expresó que la conducta está motivada por el deseo de alcanzar el bienestar y el potencial humano. Se interesó en la creación de un modelo enfermero que diera respuestas a la forma cómo las personas adoptan decisiones acerca del cuidado de su propia salud. Precisa que los estilos de vida son ciertas actuaciones, actitudes y conductas de cada individuo.

Por otro lado, Pender N, (41) manifiesta que la educación que se le debe enseñar al individuo, de qué manera debe cuidar su salud y de cómo llevar un estilo de vida saludable, su modelo mencionado anteriormente es propuesto con la finalidad de integrar a la persona sana como al enfermo en mejorar sus conductas con el objetivo de lograr el bienestar integral de la persona, en lo cual se propone el cuidado del enfermero (a), para que se encargue de motivar al usuario para que de esa manera logren obtener resultados óptimos.

El modelo de Promoción de la Salud según Pender (41) está enfocado en la observación e identificación de aspectos cognitivos conductuales, que influyan en la posición del individuo frente a su salud, por tal motivo plantea la importancia de promover a tener un buen estado de salud mediante acciones preventivas en salud, desde su punto de vista define al individuo desde una perspectiva comprensiva y humanística, como un ser integral, analiza, su estilo de vida, fortalezas, la resiliencia, sus potenciales y capacidades de cada persona en la toma de decisiones en cuanto a su salud y su vida .

Asimismo, Pender (42) refiere que la promoción de la salud y los determinantes del estilo de vida se basan en cuanto a las experiencias, conductas, conocimientos y características de cada individuo. El modelo de Promoción de la Salud es elemental debido a que permite el desarrollo de programas, además beneficia a grupos poblacionales que lideren procesos sociales importantes en comunidades, mediante realización de estrategias de promoción de salud con el objetivo de modificar las conductas de riesgo en los individuos.

Además, Nola Pender (43) considera cuatro conceptos metaparadigmáticos: en el cual se refiere a la persona como un ser que busca crear condiciones de vida para expresar su propio potencial de salud. Las personas evalúan el crecimiento en cuanto a las conductas observadas como positivas y el intento en lograr un equilibrio individualmente aceptable entre el camino y la estabilidad. Las personas buscan regular de forma activa su conducta en cuanto a su salud.

Otro concepto metaparadigmático según de Pender (43) es el cuidado o enfermería, el cual se refiere a la enfermera como la responsable de los cuidados sanitarios, debido a que es la principal base de cualquier plan de cuidados brindado a las personas. De igual manera en cuanto al concepto metaparadigmático de salud se refiere que esta proposición continúa siendo ampliada y perfeccionada en cuanto a su capacidad para detallar las relaciones entre los factores que se cree que influyen en las modificaciones de la conducta sanitaria. Dicho modelo se enfoca en la educación de las personas sobre cómo cuidar su salud y con ello ayudar a tener un estilo de vida saludable.

En cuanto al concepto metaparadigmático del entorno propuesto por Nola Pender (43) se refiere a que las personas se relacionan con el entorno teniendo en cuenta toda su complejidad biopsicosocial, transformando progresivamente el entorno y siendo transformados a lo largo del tiempo. El personal de salud forma parte del entorno interpersonal, el cual influencia a las personas. La reconfiguración iniciada por uno mismo de las pautas interactivas de la persona es esencial para el cambio de conducta.

Por lo tanto, Nola pender (44) considera las dimensiones dentro del estilo de vida tomando en cuentas las siguientes:

Alimentación saludable, manifiesta que tener una vida saludable y buen funcionamiento de nuestro organismo. Es esencial crear una estrategia de promoción sobre alimentación saludable con la finalidad de concientizar a las personas que tomen la decisión de consumir una variedad de alimentos saludables en su vida cotidiana y de esa manera prevenir diferentes

enfermedades no transmisibles (44).

Actividad y ejercicio, se refiere a cualquier movimiento corporal el cual produce por los músculos y requiere de un gasto de energía, cuando esta actividad es planeada, estructurada y repetida que mantenga una buena salud la combinación de una alimentación saludable y el ejercicio físico nos harán gozar de una mejor salud (44).

Manejo de estrés: Comprende el control y el reducimiento de la tensión que ocurre en casos estresantes, generando cambios físicos y emocionales, el grado del estrés y el afán de hacer alteración implicaran que tanto cambio tiene, lo que hace aliviar el estrés no es lo mismo para todas las personas, pero si todos debemos de tener estilos de vida saludable eso es el mejor comienzo (45).

Responsabilidad en Salud, implica escoger/decidir sobre alternativas saludables/correctas en vez de aquellas que envuelven un riesgo para la salud. Significa reconocer que tenemos la habilidad para modificar los riesgos inherentes en nuestra herencia y ambiente social, podemos modificar nuestros riesgos mediante cambios en nuestro comportamiento. Para poder estar consciente de los efectos potenciales peligrosos de hábitos/dependencias de riesgo, se requiere un esfuerzo reflexivo para examinar nuestras vidas desde la perspectiva (45).

Redes de apoyo social: Son vínculos que se establecen en las redes y cumplen una función vinculando a las personas con su entorno. En estas sus miembros cumplen roles concretos y algunas veces requieren contar con la preparación adecuada ante los malos estilos de vida, también contribuyen a

generar relaciones de apoyo reales entre las personas (45).

**Autorrealización:** Se define al afán de complacer nuestro potencial más alto llevando al máximo los propios talentos y potenciales de desarrollarse como persona, obteniendo lograr sus metas propuestas que contribuyan a tener un sentimiento de agrado hacia uno mismo (46).

### **Bases conceptuales de la investigación**

Se considera adulto a las personas que tengan una edad ha alcanzado su pleno desarrollo orgánico, incluyendo la capacidad de reproducirse. En el contexto humano el término tiene otras connotaciones asociadas a aspectos sociales y legales. La adultez se divide en tres etapas: Adultez temprana desde los 20 años hasta los 40 años, adultez media desde los 40 años hasta los 60 años y la adultez tardía de los 60 años en adelante (47).

Según la organización Mundial de la Salud (48) define que la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente como la ausencia de afecciones o enfermedad. También la OMS (49) define los determinantes sociales de la salud (DSS) como "las circunstancias en que las personas nacen crecen, trabajan, viven y envejecen, incluido el conjunto más amplio de fuerzas y sistemas que influyen sobre las condiciones de la vida cotidiana". Estas fuerzas y sistemas incluyen políticas y sistemas económicos, programas de desarrollo, normas y políticas sociales y sistemas políticos.

Las condiciones anteriores pueden ser altamente diferentes para varios subgrupos de una población y pueden dar lugar a diferencias en los resultados en materia de salud. Es posible que sea inevitable que algunas de estas condiciones sean diferentes, en cual caso se consideran desigualdades, tal

como es posible que estas diferencias puedan ser innecesarias y evitables, en cual caso se consideran inequidades y, por consiguiente, metas apropiadas para políticas diseñadas para aumentar la equidad (49).

El estilo de vida son hábitos de vida o forma de vida, que hace referencia a un conjunto de actuaciones cotidianas realizadas por las personas, algunas no saludables. Se concibe como la unidad de lo social y lo individual, es la realización de la personalidad en la práctica social diaria, en la solución de sus necesidades. Este se determina por procesos sociales, tradiciones, hábitos, conductas y comportamientos de los de los individuos y grupos de población que conllevan a la satisfacción de las necesidades humanas para alcanzar la calidad de vida (50).

### **III. HIPÓTESIS**

#### **HO:**

No existe relación estadísticamente significativa entre los determinantes sociales y el estilo de vida en los adultos del asentamiento humano Los Médanos-Castilla Piura, 2020.

#### **H1:**

Existe relación estadísticamente significativa entre los determinantes sociales y el estilo de vida en los adultos del asentamiento humano Los Médanos-Castilla Piura, 2020.

## **IV. METODOLOGÍA**

### **4.1 Diseño de la investigación**

Fue correlacional transversal porque tuvo la finalidad de comprender la relación o el grado que existe entre dos o más variables (51).

#### **4.1.1 Cuantitativo:**

Estuvo relacionado con cantidades, además permitió conseguir y analizar datos numéricos en relación a determinadas variables, que fueron establecidas (51).

#### **4.1.2 Descriptivo:**

Específico a las propiedades características importantes de cualquier fenómeno o un grupo de población (52).

### **4.2 Población y muestra**

#### **Población:**

La población estuvo conformada por 1500 adultos que habitan en el AA. HH Los Médanos–Distrito de Castilla-Piura 2020.

#### **Muestra:**

El tamaño de la muestra fue de 103 adultos de ambos sexos que habitan en el AA. HH, Los Médanos – distrito de Castilla-Piura 2020. Así mismo, la investigación fue a través de un muestreo no probabilístico, llamado por conveniencia por la coyuntura que se viene realizando del COVID-19.

#### **Unidad de análisis:**

Fue cada adulto del AA. HH Los Médanos del Distrito de Castilla– Piura 2020. Quienes formaron parte de los habitantes, así también el muestreo estadístico la investigación.

### **Criterios de inclusión**

- Los adultos que viven en el AA. HH, Los Médanos distrito de Castilla-Piura.
- Los adultos del AA. HH, Los Médanos distrito de Castilla que acepten y deseen participar en la investigación comprometiéndose a contribuir en el proceso del mismo.
- Los adultos de ambos sexos del AA. HH, Los Médanos distrito de castilla-Piura que tengan la disponibilidad de participar en la encuesta como informantes.

### **Criterios de exclusión**

- Los adultos que tengan algún trastorno mental en el AA. HH, Los Médanos distrito de castilla-Piura.
- Los adultos que tengan problemas de comunicación en el AA. HH, Los Médanos distrito de castilla-Piura.
- Los adultos que no tengan la disponibilidad y los medios como Tablet o celular para poder realizar la encuesta on-line en el AA. HH, Los Médanos distrito de castilla-Piura.

## **4.3 Definición y operacionalización de variables**

### **I. Determinantes sociales**

Son las circunstancias en que las personas nacen, crecen, viven, trabajan y envejecen, incluido el sistema de salud. Esas circunstancias son el resultado de la distribución del dinero, el poder y los recursos a nivel mundial, nacional y local (53).

## **Grado de Instrucción**

### **Definición Conceptual**

Es el grado más elevado de estudios realizados o en curso, sin tener en cuenta si se han terminado o están provisional o definitivamente incompletos (54).

### **Definición Operacional**

#### **Escala Ordinal**

- Sin instrucción
- Inicial/Primaria
- Secundaria: Completa / Incompleta
- Superior Universitaria
- Superior no Universitaria

## **Ingreso Económico**

### **Definición Conceptual**

Son los ingresos que tiene una familia de tener un trabajo estable o eventual y las pensiones que reciben por su jubilación (55).

### **Definición Operacional Escala de razón**

- Menor de 930
- De 930 a 1000
- De 1001 a 1400
- De 1401 a 1800
- De 1801 a más

## **Ocupación**

### **Definición Conceptual**

Actividad principal remunerativa del jefe de la familia (56).

## **Definición Operacional**

### **Escala Nominal**

- Trabajador
- Estable
- Eventual
- Sin ocupación
- Jubilado
- Estudiante

### **I. Estilo de vida**

#### **Definición Conceptual**

El estilo de vida son hábitos, actitudes, conductas, actividades y decisiones de una persona, frente a diversas circunstancias en las que el ser humano se desarrolla en sociedad o mediante su quehacer diario y que son susceptibles de ser modificados (57).

#### **Definición operacional**

Para evaluar el estilo de vida se ha considerado aspectos relacionados con alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud y su valoración se realizará en base al puntaje obtenido según sea cada caso en particular.

Estableciéndose las siguientes categorías:

### **Escala nominal**

- Estilo de vida saludable: 75-100 puntos.
- Estilo de vida no saludable: 24-74 puntos

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

### **Técnica**

En el trabajo de investigación se empleó la entrevista.

### **Instrumento**

En la presente investigación se utilizó el instrumento para la recolección de datos que se detalla continuación:

### **Instrumento N° 01:**

#### **Determinantes sociales**

Se empleó el cuestionario sobre los determinantes sociales de la salud elaborado por Dra. Vilches A, el cual fue modificado por Peña Y y Chero A, estudiantes de la escuela profesional de enfermería Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación y poder medir los determinantes sociales constituido por 3 ítems (Ver anexo N°01).  
Teniendo como criterio de evaluación:

### **Grado de instrucción**

- Sin nivel de instrucción
- Inicial primaria
- Secundaria completa /incompleta
  
- Superior universitario
- Superior no universitario

### **Ingreso económico**

- Menor de 930 soles
- De 931 a 1000 soles
- De 1001 a 1400 soles
- De 1401 a 1800 soles
- De 1801 a más

### **Ocupación del jefe de familia**

- Trabajador estable
- Eventual
- Sin ocupación
- Jubilado
- Estudiante

## **Control de Calidad de los datos:**

### **Validez externa**

Se aseguró la validez externa por juicio de expertos presentando el instrumento a 4 expertos en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindaran mayor calidad y especificidad al instrumento (58).

### **Validez Interna**

Para la realización de 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 (59).

### **Confiabilidad**

La confiabilidad del instrumento se realizó a través de la prueba estadística de alfa de Cronbach, obteniendo un  $r = 0.852$  es  $> 0.8$  mínimo, considerando a este instrumento válido y confiable para su aplicación.

## **Instrumento N° 02:**

### **Escala de Estilo de Vida**

Se utilizó como segundo instrumento la escala de estilo de vida, elaborado por Delgado R. Reyna E. y Diaz R, el cual fue realizado en base al diseñado por Walker E, Sechrist K y Pender N, denominado Estilo de vida promotor

de la salud conformado por 25 ítems dividido en 6 dimensiones a evaluar, las cuales son: alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud. Para dar respuesta a este instrumento se presentan 4 opciones de respuesta: N: nunca, V: a veces, F: frecuentemente y S: siempre. Los ítems de acuerdo a cada dimensión están divididos de la siguiente manera:

- Alimentación. Ítems 1, 2,3, 4, 5 y 6
- Actividad y ejercicio: ítems 7 y 8
- Manejo del estrés: 9,10, 11 y 12
- Apoyo interpersonal: 13,14, 15 y 16
- Autorrealización: 17,18 y 19
- Responsabilidad en salud: 20, 21, 22, 23,24 y 25 Cada ítem tiene el siguiente criterio de calificación:
  - Nunca: N = 1
  - A veces: V = 2
  - Frecuentemente: F=3
  - Siempre: S = 4
  - A excepción del ítem 25, en el que el puntaje es viceversa: Nunca: 04 punto A veces: 03 puntos Frecuentemente: 02 puntos Siempre: 01 puntos.

Luego de haber sumado todas las respuestas, se clasificó de la siguiente manera:

- Estilo de vida saludable: si obtuvo un puntaje de 75 a 100 puntos
- Estilo de vida No saludable: si obtuvo un puntaje de 25 a 74 puntos.

### **Control de Calidad de Datos**

### **Validez y Confiabilidad del Instrumento**

Este instrumento cuenta con validez interna, validez externa y confiabilidad; por haber sido de amplio uso en la carrera de Enfermería de La Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

Para la realización de su validez se solicitó la opinión de jueces expertos en el área, los cuales brindaron sus sugerencias y aportes al instrumento; luego del cual fue sometido a validez estadística a través de la prueba  $r$  de Pearson correlación ítems – test, obteniendo un  $r > 0.20$  en cada uno de los 25 ítems del instrumento (60,61). La confiabilidad del instrumento se realizó a través de la prueba estadística de alfa de Cronbach, obteniendo un  $r = 0.794$ , considerando a este instrumento válido y confiable para su aplicación.

## **4.5 Plan de análisis**

### **Procedimiento de recolección de datos**

En la investigación se proceden aspectos para la recolección de datos del estudio por lo que se consideró los siguientes aspectos:

- Se informó y solicito el consentimiento a los adultos del AA. HH Los Médanos–Distrito de Castilla-Piura 2020: haciendo hincapié que los datos recolectados y resultados obtenidos mediante su participación son estrictamente confidenciales.
- Se coordinó con los adultos del AA. HH Los Médanos –Distrito de Castilla- Piura 2020: para su disponibilidad y el tiempo para la fecha de la aplicación del instrumento.
- Se procedió a aplicar el instrumento a cada adulto del AA. HH Los Médanos – Distrito de Castilla-Piura 2020.
- Se realizó lectura del contenido o instrucciones de los instrumentos a los adultos del AA. HH Los Médanos –Distrito de Castilla-Piura 2020.
- El instrumento fue aplicado en un tiempo de 20 minutos, las respuestas fueron marcadas de manera virtual mediante un formulario en Google drive por los adultos del AA. HH Los Médanos–Distrito de Castilla-Piura 2020.

#### **Análisis y procesamiento de los datos:**

Los datos fueron ingresados a una base de datos de Microsoft Excel para luego ser exportados a una base de datos en el software PASW Statistics versión 18.0 para su respectivo procesamiento. Para el análisis de los datos se construyó tablas de distribución de frecuencias absolutas y relativas porcentuales. Para establecer la relación entre variables de estudio se utilizó la prueba de independencia de  $p < 0.05$ .

#### 4.6 Matriz de consistencia

TÍTULO	ENUNCIADO DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
Determinantes sociales y estilo de vida en adultos del AA. HH, Los Médanos –Distrito de Castilla –Piura, 2020.	¿Existe relación entre determinantes sociales y estilo de vida en los adultos del Asentamiento Humano Los Médanos-Castilla-Piura 2020?	<p><b>Objetivo general:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Determinar la relación entre los determinantes sociales y estilo de vida en los adultos del Asentamiento Humano Los Médanos Castilla-Piura 2020.</li> </ul> <p><b>Objetivos específicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Identificar</li> </ul>	<p><b>HO:</b></p> <p>No existe relación entre los determinantes sociales (grado de instrucción, ingreso económico, ocupación) con el estilo de vida.</p> <p><b>H1:</b></p> <p>Si existe relación entre los determinantes sociales (Grado de instrucción, ingreso económico,</p>	<p><b>Determinantes sociales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Grado de instrucción</li> <li>-Ingreso económico</li> <li>-Ocupación</li> </ul> <p><b>Estilo de vida:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Alimentación,</li> <li>-Actividad y ejercicio,</li> <li>-Manejo del estrés</li> <li>-Apoyo interpersonal</li> <li>-Autorrealización</li> <li>-Responsabilidad en</li> </ul>	<p><b>Diseño de la investigación:</b></p> <p>correlacional y transversal</p> <p><b>Población:</b></p> <p>La población estuvo conformada por 1500 adultos AA. HH Los Médanos-distrito de Castilla – Piura 2020.</p> <p><b>Muestra:</b></p> <p>Estuvo constituida por 103 adultos que viven en el AA. HH Los Médanos-</p>

		<p>los determinantes sociales en los adultos del Asentamiento Humano Los Médanos Castilla-Piura 2020.</p> <p>-Identificar el estilo de vida en los adultos del Asentamiento Humano Los Médanos Castilla-Piura 2020.</p>	<p>ocupación) con el estilo de vida.</p>	<p>salud</p>	<p>distrito de Castilla – Piura 2020.</p> <p><b>Unidad de análisis:</b> Cada adulto que vive en el AA. HH Los Médanos-distrito de Castilla – Piura 2020.</p> <p><b>Técnica:</b> Se empleó la entrevista.</p> <p><b>Instrumentos:</b> -Cuestionario de determinantes sociales. -Escala de estilo de vida.</p>
--	--	---	--	--------------	--

#### **4.7 Principios éticos**

El estudio fue realizado mediante los principios éticos que administran las investigaciones “ULADECH”, católica versión 002. Capacitado por convenio del “Consejo Universitario con Resolución N° 0973- 2019.” Todo el estudio de investigación se utilizó mediante los consecutivos principios (62).

El primer principio ético que se respetó fue el de protección a las personas: En el cual se adecuó un protocolo de consentimiento informado para cada participante, se informó claramente el propósito de la investigación a los participantes, también se informó al participante que puede retirarse del estudio en cualquier momento y sin perjuicio alguno, así como abstenerse a participar en alguna parte de la investigación que le genere incomodidad. Además, se informó al participante que los datos recolectados quedarán disponibles para futuras investigaciones y/o productos derivados de estas.

De igual manera el segundo principio ético que se respetó fue el principio de beneficencia y no maleficencia: En el cual se evaluaron los posibles riesgos al realizar la encuesta de manera presencial, por lo que se realizó de manera virtual para evitar contagiarse del covid-19 para la protección tanto de los participantes como del investigador. También se informó sobre los posibles riesgos que se darían al realizar la encuesta de manera presencial.

El tercer Principio ético que se respetó fue de justicia: Se informó a los participantes la forma en que podrán tener acceso a los resultados de la investigación ya sea por medio del teniente gobernador o también por medio del correo electrónico del investigador. Además, se aseguró que haya un trato equitativo a quienes participaron en los procedimientos y servicios asociados a la investigación.

El cuarto principio ético que se respetó fue el de integridad científica: Donde se informó a los participantes que su identidad será tratada de manera declarada, confidencial o anónima. Además, se informó a los participantes los procedimientos que se utilizó para el manejo y cuidado de la información.

Finalmente, el quinto principio ético que se respetó fue el de libre participación y derecho a estar informado: Donde se solicitó de manera expresa, clara y detallada el consentimiento del participante. Se informó al participante que cualquier duda que tenga sobre la investigación será atendida.

## V.RESULTADOS

### 5.1 Resultados

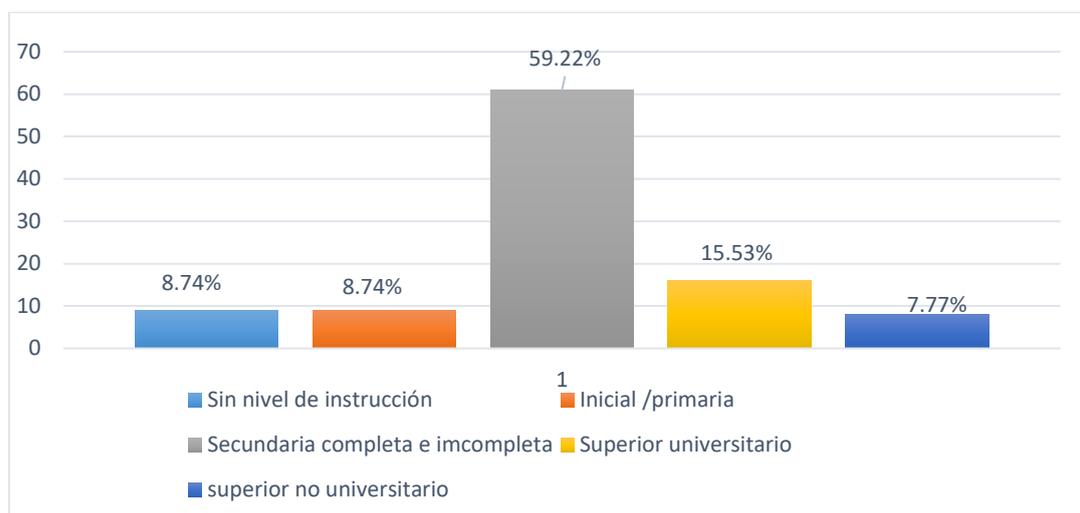
**TABLA 1**  
**DETERMINANTES SOCIALES EN ADULTOS DEL**  
**ASENTAMIENTO HUMANO LOS MÉDANOS–DISTRITO DE CASTILLA –**  
**PIURA, 2020.**

<b>Grado de instrucción</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Sin nivel de instrucción	9	8.74
Inicial /primaria	9	8.74
Secundaria completa e incompleta	61	59.22
Superior Universitario	16	15.53
superior no Universitario	8	7.77
Total	103	100.00
<b>Ingreso económico</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Menor de 930 soles	35	33.98
De 931 a 1000 soles	49	47.57
De 1001 a 1400 soles	5	4.85
De 1401 a 1800 soles	4	3.88
De 1801 a mas	10	9.71
Total	103	100.00
<b>Ocupación Familiar</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Trabajador estable	6	5.83
Eventual	85	82.52
Sin ocupación	4	3.88
Jubilado	1	0.97
Estudiante	7	0.07
Total	103	100.00

**Fuente:** Cuestionario sobre determinantes de sociales. Elaborado por Vílchez A, modificado por Peña Y, Chero A, aplicada en los adultos del Asentamiento Humano Los Médanos-Castilla– Piura, 2020.

## GRÁFICO 1

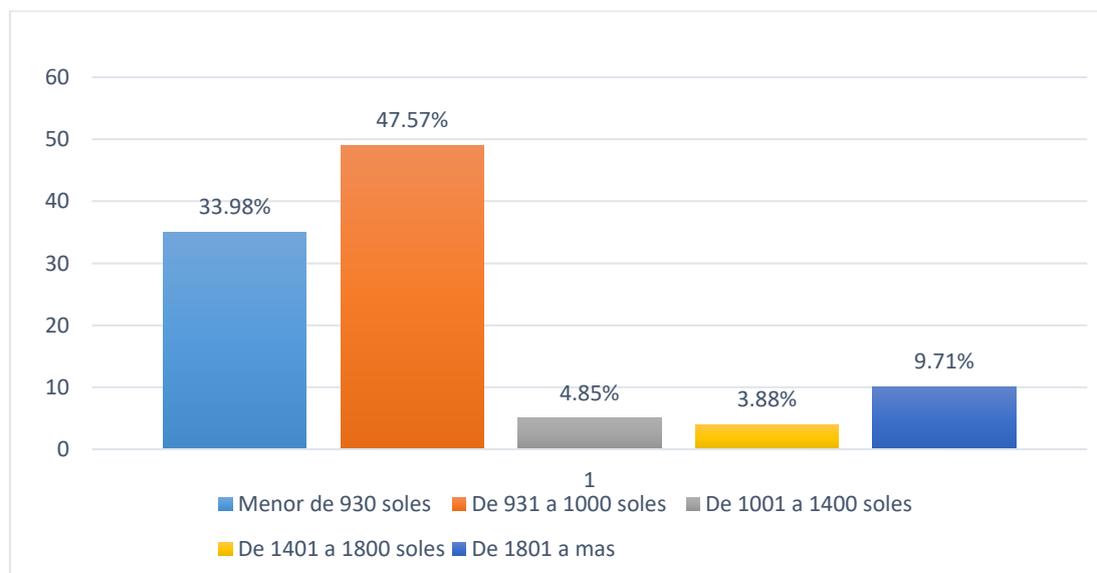
### GRADO DE INSTRUCCIÓN EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO LOS MÉDANOS–DISTRITO DE CASTILLA –PIURA, 2020.



**Fuente:** Cuestionario sobre determinantes de sociales. Elaborado por Vílchez A, modificado por Peña Y, Chero A, aplicada en los adultos del Asentamiento Humano Los Médanos-Castilla– Piura, 2020.

## GRÁFICO 2

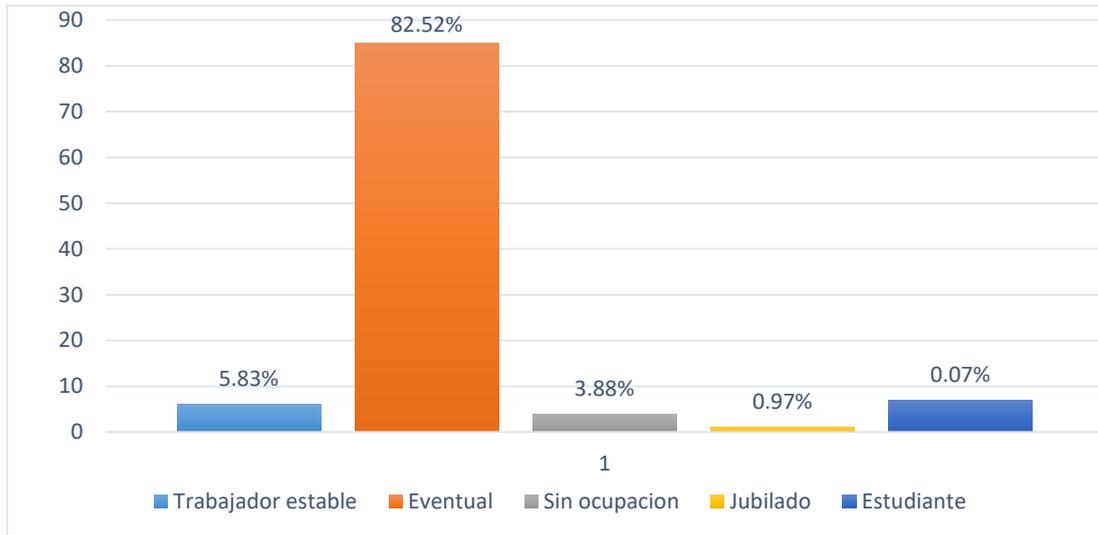
### INGRESO ECONÓMICO EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO LOS MÉDANOS –DISTRITO DE CASTILLA –PIURA, 2020.



**Fuente:** Cuestionario sobre determinantes de sociales. Elaborado por Vílchez A, modificado por Peña Y, Chero A, aplicada en los adultos del Asentamiento Humano Los Médanos-Castilla– Piura, 2020.

### GRÁFICO 3

#### OCUPACIÓN FAMILIAR EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO LOS MÉDANOS –DISTRITO DE CASTILLA –PIURA, 2020.



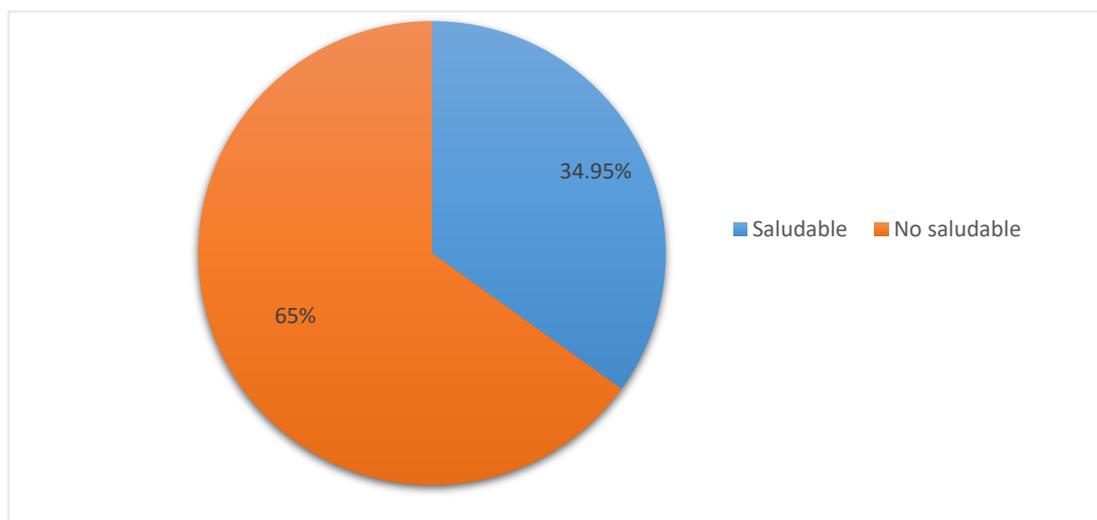
**Fuente:** Cuestionario sobre determinantes de sociales. Elaborado por Vélchez A, modificado por Peña Y, Chero A, aplicada en los adultos del Asentamiento Humano Los Médanos-Castilla- Piura, 2020.

**TABLA 2**  
**ESTILO DE VIDA EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO LOS MÉDANOS–DISTRITO DE CASTILLA –PIURA, 2020.**

<b>ESTILOS DE VIDA</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Saludable	36	34.95
No saludable	67	65.05
<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100.00</b>

Fuente: Escala de vida promotor de salud elaborado por Walker E, Sechrist K y PenderN, modificado por Delgado R, Reyna E Y Díaz R; aplicado a los adultos del asentamiento humano Los Médanos–distrito de Castilla –Piura, 2020.

**GRÁFICO 4**  
**ESTILO DE VIDA EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO LOS MÉDANOS–DISTRITO DE CASTILLA –PIURA, 2020.**



Fuente: Escala de vida promotor de salud elaborado por Walker E, Sechrist K y PenderN, modificado por Delgado R, Reyna E Y Díaz R; aplicado a los adultos del asentamiento humano Los Médanos–distrito de Castilla –Piura, 2020.

**TABLA 3**  
**DETERMINANTES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA EN ADULTOS DEL**  
**ASENTAMIENTO HUMANO LOS MÉDANOS–DISTRITO DE CASTILLA –PIURA,**  
**2020.**

<b>Determinante social: Grado de instrucción</b>	<b>Estilo de vida</b>				<b>TOTAL</b>	
	<b>Estilo de vida saludable</b>		<b>Estilo de vida no saludable</b>			
	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Sin nivel de instrucción	2	1.94	7	6.80	9	8.74
Inicial /primaria	1	0.97	8	7.77	9	8.74
Secundaria completa e incompleta	22	21.36	39	37.86	61	59.22
Superior universitario	7	6.80	9	8.74	16	15.53
Superior no universitario	3	2.91	5	4.85	8	7.77
Total	35	33.98	68	66.02	103	100.00
Chi cuadrado	Gl:4		P: 0,05		Se acepta la hipótesis Nula	

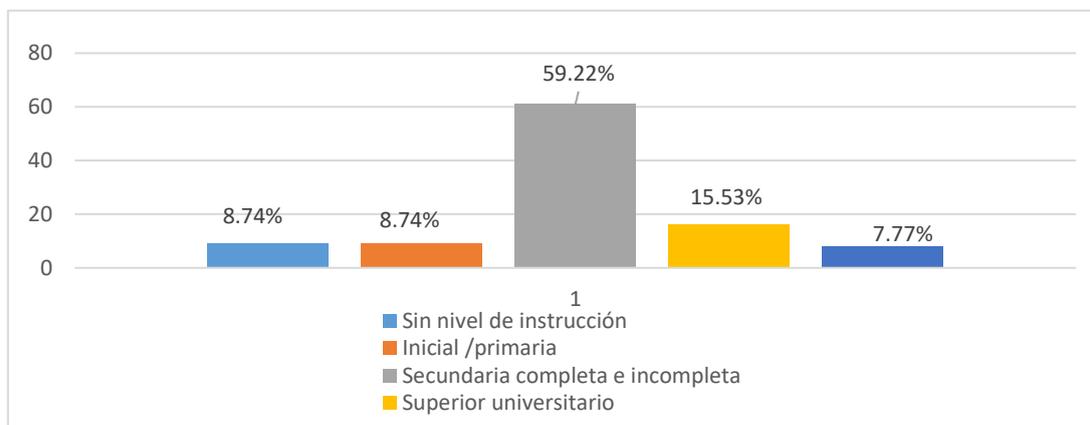
<b>Determinante social: Ingreso económico</b>	<b>Estilo de vida</b>				<b>TOTAL</b>	
	<b>Estilo de vida saludable</b>		<b>Estilo de vida no saludable</b>			
	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Menor de 930 soles	12	11.65	23	22.33	35	33.98
De 931 a 1000 soles	15	14.56	34	33.01	49	47.57
De 1001 a 1400 soles	1	0.97	4	3.88	5	4.85
De 1401 a 1800 soles	3	2.91	1	0.97	4	3.88
De 1801 a mas	5	4.85	5	4.85	10	9.71
Total	36	34.95	67	65.05	103	100.00
Chi cuadrado	Gl: 4		P: 0,05		Se acepta la hipótesis nula	

Determinante social: Ocupación familiar	Estilo de vida					
	Estilo de vida saludable		Estilo de vida no saludable		TOTAL	
	n	%	n	%	n	%
Trabajador estable	4	3.88	2	1.94	6	5.83
Eventual	26	25.24	59	57.28	85	82.52
Sin ocupación	3	2.91	1	0.97	4	3.88
Jubilado	0	0	1	0.97	1	0.97
Estudiante	5	4.85	2	1.94	7	6.80
Total	38	32.04	65	63.11	103	100.00
Chi cuadrado	G1:4		P: 0,05		Se rechaza hipótesis nula	

Fuente: Cuestionario sobre Determinantes de Sociales. Elaborado por Vílchez A, modificado por Peña Y, Chero A, aplicada en los adultos del Asentamiento Humano Los Médanos-Castilla- Piura, 2020. Escala de vida promotor de salud elaborado por Walker E, Sechrist K y PenderN, modificado por Delgado R, Reyna E Y Díaz R; aplicado a los adultos del Asentamiento Humano Los Médanos-distrito de Castilla-Piura, 2020.

### GRÁFICO 5

**DETERMINANTES SOCIALES: GRADO DE INSTRUCCIÓN Y ESTILO DE VIDA EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO LOS MÉDANOS–DISTRITO DE CASTILLA –PIURA, 2020.**



Fuente: Cuestionario sobre determinantes de sociales. Elaborado por Vílchez A, modificado por Peña Y, Chero A, aplicada en los adultos del Asentamiento Humano Los Médanos-Castilla– Piura, 2020. Escala de vida promotor de salud elaborado por Walker E, Sechrist K y PenderN, modificado por Delgado R, Reyna E Y Díaz R; aplicado a los adultos del Asentamiento Humano Los Médanos–distrito de Castilla –Piura, 2020.

### GRÁFICO 6

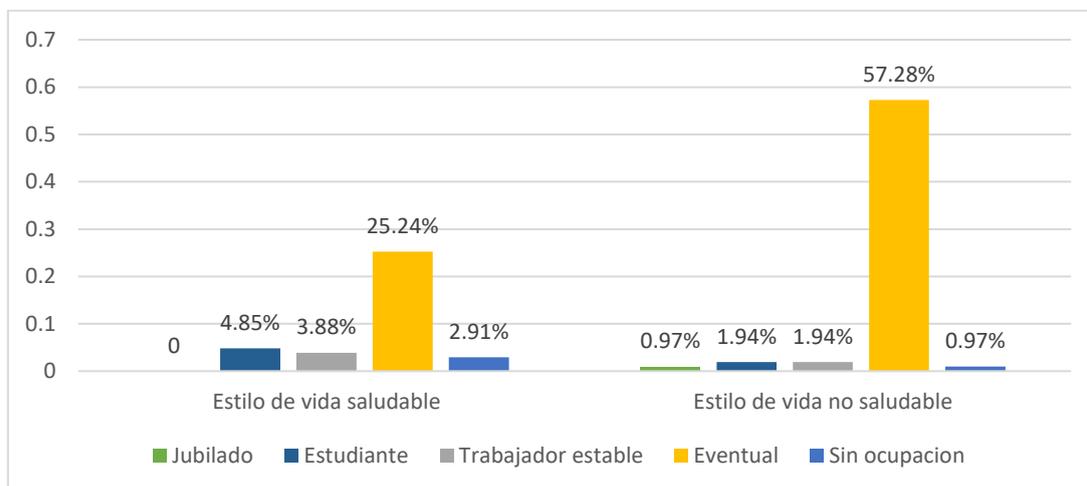
**DETERMINANTES SOCIALES: INGRESO ECONÓMICO Y ESTILO DE VIDA EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO LOS MÉDANOS–DISTRITO DE CASTILLA –PIURA, 2020.**



Fuente: Cuestionario sobre determinantes de sociales. Elaborado por Vílchez A, modificado por Peña Y, Chero A, aplicada en los adultos del Asentamiento Humano Los Médanos-Castilla– Piura, 2020. Escala de vida promotor de salud elaborado por Walker E, Sechrist K y PenderN, modificado por Delgado R, Reyna E Y Díaz R; aplicado a los adultos del Asentamiento Humano Los Médanos–distrito de Castilla –Piura, 2020.

### GRÁFICO 7

#### DETERMINANTES SOCIALES: OCUPACIÓN FAMILIAR Y ESTILO DE VIDA EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO LOS MÉDANOS–DISTRITO DE CASTILLA –PIURA, 2020.



Fuente: Cuestionario sobre determinantes de sociales. Elaborado por Vílchez A, modificado por Peña Y, Chero A, aplicada en los adultos del Asentamiento Humano Los Médanos-Castilla– Piura, 2020. Escala de vida promotor de salud elaborado por Walker E, Sechrist K y PenderN, modificado por Delgado R, Reyna E Y Díaz R; aplicado a los adultos del Asentamiento Humano Los Médanos–distrito de Castilla –Piura, 2020.

## 5.2 Análisis de resultados

**En la tabla 1:** Del 100% de adultos del Asentamiento Humano-Los Médanos-Castilla-Piura; el 59,22% (61) tiene grado de instrucción secundaria completa /o incompleta; el 47,57% (49) de adultos cuentan con un ingreso económico entre 931 a 1000 soles; el 82,52% (85) de los adultos jefes de familia tienen ocupación laboral de tipo eventual.

Así mismo se observa que, en la investigación luego de analizar los resultados se encontró que más de la mitad de los adultos tiene un grado de instrucción secundaria completa e incompleta. Lo cual es un factor de riesgo para la salud de estos adultos debido a que, según la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) (63) refiere que tener un mayor nivel de instrucción es el origen de una mejor salud y una mejor calidad de vida, ya que cada persona debe tener conocimientos que son esenciales para la salud con el fin de prevenir distintas enfermedades.

También el grado de instrucción que tienen estos adultos es una desventaja para su salud porque con ello no sería suficiente para tener conocimiento de cómo prevenir enfermedades, por ende hay estadísticas presentadas en el Informe de Seguimiento de la Educación en el Mundo de la UNESCO (63) el cual manifiesta que el alto nivel de educación alcanzado por los adultos permite reducir los altos índices de morbilidad y mortalidad, además beneficia en tener una mejor nutrición y consecuentemente una vida saludable.

Los encontrado en la investigación es similar a otras investigaciones es por ello que los adultos tienen mayor posibilidad de presentar diferentes enfermedades, debido a que existen estudios los cuales corroboran que: “la educación es ya de por sí un elemento catalizador del desarrollo y de la acción sanitaria” (64).

Es decir, tener un mayor grado de instrucción como lograr obtener una carrera profesional va a tener muchas ventajas para estos adultos por lo que existen diferentes estudios que corroboran que tener una profesión va a permitir tener una mejor calidad de vida, además conseguir con facilidad un empleo, obtener conocimiento de cómo cuidar la salud mediante hábitos saludables, mejores condiciones laborales. Debido a que según la Universidad del Norte (65) refiere que la formación profesional te permitirá alcanzar las metas que te propongas de igual manera gracias a tu profesión obtendrás una remuneración que te facilite obtener las necesidades básicas que requiere cada persona.

Además, cuando se aplicó el instrumento muchos de ellos manifestaron que les hubiera gustado culminar sus estudios, otros verbalizaron que, por falta de interés en conseguir una profesión, además por la falta de medios económicos que les permita seguir estudios superiores; y también a que formaron sus familias a temprana edad lo cual los obligo a conseguir un trabajo que les permita tener un sustento económico antes que seguir una profesión.

También existen resultados de la presente investigación que se asemejan a lo encontrado por Villajuan G, (66) en su investigación titulada:

“Estilos de vida y factores biosocioculturales en el adulto del Pueblo Joven Miraflores Alto \_ Sector A \_ Chimbote, 2018”. Donde el 75,0 % (150) tienen grado de instrucción secundaria completa. Además, los resultados encontrados en la investigación difieren a lo encontrado por Pereyra M, (67) en su investigación titulada: “Estilos de vida y los factores biosocioculturales en el adulto maduro del Asentamiento Humano Fraternidad – Chimbote, 2018”. Donde obtuvo que el 52% (130) tienen grado de instrucción primaria.

Por otro lado, este grado de instrucción los conlleva a tener dificultades en conseguir un trabajo estable y que sea bien remunerado, es por ello que es importante que estos adultos logren culminar sus estudios para que adopten conductas saludables, y tengan conocimiento de prevención de riesgos, adecuada alimentación, cuidado físico y con ello van a estar preparados para enfrentar más eficazmente problemas asociados a diferentes enfermedades como obesidad, hipertensión arterial, diabetes mellitus.

En la investigación realizada a los adultos, en cuanto al ingreso económico se encontró que menos de la mitad cuentan con un ingreso económico entre 931 a 1000 soles. En la actualidad si el ingreso económico es bajo va a tener un impacto negativo en la salud de los adultos, debido a que hay estudios realizados por investigadores de Universidad de Granada (UGR) (68) que ha sido publicado en el año 2020, en el cual demuestran que un bajo ingreso económico incrementa la probabilidad de sufrir una mala salud percibida, una variable que, según han comentado los expertos, está "estrechamente relacionada" con un mayor riesgo de enfermedad.

En la investigación también se encontró que hay un porcentaje significativo de adultos que reciben un ingreso económico de menos de 900 soles, lo cual es fuertemente un factor de riesgo para la salud de ellos, debido a que tener una ocupación bien remunerada va a permitir, adquirir todos los alimentos de la canasta familiar, como también el pago de los servicios del hogar como es el agua, energía eléctrica, internet. Además, facilita tener una vivienda adecuada, vestimenta hasta incluso hay mayores posibilidades de que las personas se realicen chequeos médicos para detectar a tiempo diferentes enfermedades y así poder tener una mejor calidad de vida (69).

Por lo tanto, tener una ocupación que no sea bien remunerada, es claramente preocupante para la salud de los adultos, ya que con ello no se logra cubrir las necesidades básicas de alimentación que son indispensables para obtener una mejor calidad de vida y mucho más en la actualidad que por la coyuntura del covid-19 que viene sucediendo se ha aumentado la crisis económica en las familias.

Además, al momento de realizar la encuesta los adultos manifestaron que trabajaban en restaurantes, chifas, en empresas que tenían bastante personal contratado, lo cual dejó de funcionar por un cierto tiempo, además por la disminución de personal que se realizó por protocolos de bioseguridad, lo cual afectó fuertemente la economía de ellos, debido a que no cuentan con una profesión que les permita tener mayor accesibilidad en conseguir empleo y que sea bien remunerado.

Los resultados obtenidos en la investigación son similares a lo encontrado por Morales J, (70) en su investigación titulada: “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del barrio Cumpayhuara – Caraz, 2020”. Donde el 43% cuentan con un ingreso económico entre 800 a 1000 soles mensuales. De igual manera los resultados hallados se asemejan a lo encontrado por Carrera K, (71) en su investigación titulada: “Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto del asentamiento humano tres estrellas sector\_ B Chimbote, 2018”. Donde el 61 % tiene un ingreso económico de 600 a 1000 nuevos soles. También lo encontrado en la investigación difiere a lo hallado por Orbegoso J, (72) en su investigación titulada: “Estilos de vida y los factores biosocioculturales de los adultos maduros del Asentamiento Humano Santa Cruz\_ Chimbote, 2018 “. Donde el 42,5% cuenta con ingreso económico de 500 a 650 soles.

Es por ello que los adultos de este Asentamiento Humano deben tomar conciencia de la importancia de seguir estudiando y conseguir una profesión para que con ello logren tener un trabajo que sea bien remunerado y de esa manera adquirir todos los alimentos necesarios para tener una vida saludable entre otras necesidades esenciales para lograr su bienestar de salud.

En cuanto a la ocupación del jefe de familia se encontró que la mayoría de ellos tienen ocupación laboral eventual lo cual es otro factor de riesgo para la salud de los adultos, debido a que según el Programa Nacional de Becas y Crédito Educativo (PRONABEC) (73) refiere que contar con una carrera técnico profesional o universitaria te brindará mayores oportunidades de conseguir un trabajo formal, estable y que sea bien remunerado lo que permite

obtener los recursos económicos suficientes para poder cubrir las necesidades básicas en cuanto a la alimentación, vivienda entre otras necesidades que permiten una mejor calidad de vida de los adultos.

De igual forma, vemos que la ocupación que tienen los adultos se compara con lo que señala el Banco Mundial (74) en el año 2020, el cual informó que los 2,000 millones de trabajadores del sector informal a nivel internacional, son los más afectados por COVID-19. En la que también tenían sus ocupaciones similares las cuales han sido: servicios de hotelería y restaurantes, que comparamos con esta realidad los adultos también fueron afectados por esta enfermedad que viene sucediendo debido a que estos adultos no tienen una carrera profesional la cual les permita tener empleos estables, que sean bien remunerados y facilite en tener una mejor calidad de vida.

Por otro lado, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) (75) refiere que hay estudios que detallan; el 63.2% de los trabajadores formales está compuesto por personas con estudios superiores, mientras que quienes cuentan solo con secundaria completa representan el 31% del trabajo formal; y solo con primaria, el 5.7% .También existen datos del INEI que demuestran que los adultos que culminaron estudios superiores tuvieron sueldos hasta dos veces mayores sobre todo estables a diferencia con los adultos que solo contaban con educación secundaria en el año 2019 .

Estos estudios afirman que la ocupación laboral influye en la salud de los adultos debido a que tener una carrera profesional o técnica, es importante porque da mayores posibilidades de trabajo, para así tener una mejor calidad

de vida. Así mismo, lo mencionado anteriormente por los autores permite corroborar que los adultos que cuentan con una profesión tienen un mejor puesto de trabajo lo cual viene con un mejor salario y consecuentemente mejores condiciones laborales, además mayor probabilidad de tener un estilo de vida saludable lo que permite tener una mejor calidad de vida.

Como la mayoría de adultos tienen ocupación familiar eventual ellos manifestaron que se debe a la falta de recursos económicos para seguir sus estudios superiores, también por la falta de interés en conseguir una profesión, debido a que formaron su familia a temprana edad lo cual los obligo a conseguir un trabajo para poder cubrir la canasta familiar lo que les dificulto tener una profesión que les permita obtener empleo estable.

Lo hallado en la investigación es similar a lo encontrado por Camacho P, (76) en su investigación titulada: "Determinantes de la salud del adulto del AA. HH 28 de Julio – Castilla – Piura, 2020". Donde el 89,39% de los jefes de familia cuentan con un trabajo eventual. De igual manera los resultados encontrados se asemejan a lo hallado por Soto A, (25) en su investigación titulada: "Determinantes y estilos de vida biosocioeconómicos como determinantes del estado de la salud en adultos del centro poblado de Llupa sector "B" Independencia Huaraz, 2021". Donde el 73% tienen ocupación eventual. Además, los resultados encontrados difieren a lo hallado por Orbegoso J, (72) en su investigación titulada: "Estilos de vida y los factores biosocioculturales de los adultos maduro del Asentamiento Humano Santa Cruz\_ Chimote, 2018". Donde encontró que el 44,5% tiene como ocupación obrera.

En cuanto a los determinantes sociales se concluye que más de la mitad de los adultos del Asentamiento Humano-Los Médanos Castilla-Piura, tienen grado de instrucción secundaria completa e incompleta, menos de la mitad tienen un ingreso económico entre 930 a 1000 soles y la mayoría de adultos jefes de familia tienen ocupación familiar eventual.

Todo ello es una gran preocupación, porque ellos no tienen un grado de instrucción superior, por lo que tienen pocas oportunidades en conseguir un trabajo estable con mejores condiciones laborales y que sea bien remunerado, ya que al no tener una profesión también tienen dificultad en obtener los recursos económicos que sean suficientes para la canasta familiar y por ende solo logran conseguir empleo laboral eventual.

Por ello es importante comunicar a las autoridades del Asentamiento Humano Los Médanos de los resultados obtenidos de la investigación con la finalidad de que los padres motiven a sus hijos (as) desde pequeños en concluir estudios superiores y de esta manera ellos logran enfrentarse a la vida ya que la educación es esencial para conseguir un trabajo estable y con ello lograr una estabilidad económica que permita cubrir sus necesidades básicas, por ende, obtener una mejor calidad de vida.

**En la tabla 2:** En el estilo de vida de los adultos del asentamiento humano Los Médanos -Castilla-Piura, se obtuvo que del 100%, el 65,5% (67) presentan estilo de vida no saludable y el 34,9% (37), presenta estilo de vida saludable.

Luego de obtener los resultados en la investigación, se observa que más de la mitad de los adultos tienen estilo de vida no saludable y menos de

la mitad saludable, por ello estos resultados son preocupantes para la salud de estos adultos, ya que los resultados obtenidos nos demuestran que ellos no cuidan su salud ya sea por desconocimiento, irresponsabilidad, o desinterés de ellos mismos, por lo que tendrán mayor posibilidad de presentar enfermedades si siguen manteniendo un estilo de vida poco saludable.

Como lo menciona la Organización Mundial de la Salud (OMS) (77) que el estilo de vida no saludable tiene como consecuencias padecer de enfermedades no transmisibles a causa del tabaquismo, el abuso del alcohol, el sedentarismo o la inadecuada alimentación lo cual trae como consecuencias enfermedades como la obesidad, la diabetes mellitus y la hipertensión.

De igual manera los adultos que tienen estilo de vida no saludable, tienen mayor posibilidad de contraer enfermedades no transmisibles y a consecuencia de ello aumentar la tasa de morbilidad y mortalidad, debido a que según Lalonde (33) refiere que el estilo de vida es uno de los componentes del campo de la salud, si el estilo de vida es bueno y de calidad se cuenta con un grado de bienestar físico, mental, social, y si el estilo de vida no es saludable la persona puede adquirir diferentes enfermedades e incluso puede llegar hasta la muerte. Desde el punto de vista de la salud, las inadecuadas decisiones y los malos hábitos conllevan a riesgos que se originan en el propio individuo. Cuando los riesgos tienen como consecuencia la morbilidad o hasta incluso mortalidad, se puede afirmar que el estilo de vida de los individuos contribuyó a ello.

Por lo tanto, al no tener un estilo de vida saludable los adultos, no podrán tener los beneficios de salud que señala Bretel M, (78) en el cual menciona que tener un estilo de vida saludable es beneficioso para la salud porque previene problemas de salud, permite mejorar el estado anímico, reducirá las probabilidades de contraer enfermedades cardiovasculares, previene los niveles elevados de azúcar y el colesterol en la sangre como también disminuye la posibilidad de la aparición de enfermedades crónicas y degenerativas como cáncer, Alzheimer entre otras.

Claramente se observa que los adultos están expuestos a presentar problemas de salud por lo que es importante mantener o practicar estilos de vida saludables, por lo que Cuéllar M, (79) define que el estilo de vida saludable es la manera de vivir de las personas para mantener un equilibrio armónico en su vida, a través de su dieta, ejercicio y actividad física, actividad intelectual, distracción y esparcimiento, sueño y descanso, aseo y paz espiritual.

Es por ello que el Ministerio de Salud (MINSA), (80) busca fomentar estilos de vida saludables mediante la práctica de buenos hábitos y atención integral de salud, con el único fin de proteger la salud de las personas para que tengan mejores condiciones de salud posible, lo cual aplica por medio de ferias informativas sobre “Promoción de estilos de vida saludable” , además refiere que es importante promover hábitos saludables como la actividad física, el deporte es indispensable para mantener una vida saludable y con energía, por ultimo refiere que hacer ejercicio es un hábito para prevenir diversas enfermedades y sentirse bien .

De igual manera los adultos que tienen estilo de vida no saludable están expuestos a presentar problemas alarmantes para su salud por lo que Pina P, (81) refiere que tener un estilo de vida no saludable incluye la poca actividad física o sedentarismo, la alimentación inadecuada caracterizada por ingesta excesiva de alimentos como grasas y azúcares , patrones de sueño alterados, el exceso de consumo de alcohol , tabaco y drogas ilegales lo cual genera mayor probabilidad de presentar enfermedades degenerativas y a nivel psicológico genera baja autoestima , dificultades de afrontamiento situaciones de ansiedad y estrés y mayor posibilidad de tener un trastorno de mental.

Por los resultados obtenidos, los adultos tienen un estilo de vida no saludable, lo cual los predispone a padecer diferentes enfermedades que si no son tratadas a tiempo pueden ocasionarles la muerte debido a los hábitos inadecuados que llevan, como consumir alcohol, no realizan actividad física o si lo hacen pero no es suficiente , de igual manera prefieren alimentarse mayormente de carbohidratos, grasas trans, chocolates, o comidas rápidas entre otros alimentos que son poco saludables, los cuales conllevan a tener un estilo de vida no saludable y con ello está en riesgo su salud, ya que hay diferentes autores mencionados anteriormente que permiten corroborar que los malos hábitos traen consecuencias para su salud.

De igual manera al momento de aplicar el cuestionario los adultos mencionaron que tienen un estilo de vida no saludable, debido a que no les gusta consumir verduras, y también porque no tienen conocimiento de que cantidades de alimentos deberían consumir, también manifestaron que a veces por falta de tiempo solo se alimentan de comidas rápidas, además comentaron

que por la falta de recursos económicos no logran adquirir todos los alimentos que desearían consumir, así mismo manifestaron que no es importante realizar actividad física y que ya es suficiente con las actividades diarias que realizan ya sea en el hogar o en su centro laboral.

Los resultados encontrados son similares a lo hallado por Coronado S, (82) en su investigación titulada: “Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto de la asociación vista alegre de Pocollay-Tacna, 2019”. Donde el 39,1% (93) presentó estilo de vida saludable, mientras que el 60,9% (145) no saludable. De igual manera los resultados encontrados se asemejan a lo hallado por Aniceto T, (26) en su investigación titulada: “Estilos de vida y factores biosocioculturales en los adultos del distrito de Caraz – Ancash, 2020”. Donde encontró que el 76,96% de los adultos presentan estilo de vida no saludable y el 23,04% tienen estilo de vida saludable.

De igual manera los resultados difieren a lo encontrado por Varas V, (83) en su investigación titulada:” Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos maduros de la urbanización La Libertad-Chimbote, 2019”. Donde encontró que el 84,4% tienen un estilo de vida saludable y el 15,6% no saludable.

Asimismo, tenemos el modelo de Promoción de la Salud según Pender (41) el cual está enfocado en la observación e identificación de aspectos cognitivos conductuales de las personas que influyan en la posición de ellos, frente a su salud, por tal motivo plantea la importancia de promover a tener un buen estado de salud mediante acciones preventivas en salud, desde su punto de vista define al individuo desde una perspectiva comprensiva y

humanística, como un ser integral, analiza, su estilo de vida, fortalezas, la resiliencia, sus potenciales y capacidades de cada persona en la toma de decisiones en cuanto a su salud y su vida.

Por tal motivo es que los adultos del Asentamiento Humano Los Médanos deben de comprender que ellos mismos tienen la decisión de tener un estilo de vida saludable acudiendo al centro de salud a realizarse chequeos médicos, asistiendo a sesiones educativas sobre promoción y prevención comprendiendo sobre las consecuencias que podrían tener al consumir alimentos poco saludables, además al no realizar actividad física, entre otras decisiones que pueden ayudar a mejorar su estilo de vida y con ello logren evitar diferentes enfermedades que se dan a causa de sus malas decisiones.

De igual manera Pender N, (42) manifiesta que la educación que se le debe enseñar al individuo es de qué manera debe cuidar su salud y de cómo llevar un estilo de vida saludable, su modelo mencionado anteriormente es propuesto con la finalidad de integrar a la persona sana como al enfermo en mejorar sus conductas con el objetivo de lograr el bienestar integral de la persona, en lo cual se propone el cuidado del enfermero (a), para que se encargue de motivar al usuario para que de esa manera logren obtener resultados óptimos.

Por lo cual el personal de salud tiene la responsabilidad de brindar información de promoción de la salud y prevención de distintas enfermedades para que estos adultos del Asentamiento humano Los Médanos estén informados de distintos temas relacionados con su salud, lo cual beneficiaría a ellos para que esa manera actúen de manera responsable y con ello lograr

un estilo de vida saludable y evitar diferentes complicaciones que se producirían al tener un estilo de vida no saludable.

Además, el estilo de vida según Nola Pender (42) menciona las siguientes dimensiones que toda persona tiene:

En la investigación en cuanto a la dimensión alimentación se obtuvo que la mayoría de adultos no tienen una buena alimentación lo cual es un factor de riesgo para su salud debido a que, si no se tiene una buena alimentación los adultos estarán más propensos a padecer diferentes enfermedades, por ello es importante tener una alimentación saludable, como lo menciona la Organización Mundial de la Salud (OMS), (84) que al tener una alimentación saludable permite prevenir enfermedades no transmisibles tales como; diabetes, cáncer, cardiopatías y accidentes cerebrovasculares. También refiere que tener una alimentación saludable consiste en el consumo de; frutas, verduras, legumbres (tales como lentejas), frutos secos y cereales integrales como; maíz avena, trigo o arroz de manera adecuada de acuerdo a la proporción que requiera cada persona.

Es por ello que los adultos deberían tomar conciencia sobre la importancia de tener una alimentación saludable que permita obtener los nutrientes necesarios que su cuerpo necesita dependiendo de la edad, sexo, el trabajo que realizan para mantener el buen funcionamiento del organismo y con ello evitar diferentes enfermedades. Si ellos toman conciencia sobre la importancia de consumir alimentos saludables tendrían muchos beneficios para su salud, como, por ejemplo; serían personas más activas, también su sistema inmunológico estaría más fuerte y sería más resistente ante alguna

enfermedad.

Así mismo los adultos manifestaron que no comen sus tres comidas completas debido a que algunos salen trabajar desde las 4 am, lo cual les dificulta en preparar sus alimentos, además manifestaron que no consumen muchas verduras en sus comidas debido a que no les gusta, otros manifestaron que es por la falta de recursos económicos, así mismo verbalizaron que no consumen suficiente agua porque que desconocen cual es la cantidad suficiente de agua que debe tomar un adulto.

En cuanto a la dimensión actividad ejercicio, en la investigación se obtuvo que la mayoría de adultos no realiza actividad física lo cual es otro factor de riesgo para su salud. Por lo que la Organización Mundial de la Salud (OMS), (85) en el año 2020, refiere que la actividad física tiene beneficios para la salud debido a que contribuye a la prevención y gestión de enfermedades no trasmisibles como; enfermedades cardiovasculares, el cáncer y diabetes, además reduce síntomas de depresión y ansiedad, mejora las habilidades de razonamiento, aprendizaje. Así mismo si los adultos no realizan actividad física tienen más riesgo de padecer diferentes enfermedades y si no son tratadas a tiempo traerá como consecuencia la muerte. Lo cual lo corrobora la (OMS) refiriendo que los adultos con un nivel insuficiente de actividad física tienen un riesgo de muerte entre 20% y un 30% mayor en comparación con las personas que tienen un nivel suficiente de actividad física.

Por lo cual los adultos deberían organizar bien su tiempo y realizar actividad física al menos 30 minutos al día porque ello, tendrá ventajas para

su salud , como evitar enfermedades cardiovasculares, también para que ellos se sientan bien con su aspecto físico ya que hay personas que por no realizar actividad física llegan a tener obesidad lo cual los conlleva a padecer diferentes enfermedades como la diabetes, también a tener baja autoestima por su aspecto físico, por ello los adultos deben tomar conciencia sobre la importancia de realizar actividad física.

En la investigación al momento de aplicar el cuestionario a los adultos, ellos manifestaron que no realizan actividad física por falta de tiempo, por lo que trabajan y llegan cansados a su hogar a cuidar a sus hijos y enseñarles sus tareas, otros manifestaron que no les parece importante realizar ejercicio en cambio otros dijeron que, si realizan, pero solo algunas veces y que solo caminan mayormente o cuando tienen tiempo libre en su centro laboral.

En cuanto a la dimensión manejo del estrés se encontró que los adultos presentan problemas en dar alternativas de solución frente a un problema y en su mayoría se preocupan demasiado por las cosas que sucederán a futuro, además no realizan técnicas de relajación lo cual es otro factor de riesgo para la salud del adulto debido a que presentaran dificultades en su desarrollo personal como también en la toma de decisiones ante cualquier situación que este afectándolos y por ello tienen mayor probabilidad de enfermarse. Debido a que, según Botero Z, (86) refiere que es importante controlar el estrés porque como adultos hay que buscar un equilibrio entre los deberes tanto laborales, personales y la tranquilidad mental, para así realizar las funciones del día a día de una manera óptima, además refiere que las pautas para controlar mejor el estrés, es tener un estilo de vida saludable como; dormir

mínimo seis a ocho horas diarias, tener una buena alimentación, hacer ejercicio.

Por lo tanto, si los adultos no logran controlar el estrés tendrían consecuencias graves para su salud como ansiedad, depresión, problemas en la piel, cansancio entre otros síntomas que afectarían la salud, es por ello que es importante controlar el estrés para así evitar poner en riesgo su salud, así mismo poder mejorar el estado de ánimo y evitar padecer diferentes enfermedades ya que hay autores que mencionan que controlar el estrés tiene muchos beneficios.

De igual manera al realizar la investigación a los adultos mediante la encuesta, ellos verbalizaron que la mayoría de veces tienen dificultades en afrontar situaciones que les generan estrés porque desconocen la manera de cómo lidiar con ello, así mismo refiere que no realizan técnicas de relajación porque creen que no son importantes para su salud.

En cuanto a la dimensión apoyo interpersonal la mayoría de ellos se relacionan con los personas manteniendo buenas relaciones interpersonales con sus vecinos, amigos y familiares lo cual es una ventaja para su salud debido a que según la Fundación Iberoamerican Down 21 (87) refiere que las relaciones interpersonales tienen un papel importante en el desarrollo integral del adulto ya que, a través de ello, el adulto obtiene esenciales refuerzos sociales del entorno más inmediato que favorecen su adaptación al mismo. Y si no se tuviera buenas relaciones interpersonales, puede traer como consecuencias el provocar el rechazo, aislamiento y así afectar la calidad de vida de los adultos.

Es por ello que los adultos tienen muchos beneficios para su salud por lo que tienen buenas relaciones con las personas que los rodean, debido a que hay estudios que permiten corroborar que el apoyo interpersonal mejora el ánimo de la persona, es por ello que los adultos deberían seguir adoptando esas conductas hacia los demás para que logren estar bien con ellos mismo y con las personas que los rodean, también para que sean el ejemplo de sus hijos y así ellos puedan crecer de manera favorable, para que así no tengan problemas en su adultez al relacionarse con los demás.

Después con respecto a la dimensión autorrealización en la investigación se encontró que la mayoría de adultos no se encuentran satisfechos con lo que ha realizado durante su vida por ello es una desventaja para ellos debido a que, según Paz B, (88) refiere que la autorrealización y el proceso personal es una de las necesidades más esenciales, enriquecedoras y tienen que ver con el mejor desempeño de cada adulto para poder lograr todo lo que se proponga y así obtener una mejor calidad de vida.

Por lo tanto, los adultos deberían pensar bien las cosas antes de tomar una decisión, pensar en cuales serían las ventajas de ello y las desventajas, de acuerdo a ello tomar una decisión que sea la más adecuada, también deberían tomar las cosas con calma, y si tendrían algún problema tratar de solucionarlo, pensar las cosas de manera positiva, también otra acción muy importante que va ayudar a que una persona logre autorrealizarse es tener una buena alimentación, una vivienda digna donde descansar, para evitar la frustración, además tener una buena comunicación con los miembros de su familia, vecinos, entorno laboral, de igual manera realizar actividades que fomenten

su desarrollo personal como leer, realizar deporte y en el trabajo no solo verlo como un ingreso económico si no como algo que les guste y genere una motivación para que así logren tener un crecimiento personal y se sientan satisfechos con ellos mismos.

Así mismo en la investigación al momento de aplicar el cuestionario los adultos manifestaron que ellos no se encuentran satisfechos con lo que han realizado durante su vida ya que les hubiese gustado culminar sus estudios superiores para puedan conseguir un empleo menos pesado y con mejores condiciones laborales que les permita tener todas sus comodidades ya que con el ingreso económico que obtienen actualmente no les alcanza para cubrir los alimentos de la canasta familiar entre otras necesidades.

En cuanto a la dimensión responsabilidad en salud se encontró que los adultos solo a veces acuden 1 vez al año al establecimiento de salud para una revisión médica lo cual es un factor de riesgo para su salud debido a que como lo menciona la Asociación Peruana de Empresa Seguros (89) que a nivel nacional son pocas las personas que se realizan chequeos médicos de manera constante debido a que todos no logran comprender la importancia de estos por lo que se presentan distintas enfermedades como el cáncer que suelen manifestarse en etapas avanzadas con menores posibilidades de cura. Por ello que es importante realizarse un chequeo preventivo que permita detectar distintas enfermedades a tiempo para así reducir la mortalidad en los adultos.

Por lo mencionado anteriormente los adultos deben comprender la importancia de realizarse sus chequeos médicos, ya que esto les va a permitir prevenir diferentes enfermedades que si no se logran detectar a tiempo pueden

agravar su salud e incluso causarles la muerte, así mismo, si ellos acuden al centro de salud a realizarse sus chequeos tendrían muchos beneficios como el detectar precozmente enfermedades no trasmisibles y tratarlas de manera oportuna, además ahí se les brindaría consejería por parte del personal de salud sobre como tener un estilo de vida saludable, y con ello evitar padecer estas enfermedades que están asociadas a un estilo de vida poco saludable.

De igual manera al momento de llenar el cuestionario de la investigación, los adultos manifestaron que no se realizan chequeos médicos por la falta de interés, otros porque viven lejos del establecimiento de salud, por otro lado, porque no tienen tiempo, o sienten que demoran mucho al momento de atenderlos lo cual los predispone a presentar enfermedades que pueden ir avanzando silenciosamente y si no son detectadas a tiempo pueden causarles la muerte.

Finalmente, en cuanto al estilo de vida se concluye que más de la mitad de los adultos del Asentamiento Humano Los Médanos tienen estilo de vida no saludable y menos de la mitad tienen estilo de vida saludable, lo cual es un resultado preocupante ya que esto conlleva a tener mayor probabilidad de sufrir enfermedades no trasmisibles en la que mayormente destacan la diabetes mellitus, hipertensión arterial, obesidad entre otras. Es por ello que se sugiere al personal de salud de la zona orientar a los adultos del Asentamiento Humano Los Médanos-Castilla-Piura sobre la importancia de tener un estilo de vida saludable, basada en una alimentación balanceada, realizar actividad física y el tener hábitos saludables debido a que es esencial tomar conciencia en tener un estilo de vida saludable porque con ello se logre

obtener una mejor calidad de vida.

**En la tabla 3:** Respecto al determinante social grado de instrucción y estilo de vida se obtuvo que, de los adultos, el 59,22% (61) tienen grado de instrucción secundaria completa/incompleta, el 37,86% de los adultos tienen un estilo de vida no saludable frente a un 21,36% de este mismo grado de instrucción que presentan un estilo de vida saludable.

Así mismo en la investigación aplicada a los adultos en relación al determinante social, grado de instrucción y estilo de vida utilizando el estadístico  $\chi^2$  de independencia de criterios  $\chi^2_{cal} = 6,263$  y  $\chi^2_{tabla} = 9,487$  con un nivel de significación de  $P > 0,05$  por lo que se acepta la hipótesis nula lo cual significa que no existe relación entre ambas variables.

Al analizar los resultados, se obtuvo que no existe relación estadística significativa entre el determinante social, grado de instrucción con el estilo de vida. Probablemente se debe a que en el Asentamiento Humano Los Médanos -Castilla-Piura los adultos, optaron en llevar un estilo de vida no saludable, por desinterés de informarse de cómo llevar un estilo de vida saludable o por una mala información, que se dan mediante publicidades a través de la televisión o radio solo por generar ingresos para sus empresas, es donde inconscientemente se convencen e imitan las mismas actitudes y comportamientos que generalmente no se caracterizan por ser saludables, por ejemplo: la publicidad de las hamburguesas, gaseosas, conservantes, dulces, comidas rápidas.

Lo mencionado anteriormente se puede corroborar con lo que refiere Nola Pender (41) en su modelo de Promoción de la Salud, el cual se basa en

la observación e identificación de aspectos cognitivos conductuales, que influyan en la posición del individuo frente a su salud, por tal motivo plantea la importancia de promover un buen estado de salud mediante acciones preventivas en salud, desde su punto de vista define al individuo desde una perspectiva comprensiva y humanística, como un ser integral, analiza, su estilo de vida, fortalezas, la resiliencia, sus potenciales y capacidades de cada persona en la toma de decisiones en cuanto a su salud y su vida .

También Nola Pender (41) se basa en la educación que se le debe brindar a la persona sobre cómo cuidarse y llevar en estilo de vida saludable, este modelo es propuesto con el fin de integrar tanto a la persona como al enfermero en las conductas que influyen en el bienestar integral del sujeto de cuidado, y se propone al enfermero como el principal motivador en que estas conductas sean encaminadas a resultados óptimos.

Sin importar el grado de instrucción, cada adulto debe tomar sus propias decisiones, tomar conciencia en corregir sus hábitos inadecuados en cuanto al estilo de vida, participando en campañas de promoción de salud y sesiones educativas, para que de esa manera tengan conocimiento sobre la importancia de tener hábitos saludables y con ello empiecen a llevar un estilo de vida saludable.

Llevar un estilo de vida saludable, debe ser un compromiso y responsabilidad de cada adulto, por eso se dice que el grado de instrucción no tiene que ver nada con el estilo de vida, ya que ellos mismos tienen que actuar con responsabilidad y sobre todo tomar conciencia sobre la importancia de tener un estilo de vida saludable, los beneficios que tiene para su salud para

que así puedan gozar de una buena salud.

Todo adulto con diferente grado de instrucción puede tener un estilo de vida saludable siempre y cuando empiece a tomar conciencia y opte en corregir sus malos hábitos en cuanto al estilo de vida, si cada uno de ellos toma conciencia en llevar una vida saludable, tendrán mejores probabilidades de gozar de buena salud ya que es importante participar en las campañas de promoción de salud que realiza el personal de salud , además acudiendo al centro de salud para realizarse su chequeos mensuales, llevar una alimentación saludable y realizar actividad física.

Si los adultos de este Asentamiento Humano se comprometen en tener hábitos saludables y optan en poner en práctica tendrán muchas ventajas para su salud ya que de esa manera pueden evitar sufrir enfermedades crónicas e incluso la muerte. De igual manera los resultados encontrados en la investigación se asemejan a lo encontrado por Flores T, (90) en su investigación titulada: “Estilos de vida y factores biosocioculturales en los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, La Joya – Arequipa, 2018”. Al relacionar el grado de instrucción con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi cuadrado de independencia ( $\chi^2 = 10,318$ ; 6gl y  $p > 0,05$ ) encontró que no existe relación significativa entre ambas variables.

Como también los resultados difieren a los hallazgos de Ordeano F, (91) en su investigación titulada: “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío Queshcap-Huaraz, 2018”. Al relacionar el grado de instrucción con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi cuadrado de dependencia ( $X^2 = 16,173 - 6gl - p = 0,013$ ;  $p < 0,05$ )

encontró que si existe relación estadísticamente entre ambas variables.

Así mismo se recomienda al personal de salud del establecimiento de salud I-3 Tácala, que ponga énfasis en la parte de la promoción de la salud en los adultos de este Asentamiento Humano, utilizando los medios de comunicación, orientando en temas que contengan información que sea clara y precisa en relación al MINSA, para la prevención y el control de las enfermedades no transmisibles.

En cuanto al determinante social ingreso económico el 47,57% (49) tiene un ingreso económico de 930 a 1000 soles, donde el 33,01% de los adultos tienen un estilo de vida no saludable frente a un 14,56% que presentan un estilo de vida saludable.

En la investigación aplicada al adulto del Asentamiento Humano -Los Médanos -Castilla-Piura, en relación al determinante social, ingreso económico con el estilo de vida al realizar prueba estadística de Chi cuadrado sobre independencia de criterios se halló un Chi cal= 7,408 y Chi tabla =9,487 con un nivel de significación de  $> 0,05$  por lo que se acepta la hipótesis nula, lo cual significa que no existe relación entre la variable ingreso económico con el estilo de vida.

Como en la investigación realizada a los adultos no se encontró relación significativa entre el ingreso económico y el estilo de vida se podría decir que ellos tienen la disposición de adoptar conductas saludables con el ingreso mínimo que tienen mediante una buena elección de sus alimentos, disminuyendo el consumo de carbohidratos, y aumentando el consumo de proteínas, frutas, verduras, legumbres (tales como lentejas y frutos secos y

cereales integrales (por ejemplo, maíz, avena, trigos no procesados).

Como lo refiere Nola Pender (40) una enfermera, autora del Modelo de Promoción de la Salud, que manifiesta que la conducta está motivada por el deseo de alcanzar el bienestar y el potencial humano. Además, se interesó en la creación de un modelo enfermero que diera respuestas a la forma cómo las personas adoptan decisiones acerca del cuidado de su propia salud. Precisa que los estilos de vida son ciertas actuaciones, actitudes y conductas de cada individuo.

Los adultos deben informarse que es importante tener una alimentación variada, equilibrada según las características de cada adulto dependiendo de su edad, sexo, hábito de vida, grado de actividad física que realice y de la situación cultural, también de la disponibilidad de los alimentos en el hogar. Así mismo disminuyendo el consumo de gaseosas, hamburguesas, papas fritas, bebidas alcohólicas, refresco, jugos procesados los cuales pueden ser remplazados por alimentos saludables para que puedan tener un estilo de vida saludable y no presenten mayor posibilidad de padecer de enfermedades no transmisibles.

En cuanto el contorno de promoción de salud, es fundamental la influencia acerca de los buenos hábitos de conductas de estilos de vida saludable, porque beneficia el bienestar de salud. Si bien es cierto, cada persona tiene diferentes comportamientos y toman sus propias decisiones ya sea para el bien o mal de su propia salud. Es importante intervenir en los factores de riesgo que influyen en los estilos de vida para prevenir las enfermedades no transmisibles (42).

De igual manera en la investigación los resultados encontrados se asemejan a lo hallado por Ordeano F, (91) en su investigación titulada: “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío Queshcap-Huaraz, 2018”. Al relacionar el ingreso económico con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi -cuadrado de Independencia ( $\chi^2 = 1,526 - 2gl - p = 0,466; p > 0,05$ ) encontró que no existe asociación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Así mismo los resultados difieren a lo encontrado por Soriano C, (23) en su investigación titulada: “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado Shiqui - Cátac del distrito Caraz ,2020”. Al relacionar el ingreso económico con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi-cuadrado de independencia ( $\chi^2 = 8,379 GL=2$  y  $p=0,015$ ) encontró que si existe relación significativa entre las variables.

En la investigación se encontró que no existe relación estadística entre el ingreso económico y el estilo de vida lo cual se daría porque ellos no tienen conductas saludables y porque no seleccionan de una manera adecuada sus alimentos además no tienen hábitos saludables, por ello se recomienda a los adultos de dicho Asentamiento Humano que con el ingreso económico que reciben tomen la decisión de seleccionar bien sus alimentos y opten en tener hábitos saludables para que de esa manera logren tener una mejor calidad de vida.

En cuanto al determinante social ocupación del jefe de familia se encontró que el 82.52% (85), tienen una ocupación laboral de tipo eventual donde el 57,28% tienen estilo de vida no saludable frente a un 25,24% que

tienen estilo de vida saludable. Al realizar la prueba estadística de Chi cuadrado sobre independencia de criterios se halló un Chi-cuadrado =11,309 y Chi tabla = 9,487 con un nivel de significación de  $P < 0,05$  por lo que se rechaza la hipótesis nula lo cual significa que si existe relación entre la variable ocupación con el estilo de vida.

En la investigación realizada a los adultos se obtuvo que, si existe relación significativa entre la ocupación del jefe de familia y el estilo de vida, esto se debería a que más de la mitad de los adultos solo tienen un grado de instrucción secundaria completa e incompleta por tal motivo consiguen un trabajo temporal, además ellos al contar con ese grado de instrucción no tendrían muy buenas condiciones laborales así como las de una persona que tiene una carrera profesional, entonces por ello tendrían más posibilidades de tener un estilo de vida poco saludable .

Contar con un trabajo eventual es un factor de riesgo para la salud de estos adultos debido a que según Numera S, (92). Refiere que los adultos que tienen un trabajo eventual reciben un ingreso económico de 33,4% menos que los adultos que tienen un trabajo fijo, además presentan mayores dificultades para percibir prestaciones y una menor accesibilidad a la educación.

Como se sabe que en la actualidad contar con un trabajo estable es importante debido a que la ocupación es una condición básica y fundamental de la vida, de ello depende los bienes, la compra de los alimentos que son esenciales para los adultos (93). Por lo que la ocupación que tengan ellos es importante, ya que es la condición básica y fundamental de la vida humana, es la fuente de los bienes y servicios que satisfacen nuestras necesidades, para

poder gozar de un estilo de vida saludable.

Así mismo los resultados encontrados en la investigación se asemejan a lo hallado en el año 2020, por Soriano C, (23) al relacionar la ocupación y estilos de vida utilizando el estadístico Chi-cuadrado de independencia ( $X^2=11,242$  GL=3 y  $p=0,015$ ) encontramos que si existe relación significativa entre ambas variables. Por otro lado, los resultados encontrados difieren a lo encontrado por Milla L, (94) en su investigación titulada: “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado Hualcán - Carhuaz, 2018”. Al relacionar la ocupación y el estilo de vida haciendo uso del estadístico Chi-cuadrado ( $X^2 = 3,0307$ ; 5gl;  $p = 0,694$ ;  $p > 0,05$ ) donde no se encontró asociación estadística entre estas variables.

En conclusión, en cuanto a la relación estadística entre los determinantes sociales grado de instrucción e ingreso económico con el estilo de vida, no existe relación estadística significativa. Pero al relacionar el determinante social ocupación familiar se encontró que si existe relación estadística significativa entre ambas variables.

Esto se debe a que más de la mitad de los adultos tiene un grado de instrucción secundaria completa / incompleta, con ello logran tener una remuneración de sueldo mínimo y consecuentemente conseguir un empleo de manera eventual, por ello se dice que el estilo de vida tiene relación con la ocupación familiar ya que, al no tener una profesión estos adultos tendrán dificultades en conseguir un empleo que sea estable, bien remunerado y con mejores condiciones laborales además de informarse de qué manera tener un estilo de vida saludable, lo cual se ve reflejado en el resultado que se obtuvo

en la investigación donde más de la mitad de ellos tienen un estilo de vida no saludable.

Por lo mencionado anteriormente se sugiere a las autoridades de este Asentamiento Humano Los Médanos- Castilla -Piura que informen a los adultos sobre los resultados obtenidos en la investigación con el propósito de que ellos tomen conciencia sobre la importancia de lograr tener una profesión para que gracias a ello logren tener una mejor calidad de vida, con mejores condiciones laborales, un empleo estable y además tener un hogar digno, que cuente con las necesidades básicas y que le facilite obtener los alimentos de la canasta familiar asimismo, de esa manera orienten a sus hijos desde pequeños en conseguir una profesión con el único fin prevenir diferentes enfermedades no transmisibles que en su mayoría se dan por no tener un estilo de vida saludable.

## VI. CONCLUSIONES

- Se identificó a los determinantes sociales donde se aprecia que la mayoría de adultos del Asentamiento Humano los Médanos, tienen ocupación familiar eventual, más de la mitad tienen un nivel de instrucción de secundaria completa /incompleta, y menos de la mitad tiene una remuneración de 931 a 1000 soles, por lo que se recomienda a los adultos de este Asentamiento Humano que tomen conciencia sobre la importancia de tener una profesión para que tengan más oportunidades laborales y ello tener un ingreso económico suficiente que permita cubrir las necesidades básicas y así obtener una mejor calidad de vida.
- Se identificó al estilo de vida y se encontró que más de la mitad de los adultos presentan un estilo de vida no saludable y menos de la mitad tienen estilo de vida saludable, por ello es recomendable orientar a los adultos del Asentamiento Humano Los Médanos-Castilla-Piura sobre la importancia de tener un estilo de vida saludable.
- Se determinó la relación entre los determinantes sociales y estilo de vida. Al realizar la prueba de chi-cuadrado se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre el grado de instrucción con el estilo de vida y el ingreso económico. Pero en la ocupación se encontró que, si existe relación entre ambas variables, por ello se recomienda a los adultos que tomen conciencia sobre la importancia de culminar sus estudios para que tengan más oportunidades laborales y con ello tener un ingreso económico suficiente que permita cubrir las necesidades básicas y esenciales del hogar.

## **VII. RECOMENDACIONES**

De acuerdo a las conclusiones derivadas en el presente estudio se recomienda lo siguiente:

- Dar a conocer los resultados obtenidos del presente trabajo de investigación a las autoridades municipales y al personal del puesto de salud I-3 Táchala- perteneciente al distrito de Castilla- Piura, para implementar estrategias educativas y promover actividades preventivo promocional con la finalidad de buscar participación multisectorial en la formulación de estrategias favorables y fomentar estilos de vida o conductas positivas en la población, con el objetivo de mejorar la calidad de vida de estas personas y puedan tener los conocimientos adecuados y así reducir el riesgo de contraer alguna enfermedad que afecte su salud y la de sus familiares.
- En base a estos resultados obtenidos, se recomienda al personal de salud del puesto de salud I-3 Táchala- perteneciente al distrito de Castilla- Piura, trabajar en la implementación y reformulación de las estrategias de los programas preventivos promocionales en la salud del adulto, en donde se imparta educación sanitaria a la población para promover la adopción de estilos de vida saludable, a la vez tener presente los resultados sobre los factores estudiados en la investigación reorientando las estrategias de atención hacia los adultos.
- Se sugiere a los estudiantes de ciencias de la salud realizar más investigaciones, en base a los resultados del trabajo de investigación, utilizando otros factores relacionados con los estilos de vida, que contribuyan a explicar y sobre todo actuar en la prevención de problemas

sanitarios en los adultos, para que de esta manera logren tener una mejor calidad de vida.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS:

1. Organización Mundial de la Salud. Estilos de vida y factores de riesgo. 2020. [Documento en internet]. [Citado el 8 de octubre de 2021]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>
2. Organización Mundial de la Salud. Determinantes Sociales de la Salud y estilo de vida 2019. [Serie Internet] [Citado el 26 de agosto 2020]. Disponible desde el URL: [http://www.who.int/social\\_determinants/es/](http://www.who.int/social_determinants/es/)
3. Organización Mundial de la Salud. Hábitos y estilos de vida saludable. [Internet]. 2019. [Acceso el 25 de octubre de 2020]. URL disponible en: <https://www.factornueve.com/7-habitos-de-vida-saludable-segun-la-oms/>
4. Mirada Global. OMS los 13 desafíos de la salud mundial en esta década. [página de internet] 2020. [Citado 12 de febrero del 2021]. Disponible en: <https://news.un.org/es/story/2020/01/1467872>
5. Naípe D. La COVID- 19 y los Determinantes Sociales de la Salud. Las Declaraciones de Alma Atá 1978 y Astaná, Kazajistán 2018. Rev.Med. Electrón. [online]. 2020, vol.42, n.5 [citado 2021-11-30], pp 2176 2180. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1684-18242020000502176](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242020000502176)
6. Diferenciador.com. Países desarrollados y subdesarrollados. [página de internet] 2021. [citado el 30 de noviembre de 2021]. Disponible en: <https://www.diferenciador.com/paises-desarrollados-y-paises-subdesarrollados/>
7. Consultor salud. Factores de riesgo de salud en América y el caribe [página de internet]. consultor salud.2019 [ citado el 11 de febrero de 2021].

Disponible en: <https://consultorsalud.com/factores-de-riesgo-de-la-salud-en-america-y-el-caribe/>

8. Advanced Center For Chronic Diseases. De qué mueren los chilenos en las diferentes etapas de sus vidas. [página de internet] febrero 25, 2019 [citado el 12 de febrero de 2021]. Disponible en: <https://www.accdis.cl/de-que-mueren-los-chilenos-en-las-diferentes-etapas-de-sus-vidas/>
9. El Universo. Las diez principales causas de mortalidad en Ecuador [página en internet] 29 de dic. 2020. [citado el 12 de febrero de 2021]. Disponible en: <https://www.eluniverso.com/noticias/2019/12/29/nota/7662915/diez-principales-causas-mortalidad-ecuador-2019-que-termina/>
10. Palomino J. La actividad física y sus beneficios para nuestra salud. Colombia.com. 2019. [citado el 12 febrero del 2021]. Disponible en: <https://www.colombia.com/vida-sana/bienestar/la-actividad-fisica-y-sus-beneficios-para-nuestra-salud-224901>
11. Edu.pe. Factores sociales y culturales. [página en internet]. [citado el 30 de noviembre de 2021]. Disponible en: [https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/624735/Cieza\\_EA.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/624735/Cieza_EA.pdf?sequence=4&isAllowed=y)
12. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Enfermedades no transmisibles y transmisibles [página de internet] 2019 [citado el 16 de febrero.2021]. Disponible en: [https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2019/salud/enfermedades\\_e\\_ndes\\_2019.pdf](https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2019/salud/enfermedades_e_ndes_2019.pdf)
13. La República. Tendencia de estilo de vida saludable. [Internet], 2018. [Acceso el 25 de octubre de 2021] URL disponible en:

<https://larepublica.pe/marketing/1362912-conoce-tendencias-activaranconsumo-2019/>

14. Dirección Regional de Educación.Gob.pe. [Internet] 2019. [citado el 30 de noviembre de 2021]. Disponible en: [https://www.dre.ped.pe/portal/Asis/indreg/asis\\_piura.pdf](https://www.dre.ped.pe/portal/Asis/indreg/asis_piura.pdf)
15. Ministerio de salud. Centro Nacional de epidemiología, prevención y control de enfermedades 2019. [Internet] [citado el 1 de diciembre de 2021]. Disponible en: [https://www.dge.gob.pe/portal/Asis/indreg/asis\\_piura.pdf](https://www.dge.gob.pe/portal/Asis/indreg/asis_piura.pdf)
16. Municipalidad distrital de Castilla; Piura.Gob.pe. [citado el 30 de noviembre de 2021]. Disponible en: <https://www.municastilla.gob.pe/ciudad.html#:~:text=Actualmente%20el%20distrito%20de%20Castilla,3%20urbanizaciones%20y%208%20caser%20C3%ADos.>
17. Comisión Multisectorial. Piura. Estadísticas PAM.2019. [Internet] [citado el 1 de diciembre del 2021]. Disponible en: <https://www.mimp.gob.pe/adulto mayor/regiones/Piura2.html>
18. García R, Vélez Á. Determinantes sociales de la salud y la calidad de vida en población adulta de Manizales, Colombia. Rev Cub Salud Publica. 2018; 43(2):191-203. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-34662017000200006](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662017000200006)
19. González N. Determinantes sociales y bienestar subjetivo: Factores explicativos de la autopercepción en salud en Chile. [Tesis para optar el título

- de licenciada sociología]Chile, 2017. [citado el 7 de junio de 2021];  
Disponible en: <http://repositorio.uchile.cl/handle/2250/147231>
20. Vidal D, Chamblas I, Zavala M, Müller R, Rodríguez M, Chávez A. Determinantes sociales en salud y estilos de vida en población adulta de Concepción, Chile [Internet]. Vol. 20, ScieELO. Universidad de Concepción; 2019 [citado 3 de junio de 2020]. Disponible en: [https://scielo.conicyt.cl/pdf/cienf/v20n1/art\\_06.pdf](https://scielo.conicyt.cl/pdf/cienf/v20n1/art_06.pdf)
  21. Diaz, F. Percepción del Estado de Salud y Estilo de Vida en Trabajadores de una Refinería en México 2018”. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería].Mexico.Disponible en:<http://eprints.uanl.mx/6297/1/1080093843.PDF>
  22. Castro, R. Estilos y calidad de vida del Adulto de la comunidad Patuco, Cantón, Céllica -Ecuador 2019. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería] Ecuador.Disponible en:<https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/22609/1/TESIS%20ROSITA%20Digital.1.pdf>
  23. Soriano C. “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado Shiqui - Cátac del distrito Caraz ,2020”. Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú 2020. [citado el 17 de junio 2021]. Disponible en:<http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/16776/adultos>
  24. León M. Determinantes de la salud de los adultos del centro poblado de Huayawillca, distrito de Independencia - Huaraz, 2020. Tesis para optar el título profesional de enfermería. Universidad Católica los Ángeles de

Chimbote, Perú, 2018. [citado el 17 de junio 2021]. Disponible en:  
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/16753>

25. Soto A, Determinantes biosocioeconómicos y estilos de vida como determinantes del estado de la salud en adultos del centro poblado de Llupa sector “B” Independencia Huaraz, 2021. Tesis para optar el título profesional de enfermería. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Perú, 2018. [citado el 17 de junio 2021].Disponible en:<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/22883>
26. Aniceto T. Estilos de vida y factores biosocioculturales en los adultos del distrito de Caraz – Ancash, 2020. Tesis para optar el título profesional de enfermería. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Perú, 2018. [citado el 17 de junio 2021]. Disponible en:  
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/19042>
27. Carrión T. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto joven. Asentamiento Humano Santa Rosa del Sur Nuevo Chimbote, 2020.Tesis para optar el título profesional de enfermería. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Perú, 2020. [citado el 17 de junio 2021]. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/16927>
28. Antón S. Determinantes de la salud en la persona adulta de Monte Redondo– La Unión-Piura, 2019. Tesis para optar el título profesional de enfermería. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Perú, 2019. [citado el 17 de junio.2021].Disponible en:<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/16596>

29. Montejo A. Determinantes de la salud en los adultos del mercado zonal de Santa Rosa Veintiséis de Octubre- Piura, 2020. Tesis para optar el título profesional de enfermería. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Perú, 2020.[citado el 17 de junio 2021].Disponible en:<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/20183>
30. Bruno M. Determinantes de la salud de la persona adulta - comedor Virgen de la puerta - La arena-Piura 2021. Tesis para optar el título profesional de enfermería. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Perú, 2021. [citado el 17 de junio 2021]. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/23136>
31. Burgos P. Determinantes de la salud en la persona adulta del Asentamiento Humano Lomas de Sider\_Chimbote,2020. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Perú 2020.[Citado 30.de.septiembre del 2021].Disponible.en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/23307/adulto\\_determinantes\\_de\\_la\\_salud\\_burgo\\_melgarejo\\_patricia\\_neylsel.pdf?sequence=1&isallowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/23307/adulto_determinantes_de_la_salud_burgo_melgarejo_patricia_neylsel.pdf?sequence=1&isallowed=y)
32. Salazar R. Determinantes de la salud de la persona adulta del A.H. Ollanta Humala Tasso III etapa-Piura, 2020. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Perú 2020.[Citado 03 de septiembre del 2021].Disponible en:<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/23063>

33. Villar M. Bibliografía de Marc Lalonde. Acta Med Per 28(4) 201. [Fecha de acceso el 11 de julio de 2021]. Disponible: <http://www.scielo.org.pe/pdf/amp/v28n4/a11.pdf>
34. Moscoso G. Determinantes de la Salud según modelo Lalonde [ página de internet]. Prezi. 2018 [citado el 27 de febrero de 2021]. Disponible en: <https://prezi.com/f9hcfwlr2wf/determinantes-de-la-salud-segun-modelolalonde/>
35. Atlas Mundial de la Salud. Estilo de vida y Factores de riesgo. [Internet]. [Acceso el 25 de Octubre de 2020]. Disponible en: <http://www.atlasdelasalud.org/seccion.aspx?idbloque=>
36. Villar A. Factores determinantes de la salud: Importancia de la prevención. Acta méd. peruana [Internet]. 2019 oct [citado 2021 Feb 06]; 28(4): 237-241. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S172859172011000400011&lng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S172859172011000400011&lng=es).
37. Ministerio de salud. Dirección general de promoción de la salud dirección ejecutiva de promoción de vida sana. [Internet]. Lima – Perú; 2018. [Acceso el 8 de octubre de 2020]. Disponible en: [http://bvs.minsa.gob.pe/local/PRO\\_MOCION/151\\_guiafam.pdf](http://bvs.minsa.gob.pe/local/PRO_MOCION/151_guiafam.pdf)
38. Baubeta S. [página de internet]. Modelos de capa de Dahlgren y Whitehead. [citado el 28 de febrero de 2021]. Disponible en: <https://prezi.com/9wusa7hfbbbi/modelo-de-capas-de>
39. Portal crisis salud y Determinantes sociales. Determinantes estructurales [página de internet] 2019 [citado el 28 de febrero de 2021]. Disponible en: <https://www.easp.es/crisis-salud/impacto-en/determinantes-estructurales>

40. Caballero, E. Moreno, M. Sosa, M [página de internet]. Los determinantes sociales de la salud y sus diferentes modelos explicativos. [citado el 27 de febrero de 2021]. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/infodir/ifd-2012/ifd1215d.pdf>
41. Camilo Jesit Cerón-Portilla, María Estefanía Lara-Gómez, Ricardo Darío Rodríguez-Portillo. Nola Pender y la Estrategia: Plan de atención contra la depresión y ansiedad. BIC [Internet]. 29 de junio de 2021 [citado 26 de febrero de 2022];8(1):79. Disponible en: <http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/2859/500>
42. Blogger. Teorías en enfermería. Nola Pender. [Internet]. [Fecha de acceso el 11 de julio del 2020]. Disponible en: <http://teoriasenenfermeria.blogspot.com/>
43. Alfaro A. Dimensiones de la promoción de la salud aplicada a la actividad física. [Internet]. Ottawa 2019. [Acceso el 8 de octubre de 2020]. Disponible en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/waxapa/wax-2010/wax103h.pdf>
44. Amutio A. Afrontamiento del estrés en las organizaciones: un programa de manejo a nivel individual/grupal. Revista de Psicología del Trabajo y de las 92 Organizaciones. 2004; 20 (1):77-93. [Acceso el 8 de octubre de 2018]. URL disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/2313/231317996006.pdf>
45. Pilar I. Responsabilidad personal y autorresponsabilidad en salud. [Internet]. Cuba; 2019. [Acceso el 8 de octubre de 2020]. URL disponible en: <http://www.cbioetica.org/revista/161/1927.pdf>

46. Nieto E. Autorrealización y Planeación de vida. [Internet]. 2012. [Acceso el 8 de octubre de 2018]. Disponible en: <http://roa.uveg.edu.mx/repositorio/licenciatura/228/AutorrealizacinyPlandeVida.pdf>
47. Uriarte A. Etapa del desarrollo humano. La adultez. [Internet]. España, 2018. [Fecha de acceso 10 de julio del 2020]. <https://www.labreferencia.com/etapadelaadultez/#:~:text=La%20etapa%20de%20la%20adultez,la%20etapa%20de%20m%C3%A1s%20inversi%C3%B3n.>
48. Organización Mundial de la Salud. Definición de salud. [Serie Internet] [Citado el 26 de agosto 2020]. Disponible desde el URL: <https://www.insp.mx/lineas-de-investigacion/sistemas-informacion-salud.html>
49. Ministerio de salud. Determinantes sociales de la salud en Perú / César Lip; Fernando Rocabado. Lima: Ministerio de Salud; Universidad Norbert Wiener; Organización Panamericana de la Salud, 2020. Disponible en: [http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/143\\_detersoc.pdf](http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/143_detersoc.pdf)
50. Doktus. Estilos de vida saludable [página de internet] [citado el 11 de febrero de 2021]. Disponible en: <https://www.doktuz.com/wikidoks/prevencion/estilos-de-vidasaludable.html>
51. Hernández S, Fernández C, Baptista P. Metodología de la Investigación [Internet]. Sexta. México D.F: McGrawHill; 2019 [citado Feb 15 2021]. Disponible en: <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

52. Schoenbach V. Diseños de estudio analítico. [Monografía en internet]. 2018. [Citado 22 de octubre 2018]. [44 páginas]. Disponible en: <http://www.epidemiolog.net/es/endesarrollo/DisenosDeEstudioAnaliticos.pdf>
53. Ministerio de salud. Determinantes sociales de la salud en Perú / César Lip; Fernando Rocabado. -- Lima: Ministerio de Salud; Universidad Norbert Wiener; Organización Panamericana de la Salud, 2020. Disponible en: [http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/143\\_detersoc.pdf](http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/143_detersoc.pdf)
54. Eustat R. Nivel de instrucción [página en internet] [citado el 02 de marzo de 2021] Disponible en: [https://www.eustat.eus/documentos/opt\\_0/tema\\_170/el\\_em\\_2376/definicion.html](https://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_170/el_em_2376/definicion.html)
55. Eco- Finanzas. Ingreso económico [página en internet] [citado el 02 de marzo de 2021].Disponible en: [https://www.ecofinanzas.com/diccionario/i/ingreso\\_economico.htm](https://www.ecofinanzas.com/diccionario/i/ingreso_economico.htm)
56. DeConceptos.com. Concepto de ocupación [página en internet][citado el 02 de marzo de 2021].Disponible en: <https://deconceptos.com/cienciassociales/ocupacion>
57. EcuRed. Concepto de estilos de vida [página en internet]. [citado el 03 de marzo de 2021] disponible en: [https://www.ecured.cu/Estilo\\_de\\_vida](https://www.ecured.cu/Estilo_de_vida)
58. Pollit, D. Hungler, B. Investigación científica en ciencias de la salud. México: Interamericana Mc Graw Hill; 2019. [Citado el 04 de Junio de 2021].URL: [www.hjunin.ms.gba.gov.ar/capitacion/mi\\_programa\\_metodologia\\_200](http://www.hjunin.ms.gba.gov.ar/capitacion/mi_programa_metodologia_200)

59. Canales, F., Alvarado, E., Pineda, E. Metodología de la investigación. México: Limusa; 2019. [Citado el 04 de junio de 2011]. Disponible en: <http://187.191.86.244/rceis/registro/Metodologia%20de%20la%20Investigacion%20Manual%20para%20el%20Desarrollo%20de%20Personal%20de%20Salud.pdf>
60. Pollit, D., Hungler, B. Investigación científica en ciencias de la salud. México: Interamericana Mc Graw Hill; 2019. [Citado el 04 de Junio de 2021].URL:[www.hjunin.ms.gba.gov.ar/capacitacion/mi\\_programa\\_metodologia](http://www.hjunin.ms.gba.gov.ar/capacitacion/mi_programa_metodologia)
61. Hernández R. Validez y confiabilidad del instrumento. [Biblioteca virtual]. España.[Citada Enero 15 2021].Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/741/74141027006.pdf>
62. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Código de ética para la investigación [Internet]. Chimbote; 2019 [citado 2020 Feb 15]. Disponible en: <http://www.uladech.edu.pe/>
63. Organización de las naciones unidas, para la educación ciencia y cultura. Treviño. “Tercer Estudio Regional Comparativo y Explicativo (TERCE). Factores Asociados”. Publicado por la Oficina Regional de Educación para América.Latina y el Caribe.(OREALC/UNESCO.Santiago) 2020.Disponible en:<http://www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/FIELD/Santiago/pdf/TERCECuadernillo3FactoresAsociados.pdf>
64. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. Educación para la salud y el bienestar. [página en internet]. [citado

el 03 de marzo de 2021]. Disponible en:  
<https://es.unesco.org/themes/educacion-salud-y-bienestar>

65. Universidad del Norte. Académico. ventajas de ser un profesional. (Internet). Citado el 21 de noviembre del 2021. Disponible en:  
<https://www.un.edu.mx/ventajas-de-ser-un-profesional/>
66. Villajuan G. Estilos de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro -Pueblo nuevo- Miraflores Alto-Sector A-Chimbote, 2018. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú 2018. [citado el 17 de junio 2021]. Disponible en:  
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/17730/adulto\\_maduro\\_villajuan\\_%20grande\\_%20maria\\_%20isabel.pdf?sequence=1&isallowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/17730/adulto_maduro_villajuan_%20grande_%20maria_%20isabel.pdf?sequence=1&isallowed=y)
67. Pereyra M. Estilos de vida y los factores biosocioculturales en el adulto maduro, Asentamiento Humano Fraternidad \_ Chimbote, 2018. Tesis para optar el título profesional de enfermería. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Perú, 2018. [citado el 17 de junio 2021]. Disponible en:  
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/17654>
68. Universidad de Granada Wagstaff.F. Pobreza y desigualdad en el sector de salud 2020.[citado el 17 de noviembre de 2021]. Disponible en:  
<https://canal.ugr.es/noticia/investigadores-de-la-ugr-miden-la-pobreza-subjetiva-y-proponen-sumar-a-los-indicadores-actuales-mas-variables/>
69. Pardo, K. Remuneración, beneficios e incentivos laborales percibidos por trabajadores del sector salud en el Perú: análisis comparativo entre el

Ministerio de Salud y la Seguridad Social, 2019. Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública, 28 (2), 342.351. Disponible en: <https://doi.org/10.1590/s172646342011000200024>

70. Morales E. “Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor en el asentamiento humano Fraternidad-Chimbote, 2020”. Tesis para optar el título profesional de enfermería. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Perú, 2018 [citado el 17 de junio 2021]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/20322/adulto\\_mayor\\_estilos\\_de\\_vida\\_y\\_factores\\_biosocioculturales\\_morales\\_elias\\_alberto\\_javier.pdf?sequence=1&isallowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/20322/adulto_mayor_estilos_de_vida_y_factores_biosocioculturales_morales_elias_alberto_javier.pdf?sequence=1&isallowed=y)
71. Carrera K. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto del asentamiento humano tres estrellas sector\_ B Chimbote, 2018. Tesis para optar el título profesional de enfermería. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Perú, 2018 [citado el 17 de junio 2021]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/22029/adulto\\_maduro\\_estilos\\_de\\_vida\\_y\\_factores\\_biosocioculturales\\_carrera\\_carranza\\_kiara\\_fiorella.pdf?sequence=1&isallowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/22029/adulto_maduro_estilos_de_vida_y_factores_biosocioculturales_carrera_carranza_kiara_fiorella.pdf?sequence=1&isallowed=y)
72. Orbegozo J. Estilos de vida y los factores biosocioculturales de los adultos maduro del Asentamiento Humano Santa Cruz\_ Chimbote, 2018. Tesis para optar el título profesional de enfermería. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Perú, 2018. [citado el 17 de junio 2021]. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/17715>
73. Programa Nacional de Becas y Crédito Educativo. [Internet]. Gob.pe. [citado el 17 de noviembre de 2021]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/>

[pronabec/noticias/656342-que-es-beca-18-y-cuales-son-los-beneficios-que-ofrece](https://pronabec/noticias/656342-que-es-beca-18-y-cuales-son-los-beneficios-que-ofrece)

74. Banco mundial org. Respuesta al coronavirus [Internet].[citado el 17 de noviembre de 2021]. Disponible en:<https://www.bancomundial.org/es/who-weare/news/coronavirus-covid19>
75. Instituto Nacional de Estadística e Informática: Perú: Nacimientos, Defunciones 2020. (Departamento, Provincia y Distrito), Lima - Perú, 2020. Disponible en: <https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-401-de-los-hogares-del-pais-tuvo-acceso-a-internet-en-el-primer-trimestre-del-2020-12272/>
76. Camacho P. Estilos de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del AA. HH 28 de Julio – Castilla – Piura, 2020. Tesis para optar el título profesional de enfermería. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Perú, 2020.[citado el 17 de junio 2021]. Disponible en:<http://repositorio.uladec.edu.pe/handle/123456789/21449>
77. Organización mundial de la salud. Enfermedades no transmisibles [Internet]. Who.int. [citado el 17 de noviembre de 2021]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
78. Bretel M. Descubre la importancia de llevar una vida saludable desde hoy [Internet]. Oncosalud.pe. 2020 [citado el 17 de noviembre de 2021]. Disponible en:<https://blog.oncosalud.pe/la-importancia-de-una-vida-saludable>

79. Cuellar M. Entornos y Estilos de Vida Saludables [Internet]. Paho.org. [citado.el.17.de.noviembre.de.2021]. Disponible en: <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/34580/vidasaludable2016spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
80. Ministerio de salud. Minsa fomenta estilos de vida saludable en la familia [Internet]. Gob.pe. 25 septiembre del 2019. [consultado.el 17 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/14784-minsafomenta-estilos-de-vida-saludable-en-la-familia>
81. Pina P. Estilos de vida y salud. Redalyc.org. Internet 2020. [citado el 17 de noviembre de 2021]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/5645/564561530005/html/>
82. Coronado S. En su investigación titulada: estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto de la asociación vista alegre de Pocollay-Tacna 2019. Tesis para optar el título profesional de enfermería. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Perú, 2019. [citado el 17 de junio 2021]. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/2310>
83. Varas V. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos maduros de la urbanización La Libertad-Chimbote, 2018. Tesis para optar el título profesional de enfermería. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Perú, 2018 [citado el 17 de junio. 2021]. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/12345.6789/21300>
84. Organización Mundial de la salud. 7 hábitos de vida saludable- Factor Nueve [Internet]. Factornueve.com. 2019 [citado el 17 de noviembre de 2021].

Disponible en: <https://www.factornueve.com/7-habitos-de-vida-saludable-segun-la-oms/>

85. Organización Mundial de la Salud. insta a los gobiernos a fomentar la alimentación saludable en los establecimientos públicos [Internet]. Who.int. [citado el 17 de noviembre de 2021]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/12-01-2021-who-urges-governments-to-promote-healthy-food-in-public-facilities>
86. Botero Z. La importancia de controlar el estrés [Internet]. Edu.co. Universidad Santiago de Cali; 2015 [citado el 17 de noviembre de 2021]. Disponible en: <https://usc.edu.co/index.php/noticias/item/1487-la-importancia-de-controlar-el-estres>
87. Guía de estilos de vida saludable. Importancia de las relaciones interpersonales 2017.Gov.co. [citado el 27 de febrero de 2022]. Disponible en: [https://www.medellin.gov.co/irj/go/km/docs/pccdesign/SubportaldelCiudadano\\_2/PlandeDesarrollo\\_0\\_19/ProgramasyProyectos/Shared%20Content/Estilos%20de%20vida%20saludable/Gu%C3%ADa%20Estilos%20de%20Vida/Gui%CC%81a%20Estilos%20de%20vida%20saludables.pdf](https://www.medellin.gov.co/irj/go/km/docs/pccdesign/SubportaldelCiudadano_2/PlandeDesarrollo_0_19/ProgramasyProyectos/Shared%20Content/Estilos%20de%20vida%20saludable/Gu%C3%ADa%20Estilos%20de%20Vida/Gui%CC%81a%20Estilos%20de%20vida%20saludables.pdf)
88. Paz B. La importancia de la autorrealización y porqué debería ser una prioridad en tu vida, ¡siempre! [Internet]. Effortlesschic.cl. 2021 [citado el 17 de noviembre de 2021]. Disponible en: <https://effortlesschic.cl/autorrealizacion/>
89. Asociación Peruana de Empresas de Seguros (APESEG) [Internet]. Bnamericas.com 2019. [citado el 17 de noviembre de 2021]. Disponible en:

<https://www.bnamericas.com/es/perfil-empresa/asociacion-peruana-de-empresas-de-seguros>

90. Flores N. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, La Joya - Arequipa, 2018. Tesis para optar el título profesional de enfermería. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Perú, 2018. [citado el 17 de junio 2021]. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/3072>
91. Ordeano F. “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío Queshcap-Huaraz, 2018”. Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú 2018. [citado el 17 de junio 2021]. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/7783>
92. Numera M. La importancia del estudio y la formación. [Internet]. 2019. [Acceso el 25 de octubre de 2020]. Disponible: <https://www.cursosccc.com/blog/2013/02/laimportancia-del-estudio-y-la-formación>
93. El peruano. Nuevos desafíos para atender demanda laboral en el Perú 2021. [Internet]. Elperuano.pe. [citado el 17 de noviembre de 2021]. Disponible en: <https://elperuano.pe/noticia/111927-nuevos-desafios-para-atender-demanda-laboral-en-el-peru>
94. Milla L. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado Hualcán -Carhuaz, 2018”. [tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Chimbote, 2018. [citado el 17 de junio 2021]. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handl>

[e/123456789/7542/adultos estilo de vida milla leon jackelin vanesa.pdf](#)  
[?sequence=1&isAllowed=y](#)

**ANEXO N° 1**  
**INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS**



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

**CUESTIONARIO SOBRE DETERMINANTES SOCIALES  
DE LA SALUD DE LOS A.A H.H LOS MEDANOS-CASTILLA-  
PIURA-PERÚ 2020.**

**ELABORADO POR:** Dra. Vílchez A, modificado por Peña Y, y Chero A.

**DATOS DE IDENTIFICACION:**

Iniciales del nombre de la persona.....

Dirección.....

**I. GRADO DE INSTRUCCIÓN**

- a) Sin nivel instrucción ( )
- b) Inicial/Primaria ( )
- c) Secundaria Completa / Secundaria Incompleta ( )
- d) Superior Universitaria ( )
- e) Superior no universitario ( )

**II. INGRESO ECONÓMICO:**

- a) Menor de 930 ( )
- b) De 931 a 1000 ( )
- c) De 1001 a 1400 ( )
- d) De 1401 a 1800 ( )
- e) De 1801 a más ( )

**III. OCUPACIÓN DEL JEFE DE FAMILIA:**

- a) Trabajador estable ( )
- b) Eventual ( )
- c) Sin ocupación ( )
- d) Jubilado ( )
- e) Estudiante ( )

*Gracias por su colaboración*

## Confiabilidad de instrumento Determinantes Sociales

Salida creada		22-OCT-2021 12:53:18
Comentarios		
Entrada	Conjunto de datos activo	Conjunto_de_datos0
	Filtro	<ninguno>
	Ponderación	<ninguno>
	Segmentar archivo	<ninguno>
	N de filas en el archivo de datos de trabajo	103
	Entrada de matriz	
Manejo de valor perdido	Definición de ausencia	Los valores perdidos definidos por el usuario se tratan como perdidos.
	Casos utilizados	Las estadísticas se basan en todos los casos con datos válidos para todas las variables en el procedimiento.
Sintaxis		RELIABILITY /VARIABLES=GI IE OF /SCALE('ALL VARIABLES') ALL /MODEL=ALPHA.
Recursos	Tiempo de procesador	00:00:00.02
	Tiempo transcurrido	00:00:00.00

**Escala: ALL VARIABLES**

### Resumen de procesamiento de casos

	n	%
Casos Válido	103	100,0
Excluido	0	,0
Total	103	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

### Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N° de elementos
0,852	3

Como 0.852 es  $>$  0.8 mínimo estable, entonces el instrumento pasa la prueba de confiabilidad, por lo que no se deberá de reestructurar.

**ANEXO 02: ESCALA DEL ESTILO  
DE VIDA**



Elaborado por Walker, Sechrist y Pender

Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R

(2008)

o	Ítems	CRITERIOS			
	<b>ALIMENTACIÓN</b>				
	Come Ud. tres veces al día: desayuno almuerzo y comida.				
	Todos los días, Ud. consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos.				
	Consumo de 4 a 8 vasos de agua al día				
	Incluye entre comidas el consumo de frutas.				
	Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales o químicos para conservar la comida.				
	Lee Ud. las etiquetas de las comidas empaquetadas, enlatadas o conservas para identificar los ingredientes.				
	<b>ACTIVIDAD Y EJERCICIO</b>				
	Hace Ud., ejercicio por 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana.				
	Diariamente Ud. realiza actividades que incluyan el movimiento de todo su cuerpo.				
	<b>MANEJO DEL ESTRÉS</b>				
	Usted identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida.				
0	Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación.				
1	Ud. plantea alternativas de solución frente a la tensión o preocupación.				
2	Realiza alguna de las siguientes actividades de relajación como: tomar siesta, pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de respiración.				

	<b>APOYO INTERPERSONAL</b>				
3	Se relaciona con los demás.				
4	Mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás.				
5	Comenta sus deseos e inquietudes con las demás personas.				

6	Cuando enfrenta situaciones difíciles recibe apoyo de los demás.				
	<b>AUTORREALIZACION</b>				
7	Se encuentra satisfecho con lo que ha realizado durante su vida.				
8	Se encuentra satisfecho con las actividades que actualmente realiza.				
9	Realiza actividades que fomenten su desarrollo personal.				
	<b>RESPONSABILIDAD EN SALUD</b>				
0	Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica.				
1	Cuando presenta una molestia acude al establecimiento de salud.				
2	Toma medicamentos solo prescritos por el médico.				
3	Toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud.				
4	Participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud.				
5	Consume sustancias nocivas.: cigarro, alcohol y/o drogas.				

**CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:**

N = 1 Nunca

V = 2 A veces

F = 3 Frecuentemente

S = 4 Siempre

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

N= 4 Nunca

V=3 Aceves

F=2 Frecuentemente

S=1 Siempre

PUNTAJE MÁXIMO: 100 puntos

### VALIDEZ INTERNA DE LA ESCALA ESTILO DE VIDA

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

$$I=N \sum Xy - \sum X \sum y$$

$$\sqrt{[N\sum x^2-(\sum x)^2] [N\sum y^2- (\sum y)^2]}$$

	R- Pearson	
Ítems	10.35	
Ítems	20.41	
Ítems	3 0.44	
Ítems	4 0.10	( * )
Ítems	5 0.56	
Ítems	6 0.53	
Ítems	7 0.54	
Ítems	8 0.59	
Ítems	9 0.35	
Ítems	10 0.37	
Ítems	11 0.40	
Ítems	12 0.18	( * )
Ítems	13 0.19	( * )

Ítems	14 0.40	
Ítems	15 0.44	
Ítems	16 0.29	
Ítems	17 0.43	

Ítems	18 0.40	
Ítems	19 0.20	
Ítems	20 0.57	
Ítems	21 0.54	
Ítems	22 0.36	
Ítems	23 0.51	
Ítems	24 0.60	
Ítems	25 0.04	( * )

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

### **CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DEL ESTILO DE VIDA**

Resumen del procesamiento de los casos

	N°	%
Casos validos	27	93.1
Excluido (a)	2	6.9
Total	29	100

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

Estadísticos de fiabilidad

<b>Alfa de Cronbach</b>	<b>N° de elementos</b>
0.794	25

### ANEXO 3: Consentimiento informado



#### Consentimiento Informado para Encuestas

##### (Enfermería)

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

La presente investigación en Salud se titula: **DETERMINANTES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA EN EL AA. HH LOS MÉDANOS DISTRITO DE CASTILLA PIURA 2021.** y es dirigido por: **Peña Guerrero Yuli**, investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. El propósito de la investigación es: **DETERMINAR LA RELACIÓN ENTRE LOS DETERMINANTES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA EN LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO LOS MÉDANOS CASTILLA-PIURA 2021.**

Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 20 minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través del teniente gobernador. Si desea, también podrá escribir al correo [PenaguerreroYuli46@gmail.com](mailto:PenaguerreroYuli46@gmail.com) para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

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

Nombre:

Magaly Ticliahuanca Santa Cruz

---

Fecha:

25/04/21

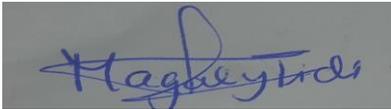
---

Correo electrónico:

[Magalyticliahuanca.san@gmail.co](mailto:Magalyticliahuanca.san@gmail.co)

---

Firma del participante:



---

Firma del investigador (o encargado de recoger información):



---

**Consentimiento informado:** teniente Gobernador



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE**

**“AÑO DE LA UNIVERSALIZACION DE LA SALUD”**

**SOLICITO AUTORIZACIÓN DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**

**SR.TENIENTE GOBERNADOR: POLICARPIO SANTOS GUERRERO DEL  
ASENTAMIENTO HUMANO LOS MEDANOS DEL DISTRITO DE CASTILLA-  
PIURA, 2020**

Yo: Yuli Peña Guerrero, identificado con el DNI n°: 74933225, como estudiante de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote – Filial Piura, perteneciente de la Facultad de Ciencias de la Salud – Escuela Profesional de Enfermería, con el debido respeto me presento y expongo:

Me brinde la autorización correspondiente para la recolección de información sobre los adultos habitantes en la zona, dichos datos serán utilizados para realizarle el proyecto de investigación sobre: **DETERMINANTES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA EN LOS ADULTOS DEL AA-HH LOS MEDANOS DISTRITO DE CASTILLA-PIURA, 2020.**

Esperando a que acceda a mi petición justa, me despido de usted agradecido por su atención.

TEENIENTE GOBERNADOR  
A. LOS MEDANOS - CASTILLA  
A. Policarpio Santos Guerrero

**ULADECH – CATOLICA – PIURA**

**“AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERU: 200 AÑOS DE INDEPENDENCIA “**

**Señorita:**

Peña Guerrero Yuli

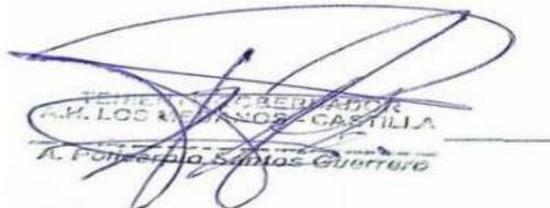
Estudiante de la universidad católica los ángeles de Chimbote-ULADECH

Por medio de la presente reciba usted mi cordial saludo.

Asimismo, en atención a lo solicitado por medio del presente documento brindo información a la señorita Peña Guerrero Yuli identificada con DNI N° 74933225, para ejecutar de manera presencial o virtual su proyecto de investigación titulado “DETERMINANTES SOCIALES Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL A.A, H.H Los Médanos, Castilla-Piura 2020.

Esperando que la información se la que usted requiere por fines pertinentes, y de esa manera pueda usted ejecutar satisfactoriamente su investigación, me despido de usted.

**Atentamente**



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE  
FACULTAD DE EDUCACIÓN  
CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL  
M. LOS ANGELES DE CHIMBOTE - CASTILLA  
A. Poncello Santos Guerrero

**ANEXO 04:** Declaración de compromiso Ético y no plagio.



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

**DECLARACIÓN DE COMPROMISO ÉTICO Y NO PLAGIO**

Mediante el presente documento denominado declaración de compromiso ético y no plagio el autor(a) Peña Guerrero Yuli del presente trabajo de investigación titulado: **DETERMINANTES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA EN ADULTOS DEL AA. HH, LOS MÉDANOS –DISTRITO DE CASTILLA –PIURA, 2020.** Declaro conocer las consecuencias por la infracción de las normas del Reglamento de Investigación de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote y el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en todos los casos se ha incorporado la cita y referencias respectivas conforme orienta las normas vancouver, previsto en la Universidad.

En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento profesionales –RENATI; que exigen veracidad y originalidad de todo trabajo de investigación, respeto a los derechos de autor y la propiedad intelectual. Asimismo, cumpla con precisar que éste trabajo forma parte de una línea de investigación denominado “Determinantes sociales y estilo de vida en los adultos” dentro del cual se tiene como objeto de estudio Determinar la relación entre los

determinantes sociales y estilo de vida de los adultos del AA. HH Los Médanos-Distrito de Castilla-Piura. se aplicó un diseño metodológico común, por lo tanto, es posible que tenga similitud en ese sentido y se explica, porque forma parte de dicha línea. También se declara que al recolectar los datos se tuvo acceso a nombres, apellidos, a cada uno se les asignó un código para preservar su identidad y proteger los derechos constitucionales, siendo el único aspecto inserto en los instrumentos.

Finalmente se declara que: el presente trabajo es auténtico, siendo el resultado el producto de un trabajo personal acorde con la línea de investigación del cual se deriva, trabajado bajo los principios de la buena fe y respeto de los derechos de autor y propiedad intelectual, de modo que al utilizar las fuentes para su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en normas vancouver, previsto en la Universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento.



---

**YULI PEÑA GUERRERO**

**DNI:74933225**

## ANEXO 05:

### DECLARACION JURADA DE PRINCIPIOS ETICOS

Mediante el presente informe doy a conocer los principios éticos de la autora: Peña Guerrero Yuli identificada con DNI N° 74933225 del presente trabajo de investigación titulado “**Determinantes sociales y estilo de vida en los adultos del A.A, H.H Los Médanos, Castilla- Piura 2020**”. Declaro haber cumplido con los siguientes principios éticos según el código de ética Uladech:

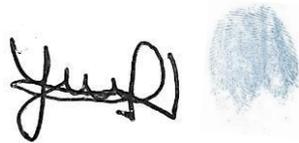
**Principio de protección a las personas:** En el cual se adecuo un protocolo de consentimiento informado para cada participante, se informó claramente el propósito de la investigación a los participantes, también se informó al participante que puede retirarse del estudio en cualquier momento y sin perjuicio alguno, así como abstenerse a participar en alguna parte de la investigación que le genere incomodidad. Además, se informó al participante que los datos recolectados quedarán disponibles para futuras investigaciones y/o productos derivados de estas.

**Principio de beneficencia y no maleficencia:** En el cual se evaluaron los posibles riesgos al realizar la encuesta de manera presencial, por lo que se realizó de manera virtual para evitar contagiarse del covid-19 para la protección tanto de los participantes como del investigador. También se informó sobre los posibles riesgos que se darían al realizar la encuesta de manera presencial.

**Principio de justicia:** Se informó a los participantes la forma en que podrán tener acceso a los resultados de la investigación ya sea por medio del teniente gobernador o también por medio del correo electrónico del investigador. además, se aseguró que haya un trato equitativo a quienes participaron en los procedimientos y servicios asociados a la investigación.

**Principio de integridad científica:** Se informó a los participantes que su identidad será tratada de manera declarada, confidencial o anónima. Además, se informó a los participantes los procedimientos que se utilizó para el manejo y cuidado de la información.

**Principio de libre participación y derecho a estar informado:** Se solicitó de manera expresa, clara y detallada el consentimiento del participante. Se informo al participante que cualquier duda que tenga sobre la investigación será absuelta.

A handwritten signature in black ink is positioned to the left of a blue ink fingerprint. Both are centered horizontally above a horizontal line.

---

DNI: 74933225

# TALLER COCURRICULAR PREBANCA

---

## INFORME DE ORIGINALIDAD

---

6%

INDICE DE SIMILITUD

6%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

0%

TRABAJOS DEL  
ESTUDIANTE

---

## FUENTES PRIMARIAS

---

1

[repositorio.uladech.edu.pe](http://repositorio.uladech.edu.pe)

Fuente de Internet

6%

---

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 4%

Excluir bibliografía

Activo