



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE**

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

**FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES
DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL
COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE
VIDA DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO
HUMANO MIRAFLORES ALTO_ CHIMBOTE, 2021**

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

AUTORA

VASQUEZ LOPEZ, LIZBETH ESTEFANI

ORCID: 0000-0003-2309-5244

ASESORA

REYNA MARQUEZ, ELENA ESTHER

ORCID ID: 0000-0002-4722-1025

CHIMBOTE_ PERÚ

2023

2. EQUIPO DE TRABAJO

AUTORA

Vásquez López, Lizbeth Estefani

ORCID: 0000-0003-2309-5244

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

ASESORA

Reyna Márquez, Elena Esther

ORCID: 0000-0002-4722-1025

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

JURADOS

Romero Acevedo, Juan Hugo

ORCID: 0000-0003-1940-0365

Cerdán Vargas, Ana

ORCID: 0000-0001-8811-7382

Ñique Tapia, Fanny Rocío

ORCID: 0000-0002-1205-7309

3. HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR

Dr: Romero Acevedo, Juan Hugo
PRESIDENTE

Mgter: Cerdán Vargas, Ana

MIEMBRO

Mgter: Ñique Tapia, Fanny Rocío

MIEMBRO

Mgr. Reyna Márquez, Elena Esther
ASESORA

4. AGRADECIMIENTO

Primeramente, doy gracias a Dios por guiar y alumbrar mi camino, por darme salud, porque nunca me dejó sola siempre estuvo a lado mío guiándome por el camino del bien y que pueda culminar con todas mis sueños y anhelos. Por no dejarme en los momentos más difíciles de mi vida, y por ayudarme a salir adelante siempre.

Doy gracias a mi universidad los ángeles de Chimbote y a cada uno de los docentes por su gran empeño y esfuerzo que hacen cada día para formar grandes profesionales y competitivos. Por esa paciencia y amor que ponen a su trabajo y que siempre luchan por sacar adelante a los estudiantes de las diferentes carreras universitarias.

LIZBETH VASQUEZ

DEDICATORIA

Les dedico esta tesis a mis padres Hugo y Elena y a mis hermanos Carlos, Thalía y Jhiser por su amor y apoyo incondicional durante todo este ciclo académico por sus enseñanzas y por sus consejos.

A mi esposo Albert por siempre estar ahí apoyándome y a mi Hijo Esteban mi mayor motivación para poder terminar con éxito este trabajo de investigación

A mi Mamita Julia y a mi Papito Alejandro por su cariño, motivación y confianza sus ánimos, y su gran apoyo por confiar siempre y estar siempre orgullosos.

LIZBETH VASQUEZ

ÍNDICE DE CONTENIDO

	Pág.
1. CARÁTULA	i
2. EQUIPO DE TRABAJO.....	ii
3. HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR	iii
4. HOJA DE AGRADECIMIENTO Y DEDICATORIA	iv
5. ÍNDICE DE CONTENIDO	vii
6. ÍNDICE DE GRÁFICOS Y TABLAS	ix
7. RESUMEN Y ABSTRACT... ..	x
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. REVISIÓN DE LITERATURA.....	10
2.1. Antecedentes	10
2.2. Bases teóricas de la investigación	14
III. HIPÓTESIS	22
IV. METODOLOGÍA	23
4.1. Diseño de la investigación.....	23
4.2. Población y muestra	23
4.3. Definición y operacionalización de variables e indicadores	24
4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	29
4.5. Plan de análisis	34
4.6. Matriz de consistencia.....	36
4.7 Principios éticos	38
V. RESULTADOS	40
5.1 Resultados	40
5.2 Análisis de resultados	54
VI. CONCLUSIONES.....	88
VII. RECOMENDACIONES.....	89
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	91
ANEXOS	104

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
TABLA 1: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO_ CHIMBOTE, 2021:.....	41
TABLA 2: ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO_ CHIMBOTE, 2021:.....	46
TABLA 3: ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO_ CHIMBOTE, 2021:.....	47
TABLA 4: RELACION ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS Y EL ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO- CHIMBOTE, 2021:.....	48
TABLA 5: RELACIÓN ENTRE ACCIÓN DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HU8MANO MIRAFLORES ALTO- CHIMBOTE, 2021.....	54

RESUMEN

La investigación es de tipo cuantitativo, correlacional, no experimental. Cuyo Objetivo: Determinar la relación entre los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida del adulto. Miraflores Alto_ Chimbote 2021. El universo muestral estuvo conformado por 110 adultos. Se aplicó 3 instrumentos, Cuestionarios sobre factores sociodemográficos, cuestionario sobre acciones de prevención y promoción y la escala de estilos de vida; la información se exportó a una base de datos en el Software SPSS Statistics 24.0. Se presentaron tablas simples, de doble entrada con sus gráficos. Para establecer la relación entre variables se utilizó la prueba de independencia de criterios Chi cuadrado Llegando a los siguientes resultados y conclusiones: En los factores sociodemográficos se encontró que el 53,6% sexo femenino, la edad es de 36 a 59 años 46,4 casados 49,15, ingreso económico de 650 a 850 soles 37,3% y 60,9% cuentan con seguro SIS; más de la mitad tienen acciones de prevención y promoción de las saludes inadecuadas; la mayoría tienen estilos de vida no saludables. Al realizar la prueba del chi cuadrado si existe relación entre el factor sociodemográfico: edad con la variable estilo de vida. Al realizar la prueba del chi cuadrado relación entre las acciones de prevención y promoción de la salud y estilos de vida en el adulto se observan que no existe relación estadísticamente entre las variables de estilo de vida.

Palabras claves: Factores sociodemográficos, prevención y promoción y estilos de vida

ABSTRACT

The research is quantitative, correlational, not experimental. Whose Objective: To determine the sociodemographic factors and the prevention and promotion actions associated with health behavior: adult lifestyles. Miraflores Alto_ Chimbote 2021. The sample universe consisted of 110 adults. 3 instruments were applied, Questionnaires on sociodemographic factors, Prevention and promotion actions and Lifestyles Questionnaire; the information was exported to a database in SPSS Statistics 24.0 Software. Simple, double-entry tables with their graphs were presented. To establish the relationship between variables, the Chi square criteria independence test was used with 95% reliability and significance of $p < 0.05$. Reaching the following results and conclusions In the sociodemographic factors it was found that 53.6% are female, the age is 36 to 59 years 46.4 married 49.15, income from 650 to 850 soles 37.3% and 60.9% have insurance SIS; more than half have inappropriate health promotion and prevention actions; most have unhealthy lifestyles. When performing the chi-square test, if there is a relationship between the sociodemographic factors: age with the lifestyle variable. When carrying out the chi square test, the relation between the actions of prevention and promotion of health and lifestyles in adults, it is observed that there is no statistical relationship between the lifestyle variables.

Keywords: sociodemographic factors, lifestyles, prevention and promotion

I. INTRODUCCIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) (1), refiere que la Promoción de la salud es un proceso que permite a las personas incrementar el control sobre su salud, este concepto se introdujo mediante la implementación de un proceso en donde los individuos, organizaciones, comunidades e instituciones trabajan juntos para crear un entorno que garantice una buena salud y un mejor bienestar de todos. En pocas palabras, la promoción de la salud promueve grandes cambios ambientales que ayudan a mejorar y proteger. Estos cambios incluyen grandes mejorías en las comunidades y en el sistema; por ejemplo, programas para garantizar el acceso a los servicios de salud y políticas para establecer parques para la actividad humana y la convivencia.

Las actividades de promoción de la salud involucran a múltiples actores, tanto sanitarios como no sanitarios, desde el entorno escolar hasta la industria alimentaria, por citar dos ejemplos, de diversas instituciones y organismos donde se involucra de una u otra forma en la promoción de estilos de vida saludables entre la población. Dentro del sector salud, todos los niveles de atención y profesionales están involucrados en la promoción de estos estilos de vida, principalmente a través del Consejo de Salud, pero los servicios de atención primaria son los principales ponentes y responsables de este nutrido grupo de actividades. La Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención de Enfermedades del SNS y los Portafolios de Servicios de la CCAA prevén un despliegue organizado de acciones que priorizan la promoción de hábitos saludables relacionados con la alimentación, la actividad física, el consumo de tabaco o alcohol

o la evitación de accidentes según la edad y estado de salud de las personas a las que se dirigen (2).

Por otro lado, la OMS (3), menciona que los estilos de vida son una forma general de vida que se basa en la interacción de los diferentes patrones individuales de conducta y sus condiciones de vida, todo esto se determina por sus características personales y factores socioculturales. Así mismo se incorpora una estructura social preventiva social de las enfermedades cardiovasculares o no transmisibles definidas por un conjunto de normas, valores, actitudes, conductas y hábitos. Los estilos de vida dependen mucho de las decisiones que el individuo toma acerca de su salud que le afecten o pongan en riesgo su salud al enfermarse o llegar a morir.

En Panamá en el año 2021, la Comisión de Alto Nivel para Mejorar el Sistema Público de Salud como parte de sus labores de mejora del sistema de salud, la entrega del "Libro de lineamientos y acciones para la implementación de la Propuesta operativa de promoción de la salud", este documento constituye una guía útil que permite al gobierno desarrollar políticas públicas, las cuales inciden en los determinantes sociales de la salud, a través de la promoción y prevención de la salud. Es decir, estas estrategias buscan reenfocar el concepto de salud, orientándolo hacia la prevención y la atención primaria con el objetivo de buscar mejoras en las condiciones de vida de las personas, así como reducir el impacto de las enfermedades (4).

En el año 2020 Argentina, uso las políticas de salud para brindar un mejor servicio de salud mediante la implementación de medidas mejores y más efectivas para prevenir enfermedades y evitar riesgos para la salud; para bajar las tasas de mortalidad más allá de la cobertura de salud a nivel universal, en busca del

bienestar social, dando prioridad a la población más vulnerable y más pobre en el respeto de los derechos a la salud de todas las personas; existen de estas acciones de prevención de enfermedades y promoción de la salud a nivel sectorial e intersectorial, para la reducción de las distintas enfermedades y así promover el desarrollo de la salud de la población en general; teniendo estas acciones para realizar de manera efectiva en las comunidades con buenos resultados (5).

Actualmente, en Chile muy poco se promueven acciones de Promoción de la Salud en los adultos, creando entornos no saludables e inadecuados estilos de vida, desde el 2020 la Estrategia Nacional de Salud ha venido disminuyendo poco a poco esta problemática, ya que, llega a ser un desafío sanitario con toda la población adulta de Chile, las Políticas Públicas de Salud plantean, reducir los factores de riesgo a causa del consumo de tabaco con un aproximado de 45%, consumo de alcohol un 40%, drogas 35%, obesidad y sobrepeso un 20%, sedentarismo 15% y conducta sexual 10%. Hasta el 2022 se ha logrado disminuir en un 5% los factores de riesgo en los adultos, pero no en su mayoría, lo cual siguen trabajando en ello (6).

Según el licenciado Castillo A. (13), decano del Colegio de Nutricionista del Perú,, dijo hasta enero de 2022, la obesidad se ha convertido en uno de los mayores problemas de salud en adultos aumentaron un 45% por la pandemia, esto se da que en el año 2020 por sedentarismo y consumo excesivo de alimentos no saludable (chatarra), esta condición es el aumento de la probabilidad de que puedan padecer cualquier tipo de enfermedades no trasmisibles como la diabetes, presión arterial alta y colesterol elevado, entre otras enfermedades, es por ello que hasta la fecha, se han observado muchos casos en adultos con cifras muy elevadas, como presión

arterial alta (35%), diabetes (28%), la mayoría de ellos son adultos mayores de 50 años.

En Perú en el 2021, con el fin de motivar y educar a la población en la prevención del cáncer, para esto el Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas (INEN) conformó un grupo de representantes de los distintos distritos de Lima capacitándolos como promotores de salud en prevenir cánceres. Según Javier Manrique, director ejecutivo del Departamento de Promoción de la Salud , Prevención y Control Nacional del Cáncer; Esta iniciativa se toma porque en muchas ocasiones la población no está adecuadamente informada sobre qué factores o causas que pueden generar la aparición del cáncer, otro problema es que no saben qué métodos o en qué lugares se puede hacer un diagnóstico oportuno ; estos promotores ofrecerán sesiones informativas sobre alimentación saludable, efectos del consumo de alcohol y sesiones de tabaco, entre otras que ayudan a prevenir el cáncer (8).

Así mismo el Instituto Nacional de Estadística E Informática (INEI) (9), el Perú tiene 4,14 millones de adultos mayores de 60 años, el 12,7% el total de adultos mayores de la población el 52,5% (2.168.000) son mujeres y el 47,5% (1.973.000) son hombres, a nivel nacional, 40.8% de los adultos mayores cuentan con seguro de salud Integral (SIS), EsSalud 39,1% y otro tipo de aseguradora en salud 6.2%. En cuanto al nivel educativo, el 36,8% de los adultos mayores cursan el nivel primario 26.8%, nivel secundario 23%, tienen educación superior, 13,4% no cuentan con ningún tipo de estudios.

En Lima hasta el 2021, solo el 39% de los adultos realizan algún deporte o ejercicios, mientras que el 61% mantienen una vida sedentaria, no practican ningún

deporte ni caminan, de acuerdo a la situación de la alimentación el 87,1% no consumen frituras, en cuanto a los adultos que padecen diabetes mellitus en Lima 4,6%, en la sierra 2,5% y en la selva 2,5%. Los adultos con hipercolesterolemia en la costa 23,7%, Lima Metropolitana, 20,2%, en relación al sobrepeso, el 51.8% de las personas mayores de 20 años tienen sobrepeso u obesidad con un (IMC>25), el 26,3% de la población nacional manifiestan haber fumado, el 96,1% de los peruanos encuestadas refieren haber bebido bebidas alcohólicas, el 21,2% padecen hipercolesterolemia prevalece más en mujeres con un 21,6% y en varones es menos con un 17,5% (10).

En Ancash, la Red de Atención Es Salud firmó un convenio con la Unidad de Gestión Local Santa (UGEL) en 2019 para realizar una evaluación integral de docentes que laboran en las distintas instituciones educativas de la provincia para determinar cuáles son los factores de riesgo que preocupan a los docentes y cómo se pueden prevenir las enfermedades. Las acciones que llevará a cabo Es Salud incluirán la realización de sesiones informativas para docentes, realizadas por funcionarios capacitados en promoción de la salud a través de las actividades de promoción y prevención previstas en el programa de reforma de vida (11).

Finalmente, en Chimbote, la promoción de la salud tiene como objetivo difundir contenidos de salud preventiva y promover la información a través de medios digitales, con la responsabilidad de mantener informados a todos los residentes sobre nuevos servicios de salud, asistencia, actividades internas y proyección, donde se realizarán acciones y esfuerzos para beneficiar a la población del con información de salud útil y efectiva. En Chimbote se toman medidas cautelares para prevenir enfermedades al brindar información a la población, así

como se brinda atención sobre los protocolos para evitar los contagios de COVID 19, brindándoles una atención de calidad por los profesionales de la salud (12).

En el Asentamiento Humano Miraflores Alto del distrito de Chimbote, habitan niños, jóvenes y adultos, este lugar cuenta con pistas y veredas, también cuentan con los recursos básicos que viene siendo, luz, Agua y desagüe, el Asentamiento Humano no cuenta con un local comunal, pero si cuentan con un polideportivo, y un lugar de juegos para que los niños y algunos adultos se van a divertir , existe tres instituciones educativas, el asentamiento humano cuenta con un centro de Salud “Miraflores Altos”, cerca de ello se encuentra un pequeño parque, a tres cuadras del parque se encuentra ubicado el mercado “Señor de los Milagros”, el cual se encarga de abastecer y beneficiar a los pobladores del mismo asentamiento, cuenta con varias iglesias evangélicas y anexos. En el asentamiento humano existe una antena telefónica, no cuentan con un campo abierto para el arrojamiento de basura, ya que el carro recolector de basura pasa semanalmente. Frente a lo expuesto se considera la importancia de realizar el proyecto en este lugar.

Por lo tanto, el Ministerio de Salud (MINSA) (13), ofrece los distintos tipos de paquetes de atención y dentro de ellos tenemos el paquete de atención al adulto que se dan dentro del establecimiento de salud Miraflores alto se brinda la atención de visitas domiciliarias, consejería, atención preventiva, temas educativos y atención del daño todos estos paquetes se vienen dando en el establecimiento de dicha jurisdicción de acuerdo a las necesidades.

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

¿Existe relación de los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: ¿Estilos de vida del adulto del Asentamiento Humano Miraflores Alto-Chimbote, 2021?

Para responder al siguiente problema, se planteó el siguiente objetivo general:

Determinar la relación de los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: Estilos de vida del adulto del Asentamiento Humano Miraflores Alto_ Chimbote, 2021.

Para responder al objetivo general, opte por los siguientes objetivos específicos:

Caracterizar los factores sociodemográficos del adulto del Asentamiento Humano Miraflores Alto_ Chimbote, 2021.

Caracterizar las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto del Asentamiento Humano Miraflores Alto_ Chimbote, 2021.

Caracterizar el comportamiento de la salud: Estilos de vida del adulto del Asentamiento Humano Miraflores Alto_ Chimbote, 2021.

Establecer la relación de los factores sociodemográficos asociados al comportamiento de la salud: Estilos de vida del adulto del Asentamiento Humano Miraflores Alto _ Chimbote, 2021.

Establecer la relación de las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: Estilos de vida del adulto del Asentamiento Humano Miraflores Alto _ Chimbote, 2021.

El estudio de investigación se propone porque en el Asentamiento Humano Miraflores Alto se ha observado que los adultos presentan problemas como: sedentarismo, estilos de vida no saludable y acciones inadecuadas en respecto a su salud.

Esta investigación se elaboró con la finalidad de mejorar a futuro la calidad de vida y el desarrollo Humano de los adultos, también es importante tomar en cuenta, que los adultos pasan gran parte de su tiempo en los espacios poco sociables como estar en casa, sin embargo, los centros educativos se encuentran restringidos a tratar los temas sobre factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: Estilos de vida del adulto. Para ver si los adultos son vulnerables a cualquier información que se deba brindar a través de distintas fuentes externas, dentro de las cuales se encuentra los medios de comunicación que producen una visión comercial, superficial, fragmentada y con una gran coherencia en los temas a tratar.

Así mismo esta investigación se justifica en el campo de la salud de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote ya que nos permite generar conocimiento para comprender mejor los problemas que afectan la salud de los adultos y a partir de ello proponer estrategias y soluciones. En ese sentido, la investigación está en función a la premisa que todo sistema de salud requiere cumplir puesto que ello contribuye con la prevención y control de los problemas sanitarios. Las investigaciones bien dirigidas y de adecuada calidad serán esenciales para lograr reducir las desigualdades, mejorar la salud de los adultos y acelerar el desarrollo socioeconómico de los países.

El presente estudio permitirá incentivar a los estudiantes de la salud de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, a investigar más sobre estos temas y su aplicación en políticas para mejorar estas variables, el único camino para salir del círculo de la enfermedad y la pobreza, llevando a construir un entorno cada vez más saludable. También ayuda a entender el enfoque de variables sociales y su

utilidad para una salud pública que persigue la equidad en salud y mejorando la salud de los adultos, en general, y promocionar su salud, en particular, implicando el reforzamiento de la acción comunitaria.

Esta investigación es necesaria para el Asentamiento Humano Miraflores Alto ya que contara con las diferentes conclusiones y recomendaciones que pueden contribuir a elevar la eficiencia del Programa Preventivo promocional de la salud en todos los ciclos de vida y reducir los factores de riesgo así como mejorar los determinantes sociales, permitiendo alimentar con información científica las acciones para el manejo y control de los problemas en salud y así mejorar las competencias profesionales en el área de la Salud Pública.

Estudio con enfoque cuantitativo, con diseño correlacional en donde se trabajó con una muestra de 110 personas adultas y para la recolección de datos se utilizó la entrevista y como instrumentos, cuestionarios debidamente validados, para el procesamiento de los datos se utilizó el programa SPSS y para la estadística inferencial, la prueba de independencia de criterios Chi cuadrado. Los resultados obtenidos en relación a los factores sociodemográficos, el 53.6% son de sexo masculino, el 50.9% son católicos, el 49.1% con grado de instrucción secundaria, el 49.1% son casados, el 34.5% son amas de casa y el 37.3% percibe de 650 a 850 nuevos soles; se obtuvo que el 44.5% tiene acciones adecuadas; el 65.5% presentan estilos de vida saludable. Se concluye que si existe relación entre el factor sociodemográfico: edad con la variable estilo de vida. No existe relación entre las acciones de prevención y promoción de la salud y estilos de vida.

II. REVISIÓN DE LA LITERATURA

2.1 Antecedentes

Los antecedentes referidos al estudio de investigación, con este tema de gran importancia y que de alguna manera contribuirán a su desarrollo vemos a continuación.

Antecedentes a nivel Internacional

Cedeño M, (14) en su investigación titulada: “Rol del Profesional de Enfermería como Educador Sanitario; Prevención de la Diabetes en Adulto Mayor, Centro de Salud Cisne N° 2 Guayaquil 2018”. Tuvo como objetivo, evaluar el conocimiento que poseen los adultos mayores que acuden al centro de salud Cisne N° 2, acerca de la prevención de la diabetes mellitus. La metodología fue cuantitativa con enfoque descriptivo de corte transversal. La investigación tuvo como resultado, se reflejan que el 15% se realiza exámenes cada año y el 5% nunca, el 80%, afirma poseer familiares que presenten esta enfermedad, el 40% indica que no llevan una alimentación saludable para prevenir la diabetes mellitus. La investigación concluyo que existe desconocimiento de los adultos mayores sobre las complicaciones que puede conllevar la Diabetes Mellitus.

Cangui P, (15) en su investigación titulada: “Repercusión de la Promoción de Salud sobre la Prevención de Hipertensión Arterial en Adultos, en el Centro de Salud San Buenaventura- México 2017”. Tuvo como objetivo: Determinar la prevalencia de hipertensión arterial y principales factores de riesgo. La Metodología fue cuantitativo, de tipo no experimental y con corte transversal. Cuyo resultado fue que el 71% tiene

una vida sedentaria, ya que el tiempo no les permite y solo el 29% hace actividad física. La investigación concluyo, que solo los adultos mayores que son propensos a adquirir esta enfermedad, sino que hay adultos jóvenes, de edad media y adultos mayores con Hipertensión Arterial

Plaza, A. (16) en su investigación titulada: “Estilo de vida de los Adultos Mayores en la Sede Social del Instituto Ecuatoriano Seguridad Social de la Ciudad de Esmeralda - Ecuador, 2017”. El objetivo fue identificar los estilos de vida de los Adultos mayores, así como los hábitos alimentarios, en relación con sus estilos de vida, y a su vez el estilo de vida saludable en relación con la longevidad. La metodología fue cuantitativa, descriptivo, con un diseño de corte transversal, la muestra que utilizó es de 40 adultos mayores. Cuyos resultados fueron: El 62% de los estudiados tiene una buena alimentación, así como el 65% con actividad física adecuada según su edad y enfermedades concomitantes. La investigación concluyo que existe un buen desarrollo de la actividad asistencial en dicha Institución, gozándolos adultos mayores de una buena calidad de vida, avalado por hábitos alimentarios y de vida saludables, con una adecuada actividad física y recreativa.

Antecedentes a nivel Nacional

Sánchez C, (17) en su investigación titulada “Cuidados de enfermería en la promoción y determinantes de la salud de los adultos del centro poblado Toclla_Huaraz, 2019”. Cuyo objetivo fue describir la relación entre los cuidados de enfermería en la promoción y los determinantes de la salud de los adultos del centro poblado de Toclla. La metodología fue cuantitativa, descriptivo. Tuvo como resultados que los cuidados de enfermería en la

promoción son inadecuados; más de la mitad son de sexo femenino, adultos maduros, menos de la mitad refiere que no fuman, en la totalidad no recibió apoyo social 13 natural. Se concluye que realizando el cruce de variables se encontró que estas no se relacionan significativamente de manera estadística.

Saavedra J, (18) en su investigación titulada: “Factores sociodemográficos y eventos de vida tempranos asociados con la felicidad en adultos de Lima Metropolitana, 2020”. Cuyo Objetivo fue: Estimar los factores sociodemográficos y eventos de vida tempranos asociados con la felicidad en adultos de Lima Metropolitana. La Metodología fue cuantitativa descriptiva. Tuvo como resultados: el 29,9 % de los adultos, la felicidad se asoció con el sexo, estado civil, pobreza y nivel de instrucción. Los estilos de crianza asociados con menor felicidad fueron: el 61,7% las conductas de rechazo y las actitudes machistas y con mayor felicidad: el calor emocional. No se encontró asociación con prácticas de crianza de sobreprotección o favoritismo. Se concluye cuán importante el desarrollo 14 de programas intensivos en los primeros años de vida que estimulen estilos de crianza y ambientes de desarrollo saludables.

Pujay E, (19) en su investigación titulada: “Acciones de Prevención y promoción de la salud relacionados con los estilos de vida de los adultos pescadores del desembarcadero pesquero artesanal-Salaverry, 2020”, cuyo objetivo fue: Explicar la relación entre las acciones de prevención y promoción de la salud y los estilos de vida de los adultos pescadores. La metodología fue cuantitativo explicativo, correlacional y de corte

transversal. Cuyo resultado fue que la mayoría tiene un nivel bajo de estrategias de salud; y la mayoría de los adultos tiene estilo de vida saludable. Concluyendo que, a pesar que las personas tienen un bajo nivel de promoción de la salud presentan estilos de vida saludable, lo cual si existe relación entre la promoción y prevención de la salud con el estilo de vida.

Antecedentes a nivel Local

Huaman J, (20) en su investigación titulada: “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Ricardo Palma, Chimbote - 2019”. Su objetivo, determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto del Asentamiento Humano Ricardo Palma asociados al comportamiento de la salud: Estilos de vida y Apoyo social. Metodología es de tipo cuantitativo, correlacional-transversal y no experimental. Resultado la mayoría son de sexo femenino; tienen estilos de vida saludables. Se concluye que al realizar la prueba chi cuadrado no existe relación con el sexo, pero si con las otras variables y con el apoyo social.

Paz E, (21) en su Investigación Titulada: “Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Asentamiento Humano_Villa Magisterial II Etapa_Nuevo Chimbote, 2019”. Cuyo objetivo fue: Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto. La Metodología es cuantitativo, correlacional, transversal. Como resultado, de 153 adultos, más

de la mitad es femenino, grado de instrucción secundaria, el ingreso económico es entre los 850/1100 soles. Se concluye que la relación entre factores sociodemográficos, el estilo de vida encontramos que si existe relación significativa con la variable edad

Febre T, (22) en su investigación titulada “Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 26_Chimbote, 2019”. Tuvo como objetivo: Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto. La Metodología es de tipo cuantitativo, descriptivo correlacional. Los resultados indicaron que, de 200 adultos, la mayoría tienen SIS, grado de instrucción secundaria; más de la mitad son varones, adultos maduros casados. Concluyendo que existe relación entre la promoción de la salud y los estilos de vida, también existe relación con el apoyo social.

2.2. Bases teóricas de la investigación

2.2.1 Bases teóricas de la investigación

La presente investigación está relacionada con la teorista Nola Pender, cuya teoría se basa en la promoción de la salud.

Nola Pender en el año 1982, crea un modelo dando a conocer lo que viene siendo la Promoción de la Salud, que aún sigue vigente, el cual es esencial para otros modelos, está basado en el cuidado y de cómo llevar un estilo de vida saludable por medio de la educación que se le debe de brindar a cada persona, también se da a conocer acerca de los factores cognitivos y perceptuales los cuales se van

modificando por características situacionales, personales e interpersonales, estas características van a promover que las conductas que favorecen una buena salud y que se hagan reales siguiendo unas pautas de acción (23).

La promoción de la salud se define como “prevención de la enfermedad a través de programas como cesación de fumar, reducción del abuso del consumo de alcohol y de drogas, mejoramiento de la nutrición, ejercicio físico y actividad física y control del estrés”. Es por ello que se debe de proponer estrategias de acción, uno de ello es lo ambiental, seguido de lo gubernamental, la organizacional, lo comunitario y posteriormente tenemos a lo individual, todo esto abarca en la elaboración de políticas públicas en el reforzamiento de las acciones comunitarias y del desarrollo individual (23).

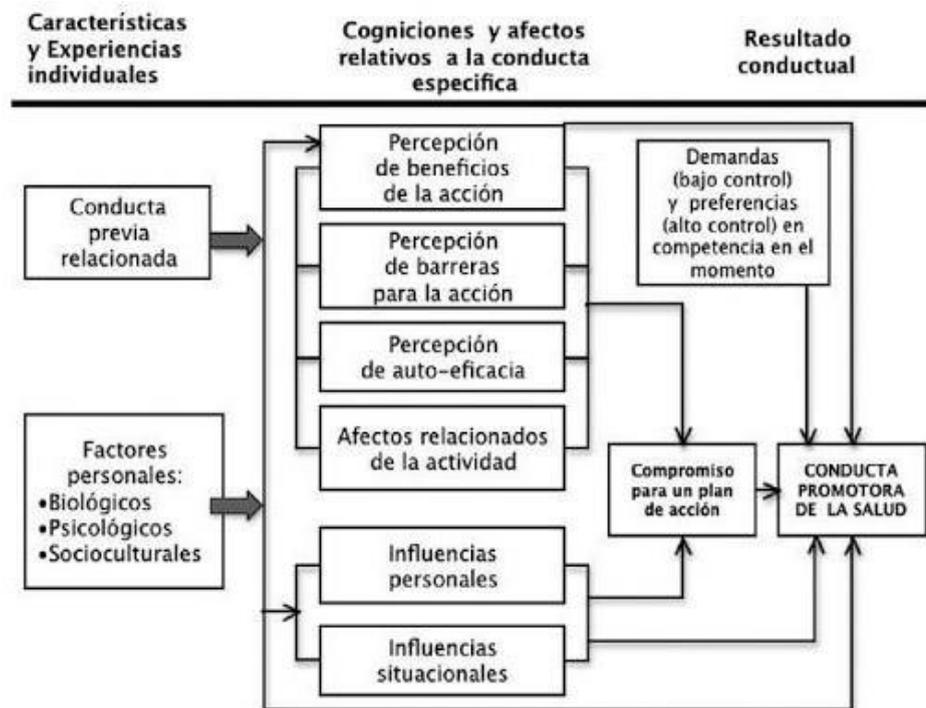
Hubo conferencias a nivel internacional acerca de la “Promoción de la salud”, la primera conferencia fue en Adelaida en 1988 se trató acerca de “la construcción de políticas públicas saludables y el compromiso político de los sectores de la sociedad con la salud y la equidad”; la segunda fue en Sundsvall en 1991, se habló acerca del “abordaje a los cambios de salud y en la interdependencia entre salud y ambiente físico, social, económico, político y cultural”.

La tercera que se realizó en Rio de Janeiro, fortaleciendo más a la más a la promoción de la salud, que se desarrolló en 1992, se trató acerca del medio ambiente y del desarrollo en el cual se dio inicio al plan de acción "Agenda 21", las últimas conferencias en Yakarta en

1997, se trató acerca de la pobreza, de los efectos que trae la globalización y como se va degradando el medio ambiente como primordiales amenazas en el ámbito de la salud (24).

Nola Pender plantea este modelo de promoción de la salud, el cual explica las experiencias individuales, las características, los conocimientos de la conducta que lleva a participar de un comportamiento de salud y la perspectiva de Nola Pender, en donde integra el siguiente modelo de promoción de la salud (25).

Figura N°1: Diagrama del Modelo de Promoción de la Salud



Fuente: Modelo de promoción de la Salud de Pender1996. JE, Stiepovich JB21

Primer componente. Se muestra que cada persona tiene acciones individuales y distintas. Personas que han pasado por la experiencia de tomar decisiones para adquirir nuevos hábitos alimentarios, a través de los nuevos conocimientos que harán para mejorar su salud, nos hablan de los factores individuales, biológicos, psicológicos, sociales y culturales que caracterizan la naturaleza de los individuos a través de su propio comportamiento (26).

Segundos componentes. Se trata de sentimientos, emociones y creencias; el modelo tiene 6 conceptos; La primera nos dice que estos son los resultados positivos que se espera que ocurran con la manifestación de una buena acción, la segunda es que existen barreras negativas para cambiar la toma de decisiones, la tercera es la autosuficiencia en la información que tiene una persona para poder tomar acción. (27).

Tercer componente. Considera la importancia de los procesos sociales y cognitivos, así como los comportamientos individuales que las personas pueden controlar, que son comportamientos dirigidos a elegir algo, como el trabajo o las responsabilidades familiares. (28).

Así mismo podemos deducir que la promoción de la salud es un proceso sociopolítico general, ya que promueve las habilidades y destrezas individuales. Esta teoría identifica 16 factores cognitivos emocionales modificados por las circunstancias y características individuales, nos beneficia al involucrarnos en comportamientos que promueven la salud y es un concepto relacionado con los

comportamientos que promueven la salud. Como tal, esta teoría continúa refinándose y ampliándose en términos de funciones como el comportamiento de salud. Este modelo se basa en educar a las personas de la manera correcta para llevar una vida saludable. (29).

Los Metaparadigmas utilizado por Nora Pender tienen un estado de salud muy positivo. Esto es importante porque ayuda a identificar ideas relacionadas con las actitudes de las personas, incorporando así grandes resultados de investigación, no solo sobre su salud, sino cuando se define como el estado de completo bienestar físico, psíquico y social de una persona, se trata de un modelo basado en educar a las personas para que se cuiden y lleven una vida saludable. (30).

Persona: La persona está tratando de crear condiciones de vida que puedan desbloquear el potencial de la salud humana. Él o ella también valora el crecimiento y la dirección busca lograr un equilibrio aceptable entre el camino personal y la estabilidad, modificando así activamente el comportamiento de uno. (31).

Entorno: Es todo lo que rodea a la persona interactuando con su entorno, teniendo en cuenta las complicaciones sociales, con los cambios de ánimo que cambian gradualmente con el tiempo. Los profesionales sanitarios forman parte de un entorno interactivo que afecta a las personas a lo largo de su vida, este sistema de trabajo involucra a toda la familia en su educación o situación económica en el entorno que rodea a cada individuo. En otras palabras, es costumbre que un hombre o una mujer crezcan y aprenda (32).

Enfermería: Es una profesión de enfermería que encarga de enfatiza las relaciones, brindando un apoyo y autocuidado a través de la promoción de la salud, en la prevención de enfermedades y el cuidado de las personas necesitadas, brindándoles una atención de calidad alcanzando su punto máximo en las últimas décadas, sin afectar los derechos individuales en la atención de salud en la base de los distintos procesos que reforman a la ciudadanía en la mejora de su salud (33).

Así mismo concluimos que el modelo de promoción de la salud propuesto por Nola Pender es ampliamente utilizado por los profesionales de enfermería porque ayuda a comprender el comportamiento humano relacionado con la salud y, por lo tanto, orienta la formación de comportamientos saludables. Los grupos más estudiados son los adolescentes y adultos, los temas más mencionados son: actividad física, estilo de vida saludable, enfermedades crónicas y obesidad, y la mayoría de los investigadores utilizan todos los conceptos presentados en el modelo para explicar el fenómeno adquirido.

2.2.2. Bases Conceptuales de la Investigación

Promoción de la salud: Es un proceso que permite a las personas incrementar el control sobre su salud, este concepto se introdujo mediante la implementación de un proceso en el que individuos, organizaciones, comunidades e instituciones trabajan juntos para crear

un entorno que garantice una buena salud y un mejor bienestar de todos (34).

Prevención de enfermedades: Es una estrategia muy cuidadosa, la primera atención es eficaz para un cuidado completo. Los pensamientos de las personas desde una perspectiva diferente Biopsicosocial y de relaciones, mejorando la prevención, La diferencia entre tratamiento, reparación y reinserción en salud (35).

Factores Sociodemográficos: Esta sección describe la distribución por género, la edad, el estado civil, el estado laboral, el número de miembros locales y el estado social. La calidad de vida cualitativa, se considera como un concepto multidisciplinario que se basa en factores personales, ambientales e interpersonales. Se mide por sus características personales como la salud y la satisfacción y otros aspectos de la vida y políticas como el nivel socioeconómico. Fortalecimiento de áreas como la autodeterminación, las metas de vida, los recursos y el bienestar de cada individuo (36).

Estilos de vida: El estilo de vida representa un conjunto de decisiones que una persona toma sobre su salud y tiene cierto control sobre ella. Desde una perspectiva de salud, las decisiones negativas y el comportamiento personal peligroso conllevan riesgos que plantea el individuo. Si estos riesgos conducen a la enfermedad o la muerte, se puede argumentar que el estilo de vida de la víctima influye en ellos (37).

Cuidado de enfermería: Es esencial dentro del sistema de salud. Este trabajador de salud juega un papel importante en el apoyo al paciente con el tratamiento, así como en la mejora de la salud y la prevención de diversas enfermedades. Todas estas actividades son conocidas por su cuidado a largo plazo (38).

Enfermería: Es una profesión en el campo de la salud, es un graduado universitario de cinco años y combina una licenciatura en ciencias con la filantropía. El cuidado a largo plazo es el cuidado y la atención que recibe mientras está ingresado en el hospital. Según los expertos médicos, la atención primaria incluye la gestión del tratamiento, los signos críticos, las dosis y la administración de fármacos (39).

II. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

- Existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos con el comportamiento de la salud: Estilo de vida del adulto del Asentamiento Humano Miraflores Alto_ Chimbote, 2021.
- No existe relación estadísticamente significativa entre las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: Estilos de vida del adulto del Asentamiento Humano Miraflores Alto_ Chimbote, 2021

IV. METODOLOGÍA

4.1. Diseño de la investigación:

Tipo de investigación: Tiene relación directa con cantidad, por lo tanto, sus variables son siempre medibles, está relacionado con cuentas y números, explica la realidad social enfocándose en lo externo y en lo objetivo; las mediciones tienen que ser exactos y también los indicadores sociales, todo tiene que tener una relación (40).

Diseño: El diseño de la investigación fue no experimental, debido a que el investigador no manipula o influye en las variables de estudio, reportándolas en su contexto natural tal y como son (40).

4.2. Población y muestra:

Población: La población está compuesta por aproximadamente 3000 personas adultas que residen en Asentamiento Humano Miraflores Alto.

Muestra: Estuvo constituida por 110 adultos del Asentamiento Humano Miraflores Alto. Se tomó esta muestra no probabilística por conveniencia debido a la coyuntura de la COVID 19.

4.2.2 Unidad de análisis: Cada adulto del Asentamiento Humano Miraflores Alto_ Chimbote, que formó parte de la muestra y deberá responder a los criterios de la investigación.

4.2.3 Los criterios de inclusión y exclusión

Criterios de Inclusión

- Adultos que vivieron más de 3 años en el Asentamiento Humano Miraflores Alto_ Chimbote.
- Adultos del Asentamiento Humano Miraflores Alto_ Chimbote, que estuvieron aptos para participar en los cuestionarios como informantes sin importar nivel de escolarización, sexo y condición socioeconómica.

Criterios de Exclusión:

- Adultos del Asentamiento Humano Miraflores Alto_ Chimbote, que presentaron problemas psicológicos.
- Adultos del Asentamiento Humano Miraflores Alto_ Chimbote, que presentaron problemas de comunicación.

4.3 Definición y operacionalización de las variables y los indicadores:

I. CUESTIONARIO SOBRE FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS:

SEXO

Define la condición orgánica, la cual distingue a ambos ya sea varón o mujer, indica la existencia de una estructura anatómica que permite distinguir al varón de la mujer (41).

Definición Operacional

Escala nominal

- Masculino
- Femenino

EDAD

La edad viene a ser el tiempo transcurrido a partir del nacimiento de un individuo hasta el número de años cumplidos de la persona en el momento del estudio, se mide en año y establece las distintas etapas de la vida humana como son los siguientes: la niñez, juventud, adultez y ancianidad, en la cual comprende grupos de edades (42).

Definición Operacional

Escala de razón

- Adulto joven (18 a 35 años)

- Adulto maduro (36 a 59 años)
- Adulto mayor (60 a más)

GRADO DE INSTRUCCIÓN

Es el nivel de estudios conseguido por una persona, se considera que una persona ha alcanzado un determinado nivel de instrucción cuando ha finalizado y aprobado todos los cursos de este nivel y se encuentra en condiciones de obtener el correspondiente título o diploma (43).

Definición Operacional

Escala Ordinal

- Analfabeto
- Primaria
- Secundaria
- Superior

RELIGIÓN

La religión es un sistema de creencias, costumbres y símbolos establecidos en torno a una idea de la divinidad o de lo sagrado. Las religiones son doctrinas constituidas por un conjunto de principios, creencias y prácticas sobre cuestiones de tipo existencial, moral y espiritual (44).

Definición Operacional

Escala nominal

- Católico
- Evangélico
- Otras

ESTADO CIVIL

El estado civil forma parte del estado personal de un individuo. Los estados civiles que existen en el Perú son solamente cuatro. A saber: soltero, casado, viudo y divorciado. Todos estos estados civiles figuran en el Documento Nacional de Identidad del interesado representados por una sigla: “S” si es soltero, “C” si es casado, “V” si es viudo, y “D” si es divorciado (45).

Definición Operacional

Escala nominal

- Soltero
- Casado
- Viudo
- Conviviente
- Separado

OCUPACIÓN

Es el empleo o facultad que alguien ejerce y por el que percibe una retribución, engloba sus labores concretas, las tareas que lo configuran, su formación, sus requerimientos de aptitud funcional, su adscripción normativa (46).

Definición Operacional

Escala nominal

- Católico
- Evangélico
- Otras

INGRESO ECONÓMICO

Son aquellos ingresos con los que cuenta una familia, esto obviamente incluye al sueldo, salario, de todos aquellos miembros de la misma que trabajan y que por ello perciben un sueldo y todos esos otros ingresos que puede considerarse extras son utilizados para beneficio de la familia (47).

Definición Operacional

Escala de razón

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

TIPO DE SEGURO

El Seguro Integral de Salud (SIS), como Organismo Público Ejecutor, del Ministerio de Salud, tiene como finalidad proteger la salud de los peruanos que no cuentan con un seguro de salud, priorizando en aquellas poblacionales vulnerables que se encuentran en situación de pobreza y pobreza extrema (48).

Definición Operacional

Escala nominal

- EsSalud
- SIS
- Otro seguro

- No tiene seguro

II. CUESTIONARIO SOBRE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD

Proceso, cuyo objeto consiste en fortalecer las habilidades y capacidades de las personas para emprender una acción, y la capacidad de los grupos o las comunidades para actuar colectivamente con el fin de ejercer control sobre los determinantes de la salud (49).

Definición operacional

- Acciones adecuadas
- Acciones inadecuadas

III. ESTILOS DE VIDA

Definición conceptual:

Conjunto de patrones conductuales de un individuo que pone en práctica de manera consistente y contenida en su vida cotidiana, por el cual puede ser oportuna para el mantenimiento de su salud o en caso contrario que lo coloca en situación de riesgo para la enfermedad (50).

Definición operacional

- Estilo de vida saludable: 75 a 100
- Estilo de vida no saludable: menos de 75

4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas

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

Instrumento

En la presente investigación se utilizó 3 instrumentos para la recolección de la información que se detallan a continuación.

4.4.1. Técnica de recolección de datos

Instrumento N° 01

CUESTIONARIO SOBRE FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS

Elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes, en la Universidad

Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación.

Estuvo constituido por 9 ítems distribuidos en 2 partes:

- Datos de Identificación, donde se obtuvo de las iniciales o seudónimo del adulto. (1 ítems).
- Factores sociodemográficos el sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación, ingreso económico y tipo de seguro. (8 ítems). (Anexo N° 03)

Instrumento N° 02

CUESTIONARIO SOBRE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD

Estuvo constituido por 53 ítems distribuidos en 8 ejes temáticos:

- Datos de Identificación, donde se obtuvieron de las iniciales o seudónimo del adulto. (2 ítems).
- Ejes temáticos: Alimentación nutrición (8 ítems).
- Ejes temáticos: Higiene (7 ítems).
- Ejes temáticos: habilidades para la vida (12 ítems).
- Ejes temáticos: Actividad física (4 ítems).
- Ejes temáticos: Salud sexual y reproductiva (3 ítems).

- Ejes temáticos: Salud bucal (4 ítems).
- Ejes temáticos: Salud mental y cultura de paz (7 ítems).
- Ejes temáticos: Seguridad vial y cultura de tránsito (8 ítems).

Para la confiabilidad del instrumento de **Acciones de Prevención y Promoción de la Salud**, en nuestra localidad se obtuvo el coeficiente estadístico de Alfa de Cronbach con una muestra piloto del 10% del total de la muestra del estudio.

Asimismo, se realizó validez de contenido mediante la evaluación por juicios de expertos. (Anexo N° 03).

Control de calidad de los datos:

Evaluación Cualitativa:

Se concluyó a través de la entrevista a personas del área de Salud que actuaran como jueces; Se realizará en reuniones, con el objetivo de evaluar la propuesta del Cuestionario sobre Acciones de Promoción y Prevención de la salud. Desarrollado por Dra. Vílchez Reyes Adriana, directora de la presente línea de Investigación y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaqué.

Durante las reuniones se brindó a los jueces información respecto a la matriz de operacionalización de la variable y la propuesta del cuestionario, para su análisis y socialización, luego cada participante emitirá observaciones al cuestionario propuesto, los cuales permitirán realizar ajustes necesarios a los enunciados y categorías de respuestas de las preguntas relacionadas a la promoción y prevención de la salud en los adultos.

Evaluación Cuantitativa:

Validez de contenido: Se realizó mediante la calificación de criterio de expertos, de los cuales serán diez, Para efectos de este análisis, se utilizará para la evaluación de la validez de contenido la fórmula de V de Aiken (Penfield y Giacobbi, 2004).

$$V = \frac{\bar{x} - l}{k}$$

Donde:

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

l : Es la calificación más baja posible.

k : Es el rango de los valores posibles.

Coeficiente V de Aiken total es 0,998, Indica que el instrumento es válido para recabar información sobre la promoción y prevención de la salud.

Confiabilidad

Confiabilidad interevaluador

Se evaluó aplicando el cuestionario a la misma persona por dos entrevistadores diferentes en un mismo día, se realizó a un mínimo de 15 personas. A través del Coeficiente de Kappa se estudia el porcentaje de concordancia entre los entrevistadores, un valor a partir de 0,8 se considerará muy bueno.

Instrumento N°03

ESCALA SOBRE ESTILO DE VIDA

El instrumento tuvo 6 subescalas, y conto con 35 ítems, distribuidos en los siguientes:

En la subescala Responsabilidad hacia la salud: **9 ítems**

En la subescala Actividad física: **8 ítems**

En la subescala nutrición: **9 ítems**

En la subescala manejo de stress: **8 ítems**

En la subescala relaciones interpersonales: **9 ítems**

En la subescala Crecimiento Espiritual y Relaciones Interpersonales: **9**

ítems El instrumento de estilo de vida proviene del cuestionario Health

Promoting Lifestyle Profile II (HPLP-II) en la versión original, estuvo

compuesto por 52 ítems en una escala de Likert de 1 a 4 puntos (desde

nunca hasta rutinariamente) en 6 dimensiones: Actividad física (8 ítem),

Crecimiento espiritual (9 ítem), Manejo de estrés (8 ítem), Nutrición (9

ítem), Relaciones interpersonales (9 ítem) y Responsabilidad hacia la

salud (9 ítem).

El instrumento validado en la versión español por Serrano, M. (2016)

reporto que la validez se dio por validez de constructo reportando la

prueba de esfericidad de Bartlett y índice Kaiser Meyer- Olkin, estos

indicaron la adecuación muestral (0.86) y de datos para realizar un

análisis factorial, seguido se utilizará el Análisis Factorial Exploratorio

utilizando método Promin, reportando que de los 52 ítem se depurarán 4

ítem que reportaron tener una carga factorial menores a 0.3, y en solo 4

dimensiones: Responsabilidad hacia la salud, Actividad física,

Nutrición, Crecimiento Espiritual y Relaciones interpersonales.

Asimismo, se realizó validez discriminante y concurrente para el

instrumento.

HPLP – II mediante la correlación con otros instrumentos (MBI-GS, Autoeficacia, Satisfacción de vida y Engagement).

La confiabilidad del instrumento fue dada en 4 dimensiones y fue reportada mediante el índice de Alfa de Cronbach mostrando una buena confiabilidad por dimensiones: Responsabilidad hacia la salud ($\alpha=0.81$), Actividad física ($\alpha=0.86$), Nutrición ($\alpha=0.7$), Crecimiento Espiritual y Relaciones interpersonales ($\alpha=0.88$). (Anexo N°03).

4.5. Plan de análisis

4.5.1. Procedimientos de la recolección de datos

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

- Se informó el consentimiento informado a los adultos del Asentamiento Humano Miraflores Alto_ Chimbote, haciendo énfasis que los datos y resultados serán totalmente confidenciales.
- Se coordinó la disponibilidad y el tiempo de la fecha de la aplicación del instrumento para proceder a aplicar el instrumento a cada adulto del Asentamiento Humano Miraflores Alto _ Chimbote
- Se realizó la lectura de las instrucciones de los instrumentos a los adultos del Asentamiento Humano Miraflores Alto _ Chimbote. El instrumento fue aplicado en un tiempo de 20 minutos, las respuestas fueron marcadas de manera personal y directa.

4.5.2. Análisis y procesamiento de datos

Para la presente investigación se realizó el análisis descriptivo mediante tabla de frecuencias/ porcentaje y promedio/ desviación estándar según tipo de variable con sus respectivos gráficos. Asimismo, para el análisis

correlacional con el fin de que cada variable perteneciente a los factores sociodemográficos asociado con el comportamiento de la salud, se utilizará el estadístico Chi cuadrado según el tipo de corresponda, presentando el p-valor con un nivel de confianza del 95%.

Para el procesamiento y análisis de datos, se ingresó la información a una base de datos software estadístico IBM, luego se exportaron a una base de datos en el software SPSS Statistics 24

4.6. Matriz de consistencia

Título	Enunciado del problema	Objetivo general	Objetivos específicos	Hipótesis de la investigación	Variables	Metodología
Factores sociodemográficos y acciones de Prevención y promoción en relación al comportamiento de la salud: Estilos de vida del adulto Asentamiento Humano Miraflores Alto_ Chimbote 2021.	¿Existe relación entre los factores sociodemográficos y acciones de Prevención y promoción con el comportamiento de la salud: ¿Estilos de vida del adulto del Asentamiento Humano Miraflores Alto _ Chimbote 2021?	Determinar la relación entre los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción relacionado al comportamiento de la salud: Estilos de vida del adulto Asentamiento Humano Miraflores Alto _ Chimbote, 2021.	-Caracterizar los factores sociodemográficos del adulto del Asentamiento Humano Miraflores Alto_ Chimbote, 2021. -Caracterizar las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto del Asentamiento Humano Miraflores Alto _ Chimbote, 2021. - Caracterizar el comportamiento de la salud: Estilos de vida del adulto del Asentamiento Humano Miraflores Alto_ Chimbote, 2021.	- Existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos con el comportamiento de la salud: Estilo de vida del adulto del Asentamiento Humano Miraflores Alto_ Chimbote, 2021. - No existe relación estadísticamente significativa entre las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: Estilos de vida	-Factores sociodemográficos: sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación, ingreso económico y tipo de seguro - Prevención y promoción de la salud. Adecuada e inadecuada -Estilos de vida. Saludables y no saludables	Tipo: Cuantitativo Nivel: Correlacional – transversal Diseño: No experimental Técnica: Entrevista Instrumentos: Cuestionarios sobre factores sociodemográficos Cuestionario sobre acciones de prevención y promoción de la salud

			<p>-Identificar la relación de los factores sociodemográficos asociados al comportamiento de la salud: Estilo de vida y del adulto del Asentamiento Humano Miraflores Alto _ Chimbote, 2021.</p> <p>-Identificar la relación de las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: Estilos de vida del adulto del Asentamiento Humano Miraflores Alto _ Chimbote, 2021.</p>	<p>del adulto del Asentamiento Humano Miraflores Alto_ Chimbote, 2021</p>		<p>Escala sobre estilo de vida</p>
--	--	--	--	---	--	------------------------------------

4.7. Principios éticos

En toda investigación que se llevó a cabo, el investigador previamente valoro los aspectos éticos de la misma, tanto por el tema elegido y por el método seguido, así también se planteó los resultados que se han obtenido en el transcurso de la investigación son éticamente posibles (51).

Principio de Protección a las personas

El bienestar y seguridad de las personas es el fin supremo de toda investigación, y por ello, se protegió su dignidad, identidad, diversidad socio cultural, confidencialidad, privacidad, creencia y religión, al momento de la aplicación del cuestionario, respetando la dignidad humana, diversidad, identidad, privacidad y confidencialidad de los adultos del Asentamiento Humano Miraflores Alto_ Chimbote y se les explico que la información obtenida es solo para fines de la investigación.

Consentimiento informado: Solo se trabajó con los adultos del Asentamiento Humano Miraflores Alto_ Chimbote que aceptaron voluntariamente participar en el presente trabajo. (**Anexo N° 02**).

Principio de Beneficencia y no maleficencia:

Toda investigación debe tener un balance riesgo-beneficio positivo y justificado, para asegurar el cuidado de la vida y el bienestar de las personas que participaron en la investigación. La totalidad de la información que se recibió en la presente investigación se mantendrá en secreto y se evitará ser expuesta, respetando la intimidad de cada uno de los adultos Asentamiento Humano Miraflores Alto_ Chimbote, siendo útil solo para fines de la investigación.

Principio de Integridad científica:

El investigador (estudiantes, egresado, docentes, no docente) tiene que evitar el engaño en todos los aspectos de la investigación; evaluar y declarar los daños, riesgos y beneficios potenciales que puedan afectar a quienes participan en una investigación. Para ello se les inform a los adultos los fines de la investigación, cuyos resultados se encontrarán plasmados en el presente estudio.

Principio de justicia:

El investigador debe anteponer la justicia y el bien común antes que el interés personal. Así como, ejercer un juicio razonable y asegurarse que las limitaciones de su conocimiento o capacidades, o sesgos, no den lugar a prácticas injustas. Po lo tanto el investigador tiene la obligación de tratar bien a los involucrados del estudio asegurando juicios razonales y asegurando las limitaciones de conocimientos o capacidades.

V. RESULTADOS

4.1 Resultados

TABLA 1

*FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS EN EL ADULTO DEL
ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO- CHIMBOTE, 2021*

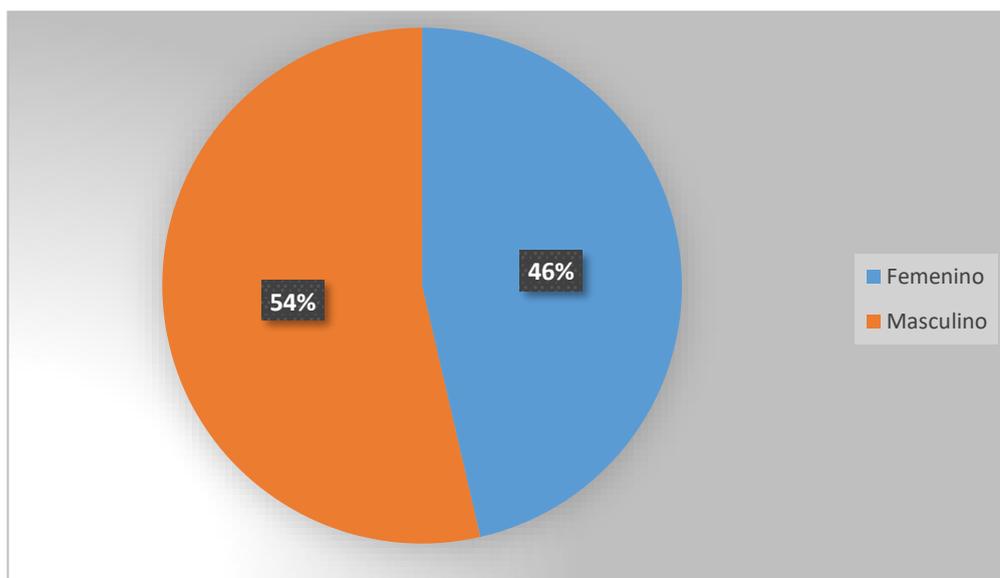
sexo	N	%
Femenino	51	46.4
Masculino	59	53.6
Total	110	100
Edad	N	%
18 años a 35 años	46	41.8
36 a 59 años	51	46.4
60 a más años	13	11.8
Total	110	100
Grado de instrucción	N	%
Analfabeto	0	1.0
Primaria	11	10.0
Secundaria	54	49.1
Superior	45	40.9
Total	110	100
Religión	N	%
Católico	56	50.9
Evangélico	54	49.1
Otras	0	0.0
Total	110	100
Estado civil	N	%
Soltero	14	12.7
Casado	54	49.1
Viudo	20	18.2
Conviviente	18	16.4
Separado	4	3.6
Total	110	100
Ocupación	N	%
Obrero	28	25.5
Empleado	33	30.0
Ama de casa	38	34.5
Estudiante	0	0.0
Otros	11	10.0
Total	110	100
Ingreso económico	N	%

Menos de 400 nuevos soles	3	2.7
De 400 a 650 nuevos soles	27	24.5
De 650 a 850 nuevos soles	41	37.3
De 850 a 1100 nuevos soles	36	32.7
Mayor de 1100 nuevos soles	3	2.7
Total	110	100
Tipo de seguro	N	%
ES Salud	43	39.1
SIS	67	60.9
OTRO SEGURO	0	0.0
NO TIENE	0	0.0
TOTAL	110	100

Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos, elaborado por Vélchez, A aplicado a los adultos del asentamiento Humano Miraflores Alto- Chimbote, 2021

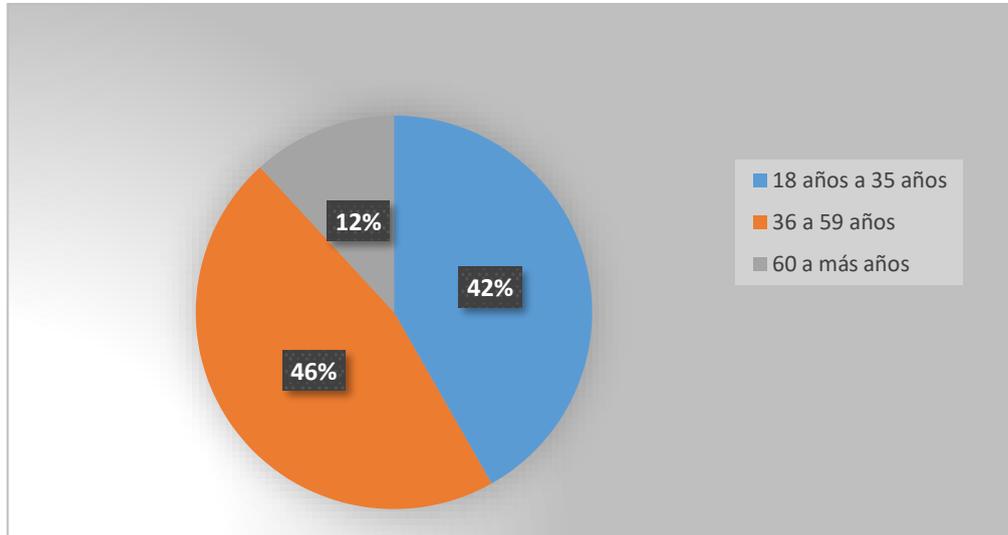
GRÁFICO DE TABLA 1
FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS EN EL ADULTO DEL
ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO_ CHIMBOTE, 2021

Gráfico 1: Sexo de los adultos del asentamiento humano Miraflores alto_ Chimbote, 2021



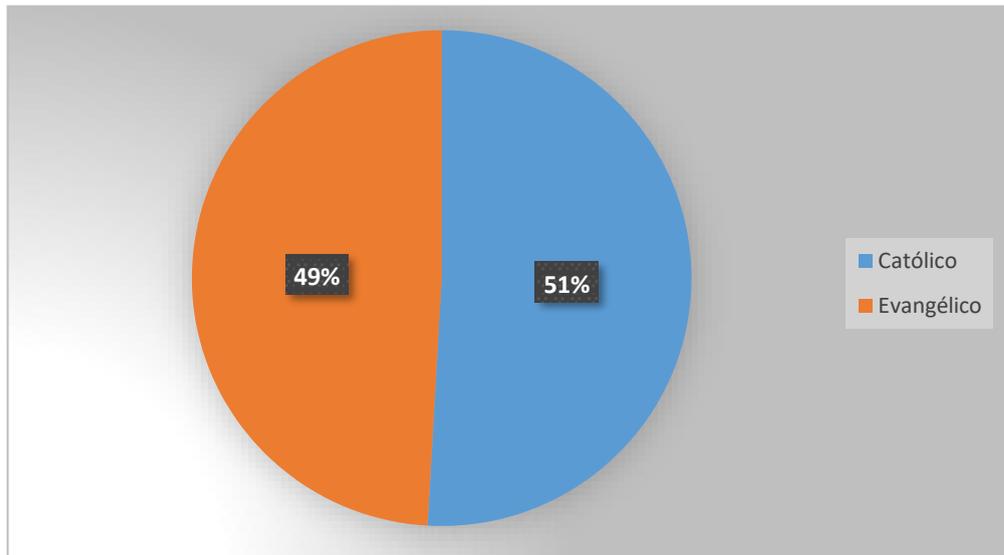
Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos, elaborado por Vélchez A aplicado a los adultos del asentamiento Humano Miraflores Alto- Chimbote, 2021

Gráfico 2: Edad de los adultos del asentamiento humano Miraflores alto_ Chimbote, 2021



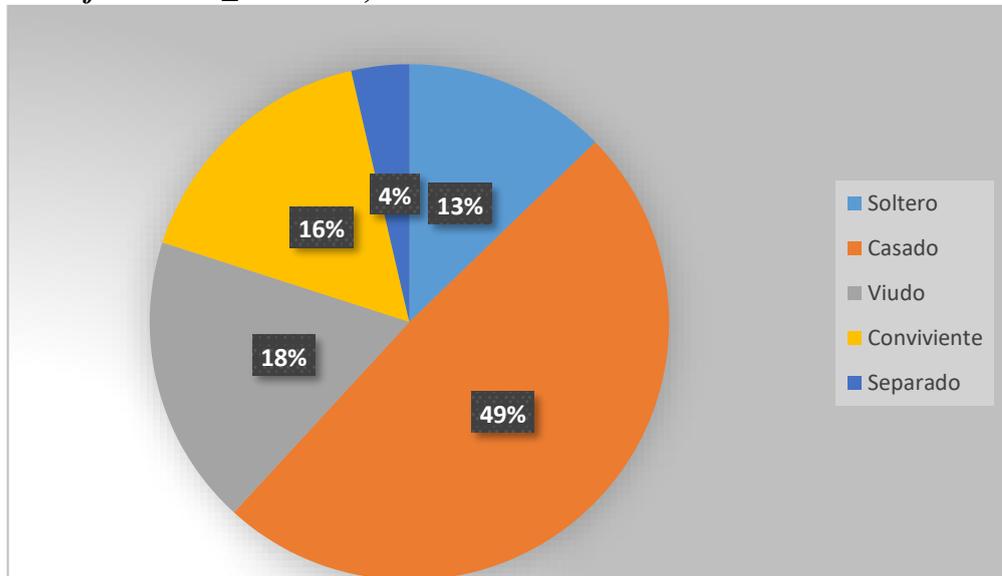
Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez A aplicado a los adultos del asentamiento Humano Miraflores Alto- Chimbote, 2021

Gráfico 3: Religión de los adultos del asentamiento humano Miraflores alto_ Chimbote, 2021



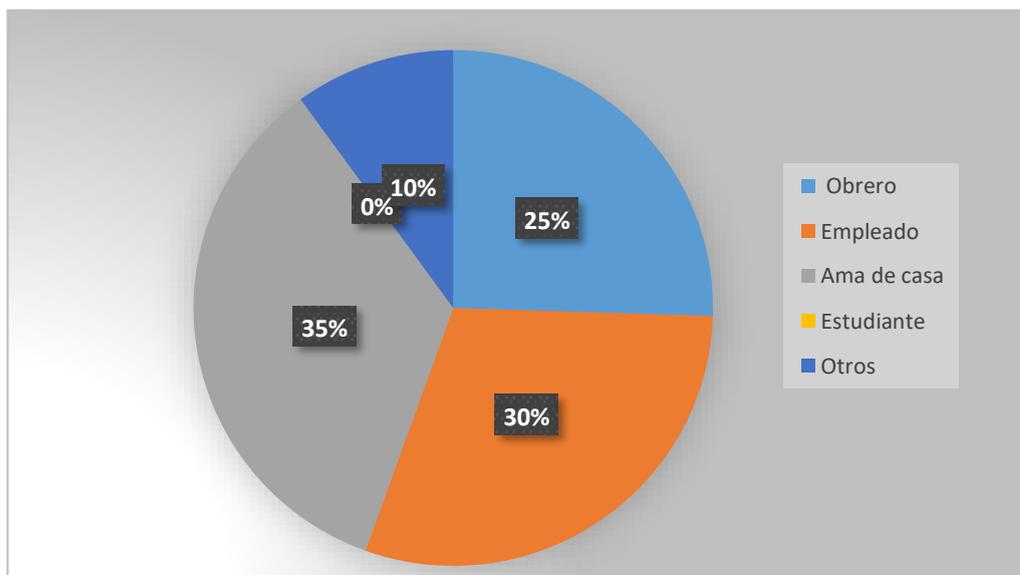
Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez A aplicado a los adultos del asentamiento Humano Miraflores Alto- Chimbote, 2021

Gráfico 4: Estado civil de los adultos del asentamiento humano Miraflores alto_Chimbote, 2021



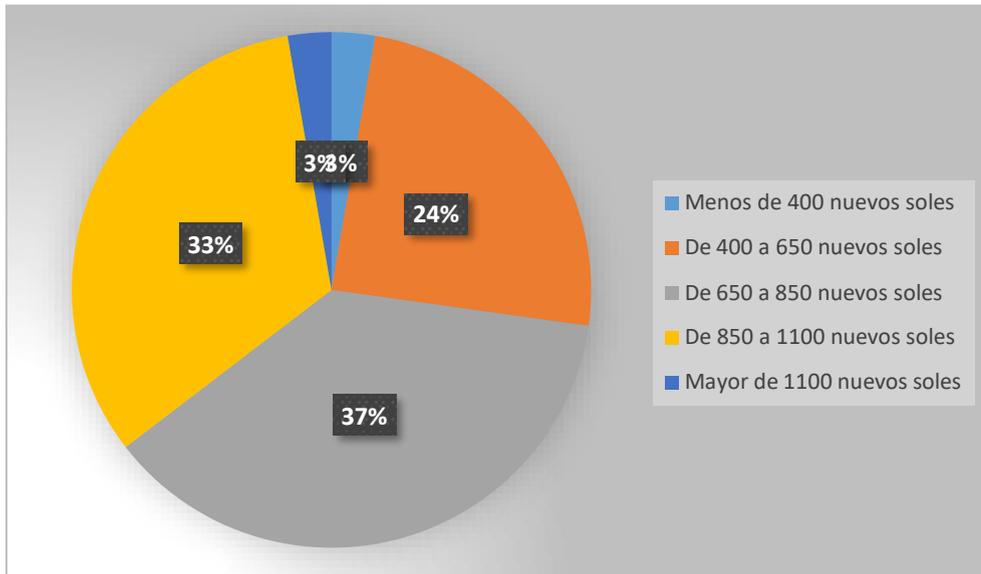
Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez A aplicado a los adultos del asentamiento Humano Miraflores Alto- Chimbote, 2021

Gráfico 6: Ocupación de los adultos del asentamiento humano Miraflores alto_Chimbote, 2021



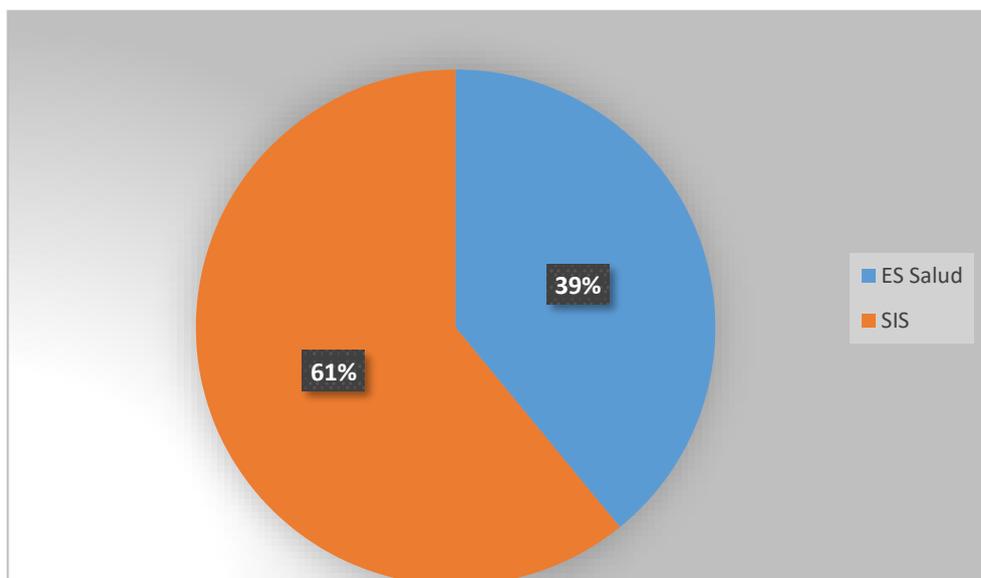
Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez A aplicado a los adultos del asentamiento Humano Miraflores Alto- Chimbote, 2021

Gráfico 7: Ingreso Económico de los adultos del asentamiento humano Miraflores alto_ Chimbote, 2021



Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez A aplicado a los adultos del asentamiento Humano Miraflores Alto- Chimbote, 2021

Gráfico 8: Tipo de seguro de los adultos del asentamiento humano Miraflores alto_ Chimbote, 2021



Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez A aplicado a los adultos del asentamiento Humano Miraflores Alto- Chimbote, 2021

Tabla 2
ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO-CHIMBOTE, 2021

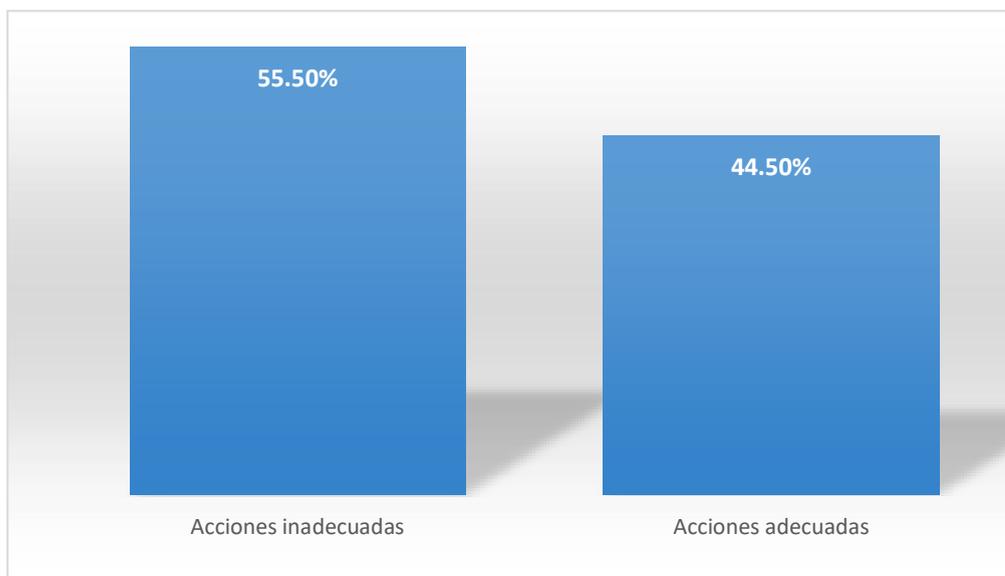
Acciones de prevención y promoción	Frecuencia	Porcentaje
Acciones inadecuadas	61	55.5
Acciones adecuadas	49	44.5
total	110	100

Fuente: Cuestionario sobre acciones de Prevención de la salud, elaborado por Vílchez A y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaque. Aplicado a los adultos del asentamiento Humano Miraflores Alto- Chimbote, 2021

GRÁFICO DE LA TABLA 2

ACCION DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO-CHIMBOTE, 2021

Gráfico 9



Fuente: Cuestionario sobre acciones de Prevención de la salud, elaborado por Vílchez A y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaque. Aplicado a los adultos del asentamiento Humano Miraflores Alto- Chimbote, 2021

Tabla 3

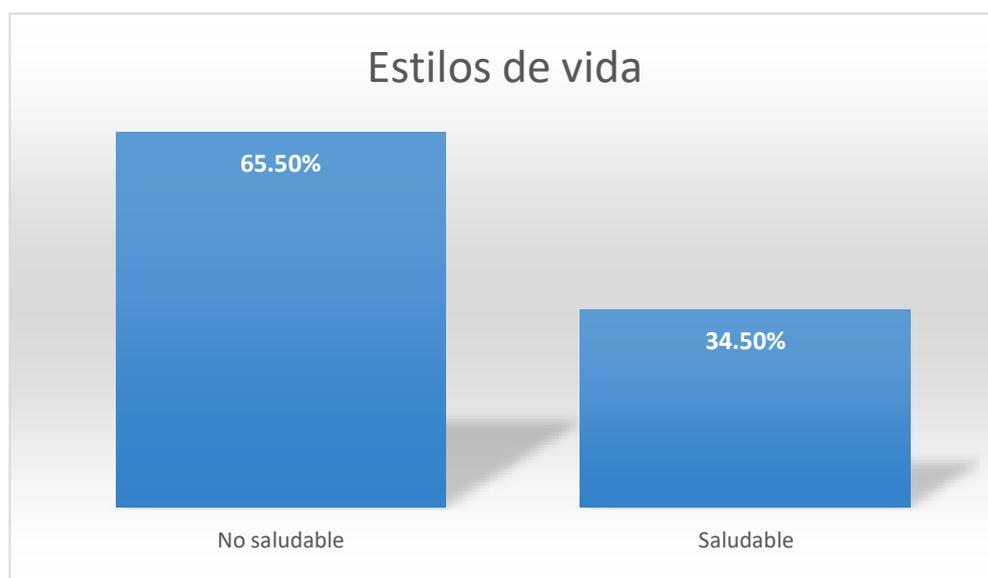
ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO- CHIMBOTE, 2021

Estilos de vida	Frecuencia	Porcentaje
No saludable	72	65.5
Saludable	38	34.5
Total	110	100

Fuente: Cuestionario de estilos de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C. Aplicado a los adultos del asentamiento Humano Miraflores Alto- Chimbote, 2021

GRÁFICO DE LA TABLA 3: ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO_ CHIMBOTE, 2021

Gráfico 10



Fuente: Cuestionario de estilos de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C. Aplicado a los adultos del asentamiento Humano Miraflores Alto - Chimbote, 2021

TABLA 4
RELACION ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS Y EL
ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO
MIRAFLORES ALTO_CHIMBOTE, 2021

Variables	Estilo de vida				Total		Chi / Sig.
	Saludable		No saludable		n	%	
	n	%	n	%			
Sexo							0.062 /
Masculino	17	15.5	34	30.9	51	46.4	0.804 No existe diferencia entre las variables
Femenino	21	19.1	38	34.5	59	53.6	
Total	38	34.5	72	65.5	110	100.0	
Edad							9.746 /
Adulto joven	9	8.2	37	33.6	46	41.8	0.008 Si existe diferencia entre las variables
Adulto maduro	21	19.1	30	27.3	51	46.4	
Adulto mayor	8	7.3	5	4.5	13	11.8	
Total	38	34.5	72	65.5	110	100.0	
Grado de instrucción							-0.011 /
Primaria	5	4.5	6	5.5	11	10.0	0.909 No existe diferencia entre las variables
Secundaria	17	15.5	37	33.6	54	49.1	
Superior	16	14.5	29	26.4	45	40.9	
Total	38	34.5	72	65.5	110	100.0	
Religión							0.291 /
Católico	18	16.4	38	34.5	56	50.9	0.589 No existe diferencia entre las variables
Evangélico	20	18.2	34	30.9	54	49.1	
Total	38	34.5	72	65.5	110	100.0	
Estado civil							0.184 /
Soltero	4	3.6	10	9.1	14	12.7	0.054 No existe diferencia entre las variables
Casado	15	13.6	39	35.5	54	49.1	
Viudo	7	6.4	13	11.8	20	18.2	
Conviviente	10	9.1	8	7.3	18	16.4	
Separado	2	1.8	2	1.8	4	3.6	
Total	38	34.5	72	65.5	110	100.0	
Ocupación							4.90 /
Obrero	11	10.0	17	15.5	28	25.5	0.179 No existe diferencia entre las variables
Empleado	7	6.4	26	23.6	33	30.0	
Ama de casa	14	12.7	24	21.8	38	34.5	

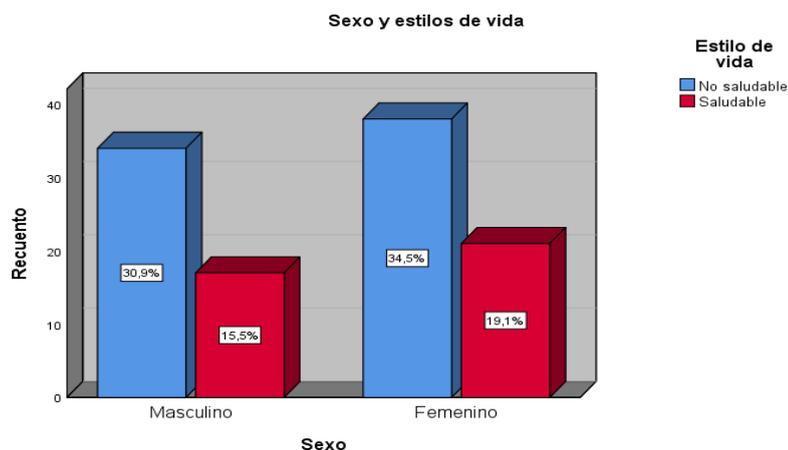
Otros	6	5.5	5	4.5	11	10.0	
Total	38	34.5	72	65.5	110	100.0	
Ingreso económico							
Menor de 400	3	2.7	0	0.0	3	2.7	
De 400 a 650	10	9.1	17	15.5	27	24.5	-0.124 / 0.196 No existe diferencia entre las variables
De 650 a 850	14	12.7	27	24.5	41	37.3	
De 850 a 1100	9	8.2	27	24.5	36	32.7	
Mayor de 1100	2	1.8	1	0.9	3	2.7	
Total	38	34.5	72	65.5	110	100.0	
Tipo de seguro							
Essalud	14	12.7	29	26.4	43	39.1	0.123 / 0.725 No existe diferencia entre las variables
Sis	24	21.8	43	39.1	67	60.9	
Total	38	34.5	72	65.5	110	100.0	

Fuente Cuestionario de los factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vílchez A, cuestionario de estilo de vida, elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C, aplicado a los adultos del asentamiento Humano Miraflores Alto- Chimbote, 2021

GRÁFICOS DE LA TABLA 4

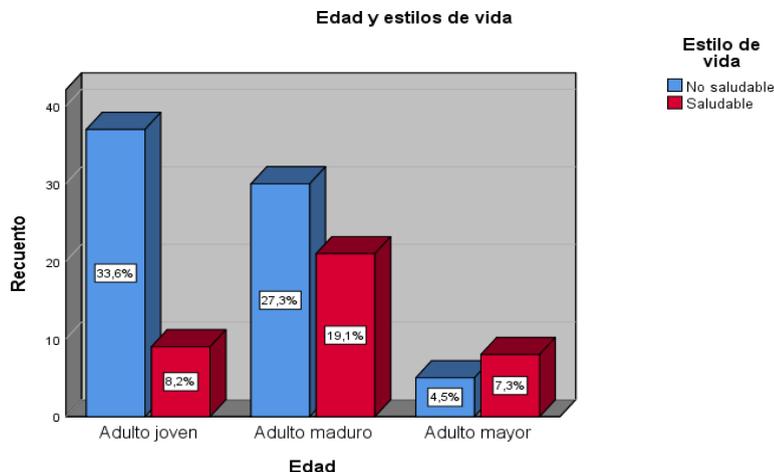
RELACION ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS Y EL ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO_ CHIMBOTE, 2021

Gráfico 11: Sexo en relación a los factores sociodemográficos y el estilo de vida en el adulto del asentamiento humano Miraflores alto_ Chimbote, 2021



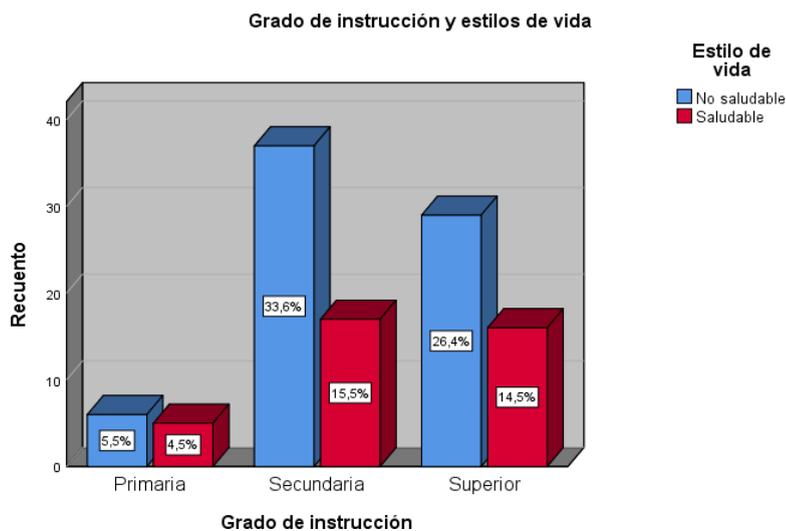
Fuente Cuestionario de los factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vílchez A, cuestionario de estilo de vida, elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C, aplicado a los adultos del asentamiento Humano Miraflores Alto- Chimbote, 2021

Gráfico 12: Edad en relación a los factores sociodemográficos y el estilo de vida en el adulto del asentamiento humano Miraflores_Chimbote, 2021



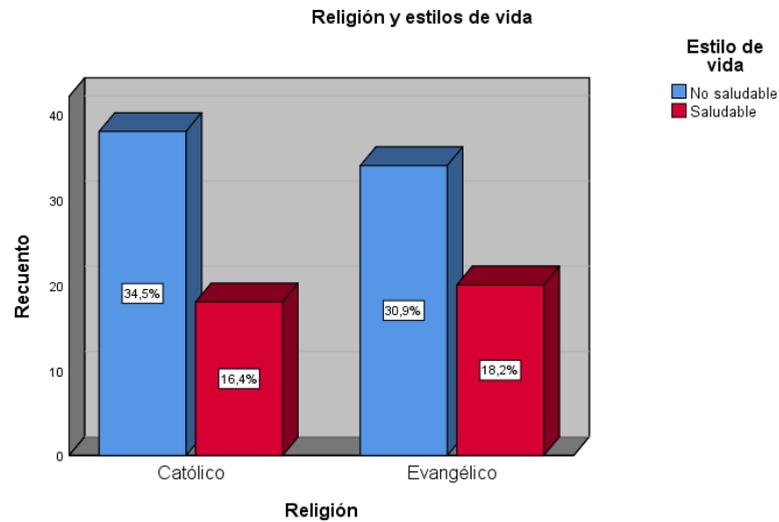
Fuente Cuestionario de los factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vélchez A, cuestionario de estilo de vida, elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C, aplicado a los adultos del asentamiento Humano Miraflores Alto- Chimbote, 2021

Gráfico 13: Grado de instrucción en relación a los factores sociodemográficos y el estilo de vida en el adulto del asentamiento humano Miraflores alto_Chimbote, 2021



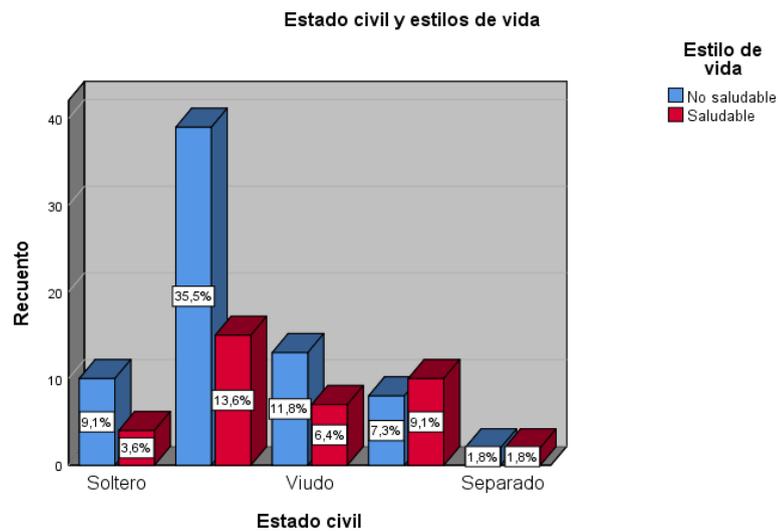
Fuente Cuestionario de los factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vélchez A, cuestionario de estilo de vida, elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C, aplicado a los adultos del asentamiento Humano Miraflores Alto- Chimbote, 2021

Gráfico 14: Religión en relación a los factores sociodemográficos y el estilo de vida en el adulto del asentamiento humano Miraflores alto_ Chimbote, 2021



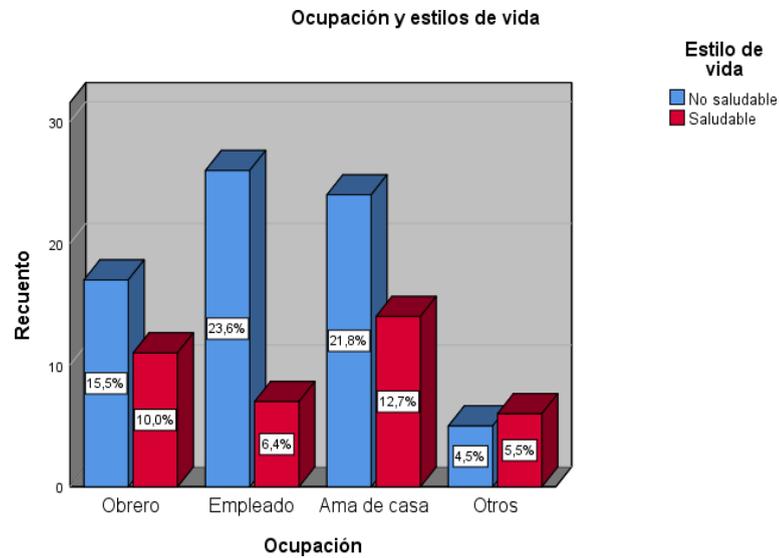
Fuente Cuestionario de los factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vílchez A, cuestionario de estilo de vida, elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C, aplicado a los adultos del asentamiento Humano Miraflores Alto- Chimbote, 2021

Gráfico 15: Estado civil en relación a los factores sociodemográficos y el estilo de vida en el adulto del asentamiento humano Miraflores alto- Chimbote, 2021



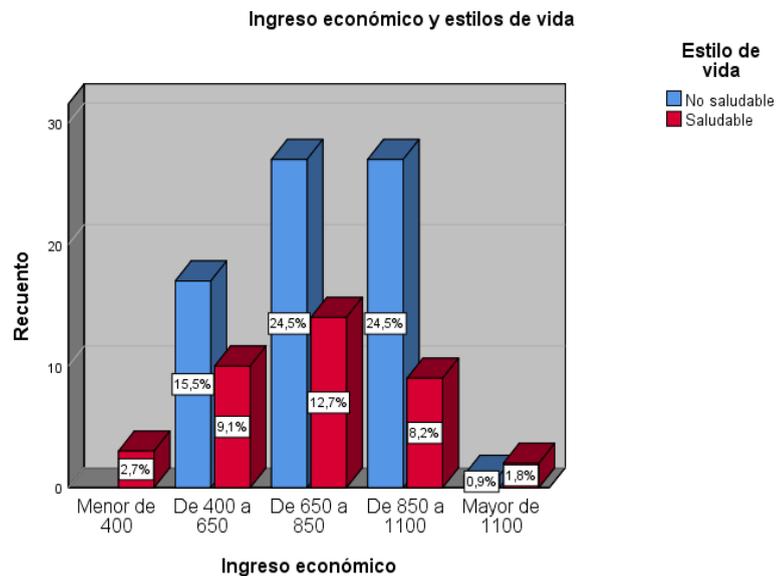
Fuente Cuestionario de los factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vílchez A, cuestionario de estilo de vida, elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C, aplicado a los adultos del asentamiento Humano Miraflores Alto- Chimbote, 2021

Gráfico 16: Ocupación en relación a los factores sociodemográficos y el estilo de vida en el adulto del asentamiento humano Miraflores alto-Chimbote, 2021



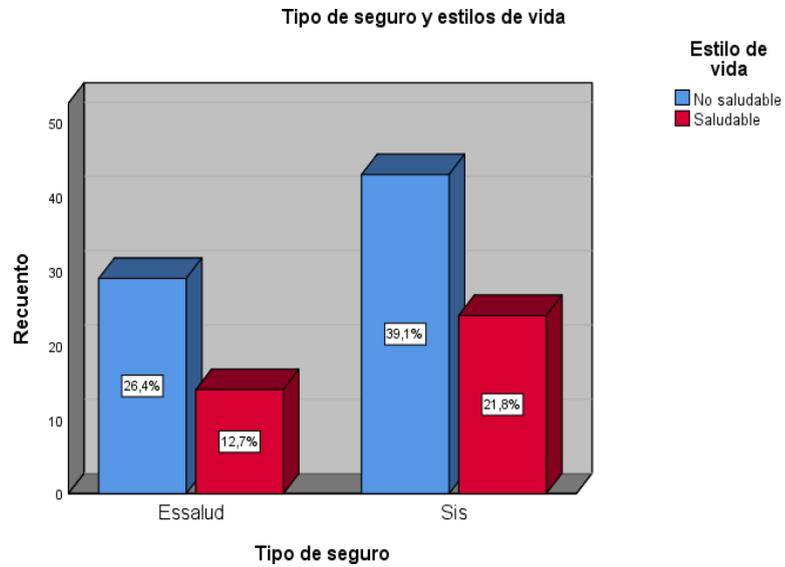
Fuente Cuestionario de los factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vílchez A, cuestionario de estilo de vida, elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C, aplicado a los adultos del asentamiento Humano Miraflores Alto- Chimbote, 2021

Gráfico 17: Ingreso económico en relación a los factores sociodemográficos y el estilo de vida en el adulto del asentamiento humano Miraflores alto- Chimbote, 2021



Fuente Cuestionario de los factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vílchez A, cuestionario de estilo de vida, elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C, aplicado a los adultos del asentamiento Humano Miraflores Alto- Chimbote, 2021

Gráfico 18: Tipo de seguro en relación a los factores sociodemográficos y el estilo de vida en el adulto del asentamiento humano Miraflores alto - Chimbote, 2021



Fuente Cuestionario de los factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vélchez A, cuestionario de estilo de vida, elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C, aplicado a los adultos del asentamiento Humano Miraflores Alto- Chimbote, 2021

TABLA 5

RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO CHIMBOTE, 2021

Acciones de prevención y promoción	Estilo de vida				Total	Chi / Sig	
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n		%
Acciones inadecuadas	19	17.3	42	38.2	61	55.5	0.699 / 0.403 No existe diferencia entre las variables
Acciones adecuadas	19	17.3	30	27.3	49	44.5	
Total	38	34.5	72	65.5	110	100.0	

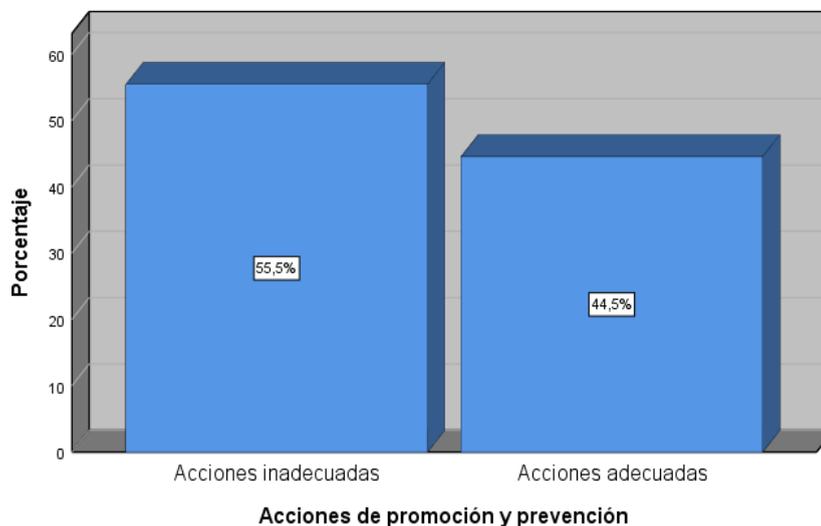
Fuente: Cuestionario sobre acciones de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por Vilches A, y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaque. Aplicado a los adultos del asentamiento Humano Miraflores Alto - Chimbote, 2021

GRÁFICO DE LA TABLA 5

RELACIÓN ENTRE ACCIÓN DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO- CHIMBOTE, 2021

GRÁFICO 19:

Acciones de promoción y prevención



Fuente: Cuestionario sobre acciones de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por Vilches A, y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaque. Aplicado a los adultos del asentamiento Humano Miraflores Alto - Chimbote, 2021

4.2 Análisis de resultados

Tabla 1

En los factores sociodemográficos encontramos que la totalidad de las personas encuestadas fueron de 110 adultos del asentamiento humano Miraflores Alto, el sexo es masculino con un 53.6%, las edades encontradas fueron de entre 36 a 59 años 46.4%, su grado de instrucción es secundaria con un 49.1%, mientras tanto tiene una religión católica con 50.9%, su estado civil es casado 49.1%, su ocupación es ama de casa 34.5%, su ingreso económico es de 650 a 850 soles 37.3% y tenemos tipo de seguro que más usan los adultos es el SIS 60.9%.

Analizando los resultados de la presente investigación, más de la mitad son de sexo femenino, esto quiere decir que al momento ejecutar mis cuestionarios o están ocupados trabajando, es por ello que encontré mujeres en casa ya que ellas son las encargadas del cuidado de la familia y de hogar, las madres son las que más se encargan del mantenimiento del hogar siendo muchas veces el pilar fundamental para salir adelante brindando apoyo psicológico.

Podemos decir que el grado de instrucción son los estudios más alto e importantes dentro del desarrollo del ser humano en los cuales tenemos diferentes niveles de estudio como son primarios, secundarios y posteriormente la universidad o instituto en donde sigan estudiando o puedan ejercer alguna carrera profesional o técnica , sin tener en cuenta si son entidades privadas o del sector público, con el propósito de desarrollarnos profesionalmente y así brindar mejor calidad de vida a nuestras familias.

En el asentamiento humano Miraflores alto se encontró que la mayoría solo tiene educación secundaria dado de anteriormente por distintos problemas económicos y por falta de apoyo por parte de sus padres no han podido seguir estudiando y por eso que solo llegaban a terminar la secundaria, pero muchos han decidido trabajar para seguir estudiando y tener una carrera universitaria ya que ser un profesional tiene muchas ventajas ya que te abre muchos caminos a un buen futuro.

También podemos mencionar que la religión es uno de los aspectos importantes, en cuanto a las creencias y valores de cada cultura que determina el tipo de estilo de vida a seguir. Las costumbres culinarias de cada religión se basan en la creencia común de que la comida no solo proporciona al cuerpo los nutrientes que necesita para promover la salud, sino que también tiene una influencia decisiva en la personalidad y el alma, es por ello que, se puede decir que la religión es uno de los aspectos más importantes en relación a los valores y creencias de cada cultura que va determinar el tipo de estilo de vida a seguir en la vida de cada ser humano.

Asimismo, más de la mitad profesan la religión católica, son creencias inculcadas por sus antepasados y recreadas por el bautismo, que para ellos incluye presentarse ante la presencia de Dios y fortalecer su fe a través de los santos. De igual manera explican que tienen vecinos que son el evangélico e incluso hay un templo en su cuadra y han sido invitados muchas veces, pero no quieren participar porque tienen nuevas reglas que son: nada de alcohol al participar en las reuniones todos los domingos, por la tarde y tienen que

diezmar (pagar el 10% de sus ingresos mensuales), por eso eligieron ser cristianos.

En lo que respecta a los factores sociodemográfico, se ha considerado: el estado civil, la ocupación y el ingreso económico. El estado civil, es la situación de las personas que determina por sus relaciones de familia, provenientes del matrimonio o del parentesco, que establece ciertos derechos y deberes. Generalmente los estados llevan un registro público con los datos personales básicos de los ciudadanos, entre los que se incluye el estado civil; denominándose a este registro como Registro Civil (52).

En cuando a la variable de ocupación menos de la mitad de los adultos son amas de casa y afirman que cuentan con trabajo eventual debido a que no hay mucha demanda de trabajo; al analizar podemos decir que la ocupación es el soporte vital de un hogar, para cubrir sus necesidades básicas, necesidades de salud, de igual manera sus necesidades personales como vestimenta y alimentación, es por ello que algunos de los adultos encuestados afirmaban que ellos mismo estaban creando sus propios negocios como una tienda, lavandería, librería, sastrería entre otros; utilizando sus propias habilidades y destrezas demostrando la calidad de su trabajo. Se puede evidenciar que los adultos buscan sus propios negocios para poder traer el sustento económico cubriendo sus necesidades básicas de ellos y de su familia y lograr tener una mejor calidad de vida.

Actualmente muchos de estos adultos se quedaron desempleados por la pandemia mundial de COVID 19, siendo un problema más en su vida cotidiana que traerá consigo problemas familiares por la falta de economía, afectando así

en su alimentación diaria, como también en los estudios de sus hijos. Ahora siendo ellos mismo responsables en salir a buscar empleo laboral para poder pagarse sus estudios y lograr ser unos excelentes profesionales a pesar de la adversidad.

Con respecto al ingreso económico, menos de la mitad presenta de S/. 650 a S/. 850 nuevos soles mensuales, estando clasificado como un ingreso económico mínimo; este poco ingreso conlleva a que esta población adquiera alimentos con alto contenido de grasa y bajo contenido de fibra (conocida como alimentos chatarra); los cuales se asocian a una mayor prevalencia de enfermedades cardiovasculares y factores de riesgo que conducen al deterioro de la calidad de vida de la población y una alimentación inadecuada.

Según el INEI (53), cerca de 16 millones 964 mil personas adultas tienen algún empleo a Nivel Nacional, entre octubre del 2020 y septiembre del 2021, el ingreso económico varía entre los 1,000 a 1,379 nuevos soles, llegando a ser una cifra menor a los años anteriores, la remuneración más baja antes de la pandemia de la Covid-19, era de 250 nuevos soles el 12,8%, además refieren que el ingreso económico de la persona dependerá mucho del grado educativo.

Teniendo en cuenta que el tipo de seguro que más usan los adultos es el SIS, es el seguro que brinda el estado a las personas que más lo necesitan y de bajos recursos económicos ya que pueden ingresar un establecimiento de salud del estado de manera gratuita, y también accedes a muchos beneficios y cualquier accidente que tengas el SIS te lo cubre y los gastos que se realicen el SIS te los cubre y solo llegas a pagar una mínima cantidad que a veces el SIS

no lo puede cubrir ya que hay algunos medicamentos o cualquier otro tipo de atención que te quieras realizar.

También el seguro de salud es un beneficio en el servicio de seguro cubre los gastos de salud del beneficiario esto puede ser por el estado de manera gratuita o puede ser por compañía particulares, dependiendo el tipo de seguro se puede cubrir operaciones, hospitalizaciones entre otras intervenciones que se le pueda dar a los adultos en los diferentes establecimientos de salud.

Al indagar más tesis con resultados similares a la presente investigación se encontró con el estudio obtenido por Huamán, J. (54), en su investigación titulada Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Asentamiento Humano Ricardo Palma_Chimbote, 2019. Los resultados mencionan que, del total de 125 adultos encuestados, 63,2% (79) son de sexo femenino, 38,4% (48) son adultos maduros, 49,6% (62) tienen grado de instrucción secundaria, 45,6% (57) profesen la religión católica, 38,4% (48) son convivientes, 68,8% (86) tienen SIS, pero difiere respecto a la ocupación que el 26,4% (33) son ama de casa y 35,2% (44) tienen un ingreso económico menor de 400 nuevos soles.

Así mismo podemos deducir que estos factores encontrados nos conllevan que la población se encuentra muy vulnerable a sufrir diferente cambio en cuanto a su estilo de vida, todos estos datos son perjudiciales para la población en estudio ya que esto pone en grave riesgo su salud ya que se da lo que es mucho la obesidad y las enfermedades no transmisibles.

Finalmente se puede concluir que los indicadores que se encuentran en mayor un riesgo es la edad, el grado de Instrucción, la ocupación, y el ingreso económico del adulto de dicho Asentamiento Humano en investigación colocan en riesgo al adulto mayor siendo esto características negativas que no le permiten desarrollarse en el día a día; cuentan con un nivel secundario, lo que no les permitió obtener un buen trabajo logrando así solo obtener el ingreso económico de 850 a 1100 nuevos soles mensuales, llegando a ser una remuneración no muy favorable en familias numerosa, afectando de tal manera a la canasta familiar y los servicios básicos del hogar. Por otro lado, las variables favorables para la salud de los adultos son la religión y el tipo de seguro que es el SIS, porque así mejorará el control de su salud y a estar más prevenidos ante cualquier tipo de enfermedad.

Ante este problema que existe se propone que haya una intervención oportuna por parte del Personal de Salud de Miraflores Alto, para que se organice un plan de trabajo, con los diferentes actores sociales como son los Municipios, Instituciones educativas, Juntas Directivas de la comunidad, dirigidas a la población adulta, con el propósito de registrar a todos los adultos para saber cuál es su realidad actual, y así intervenir de una manera adecuada.

Tabla 2

En la acción de prevención y promoción de la salud de los adultos del asentamiento humano Miraflores alto _ Chimbote, podemos observar que los adultos de dicho asentamiento llevan acciones inadecuadas sobre su salud con un 55.5% (61) y un porcentaje del 44.5% (49) si tienen acciones adecuadas.

Analizando los ejes temáticos de las acciones de prevención y promoción, tenemos la alimentación y nutrición, donde en la entrevista los adultos de dicho Asentamiento Humano refieren que muy pocas son las veces que las autoridades y el Puesto de Salud más cercano promocionan la alimentación saludable o promueven la elección de alimentos y bebidas saludables, siendo ello un acto preocupante para la salud de los moradores, por el escaso apoyo que reciben para mejorar sus estilos de vida y sus conocimientos de los alimentos que son necesarios.

Es por ello que la prevención y la promoción de la salud son medios necesarios para la mejora de la salud de los residentes y ejercer una mayor autonomía, a través de las intervenciones y la reducción de los determinantes de la salud sin desigualdad. Desarrollando y creando un entorno sano en beneficio de la salud, practicando actitudes saludables y reposicionamiento de los Servicios de Salud. En cuanto a la prevención y promoción de la salud, más de la mitad de adultos tienen información suficiente que les ayude a practicar buenas prácticas sobre alimentación y nutrición, hábitos de higiene y salud bucal, habilidades para la vida, actividad física, salud sexual y reproductiva, seguridad y salud vial.

Las prácticas aseguran un estilo de vida saludable por mejorando así la calidad de vida de los adultos. Sin embargo, menos de la mitad no practican estos métodos, poniendo en riesgo su vida y trayendo consigo muchas enfermedades. Con respecto a la alimentación y nutrición son dos son conceptos diferentes; la alimentación es un proceso mediante el cual obtendremos los nutrientes necesarios para la supervivencia de nuestro organismo o cuerpo.

Es también el acto de proveer alimento al cuerpo en el cual se selecciona el alimento posteriormente este se prepara y luego se consume; por otro lado, la nutrición es un proceso en el cual nuestro cuerpo va a utilizar los alimentos que se ha ingerido, pasando todo este por un proceso llamado metabolismo dentro de ello se encuentra la digestión, la absorción, asimilación y la por último tenemos lo que es la eliminación de los desechos.

En este estudio, la mayoría de los adultos no realizaban acciones preventivas y de fomento en una alimentación y nutrición, ya que no contaban con un plan de actividades para promover una alimentación saludable, como bien sabes en este tiempo de pandemia muchas familias se han visto afectadas con la falta de trabajo y eso provoco que no haya ingresos para que lleven una alimentación sana y que sea muy nutritiva. También pudimos observar que no contaban con ningún tipo de apoyo por medio de las autoridades locales del asentamiento humano Miraflores Alto.

Asimismo, la mayoría de los adultos asentamiento humano Miraflores Alto. no llevan una buena, lo cual es un factor de riesgo en su salud porque pueden contraer enfermedades respiratorias, las EDAS y enfermedades

infecciosas u otras enfermedades que se puede contraer por no tener el conocimiento adecuado de lo grave que puede ser el no llevar una buena higiene, o simplemente lo hacen por pereza y poca disponibilidad de tiempo o no lo practican y es una gran lastimas poner en peligro su salud, es por ello que se espera que los adultos puedan llevar y poner en práctica los bueno hábitos de higiene para evitar las enfermedades mencionadas anteriormente.

De los adultos entrevistados la mayoría son mujeres y son trabajadoras de cocina o amas de casa , es por ello que en la encuesta de higiene las mujeres respondieron que antes de cocinar se lavan las manos para evitar el contagio de sus seres queridos, pero la mayoría de los adultos entre hombres y mujeres dijo que no se lavaron las manos antes de comer algo, pera al desayuno, almorzar y/o cenar, pero cuando van a comer otra cosa se les olvida lavarse las manos y es por ello que traen consigo muchas enfermedades.

En cuanto a la higiene personal, la mayoría manifestó que se lava el cabello no todos los días pero se lava el cabello día por medio o 2-3 veces por semana, dice que puede cuidar su cabello manteniéndolo más limpio, fuerte y no -dañar su piel ; pero hay algunas personas que no se duchan seguido, solo se bañan dos veces por semana , dicen que su piel está protegida y fortalecen el cuerpo contra infecciones; la mayoría informa que se cepilla los dientes tres veces al día , después del desayuno, el almuerzo y la cena para prevenir la caries dental.

Así mismo podemos referir que las habilidades para la vida son comportamientos aprendidos que las personas utilizan para resolver situaciones problemáticas en la vida cotidiana. Estas habilidades se adquieren a través de la experiencia directa mediante el modelado o la imitación. La naturaleza y

forma de presentación de estas habilidades depende del contexto en el que ocurren; por lo tanto, dependen de las normas sociales y de las expectativas que la comunidad tiene de sus miembros. Estas habilidades contribuyen a enfrentar con éxito los desafíos de la vida cotidiana en diferentes áreas donde las personas trabajan, familia, escuela, amigos, trabajo u otras áreas de interacción en donde se pueden encontrar el adulto.

Los resultados son similares a los de García J, (55). Conclusión del programa de educación sobre prevención de complicaciones renales relacionadas con la diabetes 56%, la mayoría no cuenta con acciones de promoción y prevención adecuadas, de los cuales el 3% tiene hábitos alimentarios regulares regularmente, el 9% tiene hábitos alimentarios malos y el 8% tiene muy buenos hábitos alimenticios. Se concluyó que no existía relación entre los hábitos alimentarios de los adultos y el estilo de vida. en. Sobre las habilidades para la vida de los adultos asentamiento humano Miraflores Alto, según la encuesta realizada los adultos dicen que son amables y les gusta ayudar con una buena comunicación expresando sus opiniones, así como respetarles sus derechos, y resolver los problemas de manera civilizada y sin llegar a los golpes o insultos del uno al otro, tienden a tratar con calma y de esta forma fomentan un buen compromiso con su entorno en lo que están viviendo.

Sin embargo, menos de la mitad de los adultos tienen dificultad en las relacionarse con otras personas, en algunos casos no se comunican y no enfrentan sus problemas para resolverlos, simplemente se dejan llevar, y trayendo consigo una gran depresión y estrés ya que no sabes cómo

relacionarse con otras personas de su alrededor creando problemas en ellos mismos, preguntas, dificultad de expresión, opiniones y frustraciones. Tener una buena habilidad es importante para promover la salud emocional, En este estudio, la mayoría de los adultos no realizaron acciones preventivas y de fomento relacionadas con la actividad física, los adultos jóvenes realizaron ejercicios en más de una hora, ya que practicaban deportes, informaron corrieron todas las áreas industriales y otros hablan de ciclismo; pero personas mayores y de mediana edad hacen muy poco ejercicio, porque ignoran el ejercicio relacionado con la edad, más de la mitad piensa que ejercitan su cuerpo al caminar.

En cuanto a los ejercicios de fuerza, no hacen mucho, pero mueven su cuerpo en su trabajo cargando pesas. Así mismo como se puede evidenciar que el COVID-19 ha traído consigo muchos cambios en cuanto a su actividad física ya que mucho se han quedado en casa casi dos años sin salir y así han optado por el senderismo el estar sentado sin hacer ningún tipo de ejercicio, poniendo en peligro sus vidas y trayendo consigo muchas enfermedades como es la obesidad, enfermedades cardiacas por la falta de ejercicio, entre otras.

La Organización Mundial de la Salud define la actividad física como cualquier movimiento del cuerpo en el que los músculos esqueléticos requieren un gasto energético de por lo que incluye las actividades realizadas en el trabajo, el juego y los viajes, así como las tareas del hogar y todas las actividades recreativas son actividad física que conducen al gasto de energía, lo que produce una gran cantidad de fenómenos a nivel físico, espiritual y emocional en la persona que lo realiza (56).

En los resultados según los indicadores se aplicó el programa educativo lo cual se obtuvieron en los adultos mayores un nivel de conocimiento alto de prevención de caídas y en la sección Educativa, se obtuvo una gran efectividad significativa, al aumentar el nivel de conocimiento en los adultos mayores sobre prevención de caídas. Para mantener su salud sexual y reproductiva, las personas deben tener acceso a información precisa ya los métodos anticonceptivos de su elección que sean seguros, efectivos, accesible y aceptables.

Deben estar informados y empoderados para protegerse de las enfermedades de transmisión sexual. De igual manera, más de la mitad de adultos con buena salud sexual y reproductiva reportaron que al momento de tener relaciones sexuales se protegen con métodos anticonceptivos como pastillas, ampolletas, condones, etc, también acuden a los establecimientos de salud para encontrar información sobre el parto métodos de control y controles sanitarios, que son medidas de protección porque permitirán prevenir y detectar enfermedades de transmisión sexual, infecciones de orina, a través de un examen físico y así estar más protegidos y poniendo el en resguardo su salud.

Cuando se trata de salud oral u bucal, significa tener dientes blancos, incluso rosados y encías, tener una estructura relacionada con la boca que contribuya a la salud mental, social y física del usuario, otorgándole así la capacidad de disfrutar de la vida solo: autoconciencia, reconocimiento positivo de sí mismo, disfrutar de la comida, hablar, comer, hablar y emitir emociones a través de expresiones faciales.

En este estudio, casi la totalidad de los adultos no realizaban acciones preventivas y promocionales sobre la salud bucal, no usaban enjuague bucal ni hilo dental, lo que implica que estos son productos algo caros, el dinero y les basta con cepillarse los dientes, casi todos ellos dijeron que no van al dentista, porque la consulta y el tratamiento es caro, pero menos de la mitad dice que van al centro médico odontológico de su establecimiento para ser atendidos en el consultorio dental para el tratamiento dientes y si algún costo alguno ya todo esto lo cubre el SIS.

La salud bucal según la Organización Mundial de la Salud, que establece que la salud bucal como la caries dental, la enfermedad periodontal y la desalineación, esto contribuye a los problemas de salud pública que afectan a los países industrializados. La salud bucodental es muy importante porque podemos disfrutar de una excelente salud y una buena imagen en la sociedad y conducir a una calidad de vida, definida como estar libre de dolor molar (57).

Salud mental y cultura de paz, actualmente la Organización Mundial de la Salud define la salud mental como: "Un estado de bienestar en el que los individuos se dan cuenta de sus propias capacidades, son capaces de hacer frente a las tensiones normales de la vida, ser capaces de trabajar productiva y eficazmente y poder contribuir a sus comunidades" y una cultura de paz que cambia pensamientos y actitudes con el objetivo de promover la paz, incluye intercambios de temas y conflictos para ganar confianza y restaurar la paz y confianzas en lugares donde se ha desarrollado la guerra(57).

En este estudio, menos de la mitad de los adultos no tomaron acciones preventivas y de aliento relacionadas con la salud mental, y dijeron que si estaban satisfechos consigo mismos, se sentían orgullosos de lo lejos que habían llegado y de lo que tenían, tratando de lograr grandes objetivos y es por ello que siguen trabajando más duro y sea un ejemplo para sus hijos y nietos, ¿cuál es el punto de todo esto?, debido a su avanzada edad, a veces piensan que son un estorbo para sus hijos, porque no pueden hacer cualquier cosa sobre el estado en el que se encuentran; sin embargo, adultos y jóvenes dicen que, si hacen los mismos trabajos que otras personas, tienen suficiente energía para trabajar y hacer cualquier cosa.

De acuerdo con los resultados obtenidos en este estudio, la mayoría de adultos se encontraban en el asentamiento humano Miraflores Alto. No todos utilizaron las medidas de seguridad vial que recomendaron visitar debido a que muchas veces se encuentran en una apúrta, se les olvida, o porque no ven él y no ven claro. Qué diría un factor de riesgo si no darse cuenta de la importancia de obedecer las normas de tránsito para evitar accidentes de tránsito y salvar la vida propia o ajena, es importante que los adultos deben ser conscientes de lo importante que es prevenir accidentes y promover una vida saludable respetando las reglas.

Los adultos de hoy no se dan cuenta al cruzar las vías, el conductor del no usa cinturón de seguridad e incluso muchos copilotos, manejan el sin usar casco, cometiendo muchos errores insólitos. Cuidadoso y hasta cierto abuso de la tecnología porque los accidentes se producen principalmente por el descuido del de no observar el fuego, o por atender una llamada al mientras se conduce

o por ser medido en redes sociales, porque si no cambias la tarde o temprano lo hará. Será fatalmente peligroso porque pondrán sus vidas en peligro tanto para ti como para la persona a tu lado. Se sugiere sensibilizar al grupo de adultos que carecen de buenas prácticas de prevención y promoción de la salud mediante programas educativos sobre la práctica de actividad física y una alimentación equilibrada para mejorar la salud y prevenir enfermedades crónicas y condiciones de riesgo.

Ante cualquier evento estresante, las personas tienden a modificar su conducta de dos formas: por un lado, aumentando las conductas no saludables y por otro lado, disminuyendo la implementación de hábitos o conductas saludables, todo ello a expensas de la salud; Por ejemplo, el estrés reduce significativamente el número de horas de sueño y descanso, aumenta el consumo de tabaco, alcohol o sustancias psicotrópicas, reduce la implementación de conductas saludables relacionadas con, por ejemplo, el movimiento, la medicina preventiva. El estrés y las reacciones emocionales negativas relacionadas producen a su vez un intenso malestar subjetivo caracterizado por ansiedad, miedo, incertidumbre, falta de capacidad de toma de decisiones, bloqueo de las funciones cognitivas e irritabilidad. Estos síntomas subjetivos conducen a altos niveles de activación fisiológica y cambios de comportamiento.

Respecto al estudio que difiere con la presente investigación es el de Depaz, M. (58), titulado Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven Primavera Baja_ Chimbote, 2019. Donde en

los resultados se menciona que, del total de 198 adultos, el 50,5% (100) tiene acciones de prevención y promoción adecuadas.

También encontramos investigaciones que se asemejan como el de Medina R. (59), titulado Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 25 _Chimbote, 2019, donde los resultados refieren que, del total de 180 adultos, el 56,7% (102) tiene acciones de prevención y promoción inadecuadas.

Es por ello que se da algunas sugerencias de mejora deben ser anotadas por el personal de salud para beneficios de la salud de los adultos ya que ellos son muy vulnerables a que contraigan cualquier enfermedad ya que su organismo es débil y frágil por el único hecho de que la edad avanza y la anatomía del ser humano cambia. Por eso se pone a disposición los conocimientos en prevención y promoción de enfermedades.

Es por ella que la teórica Nola Pender en su modelo nos habla como es que se da la promoción de la salud y como se ve reflejado en la población en estudio reflejando así el interés de los diferentes profesionales de la salud por comprender las conductas promotoras de salud y las motivaciones que los impulsan a hacerlo (60).

Finalmente se concluye que al analizar los ejes temáticos que se encuentran en mayor problema o riesgo, se encuentra la alimentación y nutrición, ya que, muchas familias se vieron afectadas con lo que es la baja economía no tienen el dinero suficiente para poder completar la canasta familiar y optan por comer lo que hay en casa, asimismo, el apoyo de las autoridades y el Personal de Salud

es deficiente en dicho asentamiento, así mismo la actividad física, la salud sexual, reproductiva y la higiene bucal, se encuentran comprometidas, porque muchos de los adultos mantienen una vida sedentaria y no suelen asistir frecuentemente a un establecimiento de salud de su jurisdicción, es por ello que perjudiquen su estado de su salud y como consecuencia pueden padecer cualquier tipo de enfermedades no transmisibles tanto individual como en la familia.

Es por ello que se pide a las autoridades o al personal de salud del dicho asentamiento humano a que se pongan en contacto con los moradores y se les brinde una atención oportuna y también brindarles el conocimiento o la información sobre la importancia de acciones de prevención y promoción adecuadas.

Tabla 3

Del 100 % (110) de los adultos del Asentamiento Humano Miraflores alto_ Chimbote el 65.5% (72) de los adultos encuestas se encontró que no llevan un estilo de vida no saludable, mientras que el 34.5% (38) si llevan un estilo de vida saludable.

Así mismo al analizar el estilo de vida de los adultos de dicho Asentamiento Humano, respecto a la responsabilidad o calidad de su salud, muchos de los adultos manifiestan que no mantienen una buena esa iniciativa de asistir al doctor, solo llegan a acudir a un establecimiento de salud cuando presentar algún dolor o la situación se agrava, asimismo hacen mención que no se informan mucho sobre los alimentos saludables propios de su edad solo cuentan con los conocimientos básicos, que se dan por medio de sus familiares

o algún amigo cercano, porque muy poco se promociona la alimentación en la comunidad, ante ello se puede evidenciar la necesidad que tienen los adultos de obtener más conocimientos sobre una buena alimentación de acorde a su edad todo esto hace que los adultos se lleguen a preocupar un poco por su estado de salud, los adultos tratan de evitar ciertas complicaciones que se puedan dar más adelante como la diabetes, enfermedades cardiovasculares, problemas estomacales, entre otros.

De esta manera, en la investigación realizada durante la fase II del recojo de información en el asentamiento humano Miraflores Alto, no todos los adultos llevan un estilo de vida saludable, pero esto repercutirá en su salud y calidad de vida. Así misma nutrición es la ingesta de alimentos acompañada de un estilo de vida saludable son hábitos, costumbres que tiene un individuo, para su bienestar físico y mental, acompañado de ejercicio para beneficio de la salud.

Así mismo cuando hablamos de estilos de vida pocos o no saludables, dentro de la sociedad actual tiende a considerar el incumplimiento de ciertos hábitos de vida saludables como un daño definitivo para la salud, es decir, un hábito nocivo. En cambio, un hábito nocivo es aquel que nos provoca un daño comprobable a corto o largo plazo, o nos pone en riesgo de sufrir una enfermedad grave, y como tal debe ser bien entendido. Los resultados obtenidos indicaron que más de la mitad de los adultos no llevaban un estilo de vida no saludable, esto se debe a que los adultos afirmaron que nunca tuvieron un dilema en cuanto a la alimentación y las posibles causas que puede ocasionar una mala alimentación.

Todo esto se debe a que su condición económica no les permite acceder a alimentos más nutritivos y su principal preocupación es poder comer por lo que su dieta se basa principalmente en carbohidratos como arroz, fideos y pan, también sé que tienen un bajo nivel de educación, lo que limita su capacidad para elegir los alimentos correctos para una dieta saludable. De igual forma el adulto no sabe cómo determinar un buen estilo de vida saludable, para ello se requiere de la ayuda de un profesional para que los oriente de cómo llevar una vida saludable, para ello se recomienda diferentes actividades como la actividad física, los hábitos alimentarios sanos (sin comida chatarra) y el descanso adecuado, ya que ayuda a los adultos a tener una vida buena y saludable, tener un estilo de vida inadecuado que es muy perjudicial para la vida, puede contraer enfermedades no transmisibles como diabetes, hipertensión arterial, enfermedades coronarias, etc.

Por eso es tan importante diseñar estrategias o educar a la población sobre la importancia del estilo de vida para una vida saludable. La pandemia provocada por el SARS Cov 2 (Covid 19), obligó a miles de personas a pasar mucho tiempo en casa y no en el trabajo, muchas personas tardaron mucho tiempo en adaptarse a este nuevo hábito y completaron nuevo escenario, en esta situación muchos adultos aumentan de peso, no ejercían ningún tipo de ejercicio, se dedicaron a lo que es el sedentarismos a pasar horas sentados en casa mirando televisión o simplemente compartiendo con la familia, es por ello que se recomienda el uso de una alimentación saludable para evitar el contagio

y que nuestro organismo este más preparado para combatir a los síntomas que produce el COVID 19.

De acuerdo con los resultados obtenidos, más de la mitad de los adultos no realiza ejercicios porque, las diferentes organizaciones recomiendan a los adultos realizar actividades físicas al menos 15 minutos a la semana o un mínimo de 20 minutos a la semana, para mantener una buena salud y por lo tanto se reducirá el índice de sobrepeso, enfermedades crónicas y no transmisibles como la obesidad, la diabetes y la hipertensión. Por lo tanto, el trabajo que se está dando en estos tiempos de pandemia es muy elevado ya que muchos adultos han tenido una sobrecarga de trabajo, conduciendo así a una desesperación y aun estrés, causando una deficiencia de sueño no duermen sus horas recomendadas y todo esto llegar a afectar si desempeño y eficacia laboral, la falta de sueño tiene consecuencias graves como una mala concentración y el estado de ánimo pésimo del individuo provocando dolores del cuerpo como son los dolores cardiovasculares las articulación entre otras enfermedades relacionadas con el sueño.

En cuanto a la responsabilidad de nuestra propia salud, eso es con lo que debería comenzar cuando somos jóvenes y lo suficientemente racionales para que distinga lo bueno y lo malo con respecto a nuestra salud, y desde ese momento en que nosotros somos conscientes y capaces de velar por nuestra propia seguridad y nuestra salud. A si mismo sabemos que la importancia de no caer en malos hábitos como fumar y beber demasiado alcohol, es poner tener una buena vida libre de enfermedad que procese el exceso de bebidas alcohólicas o el consumo de sustancias nocivas, es por ello que las personas

mayores debemos de ser un ejemplo para las pequeñas generaciones dentro de la familia ya que los valores y los principios se va dando desde la casa.

Los resultados obtenidos indican que más de la mitad de los adultos no consumen suficientes frutas y verduras en su dieta diaria, estos alimentos son importantes para la nutrición del adulto así como para toda la familia porque aportan vitaminas, minerales, antioxidantes y fibra; No solo es importante tener una dieta saludable, la fibra ayuda a una buena digestión, además, los antioxidantes ayudan a prevenir enfermedades como el cáncer ayudan a evitar el estreñimiento , a los adultos que suelen ser muy susceptibles con respecto a su salud.

Es por ello que estas estrategias de promoción y prevención a la poblacional deben enfocarse en la alimentación saludable, la cual incluye alimentos y recetas dentro de su presupuesto; Es importante recalcar leer las etiquetas de los productos envasados por los valores nutricionales y las señales establecidas por el gobierno como el octágono, esto es para evitar o reducir el consumo de alimentos ricos en grasas, azúcar y sodio, para prevenir la aparición de enfermedades, que pueden empeorar la salud, para adultos. Por otro lado la madurez y la vida espiritual a menudo se asocian con una creencia más que con una misión de vida. Cuando se trata de la vida espiritual, debemos recordar que nadie vive una vida cerrada o aislada.

Así mismo se está dando una relación, no sólo con otras personas sino con personas de nuestro entorno, con el tiempo y con el misterio de quiénes somos, tenemos de dónde viene él y hacia dónde vamos. Más específicamente, debemos recordar que estamos viviendo en relación con el principio

fundamental del Universo, que llamamos Dios o Divino. Los resultados de estilo de vida muestran que la mayoría tiene estilos de vida no saludables que afectarán su salud en la edad adulta; no suelen comer bien, no hacen ejercicio físicamente, también tienen poco conocimiento de una alimentación adecuada, es por ello que hay que implementar muchas estrategias para fomentar y prevenir a la población sobre los alimentos nutritivos en cada etapa de elaboración y preparación de recetas dentro de su presupuesto, así mismo se debe incentivar la lectura de los productos contenidos en los envases para que los adultos sepan que los productos son ricos en grasas, azúcares y otras cosas, previniendo así también enfermedades ya que los adultos son susceptibles a enfermedades infecciosas como diabetes, hipertensión o enfermedad coronaria.

El estudio que difiere con la investigación es presentado por Ramos, J. (61), titulado Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven La Unión Sector 24 _Chimbote, 2019. Como resultado se obtuvo que, del total de 178 adultos, el 78,1% (139) tienen Estilos de Vida saludable.

Al indagar tesis que se asemejen al presente estudio, tenemos el de Palacios, G. (62), titulado Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven El Porvenir “A” Sector 7_Chimbote, 2019, donde se obtuvo como resultado que, del total de 200 adultos encuestados, el 78,5% (157) tienen estilos de vida no saludable.

Por otro lado, las actividades preventivas para los adultos mayores deben tener en cuenta no solo el riesgo de enfermarse, sino también el cambio de actividad que provoca la enfermedad, y también las condiciones que suelen presentarse en los adultos mayores que pueden debilitar su salud. Como debilidad, caídas y complicaciones iatrogénicas; Las actividades preventivas para las personas mayores deben tener en cuenta todos estos factores. Presentamos algunas pautas que pueden ser importantes para promover el envejecimiento activo y medidas preventivas que se pueden implementar según el contexto de cada individuo.

Es importante brindar a la población adulta mayor herramientas para un mejor manejo y mejora de su salud. Todo ello para conseguir un envejecimiento exitoso, es decir sin discapacidad, con el menor o menor control de la enfermedad posible y, sobre todo, intentando mantener en todo momento la independencia y la calidad de vida, respetando siempre vuestros valores y preferencias.

Finalmente podemos concluir después de haber analizado, los diferentes indicadores que se encuentran en mayor vulnerabilidad, siendo este la responsabilidad de Salud, la nutrición y la actividad física, ya que, los adultos de dicho Asentamiento Humano no tienen mucho interés por el control de su salud y su bienestar, es por ello que no ponen en práctica la actividad física y su alimentación saludable, su alimentación suele ser variada a causa del ingreso económico que es muy bajo para poder cubrir con todas las necesidades del hogar, llegando a ser un factor preocupante para la salud de cada adulto, como bien sabemos una vida sedentaria en un futuro traerá muchas

consecuencias, por ello sería recomendable tener una buena intervención y apoyo del personal Salud y ayudar a concienticen a los adultos a mejorar su calidad de vida.

Según los resultados encontrados dentro de la investigación se puede evidenciar que no hay una oportuna intervención de las autoridades locales, regionales ni tampoco personal del establecimiento de salud más cercano, es por ello que se pide intervenir de una buena manera para brindarles toda la información y conocimientos a la comunidad en estudio para que puedan llevar buenos hábitos y mejorar sus estilos de vida evitando así futuras enfermedades no trasmisibles.

Tabla 4

De lo acuerdo a los factores sociodemográficos y los estilos de vida en los adultos del asentamiento Humano Miraflores Alto 15,5% (17) son masculinos con un estilo de vida saludable y 30,9% (34) no saludable, 19,1% (21) son femeninos con un estilo de vida saludable y 34,5% (38) no saludable, 8,2% (9) son adultos jóvenes son un estilo de vida saludable y 33,3% (37) no saludable y 19,1% (21) son adultos maduros con un estilo de vida saludable y 27,3% (30) no saludable y 7,3% (8) son adultos mayores son un estilo de vida y 4,5% (5) no saludable, 4,5% (5) tienes grado de instrucción primaria con estilo de vida saludable y 5,5% (6) no saludable, 15,5% (17)) tienes grado de instrucción secundaria con un estilo de vida saludable y 33,6% (37) no saludable, 14,5% (16)) tienes grado de instrucción superior con un estilo de vida saludable y 26,4% (29) no saludable.

El 16,4% (18) son de religión católico con un estilo de vida saludable y 34,5% (38) no saludable, 18,2% (20) son de religión evangélico con un estilo de vida saludable y 30,9% (34) no saludable, 3,6% (4) con estado civil soltero con un estilo de vida saludable y 9,1% (10) no saludable, 13,6% (15) con estado civil casado con un estilo de vida saludable y 35,5% (39) no saludable, 6,4% (7) con estado civil viudo con un estilo de vida saludable 11,8% (13) no saludable, 9,1% (10) con estado civil conviviente con un estilo de vida saludable y 7,3% (8) no saludable, 1,8% (2) con estado civil separados con un estilo de vida saludable , 1,8% (2) no saludable, 10,0% (11) tienen ocupación obrero con un estilo de vidas saludable y 15,5% (17) no saludable, 6,4% (7) tienen ocupación empleados con un estilo de vidas saludable y 23,6% (26) no saludable, 12,7% (14) tienen ocupación ama de casa con un estilo de vidas saludable y 21,8% (24) no saludable.

El 5,5% (6) tienen otro tipo de ocupación con un estilo de vidas saludable y 4,5% (5) no saludable, 2,7% (3) tienen un ingreso económico menor de 400 con un estilo de vida saludable y 0,0% (0) no saludable, 9,1% (10) tienen un ingreso económico de 400 a 650 con un estilo de vida saludable y 15,5% (17) no saludable, 12,7% (14) tienen un ingreso económico de 650 a 850 con un estilo de vida saludable y 24,5% (27) no saludable, 8,2% (9) tienen un ingreso económico de 850 a 1100 con un estilo de vida saludable y 24,5% (27) no saludable, 1,8% (29) tienen un ingreso económico mayor de 1100 con un estilo de vida saludable y 0,9% (1) no saludable, 12,7% (14) tienen un tipo de seguro Essalud con estilo de vida saludable y 26,4% (29) no saludable, 21,8% (24)

tienen un tipo de seguro Sis con estilo de vida saludable y 39,1% (43) no saludable.

Así mismo para obtener la relación entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida en el adulto del asentamiento humano Miraflores alto_ Chimbote, se realizó la prueba del chi cuadrado donde se encontró que si existe relación estadísticamente significativa con la edad ($p=0.008$), mientras que el sexo ($p= 0.0804$), grados de instrucción ($p=0,011$), religión ($p=0,2919$), estado civil ($p=0,184$), ocupación ($p=0,179$), ingresos económico ($p=0,124$) y tipo de seguro ($p=0,123$), no existe ninguna relación estadísticamente entre las variables.

Al analizar las variables sobre los factores sociodemográficos entre los estilos de vida, se puede decir que si existe relación entre la variable edad, esto quiere decir que se encuentra dividido en adultos jóvenes, adultos maduro y también tenemos a los adultos mayores cada uno de ellos cumplen una función y además se puede evidenciar que los adultos de acuerdo a su edad tiene un estilo de vida diferente, es por ello que se puede diferenciar además de aportar a la sociedad conocimiento, aprendizaje, valor y todo lo que nos hace humanos.

Así mismo los factores sociodemográficos entre los estilos de vida, se puede decir que no existe relación entre las dos variables, porque, los adultos del Asentamiento Humano, mantienen trabajos independientes donde no son muy bien remunerados o pagados a causa de que no pudieron terminar a tiempos su estudios secundario o primarios, es por ello que les hace falta tener una iniciativa de querer ser mejores personas y superarse cada día , conformándose así con lo que tienen, es por ello que muchas veces esto

ocasiona que no puedan solventar las necesidades del hogar y la canasta familiar, indicador fundamental para que los adultos mantengan una correcta alimentación saludable y un buen estilo de vida .

De acuerdo a la variable de sexo se dice que el que mayor prevalencia tiene es el femenino porque mujeres son consideradas cuidadoras en el hogar, y en brindar confianza y amor a los hijos al esposo, pero no olvidemos que los malos hábitos son hereditarios; esto quiere decir que si sus padres no les educan sobre higiene, buena alimentación, actividad física y la importancia de amarse a sí mismos; es por ello que se debe de inculcar buenos reflejos en cuanto a la crianza y educación, es por eso que los adultos tienden a tener estilos de vida poco saludables porque les gusta la comida rápida para tener más tiempo, algunos no desayunan, otros se enfocan más en el cuerpo que no comen correcto a pesar de que los medios informan que es muy importante el consumo de las 3 comidas diarias para que nuestro cuerpo este sano y bien nutrido para soportar las largas jornadas de trabajo.

Según la investigación se asemeja con el estudio Ordiano C (63). En la que concluye que el 91% (89) tienen un estilo de vida no saludable y el 9% (11) tienen un estilo de vida saludable; así mismo, difiere de Pinedo C. (91). En la que concluye que el 74,3% (54) tienen un estilo de vida no saludable y el 25,7% (18) un estilo de vida saludable.

Según los resultados del Centro Nacional (CENAN) (64), hasta el 2020 en el Perú el 69,9% de los adultos tienen obesidad y sobrepeso, de acuerdo a la clasificación por edades, el 42,2% son jóvenes, 34,5% adultos maduros y 33,1% adultos mayores. Asimismo, menciona que el 29% de los adultos en el

país consumen casi a diario las comidas chatarras y las frituras 87% dejando un día, mientras que a Nivel Nacional el 20,2% y en la Sierra el 33,6% consumen en exceso la sal, donde se puede resaltar que menos de la mitad de los peruanos consumen la mínima porción de fibras en su alimentación diaria. Dicho ello podemos apreciar el incorrecto estilo de vida que está llevando cada uno de los peruanos, siendo un riesgo para su salud en un futuro.

El estudio que difiere con la actual Investigación es presentado por Medina, R. (65), titulado Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 25_Chimbote, 2019, donde señala que si existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos y los estilos de vida de los adultos.

De acuerdo al estudio que se asemeja a la Investigación es propuesto por Huamán, J. (66), en su investigación titulada Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Asentamiento Humano Ricardo Palma_Chimbote, 2019. Tuvo como resultado que no hay relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos y los estilos de vida de los adultos.

Ante esa situación surgen problemas como la violencia, la discriminación y la desigualdad de género; como se puede observar, existen mujeres que no llevan un estilo de vida saludable, en la encuesta mencionaron que es un poco difícil el tener buenos hábitos alimenticios, es por ello que a muchas mujeres todo esto de la pandemia los afectado mucho ya estaban en casa sin salir y esto

evito que las mujeres sobran un poco de la obesidad y los problemas de estrés todos estos son factores biológicos influyen en las actitudes positivas y negativas en torno a su vida.

De igual manera, es importante resaltar que estas variables afectan la salud del adulto debido a que las buenas acciones promotoras de salud llevan a que cada adulto mejore su salud en calidad de vida y que tenga una buena actitud para mejorar sus estilos de vida e igualmente, estos resultados deben ser informados al gerente y a las autoridades correspondientes de salud para encontrar formas de abordar los problemas reales y actuales que enfrenta esta comunidad de Miraflores Alto.

Respecto a la no relación estadísticamente entre los factores sociodemográficos y los estilos de vida en los adultos relacionado con el modelo de la teorista Nola P, donde se menciona que los adultos están teniendo diferentes dificultades para sustentar bien su hogar, con respecto a su alimentación, algunos gastos necesarios para su edad, llegando a perjudicar su calidad de vida, como bien sabemos la teorista resalta algo muy importante en donde menciona que se tiene que tener una buena iniciativa para ser mejores personas y así mejorar su conductas convirtiéndolas en saludables con la promoción que se brinda en los diferentes puestos de salud más cercanos a su comunidad o alrededores, de esta manera se lograra una buena generación con muy buenos hábitos saludables para una vida mucho mejor y duradera.

Finalmente se concluye que los adultos no están llevando un correcto estilo de vida saludable, afectando de tal manera en que la salud de cada uno de los adultos, siendo así mucho más vulnerables a contraer cualquier tipo de

enfermedad no transmitirles como son, la diabetes, las edad, las infecciones estomacales, entre otros, es por ellos que se recomienda que tengan una buena reflexión y lleguen a tomar conciencia acerca de su salud y el estilo de vida quieren llevar, como bien sabemos el organismo necesita de cierto nutrientes que ayuden a las personas a protegerse de cualquier tipo de enfermedad y de esta manera mantenerse sanos, fuertes y saludables.

Para ello nuestra teorista Nola P, hace una referencia a lo que viene siendo los estilos de vida en la vida de cada morador de dicha comunidad en estudio, llegando así a deducir que es un conjunto de patrones conductuales y hábitos que guarden estrecha relación en su salud, así mismo se debe de actuar de manera correcta con respecto a lo que es los factores sociodemográficos en relación a los estilos de vida ya que esto puede traer muchas consecuencias en su salud si no es atendido a tiempo.

Tabla 5

De acuerdo a las acciones de prevención y promoción de la salud y los estilos de vida de los adultos del asentamiento humano Miraflores Alto el 17,3% (19) tienen acciones inadecuadas con un estilo de vida saludable y 38,2% (42), son no saludables, mientras que el 17,3% (19) tienen acciones adecuadas con un estilo de vida saludable y 27,3% (30) no son saludable.

Para obtener la relación entre las acciones de prevención y promoción de la salud y estilos de vida en el adulto del asentamiento humano Miraflores alto_ Chimbote se realizó la prueba del chi cuadrado en donde nos dimos cuenta que entre las acciones inadecuadas tenemos ($p=0.699$) y las acciones adecuadas ($p=$

0.403) es por ello que se encontró que no existe diferencia estadísticamente entre las variables.

Así mismo al Analizar la relación entre las acciones la prevención de la salud con estilo de vida adulto, se puede ver que no existe ninguna relación entre ambas variables, debido a que muchos adultos no pueden mantener los conocimientos necesarios sobre cómo evitarlos o prevenir las enfermedades que a menudo se viene dando en personas adultas, es por ello que es necesario la intervención del personal de salud de Autoridades externas, que lograron reducir el estilo de vida sedentario en la sociedad, evitando así futuras enfermedades como cáncer, hipertensión arterial, problemas cardíacos y musculares, entre otras enfermedades no trasmisibles, ya que todo esto hace que los adultos mayores no tengan un estilo de vida saludable.

Así mismo, más de la mitad no realiza acciones preventivas y promotoras de la salud, por lo que los adultos con estos hábitos inadecuados no ayudarán a mejorar sus actitudes, los adultos que también afirman que viven solos sin apoyo familiar caerán en un estado de depresión, tristeza, angustia, sufrimiento por la falta de afecto que recibe de su entorno familiar y que es perjudicial para su salud.

En este estudio no hubo relación estadística entre las variables de promoción de la salud y el estilo de vida; porque no necesariamente moldea tu forma de vida con el estímulo y la prevención, una persona desde que nace imita lo que observa, a los adultos han tenido acciones o comportamientos a lo largo de su vida pero nadie los ha motivado, pero cuando llegan a cierta etapa se dan cuenta de que tienen malos comportamientos, es decir que tienen que

depender de alguien para promover su salud y para que puedan prevenir ciertas enfermedades.

De acuerdo a la no relación estadísticamente significativa entre las acciones de prevención y promoción de la salud y los estilos de vida en los adultos relacionado con el modelo de Nola Pender, se puede sustentar que los adultos de dicho asentamiento Humano no se encuentran realizando un adecuado estilo de vida, ya que como bien sabemos la falta de conocimiento que se tiene sobre su salud es muy perjudicial para tener un futuro, la teórica menciona que en una comunidad tiene que existir lo que es la promoción de la salud y la prevención de los diferentes tipos de enfermedades que se pueden dar. Todo esto se ve reflejado en los pobladores con buenos hábitos saludables, para ello es necesario el apoyo de las diferentes entidades o autoridades, personal de salud y el apoyo de los mismos adultos para tener un buen estilo de vida saludable.

Es por ello que se puede deducir que la promoción de la salud una actividad clave en los diferentes campos en los que participan los profesionales de enfermería. Esta reflexión parte de la importancia de analizar el trabajo realizado en torno al mencionado modelo para identificar los principales intereses su uso y los resultados de estudios.

Asimismo, más de la mitad no realiza acciones preventivas y promotoras de la salud, por lo que los adultos con estos hábitos inadecuados no ayudarán a mejorar sus actitudes, los adultos que también afirman que viven solos sin apoyo familiar caerán en un estado de depresión, tristeza, angustia, sufrimiento

por la falta de afecto que recibe de su entorno familiar y que es perjudicial para su salud.

En este estudio no hubo relación estadística entre las variables de promoción de la salud y el estilo de vida; porque no necesariamente moldea tu forma de vida con el estímulo y la prevención, una persona desde que nace imita lo que observa, no sabe cuáles son sus acciones saludables o no saludables, es por ello que los adultos han tenido acciones o comportamientos a lo largo de su vida pero nadie los ha motivado, pero cuando llegan a cierta etapa se dan cuenta de que tienen malos comportamientos, es decir que tienen que depender de alguien para promover su salud y para que puedan prevenir ciertas enfermedades.

La salud es parte de la vida cotidiana, se crea y se experimenta, en el trabajo, en el hogar y en el ocio; la mayoría de los adultos no reflejan buena salud por falta de información sobre prevención de enfermedades y promoción de salud que resuena en su cuerpo, por decisiones que no pueden tomar y por falta de control de su propio cuerpo por malas acciones; Hay muchas cosas que son legítimas, pero todos estos hábitos que pretendes adoptar no serán prácticos para tu salud.

El estudio que se asemeja a la presente investigación es el de Depaz, M. (67), titulado Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven Primavera Baja_Chimbote, 2019. Donde se menciona que no hay relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Respeto al estudio que difiere con la investigación es propuesto por Febre, T. (68), titulado Factores Sociodemográficos y Acciones Prevención y Promoción Asociado a Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 26 _Chimbote, 2019, donde se aprecia que si existe relación estadísticamente significativa entre las dos variables.

Finalmente se puede concluir con lo analizado en las acciones de prevención y promoción de la salud y el estilo de vida de los adultos se encuentran en un mayor riesgo, a ello se debe a la falta de conocimiento que tienen sobre la manera de cómo prevenir las enfermedades y así controlar su estado de salud, así mismo podemos ver la falta de apoyo por parte de las autoridades, los dirigentes y el personal de salud de su jurisdicción, los adultos se informarían mejor si ponemos en práctica los cambios que se pueden dar la manera de pensar, actuar, serían más conscientes del peligro en que ponen a su vida y por ello que deben de poner en práctica y así obtener buenos resultados con respecto a su salud.

Es por ello que de los datos obtenidos resultados podemos recalcar de que los adultos se están enfocando en una variable que los determina como un factor de riesgo ya que tienen un mayor porcentaje de acciones inadecuadas en cuanto a la promoción y prevención de las enfermedades que se dan en los adultos, así como las enfermedades no transmisibles que se dan es por ello que se debe de tener un buen manejo de su salud, acudir a establecimiento de salud para sus revisiones mensuales sus chequeos de rutina entre otros.

VI. CONCLUSIONES

5.1. Conclusiones

- Se caracterizó que, en los factores sociodemográficos, más de la mitad tienen el tipo de seguro SIS, más de mitad son del sexo masculino de religión católico, menos de la vida tienen secundaria y menos de la mitad son casados, menos de la mitad tiene entre las edades es de 36 años a 59 años con un ingreso económico de 650 a 850 soles.
- Se caracterizó las acciones de prevención y promoción de la salud, en donde más de la mitad de los adultos encuestados tienen acciones inadecuadas y menos de la mitad tienen acciones adecuadas.
- Se caracterizó que en los estilos de vida en donde la mayoría tienen un estilo de vida no saludable, mientras que menos de la mitad si llevan un estilo saludable.
- Se identificó que realizar la prueba de chi cuadrado entre los factores sociodemográficos y el estilo de vidas se encontró que si existe relación entre la variable edad; mientras que, en el sexo, grados de instrucción, religión, estado civil, ocupación, ingresos económico y tipo de seguro, no existe ninguna relación estadísticamente entre las variables de estilo de vida.
- Se identificó que al realizar la prueba del chi cuadrado relación entre las acciones de prevención y promoción de la salud y estilos de vida en el adulto pudimos observar que no existe relación estadísticamente entre las variables de acciones inadecuadas con las acciones adecuadas.

VII. RECOMENDACIONES

- Dar a conocer a las autoridades locales, regionales y al personal de Puesto de Salud “Miraflores Alto Chimbote”, sobre los resultados obtenidos y que mediante esto fortalezcan las actividades preventivas promocionales hacia la salud de los adultos del Humano y puedan actuar ante ello, logrando que tomen conciencia y mantengan mejores conocimientos sobre la prevención de enfermedades y promoción de su salud, evitando así muchas enfermedades
- Fomentar programas que garanticen una vejez activa con calidad de vida y con impacto positivo dentro de los sistemas de salud, apoyo comunitario y los servicios de salud integrales para el adulto brindándoles así un estilo de vida de calidad es por ello la intervención oportuna de las autoridades de dicha comunidad.
- Implementar y desarrollar programas educativos con ayuda del personal de enfermería y las autoridades para los adultos del asentamiento humano Miraflores alto_ Chimbote, enfocados en la promoción y prevención de la salud que con relacionados a su alimentación saludable, higiene bucal y desarrollo de actividades físicas.
- Por último, que este estudio de factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. del asentamiento humano Miraflores alto _ Chimbote; el cual es la primera línea de investigación, sea uno de los pilares para que se pueda seguir continuando, el cual tiene información

detallada, pueda contribuir con la casa universitaria y así promover la investigación dentro del área de salud.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Intervenciones eficaces en materia de régimen alimentario y actividad física: Informe resumido [Internet].2015 [citado 3 abril de 2021]. Disponible en:

http://www.paho.org/hq/index.php?option=com_docman&task=doc_view&gid=18282&Item
2. Informe Anual del Sistema Nacional de Salud, Promoción, prevención y atención a los problemas de salud. Disponible en:

https://www.mscbs.gob.es/estadEstudios/estadisticas/sisInfSanSNS/tablasEstadisticas/InfAnualSNS2016/4Prom_Prev_Prob_salud.pdf
3. Consejería de salud de Murcia. Día mundial de la salud 2020. Salud para todos [Internet]. [citado 28 de agosto del 2022]. Disponible en:

<http://blogs.murciasalud.es/edusalud/2018/04/06/dia-mundial-de-la-salud2018-salud-para-todos-healthforall/>
4. Naciones Unidas. Nuevos Lineamientos fortalecerán promoción de la Salud. [Internet]. [Citado el 28 de octubre del 2021]. Disponible en:

<https://www.pa.undp.org/content/panama/es/home/presscenter/articles/2018/nuevos-lineamientos-fortaleceran-promocion-de-la-salud.html>.
5. Organización Panamericana de la Salud. Argentina renueva su estrategia de cooperación con la OPS/OMS. [En línea]. Argentina: OPS; 2020. [citado 28 de agosto del 2022]. URL Disponible en:

https://www.paho.org/arg/index.php?option=com_content&view=article&id=10164:argentina-renueva-su-estrategia-de-cooperacion-con-la-opsoms&Itemid=225

6. Organización Panamericana de la Salud. Colombia realizó la consulta nacional para la Construcción de la Estrategia y Plan de Acción sobre Promoción de la Salud en el contexto de los ODS (2019 – 2030). [Internet]. [citado el 28 de octubre del 2021]. Disponible en: https://www.paho.org/col/index.php?option=com_content&view=article&id=3047:ops-oms-colombia-realizo-la-consulta-nacional-para-la-construccion-de-la-estrategia-y-plan-de-accion-sobre-promocion-de-la-salud-en-el-contexto-de-los-ods-2019-2030&Itemid=562
7. EsSalud. EsSalud Áncash impulsa promoción de la salud en docentes de la provincia del Santa. [Internet]. [citado el 28 de octubre del 2021]. Disponible en: <http://www.essalud.gob.pe/essalud-ancashimpulsa-promocion-de-la-salud-en-docentes-de-la-provincia-del-santa/>
8. Agencia peruana de Noticias Andina. Noticia: alcalde electo firma acta con las autoridades para promoción de la salud. Publicado el 06/12/2018. [citado el 28 de octubre del 2021]. Disponible en: <https://www.diariodechimbote.com/portada/noticiaslocales/1043092018-12-06-06-04-10>
9. Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI): En el Perú hay más de cuatro millones de adultos mayores; [Internet] [citado 24 de agosto 2022] 26 agosto 2020. Disponible en: <https://www.radionacional.com.pe/noticias/locales/inei-en-el-peru-hay-masdecuatromillonesdeadultosmayores#:~:text=En%20el%20Per%C3%BA%20existen%204,el%20D%C3%ADa%20del%20Adulto%20Mayor>

10. Juárez V., Día Mundial de la Actividad Física 2022 – 06 de abril, [Internet] [citado 24 de Julio 2022] 5 de abril 2022, Perú. Disponible en:
<https://www.igualab.org/2021/04/05/dia-mundial-de-la-actividad-fisica06-de-abril-peru-rrhh-rse/>
11. Rodríguez E., Áncash: ¿Cómo vamos en salud?;[Internet] Informe IEP-ENDES [citado 6 de abril 2021] Chimbote Domingo 25 de agosto del 2019. Disponible en:
<https://www.ipe.org.pe/portal/wp-content/uploads/2020/01/2019-0825Ancash-como-vamos-en-salud-Informe-IPE-Diario-de-Chimbote.pdf>
12. Chimbote en línea, Es Salud Áncash y Chimbote en Línea promoverán información sobre promoción de la salud. [Internet]. [citado el 28 de octubre del 2021]. Disponible en:
https://www.inei.gob.pe/media/cifras_de_pobreza/pobreza2016.pdf
13. Organización Mundial de la salud (OMS). Conferencias Mundiales de Promoción de la Salud. WHO. 2016. [Citado 30 de marzo del 2021]. Disponible en:
<https://www.who.int/healthpromotion/conferences/es/>
14. Cedeño M. Rol del profesional de enfermería como educador sanitario; prevención de la diabetes en Adulto Mayor, Centro de Salud Cisne N° 2 Guayaquil, 2018. Ecuador; 2018. Disponible en:
<http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/30622/1/1207tesiscede%c3%91o%20merchan%20%20mariuxi.pdf>
15. Cangui P. Repercusión de la Promoción de Salud sobre la prevención de Hipertensión Arterial en Adultos, en el centro de salud San Buenaventura

- México. [Internet]. 2017. [citado 28 de agosto del 2022]. Disponible en: URL.
<http://dspace.uniandes.edu.ec/handle/123456789/6325>
16. Plaza C. Estilo de vida de los adultos mayores en la sede social del Instituto Ecuatoriano Seguridad Social de la Ciudad de Esmeraldas 2017 [internet]. Pontificia universidad católica del Ecuador sede esmeraldas. Disponible en: <https://repositorio.pucese.edu.ec/handle/123456789/1301>
17. Sánchez C. Cuidados de enfermería en la promoción y determinantes de la salud de los adultos del centro poblado Toclla_Huaraz, 2019. [Tesis]. Huaraz: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, 2020. [citado 28 de agosto del 2022]. Disponible en:
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/17265>
18. Saavedra J. Factores sociodemográficos y eventos de vida tempranos asociados con la felicidad en adultos de Lima Metropolitana, 2020. Tesis para optar el título de licenciada en enfermería. [citado 28 de agosto del 2022]. Disponible en:
<https://www.scielosp.org/article/rpmesp/2020.v37n1/42-50/>.
19. Pujay E. Acciones de prevención y promoción de la salud relacionado con los estilos de vida de los adultos pescadores del desembarcadero pesquero Artesanal- Salaverry, 2020. Tesis para optar el título. Trujillo: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Facultad de Enfermería; 2020. [citado 28 de agosto del 2022]. Disponible en:
https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/ULAD_36f0f2f61fbae38588a55ce21cff230e

20. Huamán J.; Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Asentamiento Humano Ricardo Palma Chimbote, 2019; [Internet] Universidad Católica de Chimbote [citado 28 de agosto del 2022] Chimbote-Perú 2020. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/20012/ADULTO_FACTORES_HUAMAN_SANTIAGO_JAVES_AZUSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
21. Paz E.; Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote_2019; [Internet] Universidad Católica los Ángeles de Chimbote [citado 28 de agosto del 2022] Chimbote - Perú. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19510/ADULTO_PROMOCION_PAZ_GAMARRA_ETTY_MAYTE.pdf?sequence=1&isAllowed=y
22. Febre T.; Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 26 _Chimbote, 2019; [Internet] Universidad Católica los Ángeles de Chimbote [citado 28 de agosto del 2022] Chimbote-Perú. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19901/ADULTO_PREVENCION_FEBRE_LLOCLLA_TANIA_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y

23. Aristizábal G, Blando D, Sánchez A, Ostiguín R. El Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender: Una reflexión en torno a su comprensión. México. 141 Enfermería Universitaria ENEO-UNAM. [artículo en Internet]. [citado 28 de agosto del 2022]; 2011; Vol.8 (No.4): [P. 1-23]. Disponible en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/enfuni/eu-2011/eu114c.pdf>
24. Solano A. La promoción de la salud. Promoción de la salud y prevención de enfermedades. Costa Rica. [Acceso a internet]. Disponible en: <https://www.binasss.sa.cr/revistas/ts/63/art2.htm>
25. Organización Mundial de la salud. Conferencias Mundiales de Promoción de la Salud. WHO. 2016. [Citado 30 de marzo del 2021]. Disponible en: <https://www.who.int/healthpromotion/conferences/es/>
26. Londoño S. Promocion De La Salud Nola Pender. Teorias De Enfermería. [Internet]2011[Citado El 30 De marzo De 2021] [Base De Datos En Línea]Disponible En: <Http://Teoriasenenfermeria.Blogspot.Com/2013/05/Modelo-DePromocionDe-Salud-Capitulo-21.Html>.
27. Trejo F. Aplicación del modelo de Nola Pender a un adolescente con sedentarismo. [En Línea]. México. Enfermería Neurológica: 2010. [Citado 30 marzo de 2021]. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/enfneu/ene-2010/ene101j.pdf>
28. Meiriño J, Vásquez M. Simonetti C. Palacios M. El cuidado. modelo de Promoción de la salud. 12 de junio de 2012
29. Elizondo L, García A, Principios Básicos De Salud Primera parte, Editorial Limusa México 2017.

30. Significados.com, Persona, [Citado el 18 de abril 2021] Disponible en:
<https://www.significados.com/persona/>
31. Casas S, Klijin T, Promoción de la salud y su entorno laboral saludable. Rev. Latino Am Enfermagem 2016.
32. Pender N. teorías en enfermería, promoción de salud. Publicado 31 mayo 2013.
33. Tejada, J. 2 situación de un problema de salud por Marc Lalonde". España: Monografía.com.1997. [Monografías en internet][citado el 18 de abril 2021 }.Disponible en:
<http://www.Monografías.Com7trabajos56/situación-salud.shtml>
34. Álvarez Castaño LS. Los determinantes sociales de la salud: más allá de los factores de riesgo. Rev.Gerenc. Polit. Salud (Colombia); 2009; 8 (17): 69-79.
35. Secretaría de Salud. Programa de Acción Específico. Promoción de la Salud y Determinantes Sociales 2013-2018. México; 2013. Disponible en:
<http://www.ssch.gob.mx/rendicionCuentas/archivos/Promocion%20de%20la%20Salud%20y%20Determinantes%20Sociales.pdf>
36. Organización Mundial de la Salud. Glosario de Términos de Promoción de la Salud.Ginebra: OMS; 2001. Disponible en:
https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67246/WHO_HPR_HEP_98.1_spa.pdf;jsessionid=F1A51668C6D78085735778F0DA17BFD0?sequence=12
37. Zazo M. Prevención de riesgos laborales. Seguridad y salud laboral. Ediciones Paraninfo, SA. [Internet]. 2015. [Citado el 18 de Abril 2021].
Disponible en.:

<https://www.paraninfo.es/catalogo/9788428335270/prevencion-de-riesgoslaborales--seguridad-y-salud-laboral>

38. Konblit, A. La salud y la enfermedad: Aspectos biológicos y psicosociales. Aique Grupo Editor S.A. Argentina, 2017
39. EcuRed. Estilo de vida. [Citado 18 de abril del 2021]. Disponible en:
https://www.ecured.cu/Estilo_de_vida
40. Dandicourt T. El cuidado de enfermería con enfoque en la comunidad. Revista Cubana de Medicina General Integral. 2018; 34(1): 55-62. [Consultado el 02 de Julio del 2020]. Disponible en:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S086421252018000100007
41. Hernández R, Fernández C, y Baptista P. Metodología de la Investigación (5^o ed.). 2006. México: McGraw- Hill. [Acceso a Internet]. Disponible en:
https://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf
42. Organización Mundial de la Salud (OMS) –Definiciones Sexo y Salud. [Citado 18 de abril 2021]. Disponible en:
http://sexosaludyenfermeria.blogspot.com/p/definiciones-de-la-oms_22.html
43. Real Academia Española: Definición, EDAD. [Citado 18 de abril del 2021]. Disponible:
<https://dle.rae.es/edad>
44. Eustat. Estadística Instituto Vasco de estadística. Nivel de instrucción. [Internet]. 2016. [Citado el 18 de abril 2021]. Disponible en: URL.

http://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_165/elem_2376/definicion.html

45. Imaginario A. Significado de Religión. [Citado 18 de abril del 2021]. Disponible en: <https://www.significados.com/religion/>
46. Fernández J. El registro del estado civil de las personas; 2015. [Citado 18 de abril del 2021]. Disponible en: <https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/7/3100/5.pdf>
47. Sánchez A. Instituto nacional de estadística e informática (INEI). Clasificación nacional de ocupaciones 2015. Diciembre; 2016. [Citado 18 de abril del 2021]. Disponible en: https://www.inei.gob.pe/media/Clasificador_Nacional_de_Ocupaciones_2015-I.pdf
48. Ecofinanzas. Ingreso económico. [Citado 18 de abril del 2021]. Disponible en: https://www.eco-finanzas.com/diccionario/i/ingreso_economico.htm
49. Ministerio de Salud del Perú (MINSA). Atención de Salud para los más pobres: El sistema integral de salud. [Citado 18 de abril de 2021]. Disponible en: http://bvs.minsa.gob.pe/local/GOB/943_GOB418.pdf
50. Coronel J, Marzo N. La promoción de la salud: evolución y retos en América Latina. MEDISAN; 2017. [Citado 18 de abril del 2021]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S102930192017000700018&lng=es.
51. Gamarra M, Rivera H, Alcalde M. Estilo de vida, autoestima y apoyo social en estudiantes. Perú; 2010. [Citado el 18 de abril del 2021]. Disponible en: <http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/ucv-scientia/article/view/451/326>.

52. Rectorado ULADECH. Código de Ética para la Investigación. Versión 004. Aprobado por: Consejo Universitario Resolución N° 0037-2021-CU- ULADECH - Católica, de fecha 13 de enero del 202, Chimbote: ULADECH; 2019. Disponible en: <file:///C:/Users/CASA/Pictures/rs%20liz/2.CODIGO%20DE%20ETICA%20CIEI%20V04.pdf>
53. Enciclopedia Jurídica. Definición de estado civil. 2018. Disponible en: <http://www.encyclopedia-juridica.com/d/estado-civil/estado-civil.htm>
54. Montes A., ¿De cuánto es el salario promedio de los trabajadores peruanos, según el INEI?, [Internet] [citado 08 de enero 2023] 16 de noviembre 2021. Disponible en: <https://rpp.pe/economia/economia/de-cuanto-es-el-salario-promedio-de-lostrabajadores-peruanos-segun-el-inei-notici1369479?ref=rpp>
55. Huamán J.; Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Asentamiento Humano Ricardo Palma Chimbote, 2019; [Internet] Universidad Católica de Chimbote [citado 08 de enero 2023] Chimbote-Perú 2020. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/20012/ADULTO_FACTORES_HUAMAN_SANTIAGO_JAVES_AZUSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
56. García J. Programa educativo para la prevención de complicaciones renales relacionadas con la diabetes en pacientes adultos atendidos en el área de 89

medicina interna del hospital general Puyo 2020. Disponible en:
<http://dspace.uniandes.edu.ec/handle/123456789/10957>

57. Juárez V., Día Mundial de la Actividad Física 2022 – 06 de abril [Internet]
[citado el 8 de enero del 2023] 5 de abril 2022, Perú. Disponible en:

<https://www.igualab.org/2021/04/05/dia-mundial-de-la-actividad-fisica-06-de-abril-peru-rrhh-rse/>

58. Organización Mundial de la Salud. Diez cuestiones de salud que la OMS
abordará este año. (Sitio web mundial). 2019. (citado 08 de enero 2023).
Disponible en:

<https://www.who.int/es/emergencias/ten-threats-to-globalhealth-in-2019>

59. Depaz M., Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y
Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo
Social del Adulto. Pueblo Joven Primavera Baja_Chimbote, 2019, Universidad
Católica Los Ángeles de Chimbote, [Internet] [citado 08 de enero 2023].
Disponible en:

http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25657/ADU_LTO_ESTILO_DE_VIDA_DEPAZ_RAMIREZ_MELISSA_ARACELI.pdf?sequence=1&isAllowed=y

60. Medina R., Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y
Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo
Social del Adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 25_Chimbote, 2019,
Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, [Internet] [citado 08 de enero
2023]. Disponible en:

<http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/21209/ADU>

LTO_PREVENCION_MEDINA_TITO_RUTH_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y

61. Arrechdera I.; Nola Pender: Biografía y Teoría; [Internet] [citado 08 de enero del 2023] 17 de mayo 2018. Disponible en:

<https://www.lifeder.com/nola-pender/>

62. Ramos J., Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven La Unión Sector 24 _Chimbote, 2019, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, [Internet] [citado 23 de marzo 2022]. Disponible en:

http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19292/ADULTO_FACTORES_RAMOS_ECHEVARRIA_JEANETTE_ISABELpdfssequence=1&isAllowed=y

63. Palacios G., Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven El Porvenir “A” Sector 7_Chimbote, 2019, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, [Internet] [citado 23 de marzo 2022]. Disponible en:

http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25798/ADULTO_ESTILOS_PALACIOS_PEREZ_GINA_NAOMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

64. Ordiano C. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Queshcap – Huaraz, 2018. [Internet] [Tesis pre grado] Huaraz, Perú: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2018. URL Disponible

en:

http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/7783/ESTILO_DE_VIDA_ADULTOS_ORDEANO_FIGUEROA_CAROLINA_MAGDALENA.pdf?sequence=1&isAllowed=y 91

65. Ministerio de Salud del Perú (MINSA), Instituto Nacional de la Salud; Cerca del 70% de adultos peruanos padecen de obesidad y sobrepeso [Internet] [citado 08 DE ENERO DEL 2023] 28 de marzo del 2020. Disponible en: <https://web.ins.gob.pe/es/prensa/noticia/cerca-del-70-de-adultos-peruanos-padecen-de-obesidad-y-sobrepeso>
66. Medina R., Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 25_Chimbote, 2019, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, [Internet] [citado 23 de marzo 2022]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/21209/ADULTO_PREVENCION_MEDINA_TITO_RUTH_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y
67. Huamán J.; Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Asentamiento Humano Ricardo Palma Chimbote, 2019; [Internet] Universidad Católica de Chimbote [citado 28 de agosto del 2022] Chimbote-Perú 2020. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/20012/ADUL>

TO_FACTORES_HUAMAN_SANTIAGO_JAVES_AZUSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

68. Depaz M., Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven Primavera Baja_Chimbote, 2019, Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, [Internet] [citado 08 de enero 2023]. Disponible en:
http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25657/ADULTO_ESTILO_DE_VIDA_DEPAZ_RAMIREZ_MELISSA_ARACELI.pdf?sequence=1&isAllowed=y
69. Febre T.; Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 26_Chimbote, 2019; [Internet] Universidad Católica los Ángeles de Chimbote [citado 31 de marzo 2021] Chimbote-Perú. Disponible en:
http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19901/ADULTO_PREVENCION_FEBRE_LLOCLLA_TANIA_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y



ANEXOS

Anexo 1: Instrumento de recolección de datos



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

CUESTIONARIO SOBRE FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS

DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:

A. FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS

1. **¿Marque su sexo?**

- a) Masculino b) Femenino

2. **¿Cuál es su edad?**

- a) 18-35 años b) 36-59 años c) 60 a más

3. **¿Cuál es su grado de instrucción?**

- a) Analfabeto b) primaria c) secundaria d) superior

4. **¿Cuál es su religión?**

- a) católico (a) b). Evangélico c) Otras

5. **¿Cuál es su estado civil?**

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

6. **¿Cuál es su ocupación?**

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

7. **¿Cuál es su ingreso económico?**

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

8. **¿Cuál es el sistema de seguro que tiene?**

- a) Es salud b) SIS c) Otro seguro d) No tiene seguro



“CUESTIONARIO SOBRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN”



Autora: María Adriana Vílchez Reyes

Nombre.....

Se agradece con anticipación la atención prestada.

Marque la calificación de acuerdo a las acciones de prevención y promoción:

Nº	Comportamientos del usuario	CALIFICACION			
		NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
EJES TEMÁTICOS					
ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN					
01	¿Se ha elaborado un plan de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?				
02	¿Participan las autoridades locales en el desarrollo de medidas de promoción para una alimentación saludable en su comunidad?				
03	¿ofrecen en su comunidad alimentos y bebidas saludables? (no refrescos azucarados, comida rápida, dulces o alcohol)				
04	¿Se provee y promueve la elección de alimentos y bebidas saludables? (precios menores, muestras gratis, etc.)				
05	¿Se provee agua potable en su comunidad?				
06	¿En los últimos 30 días con qué frecuencia se lavó las manos antes de comer?				
07	¿En los últimos 30 días comió habitualmente frutas?				
08	¿En los últimos 30 días comió habitualmente verduras?				
HIGIENE					
09	¿Se lava las manos antes de preparar y consumir los alimentos?				
10	¿Se realiza el Baño corporal diariamente?				
11	¿Se realiza el lavado de los dientes 3 veces al día?				
12	¿Mantiene limpia y en orden su ropa?				

13	¿Mantiene limpio la cocina y sus utensilios?				
14	¿Mantiene en orden y limpia la vivienda?				
15	¿Mantiene Limpio su baño o letrina?				
HABILIDADES PARA LA VIDA					
16	¿Sabe escuchar a los demás y se comunica abiertamente con él o ella?				
17	¿Apoya a las personas que necesitan de su ayuda?				
18	¿Enfrenta los problemas dando solución?				
19	¿Incentiva la participación y el trabajo en equipo?				
20	¿Estimula las decisiones de grupo?				
21	¿Demuestra capacidad de autocrítica?				
22	¿Es expresiva, espontánea y segura?				
23	¿Participa activamente de eventos sociales?				
24	¿Defiende sus propios derechos?				
25	¿Ha presentado o presenta temores en su comportamiento?				
26	¿Su comportamiento es respetado por los demás?				
27	¿Se comunica fácilmente con toda clase de personas?				
ACTIVIDAD FISICA					
28	¿Realiza 30 minutos diarios de actividad física o practicas algún tipo de deporte?				
29	¿Realiza ejercicios de fuerza 2 o 3 veces por semana?				
30	¿Completar la rutina con 10 minutos de ejercicios de estiramiento?				
31	¿Toma una buena cantidad de líquido durante el día (aproximadamente 2 litros de agua)?				
SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA					
32	¿Al tener relaciones sexuales usted se protege?				
33	¿Se informa de los métodos anticonceptivos?				
34	¿Se realiza exámenes médicos?				
SALUD BUCAL					
35	¿Usa a diario un enjuague bucal con flúor?				
36	¿Regularmente se realiza exámenes odontológicos?				
37	¿Consumo bebidas como gaseosas, los jugos artificiales y bebidas energéticas?				
38	¿Consumo de tabaco y el alcohol?				
SALUD MENTAL Y CULTURA DE PAZ					
39	¿En general está satisfecho con usted mismo/a?				
40	¿Usted piensa que no sirve absolutamente para nada?				
41	¿Puede hacer las cosas bien como la mayoría de las personas?				
42	¿Cree que tiene muchos motivos para sentirme orgulloso/a?				

43	¿Siente que es una persona digna de estima o aprecio, al menos en igual medida que los demás?				
44	¿Tiende usted a pensar que su vida es un fracaso?				
45	¿Tiene una actitud positiva hacia mí mismo/a?				
SEGURIDAD VIAL Y CULTURA DE TRÁNSITO					
46	¿Cuándo maneja usa el cinturón de seguridad?				
47	¿Cruza por las líneas peatonales o esquina, de acuerdo a las señales del semáforo?				
48	¿Utiliza el celular al conducir o al cruzar la calle?				
49	¿Usted cruza la calle con cuidado?				
50	¿Si maneja bicicleta, triciclo u moto usa casco?				
51	¿Usted camina por las veredas en vez de la pista?				
52	¿Usted solo cruza la pista cuando el semáforo está en color verde?				
53	¿Usted evita salir a la calle si se encuentra en estado de embriaguez?				



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE
CHIMBOTE



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA
SALUD ESCUELA PROFESIONAL
DE ENFERMERÍA

ESCALA SOBRE ESTILOS DE VIDA

Autores Serrano-Fernández, M. J., Boada-Grau, J., Vigil-Colet, A., & Gil- Ripoll, C. (2016). Adaptación española de la escala HPLP-II con una muestra de empleados. Universitas Psychologica, 15 (4). <http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.upsy15-4.aem>

CONTENIDO ÍTEMS	NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	
Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores					
F1. Responsabilidad hacia la salud, F2. Actividad física, F3. Nutrición, F4. Crecimiento Espiritual y Relaciones Interpersonales					
1.-Escojo una dieta baja en grasa, grasas saturadas y en colesterol.					
2.-Informo a un doctor (a) a otros profesionales de la salud cualquier señal inusual o síntoma extraño.					
3.-Sigo un programa de ejercicios planificados					
4.-Siento que estoy creciendo y cambiando en una forma positiva.					
5.-Elogio fácilmente a otras personas por sus éxitos.					
6.- Limito el uso de azúcares y alimentos que contienen azúcar (dulces)					
7.-Leo o veo programas de televisión acerca del mejoramiento de la salud.					

8.-Hago ejercicios vigorosos por 20 o más minutos, por lo menos tres veces a la semana (tales como caminar rápidamente, andar en bicicleta, baile aeróbico, usar la maquina escaladora)					
Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores.					
9.-Tomo algún tiempo para relajarme todos los días					
10.-Creo que mi vida tiene un propósito					
11.-Mantengo relaciones significativas y enriquecedoras					
12.-Hago preguntas a los profesionales de la salud para poder entender sus instrucciones.					
13.-Acepto aquellas cosas de mi vida que yo no puedo cambiar.					
14.-Miro adelante hacia al futuro.					
15.-Paso tiempo con amigos íntimos.					
16.-Como de 2 a 4 porciones de fruta todos los días.					
17.-Busco una segunda opinión, cuando pongo en duda las recomendaciones de mi proveedor de servicios de salud.					
18.-Tomo parte en actividades físicas de recreación (tales como: nadar, bailar, andar en bicicleta).					
19.-Me siento satisfecho y en paz conmigo (a)					
20.-Se me hace fácil demostrar preocupación, amor y cariño a otros.					
21.-Estoy consciente de lo que es importante para mí en la vida.					
22.- Busco apoyo de un grupo de personas que se preocupan por mi					

Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores.					
23.-Leo las etiquetas nutritivas para identificar el contenido de grasas y sodio en los alimentos empacados					
24.-Asisto a programas educativos sobre el cuidado de salud personal.					
25.-Alcanzo mi pulso cardiaco objetivo cuando hago ejercicios.					
26.- Mantengo un balance para prevenir el cansancio.					
27.- Me siento unido(a) con una fuerza más grande que yo.					
28.-Me pongo de acuerdo con otros por medio del diálogo					
29.-Tomo desayuno					
30.-Busco orientación o consejo cuando es necesario.					
31.-Expongo mi persona a nuevas experiencias y retos.					
32.- Discuto mis problemas y preocupaciones con personas allegadas					
33. Duermo lo suficiente					
34. Como de 6 a 11 porciones de pan, cereales, arroz, o pastas(fideos) todos los días					
35. Como solamente de 2 a 3 porciones de carne, aves, pescado, frijoles, huevos y nueces todos los días.					

El Health Promoting Lifestyle Profile II (HPLP-II; [Walker & Hill-Polerecky, 1996](#)), en la versión en español con una muestra de estudiantes ([Hulme et al., 2003](#)), está compuesto por 52 ítems y 6 subescalas y utiliza un formato de respuesta tipo Likert de cuatro puntos (de 1 = nunca a 4 = rutinariamente). Los factores que componen la escala de este estudio son: F1: Actividad física de 8 ítems ($\alpha = 0.81$; e. g., “4.- Sigo un programa de ejercicios planificados”); F2: Crecimiento espiritual de 9 ítems ($\alpha = 0.77$; e. g., “12. Creo que mi vida tiene propósito”); F3: Manejo del estrés de 8 ítems ($\alpha = 0.59$; e. g. “17.- Acepto aquellas cosas en mi vida que yo no puedo cambiar”); F4: Nutrición de 9 ítems ($\alpha = 0.64$; e. g., “20.- Como de 2 a 4 porciones de frutas todos los días”); F5: Relaciones interpersonales de 9 ítems ($\alpha = 0.77$; e. g., “25.- Se me hace fácil demostrar preocupación, amor y cariño a otros” y F6: Responsabilidad hacia la salud, compuesto por 9 ítems ($\alpha = 0.74$; e. g., “21.- Busco una segunda opinión, cuando pongo en duda las recomendaciones de mi proveedor de servicios de salud”).

En la presente escala, el AFE se obtuvo empleando el método de extracción Promin ([Lorenzo-Seva, 1999](#)). Se usó el programa FACTOR 7.2 ([Ferrando, 2005](#) y [Lorenzo-Seva & Ferrando, 2006](#)), dado que permite realizar el análisis utilizando matrices de correlación policóricas, que son más apropiadas cuando los ítems presentan un formato de respuesta tipo Likert ([Muthen & Kaplan, 1992](#)). Además, proporciona la posibilidad de decidir el número de factores que se deben retener a partir del análisis paralelo ([Timmerman & Lorenzo-Seva, 2011](#)). Los análisis relativos a la fiabilidad de las subescalas y a las correlaciones de los indicios de validez de la escala HPLP-II, a partir de las correlaciones de Pearson, se realizaron con el programa SPSS 20.0.

La validez de consistencia interna mediante el Análisis Factorial Exploratorio con método Promin, el cual reportó 4 dimensiones y 48 ítems (ya que excluyo los otros 8 ítems por cargas factoriales de los ítems menores a 0.30). Concluyen, que el instrumento con 48 ítems es validado como versión en español

Anexo 2: Consentimiento Informado



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
DE CHIMBOTE FACULTAD DE CIENCIAS



DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

La finalidad de este protocolo, es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento.

De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

La presente investigación en Salud se titula: **FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO** y es dirigido por Vásquez López Lizbeth investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es: Determinar los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: Estilos de vida del adulto del Asentamiento Humano Miraflores Alto_ Chimbote, 2021.

Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 30 minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través de una plataforma virtual, whatsApp. Si desea, también podrá escribir al correo estefanilopez2514@gmail.com para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

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

Nombre: _____

Fecha: _____

Correo electrónico: _____

Firma del participante: _____

Firma del investigador (o encargado de recoger información): _____



Anexo 3

DECLARACIÓN DE COMPROMISO ÉTICO Y NO PLAGIO

Mediante el presente documento denominado **declaración de compromiso ético y no plagio** el autor(a) del presente trabajo de investigación titulado:

FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO

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

VÁSQUEZ LÓPEZ, LIZBETH ESTEFANI
73642167

INFORME DE TESIS

INFORME DE ORIGINALIDAD

13 %

INDICE DE
SIMILITUD

14%

FUENTES DE INTERNET PUBLICACIONES

0%

4%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.uladech.edu.pe

Fuente de Internet

13%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias

< 4%

Excluir bibliografía

Activo