



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

**ESTILO DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA
SALUD EN ADULTOS DEL PUEBLO JOVEN LA
UNION_CHIMBOTE, 2020**

**TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR EL
GRADO ACADÉMICO DE BACHILLER EN
ENFERMERÍA**

AUTOR

ORE MOYA, SHARON CARONLAY

ORCID: 0000-0002-8991-9325

ASESOR

GIRON LUCIANO, SONIA AVELINA

ORCID: N° 0000-0002-2048-5901

CHIMBOTE - PERÚ

2021

HOJA DE EQUIPO DE TRABAJO

AUTOR

Ore Moya, Sharon Caronlay

ORCID: 0000-0002-8991-9325

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

ASESOR

GIRÓN LUCIANO SONIA AVELINA

ORCID: N° 0000-0002-2048-5901

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de
la Salud, Escuela Profesional de Enfermería, Chimbote, Perú

JURADO

Cotos Alva Ruth Marisol

ORCID: 0000-0001-5975-7006

Urquiaga Alva María Elena

ORCID: 0000-0002-4779-0113

Condor Heredia Nelly Teresa

ORDICID: 0000-0003-1806-7804

HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR

DRA. RUTH MARISOL COTOS ALVA

PRESIDENTA

DRA. URQUIAGA ALVA, MARÍA ELENA

MIEMBRO

DRA. CONDOR HEREDIA, NELLY TERESA

MIEMBRO

DRA. SONIA AVELINA GIRÓN LUCIANO

ASESORA

AGRADECIMIENTO

Quiero agradecer a DIOS por bendecirme, estar siempre a mi lado, guiar mis pasos y escuchar cada una de mis oraciones. Gracias por darme la misión de servir a los demás, haciendo realidad uno de mis grandes sueños: Ser profesional, ser enfermera.

A mi Hija Angeline, por ser quien me motivo a salir adelante y llegar a cumplir mis metas. Y por ella llegar hacer una gran profesional en enfermería.

A mis Tías Luzbeny y Rosmery, por su apoyo incondicional motivándome siempre a salir adelante en cada momento de mi vida y ahora en mi vida profesional.

DEDICATORIA

A mi docente tutora por su
paciencia y entrega, por
haberme guiado en todo el
desarrollo de la presente
investigación

A mis padres Luz y Atilio quienes,
con su amor, paciencia y esfuerzo me
han permitido llegar a cumplir hoy
un sueño más, gracias por inculcar en
mí el ejemplo de esfuerzo y valentía,
de no temer las adversidades porque
Dios está conmigo siempre.

RESUMEN

El presente trabajo de investigación titulado: “Estilo de vida como determinante de la salud en adultos del pueblo joven la Unión -Chimbote, 2020”. De tipo cuantitativo, de corte transversal con diseño de una sola casilla, descriptivo, no correlacional. Tuvo como objetivo general: Caracterizar el estilo de vida como determinante de la salud adultos del pueblo joven la Unión-Chimbote, como objetivo específico: Identificar hábitos personales como: tabaquismo, alcoholismo, actividad física y la alimentación como determinante de la salud en adultos del pueblo joven la Unión-Chimbote. La población estuvo constituida por 150 adultos (muestra no probabilística, se tomó el 10% por pandemia de COVID-19, a quienes se aplicó un instrumento, utilizando la técnica de la entrevista y la observación. Los datos fueron procesados en una base de datos de Microsoft Excel para luego ser exportados en software versión 20.0. Se presentó los datos en tablas simples y de doble para después representarlos en gráficos. La investigación llega a los siguientes resultados y conclusiones, La totalidad duerme entre 6 a 8 horas, se bañan 4 veces a la semana, casi la totalidad no realizan actividad física, la mayoría no se realizan examen médico periódico en un establecimiento de salud, no fuma, ni ha fumado nunca de manera habitual. En los determinantes de estilo de vida en relación a la alimentación, la totalidad consumen fideos, papas, arroz, pan, cereales de forma diaria y un porcentaje significativo carnes, la mayoría consume legumbres, refrescos con azúcar 3 a más veces por semana, la totalidad embutidos enlatados.

Palabras clave: Adulto, determinante de salud, estilos de vida.

ABSTRACT

The present research work entitled: Lifestyle as a determinant of health in young adults in La Unión -Chimbote, 2020. Quantitative, cross-sectional design with a single box, descriptive, non-correlational. The general objective was: To characterize the lifestyle as a determinant of adult health in the young people of La Unión-Chimbote, as a specific objective: To identify personal habits such as: smoking, alcoholism, physical activity and diet as a determinant of health in village adults. young the Union-Chimbote. The population consisted of 150 adults with a 10% regimen due to the COVID-19 pandemic, who applied an instrument using the interview and observation technique. The data was processed in a Microsoft Excel database and then exported in software version 20.0. The data were presented in simple and double tables and later represented in graphs. The research reaches the following results and conclusions: All of them sleep between 6 to 8 hours, they bathe 4 times a week, almost all do not perform physical activity, most do not undergo a periodic medical examination in a health facility, no smokes, or has never smoked regularly. In lifestyle determinants in relation to diet, the total consumption of noodles, potatoes, rice, bread, cereals daily and a significant percentage of meats, most consume legumes, sugary soft drinks 3 times more per week , the fully canned sausages.

Palabras clave: Adult, determinant of health, lifestyles.

ÍNDICE

	Pág.
1. TÍTULO DE TESIS	i
2. HOJA DE EQUIPO DE TRABAJO	ii
3. HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR.	iii
4. HOJA DE AGRADECIMIENTO Y/O DEDICATORIA	iv
5. RESUMEN Y ABSTRACT	vi
6. CONTENIDO	viii
7. ÍNDICE DE GRÁFICOS, TABLA Y CUADROS	ix
I. INTRODUCCIÓN	1
II. REVISIÓN DE LITERATURA	9
III. METODOLOGÍA	20
3.1 Diseño de la investigación	20
3.2 Población y muestra	20
3.3 Definición y Operacionalización de Variables	21
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	23
3.5 Plan de análisis	25
3.6 Matriz de consistencia	27
3.7 Principios éticos	28
IV. RESULTADOS	29
4.1 Resultados	29
4.2 Análisis de resultados	36
V. CONCLUSIONES	47
ASPECTOS COMPLEMENTARIOS	48
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	49
ANEXOS	63

ÍNDICE DE TABLA

PAG.

TABLA 1: ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTES DE LA SALUD EN ADULTOS DEL PUEBLO JOVEN LA UNION CHIMBOTE, 2020.....29

TABLA 2: ESTILOS DE VIDA EN RELACION A LA ALIMENTACIÓN COMO DETERMINANTES DE LA SALUD EN ADULTOS DEL PUEBLO JOVEN LA UNION CHIMBOTE, 2020.....33

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Pag

GRÁFICO DE TABLA 1: SEGÚN HÁBITO DE FUMAR DE LOS ADULTOS DEL PUEBLO JOVEN LA UNIÓN CHIMBOTE, 2020.....	30
GRÁFICO DE TABLA 2: SEGÚN FRECUENCIA CON QUÉ INGIEREN BEBIDAS ALCOHÓLICAS LOS ADULTOS DEL PUEBLO JOVEN LA UNIÓN CHIMBOTE, 2020.....	30
GRÁFICO DE TABLA 3: SEGÚN FRECUENCIA CON QUÉ INGIEREN BEBIDAS ALCOHÓLICAS LOS ADULTOS DEL PUEBLO JOVEN LA UNIÓN CHIMBOTE, 2020.....	31
GRÁFICO DE TABLA 4. GRÁFICO SEGÚN FRECUENCIA CON LA QUE SE BAÑAN LOS ADULTOS DEL PUEBLO JOVEN LA UNIÓN CHIMBOTE, 2020.....	31
GRÁFICO DE TABLA 5. SEGÚN EXAMEN MÉDICO PERIÓDICO EN UN ESTABLECIMIENTO DE SALUD DE LOS ADULTOS DEL PUEBLO JOVEN LA UNIÓN CHIMBOTE, 2020.....	32
GRÁFICO DE TABLA 6. SEGÚN ACTIVIDAD FÍSICA QUE REALIZAN EN SU TIEMPO LIBRE LOS ADULTOS DEL PUEBLO JOVEN LA UNIÓN CHIMBOTE, 2020.....	32
GRÁFICO DE TABLA 7. SEGÚN LAS DOS ÚLTIMAS SEMANAS QUE REALIZARON ACTIVIDAD FÍSICA DURANTE MAS DE 20 MINUTOS LOS ADULTOS DEL PUEBLO JOVEN LA UNIÓN CHIMBOTE, 2020.....	33
GRÁFICO DE TABLA 8. SEGÚN CONSUMO DE ALIMENTOS LOS ADULTOS DEL PUEBLO JOVEN LA UNIÓN CHIMBOTE, 2020.....	34

I. INTRODUCCIÓN

En el mundo, existen personas adultas con diversas enfermedades, el sobre peso y la obesidad, es la principal causa de mortalidad de la persona el 2,7 millones de humanos que mueren por estas causas en cuanto la pobreza monetaria en la población adulta mayor es inferior a la del resto de la poblaciones 15% de la población de 60 a 64 años vive en condiciones de pobreza, al igual que el 20% de la población de 65 a 69 años(el 29% de la población de 79 a más años, el 13% de los hogares integrados por al menos una persona adulta mayor han recibido ayuda de algún problema alimentario (1).

Entre los factores que afecta la salud del adulto está el tabaco, ya que mata cada año alrededor de 6 millones de personas que mueren, de las cuales 5 millones son los consumidores de este producto y alrededor de 1 millón de personas son no fumadores, pero expuestos al humo de esta sustancia toxica, casi la totalidad de estos adultos fumadores viven en países de ingresos bajos o medios, estas personas desconocen el riesgo que puede contraer esta sustancia, es por ello que la necesidad de educación a estas personas es de mucha importancia para la prevención de riesgos más adelante (2).”

La Organización Mundial de la Salud, reporta que el alcohol es un factor causal de alrededor de 200 enfermedades asociados en si a riesgos a desarrollar problemas de salud tales como trastornos mentales la mortalidad del alcohol, es de 3.3 millones de ciudadanos adultos, una de 20 personas fallece por alguna enfermedad causada por el consumo del alcohol, los mayores consumidores se encuentran en Rusia, Portugal, Canadá, Australia, etc. (3).

La organización mundial de la salud, refiere que 3,4 millones de adultos consumen alcohol, es una cifra muy elevada 1 de 20 personas mujeres en el mundo por enfermedades vinculadas al alcohol. En el año 2019 del consumo del alcohol según ONU fue de 2,5 millones de personas que toman este rubro como obsesión y ambición. El consumo de alcohol perjudica a las personas que esta rodeadas el consumir: Familias, amigos, hijos (4).

Según la Organización Mundial de la Salud, mostró que uno de cada seis personas, sufren de algún tipo de maltratado, según previsiones incrementara la población adulta mayor para el 2050 la edad adulta ocupara un significativo valor en la comunidad, el 15% de los adultos han sido víctima de maltratos psicológico, un 11% sufrieron abuso económico, el 0,9% de agresiones sexuales, el 2,4% agresiones físicas, el 2,6 % maltrato físico con todo lo mencionado estos adultos no puede llevar una vida saludable (5).

Alrededor del 61% de adultos en el mundo no realiza actividades físicas debido a que va aumentando los comportamientos inadecuados en las familias, el aumento de los transportes públicos también ha aumentado el sedentarismo, la tardanza para ir al trabajo, la demora, distracción en la tecnología, también con 6%, es hoy el cuarto factor de riesgo de mortalidad en el mundo, según la OMS cerca de 3,2 millones de personas mueren cada año por esta causa (6).

En América Latina y el caribe el 22.7 % de las personas adultas tiene una salud regular o mala (el 58 % de las mujeres y 51 % de los hombres) en algunos países, la pobreza alcanza el 70% de las personas adultas El 40 % de los hipertensos encuestados, no había tenido una consulta de atención primaria en los últimos 12 meses, sólo el 27 % de las mujeres se han realizado una mamografía en los últimos

dos años, el 80 % de los encuestados refirió tener necesidades dentales no satisfechas (7).

En América Latina, la enfermedad en la población adulta aumenta el sobrepeso, la obesidad, la hipertensión arterial, la hipotensión, Diabetes cada día aumenta el rango estadístico. Alrededor de 3 millones de personas fallecen por esta causa, entre los riesgos que padecen los adultos está el padecer cáncer, accidentes cardiovasculares y diabetes. En la actualidad, el envejecimiento está más avanzado en Uruguay, Argentina, Cuba y Chile y en varios países del Caribe (8).

En Ecuador en relación al estilo de vida de los adultos, el 4,9J% tienen un IESS, Seguro general, un 3,7% seguro privado, el 76,6% de los adultos en la ciudad de Quito son inactivos es decir no laboran, a comparación de un 22,4% que si están ocupados, el 95% no son pobres a comparación de 5,0% que sin son adultos pobres, el 82,2% practican algun deporte, el 94,8% no fuma diariamente, existe un 16,4% demanda que existe 1 adulto mayor por casa, estos adultos refieren estar contentos en su País Natal, sienten el apoyo de sus familiares, vecinos y amigos cercanos (9).

En Perú en el año 2019, reporta que el 56% de los adultos no trabaja y solo el 36,2% está afiliado a un sistema pensionario, la gran mayoría del 82,5% de la población adulta mayor femenina tiene algún problema de salud crónico (Artritis, hipertensión, Diabetes, TBC) las mismas enfermedades afectas a los de sexo masculino con un 73,8% de la población masculina, el 8 de cada 10 mujeres de 60 o más años presentan algún problema de salud crónico, así como 7 de cada 10 hombres de este grupo de edad.. También existe anemia en los adultos: En los siguientes departamentos Ayacucho (57,6%), Ancash (40,1%), Lambayeque (37,7%) y

Apurímac (36,9%). Cajamarca (9,5%) y Arequipa (8,8%) tienen las prevalencias de anemia más bajas a nivel nacional (10).

Según Encuesta Demográfica y de Salud Familiar, manifiesta que la prevención y control las enfermedades no transmisibles, pasan a ocupar lugares importantes en las causas entre las principales causas de mortalidad, el 25,1% de los adultos solo el 59,8% solo de nivel primario, el 6,8% de nivel secundario, el 9,4% de grado superior, en cuanto el seguro que cuenta los adultos el 60,2% cuenta con SIS, existe el 72,9% de adultos con Hipertensión Arterial en los ciudadanos (11).

Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática, actualmente el reporta que el 54% de los adultos mayores no asisten a un establecimiento de salud, así mismo el 24% prefiere usar el transporte urbano, el 12% sufre de enfermedades renales como consecuencia de sustancias nocivas en sus tiempos de adolescencia, así mismo el 35% tienen problemas respiratorios, el 28% representan a los adultos con problemas cardiacos, el sobre peso predomina con un 45% en estos adultos mayores, por causa del sedentarismo hace que cada año la tasa prevalezca e incluso aumente (12).

En Ancash, actualmente la situación de los adultos en relación a sus estilos de vida se encontró que, el 61% no tiene un nivel educativo concluido. Así mismo el 34% refiere fumar al menos tres veces por semana, el 54% consumen alcohol, ya sea porque se sienten solos o les gusta tomar con sus compañeros. Así mismo el 54% tienen un adecuado habito alimenticio, ya que 97% de ellos respondieron correctamente a la encuesta brindada .por consiguiente el 75% refieren asistir al puesto de salud muy pocas veces, ya que el tiempo que toman para la atención es muy larga (13).

En Chimbote, existen 214.804 habitantes, las cuales el 65% representa a la edad adulta, el centro de Salud EsSalud, de una u otra manera tratan de satisfacer necesidades del adulto mayor, así mismo cuentan con CAM (centro de adultos mayores) les informan sus derechos, que se han tomado medidas de un sistema de vigilancia de enfermedades en las instituciones educativas, con la finalidad de prevenir y controlar cualquier tipo de males que puedan presentarse en la población de Chimbote Provincial del Santa, en Áncash (14).

Frente a esta realidad no son ajenos los adultos del Asentamiento Humano La Unión, la cual se fundó el 31 de mayo de 1970, quien tuvo como fundador al señor Isaac Huantay, limita por el sur con el Porvenir, por el norte con la Huaca San Pedro, por el este con la Campiña y mercado y por el oeste con la primavera, cuenta con un polideportivo. su suelo es arenosas relacionadas enfermedades respiratorias y gastrointestinales, así mismo existe cerros muy elevados poniendo en riesgo la integridad de los adultos de dicha comunidad. Por consiguiente existen pocas áreas recreativas para estas personas, no existiendo lugares recreativos o distractores siendo un factor importante para el bienestar físico y psicológico de la persona. La unión cuenta con un puesto de salud cercana (15).

Tienen un estilo de vida poco saludable por la falta de polideportivo, no pudiendo desarrollar actividades recreativas, tales como jugar futbol, gimnasia, correr, etc., venden comida rápida esto perjudica de una u otra manera ya que las comidas rápidas involucran un riesgo de padecer problemas gastrointestinales, alergias y intoxicaciones, los adultos no van mucho al puesto de salud por falta de tiempo y por poco interés del mismo, así mismo se entienden que al no asistir a un centro de salud pone en riesgo la salud del adulto.

Según los resultados obtenidos por el Puesto de Salud “Clas la Unión” la problemática del adulto está disminuyendo, ya que se emplea promoción de la salud, las enfermedades en el puesto de salud son las siguiente: Según los resultados obtenidos de la jurisdicción del Asentamiento Humano la unión, refiere que los adultos mayores de la comunidad las enfermedades más comunes tales como: Enfermedades cardiovasculares con un 24%, sedentarismo con un 17%, así mismo el sobrepeso con un 12% en los adultos, el 43% fuma, el 54% consume sustancias nocivas, TBC 0,1% (15).

Frente a lo expuesto se consideró pertinente la realización de la presente investigación, planteando el problema:

¿Cuáles son las características del estilo de vida como determinante de la salud en adultos del pueblo joven la Unión-Chimbote, 2021?

Para responder al problema de investigación se ha planteado el siguiente objetivo general:

Caracterizar el estilo de vida como determinante de la salud adultos del pueblo joven la Unión-Chimbote, 2021.

Para poder lograr el objetivo general, nos hemos planteado los siguientes objetivos específicos:

Identificar hábitos personales como: tabaquismo, alcoholismo y actividad física, como determinante de la salud en adultos del pueblo joven la Unión-Chimbote.

Identificar el estilo de alimentación como determinante de la salud en. adultos del pueblo joven la Unión-Chimbote.

la investigación es justificada, ya que en el Perú la población adulta, va incrementando y se solicita de más demanda para las instituciones prestadoras

de salud, motivando que ayuden a la prevención y rehabilitación de ciertas enfermedades que puedan presentar los adultos, así la problemática ayudara a priorizar las necesidades de estas personas y poder actuar de forma oportuna, ya que de por si es importante velar por las necesidades de salud de la población que lo requiera en conjunto con todo el personal de salud y gobiernos regionales, distritales y del Perú en general con la única finalidad de mejorar la salud en el Perú.

Por lo cual, el presente trabajo de investigación, presenta una gran importancia para la salud del adulto, ya que ayuda a determinar los estilos de vida, como determinante, de los adulto y así mismo ampliar y fortalecer los conocimientos científicos del personal de enfermería, ya que no hay ninguna faceta de la atención del adulto mayor en la que no intervenga el profesional de enfermería, ya que es una profesiones encargada del cuidado humano.

La investigación justificada para Católica ULADECH, es de gran importancia ya que permite obtener conocimientos así poder comprender los problemas que afectan a la comunidad. Es importante ya que nos facilitara a tener una referencia de los resultados obtenidos para que a si otros estudiantes puedan tomar mi rubro de investigación y comparar resultados y tenían base de ello la universidad en mención pueda contactarse con autoridades superiores y poder actuar antes los problemas detectados en los estudios, así mismo sirve como referencia que la universidad se preocupa por la salud de las comunidades que los rodeen demostrando que el beneficio es para todos en conjunto.

La investigación facilita que los estudiantes, averigüen sobre los temas en investigación; así mejorar estos estilos de vida, con la finalidad de satisfacer las

necesidades de los adultos que necesitan un cambio de hábito de estilo de vida, así poder ordenar sus ideas y tener mejores comportamientos con su propia salud, demostrando que pueden ser más responsables.

Tendrá como beneficio que, con los resultados del informe, los municipios en cuanto al campo de salud, autoridades de la región Ancashina y la comunidad, ya que estos resultados contribuyen a que las personas, tengan motivación para optar por cambios en sus conductas, beneficiándose ellos mismos, optando por estilos adecuados de vivir.

Así mismo el presente informe, tiene como metodología de tipo cuantitativo, de corte transversal, con diseño descriptivo, no experimental, con una muestra de 120 adultos, donde los factores de los determinantes de los estilos de vida son expuestos para los adultos, ya que la mayoría de ellos, no acuden a un establecimiento de salud, para un examen periódico, es decir no conocen su situación de salud o alguna enfermedad que padezcan, siendo negativo para ellos, ya que al no asistir a un centro médico, se desconocerá de alguna enfermedad que pueda tener. Del 100% (12) de adultos mayores del pueblo joven de la Unión- Chimbote, el 83,3% (10) no se realizan chequeos médicos en un establecimiento de salud, el 91,7% (11) no realizan actividad física como caminar; en alimentos que consume, el 100% (12) consume fideos, arroz, papas, pan, cereales, 100% (12) consume embutidos y enlatados; llegando a la conclusión que la salud de los adultos está en riesgo de sufrir enfermedades ya que a diario no llevan un estilo de vida saludable en cuanto a su alimentación y actividades diarias.

II. REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. Antecedentes de la investigación

A nivel internacional

Romero Z, Bernardino J, (16). En su investigación titulada “Factores Asociados a los Estilos de Vida del Adulto en el Area Urbana-México, 2017,Mexico, 2017” Tuvo como objetivo, determinar los factores asociados a los estilos de vida de la persona adulta en la zona urbana, su metodología fue un estudio descriptivo u observacional y diseño correlacional, obtuvo como resultados en cuanto la edad predomina en la población de 60 a 74 años 78.8%, el 70,5% adultas de sexo femenino, casados, el 51,7% con grado de instrucción primaria, el 72.9% percibe un ingreso económico moderado, el 47% función cognitiva normal, el 55% alto apoyo familiar, 63.6% no ha sufrido enfermedad los últimos seis meses y el 84.46% no tiene acceso a los servicios de salud, se concluye que la valoración de la calidad de vida, es incompleta sino se valora adicionalmente la función cognitiva.

Plaza A, (17). En su investigación titulada: “Estilo de Vida de los Adultos mayores en la Sede Social del Instituto Ecuatoriano Seguridad Social de la Ciudad de Esmeraldas, 2018, Ecuador-2018”. Tuvo como objetivo de identificar los estilos de vida de los adultos, así como los hábitos alimentarios en relación con sus estilos de vida. Planteo como metodología una investigación científica descriptiva, cuantitativa y cualitativa. Obtuvo los siguientes resultados: El 62% de los adultos tienen una buena alimentación, así como el 65% con actividad física adecuada según su edad y enfermedades concomitantes. Se concluye el buen desarrollo de la

actividad asistencial en dicha institución, gozando los adultos mayores de una buena calidad de vida, avalado por hábitos alimentarios y de vida saludables, con una adecuada actividad física y recreativa.

Flores I, León I, (18). En su investigación titulada: “Estilos de Vida en Adultos que Asisten al Centro gerontológico del Cantón Yanzatza, Año, 2015, Ecuador, 2019. Tuvo como objetivo: Determinar los estilos de vida de los adultos mayores que asisten al centro Gerontológico del Cantón Yantzaza, año 2015,, cuya metodología fue de tipo transversal, descriptivo, bibliográfico y campo, cuyos resultados fueron que el 54% estaban en edad de 75 a 90 años, el 93% en estado civil es viudo, el 42% es urbana, el 66% con nivel de escolaridad primaria incompleta, el 58% consumen proteínas, el 84% no realizan actividad física, el 39% no se integran socialmente, el 77% tienen una dieta saludable, por lo tanto se llega a la conclusión que los adultos mayores no aplican un estilo de vida saludable y los factores principalmente son malas relaciones interpersonales con la familia y alimentación no saludable.

León P, (19). En su investigación titulada “Estilos de Vida, Factor Socioeconómico y el Gasto de Bolsillo en Salud de los Adultos, Ecuador 2015” Tuvo como objetivo: Identificar si el gasto de bolsillo en salud (GBS) depende de los estilos de vida y el factor socioeconómico en los adultos Su metodología fue un estudio transversal-Analítico. Se obtuvo como resultados: que un grupo de hombres y mujeres que presentaron estilos de vida malos, un promedio más alto de GBS y un nivel socioeconómico bajo. Por lo contrario, un segundo grupo tuvieron estilos de vida buenos, un

promedio de GBS menor un nivel socioeconómico regular, se concluye que el GBS estuvo asociado a los estilos de vida y a los factores socioeconómicos. de vida y a los factores socioeconómicos.

A nivel nacional

Rodriguez Y, (20). En su investigación titulada: “Determinantes de la Salud de los Adultos Maduros del Mercado ‘Modelo’- La Esperanza, 2019” Tuvo como objetivo general identificar los determinantes de la salud de los Adultos Maduros del Mercado ‘Modelo’ - La Esperanza, 2019 con una metodología de corte transversal con diseño de una sola casilla, con una muestra de 130 adultos maduros. Se obtuvo como resultado que la mayoría eran de sexo femenino (72,3%). En cuanto a sus estilos de vida, fumaban de forma ocasional el (51,3%), consumían alcohol el (21,3%) y un (76,2%) se bañaba de forma diaria. Concluyeron que sobre los determinantes de estilos de vida la mayoría no fuma; no consumen bebidas alcohólicas ocasionalmente; duermen de seis a ocho horas.

Menacho I, (21). En su investigación titulada: “Estilo de Vida en Beneficiarios del Club de Adultos Mayores del Programa Integral Nacional para el Bienestar Familiar del distrito de Villa El Salvador – 2016. Tuvo como objetivo, determinar la los estilos de vida en los beneficiarios del club de adultos mayores tuvo una metodología de tipo básica no experimental correlacional, de enfoque cuantitativo y método hipotético deductivo Los resultados obtenidos demuestran la existencia de correlación significativa entre el clima social familiar y la calidad de vida en los beneficiarios del

club de adultos mayores, se concluye que la familia se constituiría en un aliado importante en la consecución de una adecuada calidad de vida en el adulto mayor .

Exaltación N, (22). En su investigación titulada “Determinar las Prácticas de Estilos de Vida de la Estrategia Sanitaria de Daños No Transmisibles de un establecimiento de salud de Huánuco, 2016”. Tuvo como Objetivo, demostrar el efecto del programa de estilo de vida para un envejecimiento activo en la calidad de vida de los adultos mayores del centro del adulto mayor. Cuya metodología fue un estudio descriptivo con una muestra de 40 adultos mayores. Obteniendo como resultado que el 65 % de los adultos mayores consideran que gozan actualmente de buena salud física partiendo del cuidado y responsabilidad de su bienestar, concluyendo que el programa de estilos de vida para un envejecimiento activo influye en la calidad de vida del adulto mayor en el aspecto en un 65 % que gozan actualmente de buena salud física, partiendo del cuidado y responsabilidad de su bienestar incentivado desde el programa.

Mendoza N, Col, (23). En su investigación titulada : “Estilos de vida del adulto mayor en el centro de salud callao, callao-2017” .Tuvo como Objetivo : “Determinar la Calidad de Vida del adulto mayor en el Centro de Salud Callao, Callao – 2017” Utilizo como metodología un método descriptivo de corte transversal obteniendo como resultado que el 44.2% y con respecto a sus dimensiones tenemos: la dimensión física fue baja con 52.5% dimensión salud psicológica es alta con 59.2%; dimensión relaciones sociales es alta con 53.3% y dimensión ambiente es media con 58.3%, Se

concluye que la familia se constituiría en un aliado importante en la consecución de una adecuada calidad de vida en el adulto mayor.

A nivel local

Murillo G, (24). En su investigación titulada “Determinantes de la salud en adultos del Asentamiento humano San Pedro - Chimbote, 2017”. Tuvo como objetivo, describir los determinantes de la salud adultos del asentamiento humano San Pedro. 2017. El presente trabajo de investigación es de tipo cuantitativo, descriptivo, con diseño de una sola casilla. La muestra estuvo constituida por 120 adulto. Obtuvo los siguientes resultados, el 62% (74) son del sexo masculino; el 61% (73) sin instrucción; el 43% (51) tiene un ingreso menor de 750,00 nuevos soles, concluye que los determinantes biosocioeconómicos la mayoría son de sexo masculino, y no cuentan con ningún grado de instrucción, menos de la mitad tiene ingreso económico menor de s/ 750.00 nuevo soles.

Jara E, (25). En su trabajo de investigación titulado: Estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos, en el Centro Poblado Tambo Real Nuevo, Santa, 2017. La investigación fue de tipo cuantitativo - descriptivo correlacional, con una muestra de 122 adultos. Los resultados obtenidos se determina que casi la totalidad de los adultos tuvo un estilo de vida no saludable y un porcentaje mínimo de estilo de vida saludable. En relación a los factores biosocioculturales tenemos que: La mayoría profesan religión católica y tienen ingreso menor de 400 nuevos soles. Más de la mitad son de sexo masculino, menos de la mitad son de estado civil casados, se

concluye que no cumple la condición estadísticamente significativa entre estilo de vida y los factores biosocioculturales: Sexo, grado de instrucción, religión, estado civil e ingreso económico.

Arellano I, (26). En su investigación titulada: “Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto Mayor-Casa Grande, 2019”. Tuvo como objetivo: Determinar la Relación entre el Estilo de vida y los Factores Biosocioculturales del Adulto Mayor, cuya metodología fue de tipo cuantitativo, de corte transversal; con diseño descriptivo correlacional La muestra estuvo constituida por 189 adultos mayores. Obtuvo los siguientes resultados que el 62% (74) son del sexo masculino; el 55% (73) primaria; el 43% (51) tiene un ingreso menor de 750,00 nuevos soles, concluyendo que los determinantes biosocioeconómicos la mayoría son de sexo masculino, y no cuentan con ningún grado de instrucción, menos de la mitad tiene ingreso económico menor de s/ 750.00 nuevos soles.

2.2. Bases teóricas y conceptuales de la investigación

El presente trabajo de investigación se fundamenta en las bases conceptuales de estilos de vida de Mark Lalonde y Nola Pender, en relación a los factores que influyen en el estilo de vida del adulto, siendo importante los para desarrollar conductas dirigidas a la conservación y promoción de la salud, a través de la comprensión de cómo estas conductas se van implantando desde la infancia (27).

Lalonde Nació en 1929 en Canadá, uno de los informes más destacadas y revolucionarias fue de Marck Lalonde en 1974, elaborado en Canadá “Ministro de Sanidad”. En 1972 propuso propuestas, para una reforma del sistema de la

seguridad social del sistema canadiense. Su labor liderando estas políticas públicas en su país, ha tenido una fuerte influencia en todo el hemisferio (28).

Uno de los informes más destacadas y revolucionarias fue de Marck Lalonde en 1974, elaborado en Canadá “Ministro de Sanidad “Basada en las enfermedades o situaciones de salud no se relacionaban con los factor biológico o agentes infecciosos, si no que tenían origen u base marcadamente socio - económico (29).



Los comportamientos de las personas ya sean positivos o negativos influyen en las influencias sociales. Las organizaciones de las comunidades cuentan con indicadores poco sistema de apoyo para la persona de la sociedad en cuanto la escala social (30).

Los determinantes según Lalonde son los siguientes (31).

La biología Humana: Son las características del ser humano, desde que crecen hasta que envejecen, es un factor biológico de las personas.

El medio Ambiente: Es el entorno que contamina la comunidad tanto física como química y biológica, este contaminante genera una gran cantidad de patologías, es por ello que es Importante evitar este tipo de contaminación para no contraer enfermedades respiratorias y digestivas.

Estilo de vida y sus conductas: Son las conductas, comportamientos de la persona, conductas inadecuadas afectando su salud en general.

El sistema de cuidado de salud: Es un conjunto, carácter económico, tecnológico, humano con la finalidad de salvaguardar la salud (32).

También se sustenta por el modelo de Pender, nació en 1941 un 16 de agosto en Estados Unidos. Recibe su diploma de enfermera en el año 1962. En 1982 se publicó la primera edición del texto "Promoción de la salud en la práctica de enfermería" (33).

El modelo de promoción a la salud, está basado en la concepción de la promoción de la salud, que es definida como aquellas actividades realizadas para el desarrollo de recursos que mantengan o intensifiquen el bienestar de la persona (34).

Pender N, (35). Señala que los estilos de vida, es un patrón multidimensional de acciones y percepciones del propio ser humano que sirve para conservar o fomentar el nivel de bienestar y satisfacción de las necesidades de cada persona.

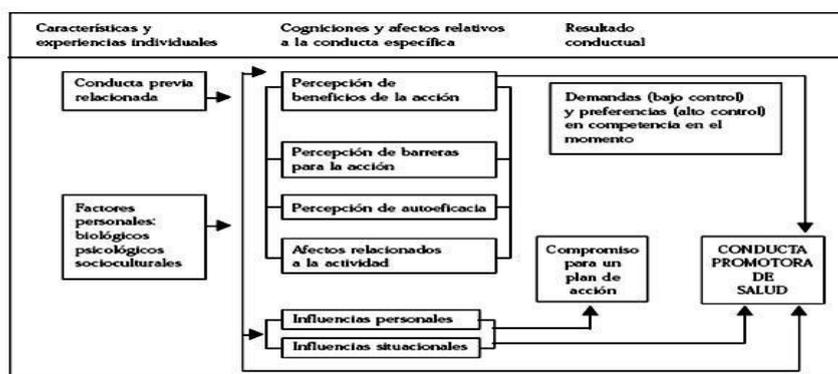


Figura 1. Modelo de Promoción de Salud de Pender, 1996.

Características y experiencias individuales

Está plasmado en que toda persona tiene características que afectan sus propias acciones. Ahora bien referente a las variables son comportamientos que pueden variar con acciones de enfermería.

Cogniciones y efectos específicos del comportamiento 3 factores personales:

Los factores personales Biológicos: Están incluidos las variables de Índice de masa corporal, la fuerza, agilidad.

Factores Socioculturales personales: Incluye la variable de cultura, status económico y raza.

Factor psicológico: Incluye: Autoestima, la autoevaluación personal y la definición de salud.

Resultados conductuales: Se basa en la estrategia que conduce la persona que emplea para mejorar la salud de la persona (36).

Así mismo tiene 4 Meta paradigmas: (37).

Enfermería:

La función es cuidar y motivar a los usuarios para que mantengan su propia salud

Salud:

Es importante en la vida de los seres humanos va a depender de cada uno como lleve su ritmo y estilo de vida cada día.

Enterno:

Es referido a un enfoque global del ambiente en que se vive, encontrando los factores modificantes en la salud.

Persona:

Es el centro de la teoría, cada persona es responsable de sus comportamientos y actos contra su salud

Las dimensiones del estilo de vida consideradas por Nola Pender, son las siguientes:

Alimentación saludable: Es el principal elemento para los seres humanos, y poder Protegerse de distintas enfermedades y crear defensas para prevenir enfermedades, así mismo es Importante para la persona (38).

Actividad y ejercicio: La actividad física, es primordial para prevenir enfermedades cardiovasculares en los adultos, así mismo nos ayuda el mantenimiento del Cuerpo y obtener autodefensas al organismo (39).

Responsabilidad en Salud: Referido a las costumbres que adopta los niños hasta la vejez ya que desde que son pequeños optan Por actitudes inadecuadas. Es por ello que están los familiares Para guiar desde Pequeños Para brindar recomendaciones y cuidar su propia salud. (40).

Autorrealización: Es llegar a ser uno mismo en plenitud, es la tendencia a desarrollar al máximo los propios talentos y potenciales que contribuyen a tener un sentimiento de satisfacción hacia uno mismo (41).

Redes de apoyo social: Son instituciones con la que se ayudan a las personas, no solo instituciones privadas, si no también personas con el deseo de ayudar a otras personas con su iniciativa Personal sin necesidad de una ayuda de una institución privada (42).

Manejo del estrés: Es importante para no padecer algún trastorno mental se puede decir algún tipo de alteración por alguna preocupación o situación que ponga en riesgo la salud física y mental (43).

2.3. Base Conceptual

Los Estilos de vida: Es un concepto sociológico que se refiere sociales, conductas, comportamientos de cada persona con el fin de satisfacer las necesidades de la persona alcanzando el bienestar y la salud de sí mismos. Ahora bien, las costumbres, creencias y tradiciones son adquiridas en sus propios hogares y familiares en su entorno (44).

Castañeda K, (45). Refieren que el estilo de vida es todo aquello que la persona refleja es decir al comportamiento de cada persona va a decidir su estado de salud. es importante la alimentación saludable, el ejercicio y el control o la abstinencia del consumo de sustancias nocivas.

El Adulto Mayor: Según la Organización mundial de la salud, lo define como la persona mayor de 60 años, él ocupa un lugar muy vulnerable en el mundo, de padecer ciertas enfermedades por tener su sistema inmune sin las defensas que tenían antes (46).

Enfermería: Es el cuidado hacia la persona, con la finalidad de satisfacer las necesidades de la persona, el rol que cumple de enfermería en un establecimiento de salud (47).

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de la investigación

Tipo de investigación:

Estudio cuantitativo: Se midió en términos numéricos, los resultados (48).

Corte transversal: Se basó en la estimación de la magnitud y distribución de la población (49).

Descriptivo: Se describió las propiedades, características y rasgos importantes de los adultos mayores (50).

Diseño de una sola casilla: Se relacionó con una sola variable (51).

No experimental: Porque no se manipularán las variables, se recolectaron los datos en un solo momento para describir la variable (52).

3.1 Población y muestra:

El universo muestral estuvo constituido por 120 adultos del pueblo joven la Unión-Chimbote (muestra no probabilística, se tomó el 10% por pandemia de COVID-19).

3.2.1. Unidad de análisis

Cada adulto del pueblo joven la Unión-Chimbote, que formó parte de la muestra y respondió a los criterios de la investigación.

3.2.2. Criterios de Inclusión

- Adulto que vivió más de 3 años en el del pueblo joven la Unión-Chimbote
- Adulto de ambos sexos del pueblo joven la Unión-Chimbote

- Adulto mayor del pueblo joven la Unión-Chimbote, que aceptaron participar en el estudio.

3.2.3. Criterios de Exclusión:

- Adultos del pueblo joven la Unión-Chimbote, que presentaron cualquier problema de carácter físico o mental que le impida resolver adecuadamente el instrumento de recolección de datos.
- Se excluyeron instrumentos que no hayan sido resueltos todas las preguntas

3.3. Definición y operacionalización de variables.

DETERMINANTES DE LOS ESTILOS DE VIDA

Definición Conceptual

Se determina como un conjunto de actitudes y comportamientos que desarrollan los seres humanos de forma personal o colectiva para satisfacer sus necesidades, de acuerdo a los gustos, cultura y nivel socioeconómico, estas actividades pueden a veces ser no saludables y otras nocivas para la salud (53).

Definición operacional

Escala nominal

Hábito de fumar

- Si fumo diariamente
- Si fumo, pero no diariamente
- No fumo actualmente, pero he fumado antes
- No fumo, ni he fumado nunca de manera habitual

Consumo de bebidas alcohólicas

Escala nominal

Frecuencia de consumo de bebidas alcohólicas

- Diario
- Dos a tres veces por semana

- Una vez a la semana
- Una vez al mes
- Ocasionalmente
- No consumo

Número de horas que duermen

- 6 a 8 horas
- 08 a 10 horas
- 10 a 12 horas

Frecuencia en que se bañan

- Diariamente
- 4 veces a la semana
- No se baña

Actividad física en tiempo libre

Escala nominal

Tipo de actividad física que realiza:

Caminar () Deporte () Gimnasia () otros ()

Actividad física en estas dos últimas semanas durante más de 20 minutos

Escala **nominal**

Si () No ()

Tipo de actividad:

Caminar () Gimnasia suave () Juegos con poco esfuerzo () Correr ()
Deporte () otros ()

Alimentación

Definición Conceptual

Se define como un conjunto de acciones que permiten introducir en el organismo humano los alimentos, o fuentes de las materias primas que precisa obtener, para llevar a cabo sus funciones vitales (54).

Definición Operacional

Escala ordinal

Dieta: frecuencia de consumo de alimentos

- Diario
- 3 o más veces por semana
- 1 o 2 veces a la semana
- Menos de 1 vez a la semana
- Nunca o casi nunca

3.4. Técnicas e Instrumentos de la recolección de datos:

Técnicas

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

Instrumentos

En el presente informe de investigación se utilizó 1 instrumento para la recolección de datos que se detallan a continuación:

Instrumento No 01

El instrumento formo parte del cuestionario de la línea de investigación sobre los determinantes de la salud en Adultos elaborado por la investigadora científica la Dra. Enf. Vílchez Reyes María Adriana y consta de 2 partes y de 8 ítems relacionados al estilo de vida (Anexo N°01).

- La información de los factores bio sociodemográficos de los adultos del pueblo joven la Unión-Chimbote.
- Los estilos de vida de los adultos: hábitos personales (Tabaquismo, alcoholismo, actividad física, horas de sueño, frecuencia del baño), Alimentos que consumen.

Control de Calidad de los datos:

Se basó en el control realizado al instrumento de determinante de la salud de la línea de investigación, desarrollado por la Dra. Enf. Vílchez Reyes María Adriana, directora de la línea de investigación, determinantes en la salud de las personas, mediante criterio de jueces expertos.

Se realizó reuniones y se facilitó a los participantes como jueces la información respecto a la matriz de operacionalización de la variable y la propuesta del cuestionario, para su análisis y socialización de las opiniones, posteriormente cada participante emitió las observaciones realizadas al cuestionario propuesto, las cuales proporcionaron realizar los ajustes necesarios a los enunciados y categorías de respuestas de las preguntas relacionadas a los determinantes de la salud.

EVALUACIÓN CUANTITATIVA:

Validez de contenido: Basado en el control realizado al instrumento de determinante de la salud de la línea de investigación, desarrollado por la Dra. Enf. Vílchez Reyes María Adriana, directora de la línea de investigación, determinantes en la salud de las personas; se exploró mediante la calificación por medio de criterio de expertos, diez en total, acerca de la pertinencia de los reactivos en relación al constructo evaluado por dimensiones. Para efectos de este análisis, se utilizó para la evaluación de la validez de contenido la fórmula de V de Aiken (Penfield y Giacobbi, 2004).

$$V = \frac{\bar{x} - \diamond}{\diamond}$$

Dónde:

\bar{x} : Es la media de las calificaciones de los jueces en la muestra.

\diamond : Es la calificación más baja posible.

\diamond : Es el rango de los valores posibles.

El coeficiente V de Aiken total es 0,998, indico la herramienta para probar si es válido para recabar información respecto a los determinantes de la salud en adultos (Anexo N°02)

Confiabilidad

Confiabilidad inter evaluador

Basado en el control realizado al instrumento de determinante de la salud de la línea de investigación, desarrollado por la Dra. Enf. Vílchez Reyes María Adriana, directora de la línea de investigación, determinantes en la salud de las personas; se aplicó el cuestionario a las adolescentes por distintos investigadores el mismo día de la entrevista, permitiendo ver que no hay algún cambio, se llevó a cabo a un pequeño grupo para la evaluación del instrumento.

A través del Coeficiente de Kappa se estudió el porcentaje de concordancia entre los entrevistadores, un valor a partir de 0,8 se considera muy bueno para evaluar la confiabilidad Inter evaluador (Anexo N°03).

3.5 Plan de Análisis.

3.5.1 Procedimientos de la recolección de datos:

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

- Se informó y se pidió el consentimiento de los adultos del pueblo joven la Unión-Chimbote, haciendo hincapié que los datos recolectados y resultados obtenidos mediante su participación fueron estrictamente confidenciales.
- Se coordinó con los adultos del pueblo joven la Unión-Chimbote, para su disponibilidad y el tiempo para la fecha de la aplicación de los dos instrumentos.
- Se procedió y aplicó los instrumentos a cada adulto del pueblo joven la Unión-Chimbote, Chimbote, 2020.
- Se realizó lectura del contenido o instrucciones de la escala y del cuestionario para llevar a cabo las respectivas entrevistas.
- Los instrumentos fueron aplicados en un tiempo de 20 minutos, las respuestas fueron marcadas de manera personal y directa.

3.5.2. Procesamiento y Análisis de datos:

Los datos serán ingresados a una base de datos de Microsoft Excel para luego ser exportados a una base de datos en el software SPSS versión 20, para su respectivo procesamiento. Para el análisis de los datos se construirán tablas de distribución de frecuencias absolutas y relativas porcentuales. Así como sus respectivos gráficos estadísticos.

3.6. Matriz de Consistencia.

TITULO	ENUNCIADO DEL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECIFICOS	METODOLOGIA
Estilo de vida como determinante de la salud en adultos del pueblo joven la Unión_Chimbote, 2020.	¿Cuáles son las características del estilo de vida en adultos del pueblo joven la Unión-Chimbote, 2020.	Caracterizar el estilo de vida como determinante de la salud en adultos del pueblo joven la Unión-Chimbote, 2020.	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar hábitos personales como: tabaquismo, alcoholismo y actividad física, como determinante de la salud en adultos del pueblo joven la Unión-Chimbote • Identificar el estilo de alimentación como determinante de la salud en adultos del pueblo joven la Unión-Chimbote 	<p>Tipo:</p> <p>Cuantitativa y descriptiva.</p> <p>Diseño:</p> <p>De una sola casilla.</p> <p>Técnica:</p> <p>Entrevista</p> <p>Observación.</p>

3.7. Principios éticos

El presente estudio de investigación fue aplicado bajo los principios éticos que rigen la actividad investigativa ULADECH, Católica versión 002, Aprobado por acuerdo del Consejo Universitario. Los instrumentos se respetarán y cumplirán los criterios éticos de la investigación (55).

Anonimato: Se aplicó el cuestionario a los adultos, indicándoles que la investigación será anónima y que será con fines de la investigación.

Protección a las personas: Se respetó la dignidad humana, la identidad, la diversidad, la confidencialidad y la privacidad de los adultos de la investigación.

Beneficencia y no maleficencia: Se basó en el bienestar del entrevistado, sin causar daño y disminuir los posibles efectos adversos y maximizar los beneficios a los adultos en la investigación.

Justicia: Se tomó las precauciones necesarias, así mismo se reconoció la equidad y la justicia a los adultos, que participaron en la investigación derecho a acceder a sus resultados.

Integridad científica: Se evaluó y declaro daños, riesgos y beneficios potenciales que pudieran afecta al adulto.

Consentimiento informado y expreso. Se contó con la manifestación de voluntad, informada, libre, inequívoca y de los adultos (Anexo 04).

RESULTADOS

4.1. Resultados

4.1.1 DETERMINANTES DE LOS ESTILOS DE VIDA

TABLA 1.
ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTES DE LA SALUD EN ADULTOS DEL PUEBLO JOVEN LA UNION CHIMBOTE, 2020.

Fuma actualmente:	N	%
Si fumo, diariamente	00	00,0
Si fumo, pero no diariamente	00	00,0
No fumo, actualmente, pero he fumado antes	03	25,0
No fumo, ni he fumado nunca de manera habitual	08	75,0
Total	12	100,0
Frecuencia de consumo de bebidas alcohólicas	N	%
Diario	00	00,0
Dos a tres veces por semana	00	00,0
Una vez a la semana	00	00,0
Una vez al mes	00	00,0
Ocasionalmente	06	50,0
No consumo	06	50,0
Total	12	100,0
N° de horas que duerme	N	%
[06 a 08]	12	100,0
[08 a 10]	00	00,0
[10 a 12]	00	00,0
Total	12	100,0
Frecuencia con que se baña	N	%
Diariamente	00	00,0
4 veces a la semana	12	100,0
No se baña	00	00,0
Total	12	100,0
Se realiza algún examen médico periódico, en un establecimiento de salud	N	%
Si	02	16,7
No	10	83,3
Total	12	100,0
Actividad física que realiza en su tiempo libre	N	%
Caminar	00	42,5
Deporte	00	53,9
Gimnasia	01	08,3
No realizo	11	91,7
Total	12	100,0

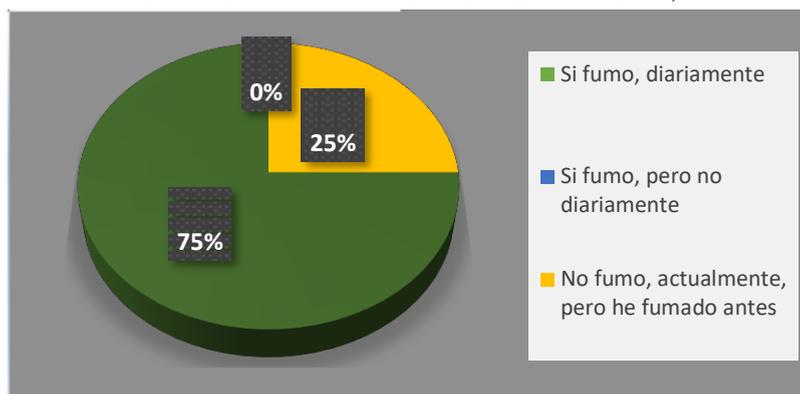
En las dos últimas semanas que actividad física realizó durante más de 20 minutos	N	%
Caminar	06	50,0
Gimnasia suave	00	00,0
Juegos con poco esfuerzo	00	00,0
Correr	00	00,0
Deporte	00	00,0
Ninguna	06	50,0
Total	12	100,0

FUENTE: Cuestionario de determinantes de la salud en los Adultos del Pueblo Joven la Unión Chimbote, 2020. Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana. Directora de la presente línea de Investigación

GRAFICOS DE LOS DETERMINANTES DE LOS ESTILOS DE VIDA

GRÁFICO 01

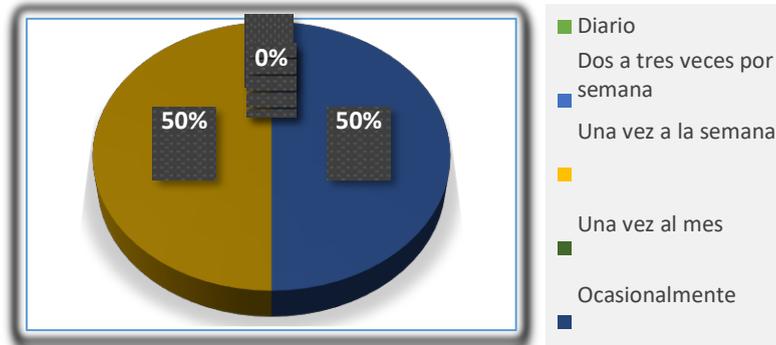
GRÁFICO SEGÚN HÁBITO DE FUMAR DE LOS ADULTOS DEL PUEBLO JOVEN LA UNIÓN CHIMBOTE, 2020



Fuente: Cuestionario de determinantes de la salud en los Adultos del Pueblo Joven la Unión Chimbote, 2020. Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana. Directora de la presente línea de Investigación

GRÁFICO 2

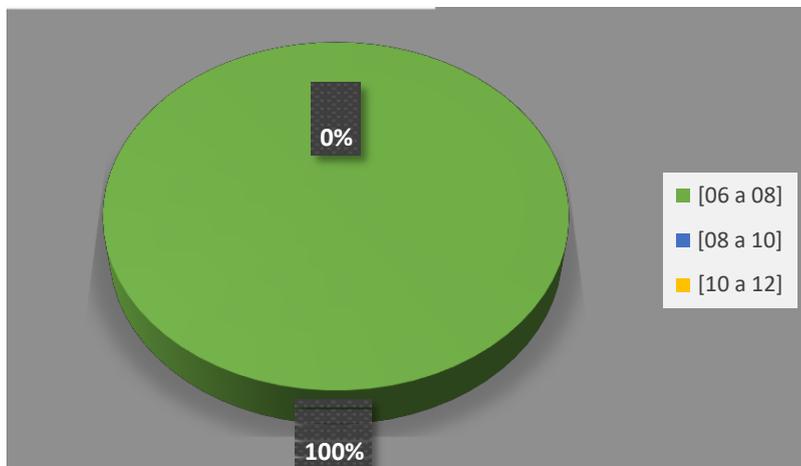
GRÁFICO SEGÚN FRECUENCIA CON QUE INGIEREN BEBIDAS ALCOHÓLICAS LOS ADULTOS DEL PUEBLO JOVEN LA UNIÓN CHIMBOTE, 2020



Fuente: Cuestionario de determinantes de la salud en los Adultos del Pueblo Joven la Unión Chimbote, 2020. Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana. Directora de la presente línea de Investigación

GRÁFICO 3

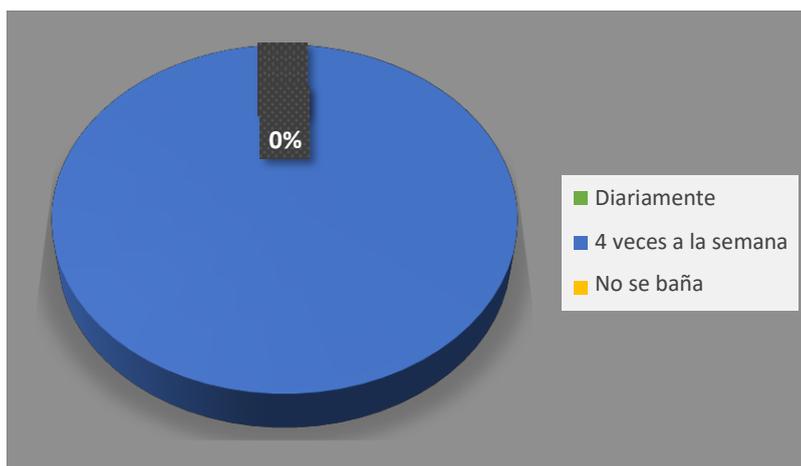
GRÁFICO SEGÚN NÚMERO DE HORAS QUE DUERMEN ADULTOS DEL PUEBLO JOVEN LA UNIÓN CHIMBOTE, 2020



Fuente: Cuestionario de determinantes de la salud en los adultos del Pueblo Joven la Unión Chimbote, 2020. Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana. Directora de la presente línea de Investigación

GRÁFICO 4

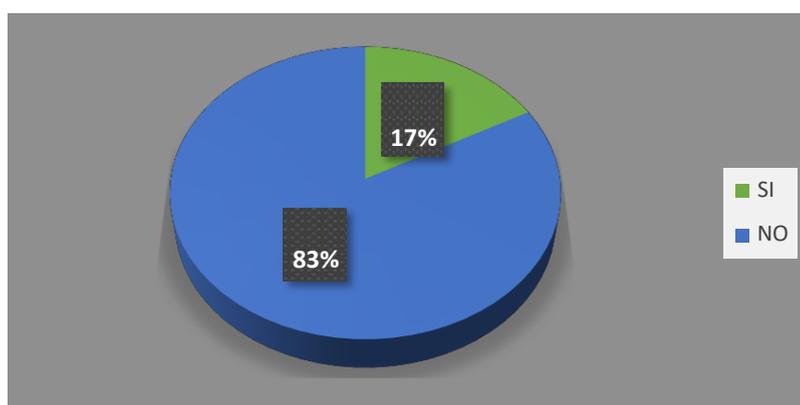
GRÁFICO SEGÚN FRECUENCIA CON LA QUE SE BAÑAN
LOS ADULTOS DEL PUEBLO JOVEN LA UNIÓN
CHIMBOTE, 2020



Fuente: Cuestionario de determinantes de la salud en los adultos del Pueblo Joven la Unión Chimbote, 2020. Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana. Directora de la presente línea de Investigación

GRÁFICO 5

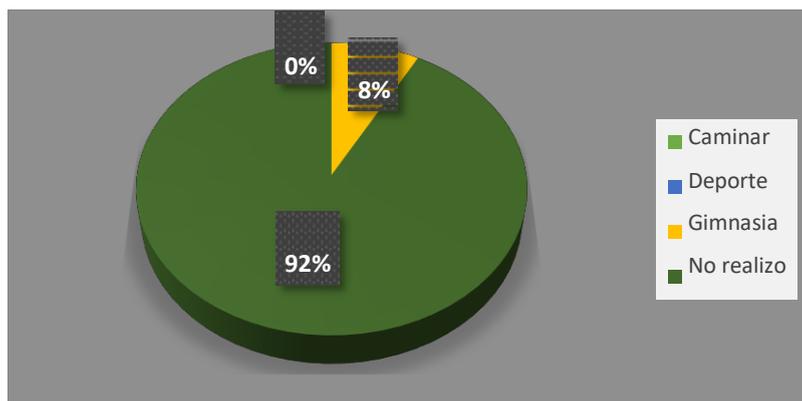
GRÁFICO SEGÚN EXAMEN MÉDICO PERIÓDICO EN UN
ESTABLECIMIENTO DE SALUD DE LOS ADULTOS DEL
PUEBLO JOVEN LA UNIÓN CHIMBOTE, 2020



Fuente: Cuestionario de determinantes de la salud en los adultos del Pueblo Joven la Unión Chimbote, 2020. Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana. Directora de la presente línea de Investigación

GRÁFICO 6

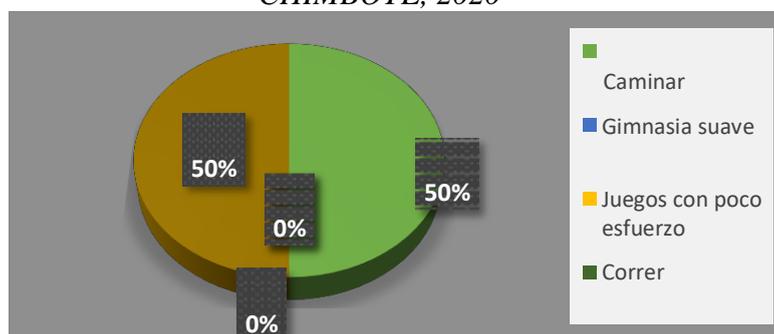
GRÁFICO SEGÚN ACTIVIDAD FÍSICA QUE REALIZAN EN SU TIEMPO LIBRE ADULTOS DEL PUEBLO JOVEN LA UNIÓN CHIMBOTE, 2020



Fuente: Cuestionario de determinantes de la salud en los adultos del Pueblo Joven la Unión Chimbote, 2020. Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana. Directora de la presente línea de Investigación

GRÁFICO 7

GRÁFICO SEGÚN LAS DOS ÚLTIMAS SEMANAS QUE REALIZARON ACTIVIDAD FÍSICA DURANTE MAS DE 20 MINUTOS LOS ADULTOS DEL PUEBLO JOVEN LA UNIÓN CHIMBOTE, 2020



Fuente: Cuestionario de determinantes de la salud en los adultos del Pueblo Joven la Unión Chimbote, 2020. Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana. Directora de la presente línea de Investigación

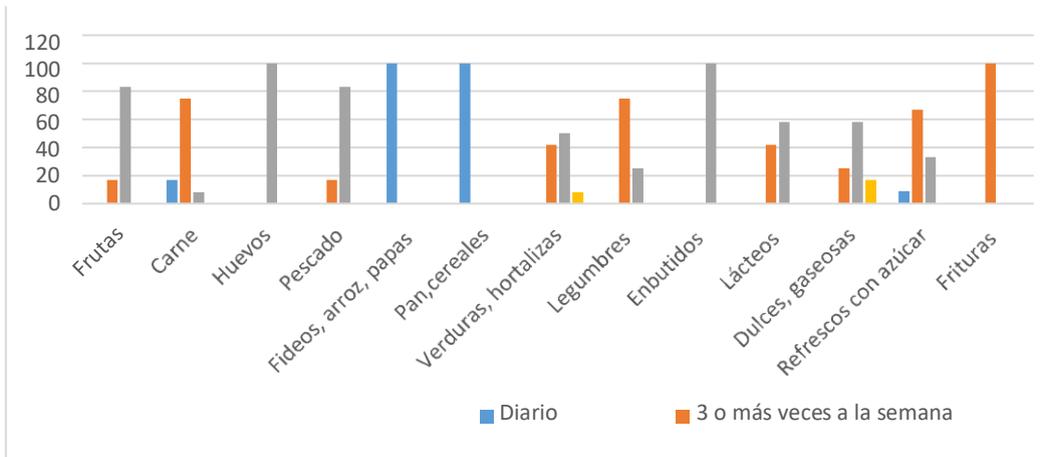
TABLA 2
ESTILOS DE VIDA EN RELACION A LA ALIMENTACIÓN COMO
DETERMINANTES DE LA SALUD EN ADULTOS DEL PUEBLO JOVEN
LA UNION CHIMBOTE, 2020.

Alimentos que consume	Diario		3 o más veces a la semana		1 o 2 veces a la semana		Menos de 1 vez a la semana		Nunca o casi nunca		Total
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	
Frutas	00	00,0	02	16,7	10	83,3	00	00	00	00	12 100
Carne	02	16,7	09	75,0	01	08,3	00	00	00	00	12 100
Huevos	00	00,0	00	00,0	12	100,0	00	00	00	00	12 100
Pescado	00	00,0	02	16,7	10	83,3	00	00	00	00	12 100
Fideos, arroz, papas	12	100,0	00	00,0	00	00,0	00	00	00	00	12 100
Pan, cereales	12	100,0	00	00,0	00	00,0	00	00	00	00	12 100
Verduras, hortalizas	00	00,0	05	41,7	06	50,0	01	8,3	00	00	12 100
Legumbres	00	00,0	09	75,0	03	25,0	00	00	00	00	12 100
Enbutidos Enlatados	00	00,0	00	00,0	12	100,0	00	00	00	00	12 100
Lácteos	00	00,0	05	41,7	07	58,3	00	00	00	00	12 100
Dulces, gaseosas	00	00,0	03	25,0	07	58,3	01	16,7	00	00	12 100
Refrescos con azúcar	00	00,0	08	66,7	04	33,3	00	00	00	00	12 100
Frituras	00	100,0	12	100,0	00	00	00	00	00	00	12 100

FUENTE: Cuestionario de determinantes de la salud en los Adultos del Pueblo Joven la Unión Chimbote, 2020. Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana. Directora de la presente línea de Investigación

GRÁFICO N°8

GRÁFICO SEGÚN CONSUMO DE ALIMENTOS LOS ADULTOS DEL PUEBLO JOVEN LA UNIÓN CHIMBOTE, 2020



Fuente: Cuestionario de determinantes de la salud en los adultos del Pueblo Joven la Unión Chimbo, 2020. Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana. Directora de la presente línea de Investigación

4.2 Análisis de resultados

Tabla 01: Del 100% (12) de adulto mayor del pueblo joven la Unión-Chimbote, el 75% (8) no fuma, ni ha fumado de manera habitual; en cuanto las bebidas alcohólicas el 50% (6) de los adultos mayores no consumen, el 100%(12) Duermen de 6 a 8 horas ,el 100% (12) se baña 4 veces por semana, el 83,3%(10) no se realizan chequeos médicos en un establecimiento de salud, el 91,7% (11) no realizan actividad física como caminar; el 50% camino más de 20 minutos en las últimas dos semanas.

Estos resultados son similares a la investigación por De la Cruz M, (56). Donde el 78% no fuma actualmente, pero ha fumado antes, el 54,3% no consumen alcohol, así mismo se asemeja a la investigación por Coronado E, (57). Donde reporta que el 81% no fuma actualmente, pero ha fumado antes, el 57% no consumen bebidas alcohólicas. Sin embargo, difiere con los resultados de Jorge C, De la Cruz J, (58). Donde refiere que el 53% no fuma actualmente, pero si ha fumado antes, el 82% consumen bebidas alcohólicas ocasionalmente.

Se entiende por estilos de vida al conjunto de modelos, son hábitos usuales de la persona, así mismo son conductas individuales que se aprende a lo largo de la vida, el estilo de vida, se va aprendiendo a lo largo de la vida de cada persona, jugando

El fumar tabaco en exceso, como el tabaco, la nicotina, son totalmente nocivos para la salud de la persona, el simple hecho de que la persona fume alguna de esta sustancia nociva, la persona se le hace complicado dejar de realizar esta

actividad, dado que la nicotina que contiene en el cigarro que da adicción, por lo que los consumidores si se someten a terapias de rehabilitación podrían dejar de consumirlo (60).

Ahora bien el alcohol, actúa dependiendo el organismo, por ejemplo no le afectaría mucho a un adulto joven, que a un adulto mayor, ya que estos causan un estado de ebriedad mucho más rápida, la cual puede ocasionar caídas, accidentes y fracturas, a comparación de un adulto joven y maduro que de por sí, son capaces de tomar por horas, aun así demoran en marearse.

Al analizar las variables del consumo de alcohol y el tabaco, son conocidas como sustancias psicoactivas, siendo drogas legales solo en algunos países, ya que en algunos no se prohíbe el uso de tal, hoy en día, un cigarrillo o alcohol, se puede obtener con facilidad en cada esquina, ya que se volvió muy comercial con la moda en los adolescentes, es por ello que existe mucha perdición en adultos jóvenes, maduros que sin control de sus padres, lamentablemente desvían su camino, por el consumo de estas sustancias y descuidan sus estudios a su vez el esfuerzo de sus padres y de ellos mismos.

Se puede observar, que la mayoría de los adultos no fuman, ni han fumado de manera habitual, lo cual indica la satisfacción de buenos hábitos de vida, sin embargo un porcentaje significativa de adultos, refieren que si han fumado antes, lo que se relaciona con malos hábitos y costumbres adoptando a lo largo de sus vida, sabiendo que el consumo del cigarro o tabaco puede causar enfermedades respiratorias, y proporcionando a largo plazo dificultad para

respirar, así mismo el consumo de bebidas alcohólicas trae problemas al riñón, hígado, garganta e incluso la cirrosis.

Estos resultados son similares a la investigación de Moreno V, (61). Donde reporta que el 98% duermen entre 6 a 8 horas, el 98% se bañan 4 veces por semana, el 84% no se realizan examen médico, así mismo se asemeja a la investigación por Milla P, (62). Donde manifiesta que el 94% duerme entre 6 a 8 horas, el 93% se bañan 4 veces por semana, sin embargo difiere con los resultados de Iberico P, Meza A, (63). Donde refiere que el 46% refiere dormir entre 6 a 8 horas, el 75% se bañaba de forma diaria y el 73% refiere asistir a un establecimiento de salud.

Descansar, es indispensable para la reposición de energía de nuestro cuerpo y a su vez lograr una adecuada calidad de vida de las personas, al estar sin descanso por varias horas será perjudicial para la salud, crearía insomnio, cansancio y estrés en la persona, lo ideal para las personas sería descansar entre 6 a 8 horas al día, para recuperar energía y solventar el resto del día con mucha tranquilidad (64).

Al observar la variable del sueño se entiende que los adultos descansan entre 6 a horas al día, lo cual es beneficiosos para la salud de ellos, ya que duermen las horas normales, favoreciendo su descanso y logrando así costumbres y hábitos de vida saludable que será beneficioso para sus vidas, ya que nadie le gustaría sufrir de insomnio, es una alteración de sueño que si se complica, se controla mediante medicamentos, lo cual puede afectar directamente a su salud.

Como podemos observar, la totalidad de los adultos, refieren que descansan entre 6 a 8 horas al día, lo cual es fundamental para favorecer al recargamiento de energía, que se desgasta durante el día, si el cuerpo no descansa, esto influiría en los labores de estos adultos, quizás disminuyendo su capacidad de atención, intelectual de alguna habilidad, ya que se entiende que el cansancio es un desgaste de energía y por lo tanto el cuerpo necesita un descanso de al menos 6 horas, para favorecer a una calidad de vida adecuada.

En cuanto el baño, es la actividad de aseo de la piel del individuo, destruyendo microorganismos, bacterias y malos olores, situados en el cuerpo, entre más limpios más protegidas están, este procedimiento se puede realizar durante todos los días de la semana o quizás dejando un día, lo importante es la limpieza y sentirse aseado con la finalidad de sentirse bien consigo mismo (65).

Al analizar la variable de baño, los adultos en estudio lo realizaban 4 veces por semana, lo cual es importante para la higiene del cuerpo, a su vez el relajamiento para omitir algunos problemas cotidianos durante 10 minutos, en el caso de los adultos que referían que contaban con baños manifestaban que se bañaban de esa manera proporcionan relajación por varios minutos, logrado un bienestar personal.

Como podemos observar, la totalidad de los adultos, se bañaban 4 veces a la semana, sin embargo no referían que no era siempre lo mismo, ya que en tiempos de frío, omitían esta actividad, por miedo a enfermarse de las vías respiratorias, por lo que la frecuencia de baño semanal disminuye 2 o 3 veces por semana, lo cual indican que no descuidan su aseo, lo cual son conscientes de las

consecuencias de no bañarse, como oler mal, siendo perjudicial para sus trabajos según referían, no se sentirían cómodos, si les sucediera eso.

Se entiende, por chequeo médico a la actividad que se realiza la persona para el descarte de alguna enfermedad, lo cual están vinculados a sus malos hábitos y comportamientos adoptados a lo largo de sus vidas, así mismo adquiridos de forma genética, la realización de un chequeo general, es fundamental para lograr encontrar de forma oportuna alguna anomalía o enfermedad a tiempo y pueda ser tratada de forma exitosa sin perjudicar la salud del individuo (66).

Se puede observar, que la mayoría de los adultos no se realizaban examen médicos en algún establecimiento de salud, lo cual según referían estaba lejos y por falta de tiempo no lo hacían, que el trabajo no les daba oportunidad de visitar el centro de salud, sin saber las consecuencia a largo y corto plazo de no realizarse examen médicos y la importancia que tiene para la salud, sin embargo un porcentaje significativo refiere que si se realizan exámenes médicos, según referían se daban el tiempo para visitar el establecimiento, porque consideran importante que el personal profesional de la salud, logre evaluarlos y lograr saber su estado en general y si existiera alguna patología u anomalía, poder actuar conforme lo decida el profesional de la salud.

Estos resultados son similares a la investigación de Dioses C, (67). Donde reporta que 87% no realizan actividad física, el 95% consumen fideos, cereales de forma diaria, el 75% carne 3 o más veces a la semana, 83 % frutas 1 o 2 veces por semana, así mismo se asemeja a la investigación por Benites C, (68).

Donde reporta que el 85% no realiza actividad física, el 94% refiere que consumen fideos, arroz cereales, el 74% consumen frutas 1 a 2 veces por semana, sin embargo, difiere con los resultados de Vacacela J, (69). Donde refiere que el 53% si realizaban actividad física, el 55% consumen frutas de forma diaria, el 57% consumen huevos 3 a más veces a la semana, el 68% lácteos 1 o 2 veces por semana.

La actividad física, es el punto para una vida saludable. Las personas adultas que son activas físicamente tienen un menor riesgo de desarrollar problemas como obesidad, hipertensión, osteoporosis, diabetes, depresión, cáncer de colon. Mejora el estado de ánimo ayuda a reducir el estrés. Aumenta el grado de energía y mejora la productividad de la persona (70).

El hecho de no practicar deporte de forma regular y moderada tiene graves consecuencias para la salud, como el aumento de la obesidad o la aparición de hipertensión, diabetes, daños en las articulaciones, colesterol y otras patologías derivadas del sedentarismo graves para la salud de las personas, asimismo aumentan las posibilidades de sufrir un aumento de la frecuencia cardiaca y disminuciones de la resistencia física y del volumen sanguíneo. Está claro que la vida sedentaria es perjudicial y que debemos practicar ejercicio, pero hemos de hacerlo de forma regular (71).

Así mismo se observó que menos la mitad realizaban actividad física, como caminar más de 20 minutos al día, ya que por realizar sus diversas tareas cotidianas o ir a trabajar o estudiar, no podían realizarlo, menos de la mitad no han realizado actividad física las últimas semanas por lo que no les alcanzaba el tiempo, pero refieren que caminan para ir al trabajo al menos 5 minutos.

Así mismo los adultos, no realizan actividad física, esto podría ser causa de que en su mayoría son mujeres, y por ende se dedican al cuidado de sus hijos y se ocupan como amas de casa, o trabajan en otras actividades, lo cual ocupa la mayoría de su tiempo, aunque esto no es una excusa para no practicar la actividad física. Por otro lado, los varones se dedican a trabajar muchos de ellos refieren, que ocupan el mayor tiempo en sus trabajos y la actividad física que realizan es mínima. Por lo tanto, la falta de actividad física en este grupo etario, es negativa y por lo tanto puede conllevar a presentar problemas de obesidad, sobrepeso o enfermedades no trasmisibles por lo manifestado anteriormente.

Por lo tanto, se concluye que en relación a los estilos de vida, de los adultos en el pueblo joven la Unión-Chimbote, se puede evidenciar malos, hábitos, costumbres y comportamientos de parte de esta comunidad lo cual, es un factor negativo para sus vida, ya que pueden esta propenso a contraer alguna enfermedad a corto o largo plazo, lo cual sería malo en relación a su calidad de vida. Por ello es importante identificar a tiempo asistiendo a un centro de salud, para que el personal de salud pueda intervenir oportunamente y a la vez pueda mejorar la calidad de vida de los adultos.

Por consiguiente, se puede coordinar con las autoridades, municipios, para que se realicen campañas de la mano del Puesto de Salud “Clas la Unión, para la realización de campañas médicas, de forma gratuita, para optimizar y facilitar la conservación de salud de estas personas, con la finalidad de hacer uso de conciencia y la importancia que es asistir al centro o puesto de salud más cercano a sus viviendas, para lograr descubrir patologías a tiempo y poder actuar ante ellas.

Tabla 2: Los adultos del pueblo joven la Unión-Chimbote, en alimentos que consume, el 100% (12) consume fideos, arroz, papas, pan cereales, frituras, 3 o más veces a la semana el; 100% (12) consume embutidos y enlatados; 75% (9) consume carne, legumbres, el 66,7% (8) refrescos con azúcar, 1 o 2 veces a la semana el 83,3%(10) consume frutas, pescado, el 50%(6) verduras, hortalizas, el 58,3(7) lácteos, dulces, gaseosas, menos de 1 ves a la semana 8,3% (01) verduras, hortalizas, el 16,7(01) dulces, gaseosas.

Según la Organización Mundial de la salud, analizamos que una dieta que consume bajos de grasas saturadas, azúcar y sal, y mayor consumo de hortalizas y frutas, además de la práctica regular de alguna actividad física, contribuirá a reducir las altas tasas de muerte y enfermedades crónicas (72).

La alimentación define la salud de las personas, su crecimiento y su desarrollo. La alimentación debe contener una cantidad suficiente de los diferentes macro y micronutrientes para cubrir la mayoría de las necesidades fisiológicas. Éstas se hallan influenciadas por factores como el sexo, la edad, el estado fisiológico, la composición corporal, la actividad física y las características de cada individuo (73).

Las frutas son importantes elementos en a alimentación diaria, ya que aportan carbohidrato, fibras, vegetales, tan importantes que ayudan a mejorar el funcionamiento del organismo, son quizás los alimentos mas llamativos de colore y de distintas formas, pero sin embargo forman parte con mayor cantidad de sustancias naturales y nutrientes muy beneficiosas para la salud (74).

La mayoría de los adultos consumían frutas de 1 a 2 veces a la semana, es importante ingerir frutas, esto debería formar parte de los hábitos alimenticios de todas las personas, especialmente por los adultos mayores, ya que son muchos los beneficios de los cuales se puede sacar provecho para gozar de un buen estado de salud, además son muy efectivos en las dietas y en la medicina natural.

Con el transcurrir del tiempo son más las personas mayores que conocen lo crucial que son las frutas para la alimentación ya que éstas son una buena forma de prevenir y curar enfermedades y tratar otras patologías del organismo

Carne roja es toda la carne muscular de los mamíferos, incluyendo carne de res, ternera, cerdo, cordero, caballo y cabra. La carne procesada se refiere a la carne que ha sido transformada a través de la salazón, el curado, la fermentación, el ahumado, u otros procesos para mejorar su sabor o su conservación. La mayoría de las carnes procesadas contienen carne de cerdo o carne de res, pero también pueden contener otras carnes rojas, aves, menudencias o subproductos cárnicos tales como la sangre (75).

La mayoría de los adultos consumía de 2 a 3 veces por semana carnes, se sabe que un excesivo consumo de carnes rojas se ha asociado tradicionalmente con el riesgo de desarrollar enfermedades cardiovasculares, aumento del colesterol total, gota y ciertos tipos de cáncer. No obstante, recientes estudios han puesto en manifiesto la asociación entre el consumo de los diferentes tipos, formas e ingredientes de las carnes y el incremento del riesgo de mortalidad.

El pescado es un alimento muy completo. Aporta proteínas de alto valor biológico y ácidos grasos esenciales (sobre todo en el caso del pescado azul). De

ahí que médicos y nutricionistas recomiendan su consumo, al menos, dos o tres veces a la semana. Si eres de las que le cuesta incorporarlo a su dieta, te damos unas cuantas razones por las que comer pescado regularmente es beneficioso para tu salud (76).

La mayoría de los adultos consumían pescado de 1 a 2 veces a la semana, es importante el consumo del pescado en el adulto. Es muy común que aquellos que están haciendo una dieta para bajar de peso creen que los alimentos ricos en hidratos de carbono como las pastas, la papa, el arroz y el pan están terminantemente prohibidos porque engordan. Sin embargo, esta es una creencia errónea. A pesar de que las pastas, el pan, las papas o el arroz presentan un alto porcentaje de hidratos de carbono en su composición, no es conveniente eliminarlos por completo de nuestra alimentación diaria, aún si estamos buscando bajar de peso. Lo ideal es incluirlos, pero en forma moderada.

Las verduras y las hortalizas aportan muchos beneficios desde el punto de vista nutricional y previniendo enfermedades. Son sobre todo importantes porque regulan el tránsito intestinal y porque las vitaminas que aportan modulan muchos procesos metabólicos. Todos los vegetales tienen un alto porcentaje de agua, y destacan también por su contenido de hidratos de carbono, minerales y vitaminas. Sin embargo, tienen muy pocas proteínas y grasas. Hasta hace poco tiempo, y debido a la bajo aporte calórico y proteico de las verduras, éstas se consideraban como productos alimenticios de interés relativo. Después del descubrimiento de las vitaminas, estos alimentos se han situado en un lugar importante de la nutrición del hombre (75).

Menos de la mitad de los adultos consumían 3 o más veces a la semana, verduras y hortalizas, ya que es importante porque forma parte de una dieta para personas mayores y se debe incluir un consumo mínimo de dos raciones de verduras y hortalizas al día, así como de al menos 3 raciones de frutas entre comidas. Las verduras para la tercera edad son vitales, ya que aportan nutrientes necesarios que ayudarán a tener un mejor proceso de digestión y a mantenerse saludable.

Para facilitar el proceso de masticación, los vegetales deben estar cocidos y preparados en forma de puré, mientras que las frutas pueden consumirse en forma natural si están bien maduras y suaves, en caso contrario en compotas, zumos o batidos, pero sin que estos incluyan azúcares procesados en su preparación.

De acuerdo a los adultos, consumían mayor proporción de carbohidratos siendo uno de los factores negativos y con respecto al consumo de carnes respondían que comían 3 o más veces a la semana, así mismo que consumían pescado, al otro día o suplantaban con huevo pero nunca había un proteína que faltase en el almuerzo, y la mitad consumían verduras al menos 1 a 2 veces por semana, por lo tanto no se puede estar hablando de una alimentación balanceada, ya que una alimentación balanceada, cuando hablamos de comida balanceada nos referimos a las porciones arroz, carnes y verduras, que aporta los nutrientes esenciales que necesita nuestro cuerpo para que realice una buena función

Sin embargo, los adultos consumían alimentos poco saludables y la falta de ejercicios posiblemente puede deteriorar o afectar su salud desencadenando

enfermedades como la obesidad, sedentarismo, hipertensión, diabetes, enfermedades cardiovasculares entre otras. Por ello es importante identificar a tiempo para que el personal de salud pueda intervenir oportunamente y a la vez pueda mejorar la calidad de vida de los adultos.

V. CONCLUSIONES

- En los determinantes de estilo de vida en relación a los hábitos personales: La totalidad duerme entre 6 a 8 horas, se bañan 4 veces a la semana, la mayoría no realizan actividad física, la mayoría no se realizan examen médico periódico en un establecimiento de salud, no fuma, ni ha fumado nunca de manera habitual, la mitad consume bebidas alcohólicas ocasionalmente y caminaron durante 20 minutos las últimas semanas. Llegamos a la conclusión que hay un riesgo de desarrollar enfermedades ya que la mayoría no realiza actividad física y no se a

realizado un examen médico lo cual es perjudicable para su salud de las personas y no poder prevenir enfermedades de corto o largo plazo.

- En los determinantes de estilo de vida en relación a la alimentación, la totalidad consumen fideos, papas, arroz, pan, cereales de forma diaria y un porcentaje significativo carnes, la mayoría consume legumbres, refrescos con azúcar 3 a más veces por semana, la totalidad embutidos enlatados, la mayoría consume frutas, pescado, más de la mitad lácteos, dulces, gaseosa, la mitad verduras 1 a 2 veces por semana,

ASPECTOS COMPLEMENTARIOS

Recomendaciones

De acuerdo a las conclusiones obtenidas en el presente estudio se sugiere lo siguiente:

- Coordinar y sensibilizar a los adulto, para que por medio de estos resultados puedan coordinar, elaborar y ejecutar, realizando estrategias para mejorar la calidad de vida de la población, también para su respectiva socialización de análisis crítico y sensibilización de la realidad investigada, puesto que la salud del grupo de las personas

encuestadas está en riesgo a desencadenar un sin número de enfermedades en un futuro

- Así mismo realizar esta investigación en diferentes campos del pueblo joven la Unión y al obtener esos resultados, permitiría mejorar el estilo de vida de los adultos jóvenes de manera que sirva para concientizar a los pobladores a tomar conciencia y mantener estilo de vida saludable y mantener un hábito de vida adecuado.
- Se recomienda a los profesionales del Puesto de Salud “Clas la Unión, realizar la capacitación y fomentar la educación sanitaria a la población para motivar la adopción de estilos de vida saludable.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Obesidad y sobrepeso [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
2. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
3. Organización Mundial de la Salud. Tabaco [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
4. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>

5. Organización Mundial de la Salud. Alcohol [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/alcohol>
6. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/alcohol>
7. Organización Mundial de la Salud. El consumo nocivo de alcohol mata a más de 3 millones de personas al año, en su mayoría hombres[Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
<https://www.who.int/es/news-room/detail/21-09-2018-harmful-use-of-alcohol-kills-more-than-3-million-people-each-year--most-of-them-men>.
8. <https://www.who.int/es/news-room/detail/21-09-2018-harmful-use-of-alcohol-kills-more-than-3-million-people-each-year--most-of-them-men>.
9. Organización Mundial de la Salud. Maltrato de las personas mayores[Base e datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/elder-abuse>
10. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/elder-abuse>
11. Organización Mundial de la Salud. 10 datos sobre la actividad [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
https://www.who.int/features/factfiles/physical_activity/es/.
12. Federación Iberoamericana de Asociaciones de Personas Adultas Mayores América Latina envejece a pasos de gigante[Base De datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
<https://fiapam.org/america-latina-envejece-a-pasos-de-gigante/>
13. <https://fiapam.org/america-latina-envejece-a-pasos-de-gigante/>
14. Organización Panamericana de la Salud. Últimos “Indicadores Básicos” de la OPS arrojan luz sobre la situación de salud en las Américas[Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:

15. Granda C. Reporte de Economía Laboral [Base De datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
16. https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/EMPLEO/2018/Marzo-2018/Informe_Economia_laboral-mar18.pdf
17. Ministerio de la Salud. Análisis de Situación de Salud del Perú 2019 [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
18. https://www.dge.gob.pe/portal/docs/asis/Asis_peru19.pdf
19. Encuesta Demografica y de Salud familiar. Encuesta Demografica y de Salud familiar. 2018. [Base De datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
20. https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1656/index1.html
21. . Instituto Nacional de Estadística e Informática ,Indicadores de resultados de los programas presupuestales.Primer semestre2019[Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
22. https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2019/ppr/Indicadores_de_Resultados_de_los_Programas_Presupuestales_ENDES_Primer_Semestre_2019.pdf
23. Instituto Peruano de Economía. Áncash: avances en salud[Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
24. <https://www.ipe.org.pe/portal/ancash-avances-en-salud/>
25. Gobierno Regional de Áncash. Informe de gestión 2018 [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:

26. <https://regionancash.gob.pe/infor-gesti-2018.pdf>
27. Red pacifico Norte. Puesto de Salud “Clas la Unión”.2019
28. Romero Z, Bernardino J. Factores asociados a la calidad de vida de los adultos mayores en el Estado de México[Tesis] Universidad Autónoma del Estado México.Facultad De Salud.Mexico.2017.
29. <http://www.scielo.org.mx/pdf/pp/v23n93/2448-7147-pp-23-93-59.pdf>
30. Plaza A. Estilo de vida de los adultos mayores en la sede social del Instituto Ecuatoriano Seguridad Social de la Ciudad de Esmeraldas[Tesis para la obtención del Título profesional de Enfermería] Universidad Catolica del Ecuador de Esmeraldas. Escuela de Enfermería.Ecuador,2017.
31. <https://repositorio.pucese.edu.ec/bitstream/123456789/1301/1/PLAZA%20CABEZAS%20%20ALBA%20GISSELA.pdf>.
32. . Flores I, León I, Estilos de vida en los adultos mayores que asisten al centro gerontológico del cantón Yanzatza, año 2015[Tesis de Grado previa a la obtención del Título de licenciada en Enfermería]Universida Nacional de Loja.Area de la Salud.Ecuador.2019.
33. <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/handle/123456789/12625>
34. León P. Estilos de vida, factor socioeconómico y el gasto de bolsillo en salud de los adultos ,2018[Tesis para el grado de Doctor en Ciencias de la Salud]Universidad Veracruzana.Ciencias de la Salud.Ecuador.2015
35. <https://cdigital.uv.mx/bitstream/handle/123456789/42514/PavonLeonPatricia.pdf;jsessionid=4067D3992A850EB3DEF1187D167E3FA3?sequence=1>

36. Rodriguez Y. Determinantes de la salud de los adultos maduros del mercado ‘‘Modelo’’- La Esperanza, 2016.[Tesis para optar el titulo profesional de Licenciada en Enfermeria] Universidad Catolica Los Angeles Chimbote.Facultad Ciencias de la Salud.2019.
37. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/12048>
38. Menacho I. Estilo de Vida en Beneficiarios del Club de Adultos Mayores del Programa Integral Nacional para el Bienestar Familiar del distrito de Villa El Salvador – 2016[Tesis para optar el grado académico en Magister en Gestion Publica] Universidad Cesar Vallejos.Escuela de PosGrado.Perú.2016
39. http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/8236/Cajahuaringa_VDPTY.pdf?sequence=1&isAllowed=y
40. Exaltación N. Determinar las Prácticas de Estilos de Vida de la Estrategia Sanitaria de Daños No Transmisibles de un establecimiento de salud de Huánuco, 2016[Tesis para optar el Título profesional de Licenciada en Enfermeria] Universidad de Huanuco.Facultad de Ciencias de la Saud.Perú 2016.
41. <https://core.ac.uk/reader/80293090>
42. Mendoza N, Col. Estilos de vida del adulto mayor en el centro de salud callao, callao–2017[Tesis] Universidad de Ciencias y Humanidades.Facultad de Ciencias de la Salud.
43. <http://repositorio.uch.edu.pe/handle/uch/195>
44. . Murillo G. Determinantes de la salud en adultos del Asentamiento humano San Pedro - Chimbote, 2017 [Tesis para optar el título profesional de

Licenciada en Enfermería] Universidad Católica Los Angeles
Chimbote.Facultad Ciencias de la Salud.2018.

45. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/5177>

46. Jara E. Estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos, en el Centro Poblado Tambo Real Nuevo, Santa, 2017. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería] Universidad Católica Los Angeles Chimbote.Facultad Ciencias de la Salud.2018

47. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/5551>

48. Arellano I. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto Mayor-Casa Grande, 2019 [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería] Universidad Católica Los Angeles Chimbote.Facultad Ciencias de la Salud.2019

49. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/11116>

50. Organización mundial de la Salud. Determinantes sociales de la salud [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:

51. https://www.who.int/social_determinants/es/

52. Organización Panamericana de la Salud. El Honorable Marc Lalonde [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:

53. <https://www.paho.org/es/heroes-salud-publica/honorable-marc-lalonde>

54. Pages A. Factores Determinantes de la Salud [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:

55. <https://www.sac.org.ar/wp-content/uploads/2018/04/factores-determinantes-de-la-salud.pdf>
56. Wilson J. Estilos de vida y Promoción de la Salud: material didáctico [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
57. <https://grupo.us.es/estudiohbsc/images/pdf/formacion/tema4.pdf>
58. Avila M. Hacia una nueva Salud Pública: Determinantes de la Salud [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
59. <https://www.scielo.sa.cr/pdf/amc/v51n2/art02v51n2.pdf>
60. Navarro I. Salud y determinantes de salud [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
61. <https://www.scielo.sa.cr/pdf/amc/v51n2/art02v51n2.pdf>
62. Arrechadora. Nola Pender: Biografía y Teoría [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
63. <https://www.lifeder.com/nola-pender/>
64. Meiriño J, Vasquez M. Nola Pender [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
65. <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/nola-pender.html>
66. Aristizabal H. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
67. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=36608>

68. Pérez C. Modelo de promoción de la salud Nola pender [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
69. <https://es.slideshare.net/carlosperezguzman/modelo-de-promocin-de-la-salud-nola-pender>
70. Salas A. Alimentación Saludable[Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
71. <http://www.fao.org/3/am401s/am401s02.pdf>
72. Organización Mundial de la Salud. Actividad física[Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
73. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
74. Martínez R. La salud : ¿una responsabilidad individual o social? [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
75. <https://www.easp.es/web/blogps/2018/12/04/la-salud-una-responsabilidad-individual-o-social/>
76. Marina I. ¿Qué es Autorrealización? [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
77. <https://sermasyo.com/que-es-autorrealizacion/>
78. Falcon. Definicion de Redes.[Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
79. <https://definicion.de/red-de-apoyo/>
80. Avila E. Manejo del estrés.[Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:

81. <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001942.htm>
82. Arella R. La segmentación por Estilos de Vida ha tomado más fuerza hoy [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
83. <https://infomercado.pe/rolando-arellano-la-segmentacion-por-estilos-de-vida-ha-tomado-mas-fuerza-hoy/>
84. Castañeda K. Conductas saludables [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
85. <https://www.euskadi.eus/informacion/conductas-saludables/web01-a2osabiz/es/>
86. Organización Mundial de la Salud. Envejecimiento y salud [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
87. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/envejecimiento-y-salud>
88. Alvarez D. Día de la Enfermería: la importancia de una profesión clave para salvar vidas [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
89. <https://www.infobae.com/salud/2019/11/21/dia-de-la-enfermeria-la-importancia-de-una-profesion-clave-para-salvar-vidas/>
90. Coelho F. Qué es Metodología de la investigación: [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
91. <https://www.significados.com/metodologia-de-la-investigacion/>
92. Valdez A. Metodología de la Investigación [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:

93. <https://explorable.com/es/metodologia-de-la-investigacion>
94. Gomez S. Metodología de la Investigación [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
95. http://www.aliat.org.mx/BibliotecasDigitales/Axiologicas/Metodologia_de_la_investigacion.pdf
96. Visbal L. Metodología de la Investigación [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
97. <https://instituciones.sld.cu/ih/metodologia-de-la-investigacion/>
98. Hernández R. Metodología de la Investigación [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
99. <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
100. Prat A. El estilo de vida como determinante de la salud [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
101. https://www.fbbva.es/microsites/salud/tlfb_librosalud_ficha_5.html
102. Ferreira A. Nutrición y salud Información nutricional [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
103. <https://www.5aldia.org/apartado-h.php?ro=752&sm=192>
104. Investigación CI de É en. Código de ética para la investigación. Universidad Católica Los Ángeles Chimbote [Internet]. 2016 Jan 25 [cited

2019 Jul 2]; Available from:

<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/7455>

105. De la Cruz M. Determinantes de salud de los adultos del centro poblado Huanchac - sector “D” Independencia – Huaraz, 201[Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería] Universidad Católica Los Angeles Chimbote.Facultad Ciencias de la Salud.2018
106. http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/4287/A_DULTO_DETERMINANTES_DE_LA_CRUZ_POMA_MANUELA_ZARA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
107. Determinantes de la salud en adultos del centro del adulto mayor. Victor Larco Essalud _ Trujillo, 2016[Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería] Universidad Católica Los Angeles Chimbote.Facultad Ciencias de la Salud.2019
108. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/14572>
109. Jorge C, De la Cruz J. Efectividad del programa “Viva mejor con más salud” en la mejora de los conocimientos y prevención de los factores de riesgo del síndrome metabólico en adultos de una iglesia cristiana, La Era – Lurigancho – Chosica 2016[Tesis]Universidad Peruana Union.Perú.2017
110. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/375/C%c3%a1rmen_Tesis_bachiller_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y
111. Quispe O. Los Estilos de Vida (EdV)[Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
112. <https://www.arellano.pe/estilos-de-vida/>

113. Mendoza F. ¿Cómo produce sus efectos el tabaco? [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
114. <https://www.drugabuse.gov/es/publicaciones/serie-de-reportes/adiccion-al-tabaco/como-produce-sus-efectos-el-tabaco>
115. Moreno V. Determinantes de salud de los adultos del centro poblado de Antaraca – Acopampa – Carhuaz, 2018. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería] Universidad Católica Los Angeles Chimbote.Facultad Ciencias de la Salud.2019
116. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/14572>
117. Milla P. Determinantes de salud de los adultos de la comunidad de Paria-sector San Martín, 2015[Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería] Universidad Católica Los Angeles Chimbote.Facultad Ciencias de la Salud.2019
118. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/5630>
119. Iberico P, Meza A. Factores relacionados a los estilos de vida en adultos asistentes a Iglesias Adventistas de Ñaña del distrito de Lurigancho-Chosica, 2020[Universidad Peruana Union. Facultad de Ciencias de la Salud [Tesis] Perú.2020
120. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/2985/Pablo_Tesis_Licenciatura_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y
121. Villa O. La importancia del sueño y dormir bien) [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:

122. <https://www.discapnet.es/areas-tematicas/salud/guias-y-articulos-de-salud/especial-sobre-el-sueno>
123. Ministerio de Salud. Higiene y cuidado del cuerpo [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
124. http://salud.mendoza.gov.ar/wp-content/uploads/sites/16/2014/09/higiene_cuidado_cuerpo.pdf
125. Nieto C. Chequeos médicos: cuáles hacerse y a qué edad [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible:
126. <https://cuidateplus.marca.com/bienestar/2018/10/31/chequeos-medicos-cuales-hacerse-edad-167848.html>
127. Dioses C. Estilos de Vida y Factores socioculturales en pacientes Adulto, Centro de Salud La Matanza Piura - 2018. [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería]Universidad San Pedro.Facultad Ciencias de la Salud. Perú.2018.
128. http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/1831/Tesis_60127.pdf?sequence=1&isAllowed=y
129. Benites C. Determinantes de la salud en adultos maduros. asentamiento humano Villa Magisterial - Nuevo Chimbote, 2016[Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería] Universidad Catolica Los Angeles Chimbote.Facultad Ciencias de la Salud.2019
130. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/8553>

131. Vacacela J. Determinantes de salud de mayor incidencia en la población ecuatoriana[Tesis] Unoiversidad Tecnica de Machala. Unidad Academica de Ciencias Quimicas y de la Salud.Ecuador.2018.
132. http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/12590/1/E-7532_VACACELA%20GUAM%C3%81N%20JAVIER%20ALBERTO.pdf
133. Organización Mundial de la Salud. Actividad física[Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible
134. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
135. Zigor M. ¿Qué son la actividad física, el ejercicio y el deporte? [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible
136. <https://fundaciondelcorazon.com/ejercicio/conceptos-generales/3150-que-son-la-actividad-fisica-el-ejercicio-y-el-deporte.html>
137. . Organización Mundial de la Salud. Alimentación sana [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible
138. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
139. Calañas C. Alimentación saludable basada en la evidencia [Base de datos en línea] [Actualizado el 25 de julio del 2020] URL Disponible
140. <https://www.elsevier.es/es-revista-endocrinologia-nutricion-12-articulo-alimentacion-saludable-basada-evidencia-13088200>

ANEXO N° 01

INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE**

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

**CUESTIONARIO SOBRE LOS DETERMINANTE DE ESTILO DE VIDA DE
ADULTOS**

Elaborado por Vélchez Reyes Adriana

DATOS DE IDENTIFICACION:

Iniciales o seudónimo del nombre de la Persona.....

Dirección.....

I. DETERMINANTES DE LOS ESTILOS DE VIDA

1. Actualmente fuma?

- Si fumo, diariamente ()
- Si fumo, pero no diariamente ()
- No fumo actualmente, pero he fumado antes ()
- No fumo, ni he fumado nunca de manera habitual ()

2. ¿Con qué frecuencia ingiere bebidas alcohólicas?

- Diario ()
- Dos a tres veces por semana ()
- Una vez a la semana ()
- Una vez al mes ()
- Ocasionalmente ()
- No consumo ()

3. Número de horas que duerme:

- De 6 a 8 horas. ()
- De 8 a 10 horas. ()
- De 10 a 12 horas. ()

4.Cuál es la frecuencia con la que se baña:

- Diariamente ()
- 4 veces a la semana ()
- No se baña ()

5. Usted realiza examen médico periódico

- Si ()
- No ()

6. Usted realiza alguna actividad física:

- Caminar ()
- Deporte ()
- Gimnasia ()
- No realizo ()

7. Usted realizo Actividad física en estas dos últimas semanas durante más de 20 minutos

- Caminar ()

- Gimnasia suave ()
- Juegos con poco esfuerzo ()
- Correr ()
- Deporte ()
- Ninguna ()

2. DIETA:

¿Con qué frecuencia usted y su familia consumen los siguientes alimentos?

Alimentos:	Diario	3 o más veces a la semana	1 o 2 veces a la semana	Menos de una vez a la semana	Nunca o casi nunca
Fruta					
Carne (Pollo, res, cerdo, etc.)					
Huevos					
Pescado					
Fideos, arroz, papas.....					
Pan, cereales					
Verduras y hortalizas					
Legumbres					

Embutidos, enlatados					
Lácteos					
Dulces, gaseosas					
Refrescos con azúcar					
Frituras					

ANEXO N° 02

VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL CUESTIONARIO:

EVALUACIÓN CUALITATIVA

Basado en el control realizado al instrumento de determinante de la salud de la línea de la investigación, desarrollado por la Dra. Enf. Vílchez Reyes María Adriana, directora de la línea de investigación, determinantes en la salud de las personas, mediante criterio de jueces expertos.

En su oportunidad se realizaron reuniones y se facilitó a los participantes como jueces la información respecto a la matriz de operacionalización de la variable y la propuesta del cuestionario, para su análisis y socialización de las opiniones, posteriormente cada participante emitió las observaciones realizadas al cuestionario propuesto, las cuales proporcionaron realizar los ajustes necesarios a los enunciados y categorías de respuestas de las preguntas relacionadas a los determinantes de la salud en el adulto

EVALUACIÓN CUANTITATIVA:

Validez de contenido: Se exploró mediante la calificación por medio de criterio de expertos, diez en total, acerca de la pertinencia de los reactivos en relación al constructo evaluado por dimensiones. Para efectos de este análisis, se utilizó para la evaluación de la validez de contenido la fórmula de V de Aiken (Penfield y Giacobbi, 2004).

$$V = \frac{x - \diamond}{\blacklozenge}$$

Dónde:

\bar{x} Es la media de las calificaciones de los jueces en la muestra.

\diamond : Es la calificación más baja posible.

\blacklozenge : Es el rango de los valores posibles.

Procedimiento llevado a cabo para la validez:

1. Se solicitó la participación de un grupo 10 jueces expertos del área de Salud.
2. Se alcanzó a cada uno de los expertos la “Ficha de validación del cuestionario sobre los determinantes de la salud en los adultos del pueblo joven la unión Chimbote, 2021”
3. Cada experto para cada ítem del cuestionario respondió a la siguiente pregunta:

¿El conocimiento medido por esta pregunta es...

 - esencial?
 - útil pero no esencial?
 - no necesaria?

4. Una vez llenas las fichas de validación, se anotó la calificación que brindaron cada uno de los expertos a las preguntas
5. Luego se procedió a calcular el coeficiente V de Aiken para cada una de las preguntas y el coeficiente V de Aiken total. (Ver Tabla 1)
6. Se evaluó que preguntas cumplían con el valor mínimo (0,75) requerido teniendo en cuenta que fueron 10 expertos que evaluaron la validez del contenido. De la evaluación se obtuvieron valores de V de Aiken de 0,998 a 1 (ver Tabla 2)

Tabla 1

V de Aiken de los ítems del Cuestionario sobre determinantes de la salud en adolescentes de 10 a 19 años en el Perú.

Nº	V de Aiken	Nº	V de Aiken
1	1,000	18	1,000
2	1,000	19	1,000
3	1,000	20	0,950
4	1,000	21	0,950
5	1,000	22	1,000
6.1	1,000	23	1,000
6.2	1,000	24	1,000
6.3	1,000	25	1,000
6.4	1,000	26	1,000
6.5	1,000	27	1,000

6.6	1,000	28	1,000
7	1,000	29	1,000
8	1,000	30	1,000
9	1,000	31	1,000
10	1,000	32	1,000
11	1,000	33	1,000
12	1,000	34	1,000
13	1,000	35	1,000
14	1,000	36	1,000
15	1,000	37	1,000
16	1,000	38	1,000
Coefficiente V de Aiken total			0,998

El coeficiente V de Aiken total es 0,998, este valor indica que el instrumento es válido para recabar información respecto a los determinantes de la salud en los Adultos del Pueblo Joven la Unión Chimbote, 2020.

ANEXO N° 03

EVALUACIÓN DE LA CONFIABILIDAD:

Confiabilidad interevaluador

Se aplicó el cuestionario a los adultos, por distintos investigadores el mismo día de la entrevista, permitiendo que ver que no hay algún cambio. y se llevara a cabo por un pequeño grupo de 15 adultos

A través del Coeficiente de Kappa se estudia el porcentaje de concordancia entre los entrevistadores, un valor a partir de 0,8 se considera muy bueno para evaluar la confiabilidad interevaluador.



ANEXO N°4

**UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA PROFESIONAL
DE ENFERMERÍA**

CONSENTIMIENTO INFORMADO

TÍTULO:

**ESTILO DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD EN
ADULTOS DEL PUEBLO JOVEN LA UNIÓN-CHIMBOTE, 2020.**

Yo,
acepto participar voluntariamente en el presente estudio, señalo conocer el propósito de la Investigación. Mi participación consiste en responder con veracidad y de forma oral a las preguntas planteadas. La investigadora se compromete a guardar la confidencialidad y anonimato de los datos, los resultados se informarán de modo general, guardando en reserva la identidad de las personas entrevistadas. Por lo cual autorizo mi participación firmando el presente documento.

FIRMA

.....

Muchas gracias, por su colaboración

ORE MOYA

INFORME DE ORIGINALIDAD

11%

INDICE DE SIMILITUD

11%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

0%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.uladech.edu.pe

Fuente de Internet

11%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 4%

Excluir bibliografía

Activo