



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE  
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 Y  
APOYO SOCIAL DEL ADULTO CENTRO POBLADO  
SANTA ROSA DE PIEDRA  
RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA, 2021**

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

**AUTORA**

**ZAVALA BERMEJO, MARICIELO  
ORCID: 0000-0001-6341-7792**

**ASESORA**

**VILCHEZ REYES, MARIA ADRIANA  
ORCID: 0000-0002-7629-7598**

**SULLANA – PERÚ  
2023**



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**ACTA N° 0166-092-2023 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS**

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **15:20** horas del día **17** de **Agosto** del **2023** y estando lo dispuesto en el Reglamento de Investigación (Versión Vigente) ULADECH-CATÓLICA en su Artículo 34º, los miembros del Jurado de Investigación de tesis de la Escuela Profesional de **ENFERMERÍA**, conformado por:

**ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO** Presidente  
**RAMOS MOSCOSO SARA MARIBEL** Miembro  
**ÑIQUE TAPIA FANNY ROCIO** Miembro  
**Dr(a). VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA** Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA, 2021**

**Presentada Por :**  
(0412181074) **ZAVALA BERMEJO MARICIELO**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **MAYORIA**, la tesis, con el calificativo de **15**, quedando expedito/a el/la Bachiller para optar el TITULO PROFESIONAL de **Licenciada en Enfermería**.

Los miembros del Jurado de Investigación firman a continuación dando fe de las conclusiones del acta:

**ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO**  
Presidente

**RAMOS MOSCOSO SARA MARIBEL**  
Miembro

**ÑIQUE TAPIA FANNY ROCIO**  
Miembro

**Dr(a). VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA**  
Asesor



## CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA,2021 Del (de la) estudiante ZAVALA BERMEJO MARICIELO , asesorado por VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 16% según el reporte de originalidad del programa Turnitin.

Por lo tanto, dichas coincidencias detectadas no constituyen plagio y la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

Cabe resaltar que el turnitin brinda información referencial sobre el porcentaje de similitud, más no es objeto oficial para determinar copia o plagio, si sucediera toda la responsabilidad recaerá en el estudiante.

Chimbote,29 de Agosto del 2023

---

Mg. Roxana Torres Guzmán  
Responsable de Integridad Científica

**JURADO**

DR. ROMERO ACEVEDO, JUAN HUGO

ORCID:0000-0003-1940-0365

**PRESIDENTE**

DRA. RAMOS MOSCOSO, SARA MARIBEL

ORCID:0000-0002-5665-9520

**MIEMBRO**

MGTR. NIQUE TAPIA, FANNY ROCIO

ORCID:0000-0002-1205-7309

**MIEMBRO**

DRA. VÍLCHEZ REYES, MARÍA ADRIANA

ORCID: 0000-0002-7629-7598

**ASESORA**

## **Dedicatoria**

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

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

A los moradores adulta del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada que participaron e hicieron posible el desarrollo de esta investigación, por haber mostrado cooperación y comprensión durante el desarrollo de las entrevistas.

## **Agradecimiento**

A Dios por ser maravilloso, que me brinda la fuerza y fe para finalizar y hacer posible este trabajo de investigación.

A mi madre, mi padre y mi hermana, mi Ángel quienes me brindaron su comprensión Y confianza y por estar siempre a mi lado apoyándome en mis decisiones, logros importantes para mí como persona y profesional.

## Índice general

	Pág.
<b>CARÁTULA</b> .....	<b>I</b>
<b>JURADO</b> .....	<b>IV</b>
<b>DEDICATORIA</b> .....	<b>V</b>
<b>AGRADECIMIENTO</b> .....	<b>VI</b>
<b>ÍNDICE GENERAL</b> .....	<b>VII</b>
<b>LISTA DE TABLAS</b> .....	<b>IX</b>
<b>LISTA DE FIGURAS</b> .....	<b>X</b>
<b>RESUMEN</b> .....	<b>XI</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>XII</b>
<b>I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b> .....	<b>1</b>
<b>II. MARCO TEÓRICO</b> .....	<b>7</b>
2.1. Antecedentes .....	7
2.2. Bases teóricas de la investigación .....	10
2.3. Hipótesis.....	17
<b>III. METODOLOGÍA</b> .....	<b>18</b>
3.1. Variables, definición y operacionalización de variables.....	18
3.2. Población y muestra .....	18
3.3. Variables, definición y operacionalización .....	19
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de información.....	28
3.5. Métodos de análisis de datos .....	32
3.6. Aspectos éticos.....	33
<b>IV. RESULTADOS</b> .....	<b>35</b>
<b>V. DISCUSIÓN</b> .....	<b>48</b>
<b>VI. CONCLUSIONES</b> .....	<b>73</b>
<b>VII.RECOMENDACIONES</b> .....	<b>75</b>
<b>REFERENCIAS BILOGRÁFICAS</b> .....	<b>76</b>
<b>ANEXOS</b> .....	<b>94</b>
<b>Anexo 01 Matriz de consistencia</b> .....	<b>94</b>
<b>Anexo 02: Instrumento de recolección de información</b> .....	<b>96</b>
<b>Anexo 03 Validez del Instrumento</b> .....	<b>107</b>
<b>Anexo 04 Confiabilidad del Instrumento</b> .....	<b>109</b>
<b>Anexo 05: Formato de Consentimiento informado</b> .....	<b>110</b>
<b>Anexo 06 Documento de aprobación para la recolección de la información</b> .....	<b>111</b>

**Anexo 07 Evidencias de ejecución (Declaración jurada, base de datos)..... 112**

## Lista de tablas

	Pág.
<b>TABLA 1</b> FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA_BELLAVISTA_SULLANA,2021.	35
<b>TABLA 2</b> ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA_BELLAVISTA_SULLANA,2021.....	41
<b>TABLA 3</b> ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA_BELLAVISTA_SULLANA,2021.....	42
<b>TABLA 4</b> APOYO SOCIAL DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA_BELLAVISTA_SULLANA,2021.....	43
<b>TABLA 5</b> RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y EL ESTILO DE VIDA Y APOYO SOCIAL DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA_BELLAVISTA_SULLANA,2021.....	44
<b>TABLA 6</b> RELACIÓN ENTRE LAS ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y EL ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA_BELLAVISTA_SULLANA,2021.....	46
<b>TABLA 7</b> RELACIÓN ENTRE LAS ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y EL APOYO SOCIAL DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA_BELLAVISTA_SULLANA,2021.....	47

## Lista de figuras

Pág.

<b>FIGURA DE LA TABLA 1</b> FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA_BELLAVISTA_SULLANA,2021.....	37
<b>FIGURA DE LA TABLA 2</b> ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA_BELLAVISTA_SULLANA,2021.....	41
<b>FIGURA DE LA TABLA 3</b> ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA_BELLAVISTA_SULLANA,2021.	42
<b>FIGURA DE LA TABLA 4</b> APOYO SOCIAL DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA_BELLAVISTA_SULLANA,2021.	43

## RESUMEN

Los factores sociodemográficos de una población, son fuente de información de su realidad, pudiendo crear planes de atención orientados a cubrir las necesidades y mejorar su calidad de vida. Objetivo: Determinar los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada \_Bellavista \_Sullana,2021. Estudio de nivel descriptivo correlacional y corte transversal, tipo cualitativa, diseño no experimental. Muestra de 115 adultos. Se aplicó 4 instrumentos: Factores Sociodemográficos, Promoción y Prevención de la Salud, Apoyo Social y la Escala de estilos de vida. Los datos fueron procesados por el Software SPSS Statistics 24.0. Presentados en tablas y gráficos. Para la relación entre variables se utilizó la prueba de Chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de  $p < 0.05$ . Resultados y conclusión: Entre los factores sociodemográficos más de la mitad son de sexo femenino (53,9%) casi todas las edades fueron entre los 18-35 años (89,6%), la mayoría tienen un estado civil solteros (79,3%), fue menos de la mitad mostrando un ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles (40,9%), la mayoría tiene el tipo de seguro SIS (66,1%). Casi todos tienen acciones de prevención y promoción adecuadas estilos de vida saludables. Al relacionar factores sociodemográficos y estilo de vida, mostró ausencia de relación significativa entre variables. También la relación entre acciones de prevención y promoción y estilo de vida, mostro relación significativa entre ambas variables.

**Palabras clave:** Adulto, apoyo social, estilo de vida, factores sociodemográficos, promoción y prevención.

## ABSTRACT

The sociodemographic factors of a population are a source of information about its reality, being able to create care plans aimed at meeting the needs and improving their quality of life. Objective: To determine the sociodemographic factors and prevention and promotion actions associated with health behavior: lifestyles and social support of adults in the Santa Rosa de Piedra Rodada \_Bellavista \_Sullana,2021 population center. Descriptive correlational and cross-sectional study, qualitative type , non-experimental design. Sample of 115 adults. Four instruments were applied: Sociodemographic Factors, Health Promotion and Prevention, Social Support and the Lifestyle Scale. The data were processed by the SPSS Statistics 24.0 Software. Presented in tables and graphs. For the relationship between variables, the Chi-square test was used with 95% reliability and significance of  $p < 0.05$ . Results and conclusion: Among the sociodemographic factors, more than half are female (53.9%), almost all ages were between 18-35 years (89.6%), the majority have a single marital status. (79.3%), it was less than half showing an economic income of 650 to 850 nuevos soles (40.9%), the majority have the type of SIS insurance (66.1%). Almost all have adequate prevention and promotion actions of healthy lifestyles. When relating sociodemographic factors and lifestyle, it showed an absence of significant relationship between variables. The relationship between prevention and promotion actions and lifestyle also showed a significant relationship between both variables.

**Keywords:** Adult, social support, lifestyle, sociodemographic factors, promotion and prevention.

## I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La promoción de la salud es el proceso de la salud integral que busca el cambio en las personas para que orienten su forma de vida hacia un estado de salud óptimo, medios necesarios para ejercer mayor y mejor calidad de vida. La finalidad es lograr que existan adultos saludables en los centros poblados, estos se nutren de muchas disciplinas, creando así una innovadora teoría y práctica que permita cumplir mayor bienestar y mejorar la calidad de vida.

La Organización Mundial de la Salud manifiesta la promoción de la salud como “el proceso mediante el cual las personas fortalecen el control sobre su salud”. Esta definición se pondrá en práctica cuando se utilicen métodos participativos; los individuos, las organizaciones, las comunidades y las instituciones trabajan juntos para crear las condiciones para asegurar que todas las personas reciban una salud y un bienestar adecuado, es decir, para promover una salud que ayude a cambiar el medio ambiente y promover y proteger la salud. Cambios que se han producido y seguirán cambiando sociedades y sistemas, incluidos planes para garantizar el acceso a los servicios de salud o políticas que puedan crear parques para actividades deportivas y la convivencia de las personas (1).

La Organización Mundial de la Salud presenta la promoción de la salud como “el proceso mediante el cual las personas toman el control de su salud”. Esta definición se ejecuta cuando se aplica los individuos, las organizaciones, las comunidades y las instituciones trabajan juntos para crear las condiciones para asegurar que todas las personas reciban una salud y un bienestar adecuados, es decir, para promover una salud que ayude a cambiar el medio ambiente y promover y proteger la salud. Cambios que se han producido y seguirán cambiando sociedades y sistemas, incluidos planes para garantizar el acceso a los servicios de salud o políticas que puedan crear parques para actividades deportivas y la convivencia de las personas (1).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) declara el estilo de vida como “una forma general de vida basada en la combinación de condiciones de vida en el sentido más amplio y patrones de comportamiento individuales determinados por factores socioculturales y características personales”. Nuestro estilo de vida afecta tanto a la salud física como mental obteniendo así conductas saludables y no saludables. Un estilo de vida saludable tiene un efecto positivo en la salud. Esto incluye hábitos como el ejercicio regular, una alimentación adecuada y saludable, disfrutar del tiempo libre, actividades sociales,

mantener una alta autoestima, etc. Los estilos de vida poco saludables son la causa de muchas enfermedades, como la obesidad o el estrés. Incluye hábitos como exposición a sustancias tóxicas (alcohol, drogas), fumar, sentarse, exceso de velocidad, exposición a la contaminación, etc (2).

En América Latina y el Caribe, el sedentarismo es responsable 11.4 % de todas las muertes. El motivo es la inactividad física en la zona. 7.1 % casos de enfermedades del corazón; 8.7 % casos diabetes tipo 2; 12,5 % casos de cáncer de mama y 12,6 % casos cáncer de colon y recto. Además, más de 33 adultos tienen alta el riesgo de estas enfermedades porque no cumplen con la cantidad actividad física recomendada (3).

Mejorar el bienestar en Santiago de Chile incluye mejorar los estándares de salud y aumentar la autonomía de las personas, las comunidades y las familias. Asimismo, a través de la educación, la promoción y la prevención de la salud, las personas toman acciones que apoyan estilos de vida, sistemas y políticas, y a través del empoderamiento, la legislación y la construcción de comunidades sociales, las sociedades son sistemas que les permiten vivir vidas saludables. El desarrollo del sistema de salud de Chile destaca la importancia de avanzar hacia un sistema de salud estable centrado en la promoción, la prevención y la equidad (4).

En Argentina, el gobierno tiene como actividad mejorar los procesos prevención y atención de la salud, invirtiendo en actividades detectar y manejar problemas de salud. Ministerio de Salud en 2021 Organización Nacional y Panamericana de la Salud (OPS) desarrolló el curso internacional ‘Cuidados integrados a envejecimiento saludable’, cuyo objetivo es fortalecer habilidades versátiles para promover la atención fija adultos mayores en una comunidad Década del Envejecimiento saludable. Argentina tiene un programa nacional Envejecimiento Activo y Salud está diseñado para adultos mayores cuyo bienestar, salud e integridad se ven afectados, el trabajo está hecho estrategias que promuevan el modelo de tratamiento, fortaleciéndolo talentos y habilidades, su independencia y entorno social (5).

En Ecuador, la crisis sanitaria encontró un sistema salud y condiciones estructurales de fragmentación y segmentación, menos recursos públicos salud y condiciones económicas adversas como condición de crisis social, sanitaria y económica. Sin embargo, pese a las presiones y medidas generas En COVID-19 se ha presentado en igual o mayor medidas que otros países de la región, igualmente aumentar el número de contagios y frenar la propagación a pesar de las medidas de control adoptadas La pandemia del Covid-19. Ante

este escenario, es identificar desafíos clave persistentes para su acceso y atención en salud del pueblo ecuatoriano. (6).

En Perú, EsSalud trabaja en la protección de la salud con el objetivo de sensibilizar a las personas sobre todas las enfermedades y reducir su incidencia, informa que el cáncer de mama es la segunda causa de muerte en el país. Por parte de la Atención Primaria, Es Salud ha anunciado la campaña educativa de esta semana que se puede organizar de la siguiente manera: Ejemplos: organización de grupos, seminarios, presentaciones de video, consultas para todos los trabajadores. La detección temprana y la prevención del cáncer de mama y de cuello uterino es el centro de atención del seguro social. Por lo tanto, se debe fortalecer la promoción y la prevención a través de actividades como tamizaje, exposiciones educativas y consejería (7).

En Lima, ahora en los 20 distritos de la capital, la anemia, la tuberculosis, las infecciones respiratorias agudas, la salud mental y la violencia intrafamiliar han sido identificadas como los principales problemas de salud y sus consecuencias. También se relacionaron con factores de impacto social como el crimen, los desechos y los problemas ambientales de contaminación. Este análisis del estado de salud de 20 barrios de Lima metropolitana se desarrolló durante un período de seis meses e incluyó aportes de gobiernos locales, actores comunitarios, establecimientos de salud y salud comunitaria. representantes para identificar problemas y establecer prioridades que orienten la política pública (8).

El distrito de Piura en sector salud Según un nuevo informe del departamento provincial de desarrollo social, hay 3 Hospitales por mil residentes del departamento, según recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud. Además, hay un médico por cada mil habitantes, sin embargo, la OMS recomienda 4 médicos por cada mil. También se ha señalado que, si bien Piura es la segunda zona más poblada del país, esto no está a la altura. Tiene 3 hospitales, por lo que los pacientes tienen que ir a Chiclayo o Lima para algunas cirugías (9).

En la región de Piura, debido a la pandemia de covid-19, ha surgido la sensación de alarma, dado que en muchas comunidades no solo se han contagiado, sino que se han producido un número considerable de muertes, preocupando a la población, en este punto las organizaciones. El apoyo al organismo de salud ha puesto en práctica la prevención, ya que se ha demostrado que las personas ya no siguen medidas básicas como el uso de mascarilla, el lavado de manos y las reuniones sin tomar distancia. Es por ello que se persigue

las medidas preventivas que son conocidas, como el fortalecimiento continuo de la atención en establecimientos estratégicos, la promoción y prevención de la salud (10).

Frente a esta realidad existente no es ajena los adultos del Centro Poblado Santa Rosa de Piedra Rodada, Inicio sus vivencias en donde al pasar el tiempo lo llamaron Centro Poblado Santa Rosa de Piedra Rodada, donde actualmente ha ido en crecimiento demográfico, por el norte limita con centro poblado El Portón, por el sur El Cucho, por al este Chalacalá de Somate Alto y al Oeste San Antonio”.

Así mismo en el Centro Poblado Santa Rosa de Piedra Rodada consta con un total de 400 ciudadanos que viven ahí, cuenta con Colegio de nivel primario y secundaria, capilla, parque “Santa Rosa”, además cuentan con su pequeño mercado y tiendas de abarrotes, lo cual es beneficioso para los habitantes de esa comunidad. El centro poblado dispone de los servicios básicos, como, el agua, energía eléctrica y desagüe, además realizan festividades, todos los domingos a misa, soy muy creyentes.

En el año 2017 las enfermedades más concurrentes que presentaron los pobladores de dicho centro poblado son las infecciones respiratorias agudas (8 % de la población total), enfermedades diarreicas agudas (10 %), Dengue (8%).

La mayor parte de la población del Centro Poblado señalan que pudieron se encuentran teniendo una ocupación de estudiantes, muchos de ellos trabajando y estudiando a la vez y el resto afronta otra realidad con apoyo de sus padres ya que ellos refieren que” Sus hijos tengas y logren las cosas que jamás tuvieron ellos” sus estudios, así mismo, algunos de ellos tienen cultivos sembrío de plátano y arroz para solventarse económicamente con ello.

Los pobladores del ya mencionado Centro poblado son atendidos en el puesto de Salud Santa Rosa , categoría I-1, quien pertenece a la Red de Salud Luciano castillo colonma ; su infraestructura es de material noble, de este modo brinda servicios de consultorio obstétrico, medicina general, odontología, triaje, psicología, farmacia, laboratorio, tóxico, estadística, asistente social y SIS (11).En este contexto, expreso el siguiente problema Fue importante realizar esta investigación para diagnosticar sus realidades.

En la siguiente investigación se ha planteado el siguiente enunciado:

¿Cuál es relación entre los factores sociodemográficos y el comportamiento de la Salud:  
¿Estilos de vida y Apoyo social del adulto del Centro Poblado Santa Rosa De Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,2021?

El análisis es muy importante en el campo de la salud, porque crea conciencia para lograr comprender los componentes que afectan la salud de los adultos, qué tipos de servicios están

disponibles y cómo funciona el proceso de desarrollo en la calidad de vida de la población, por eso que la investigación realizada permitirá tomar acciones preventivas y promocionales en control de enfermedades.

Este análisis ayudará a los adultos mayores del centro poblado de Piedra Rodada a empezar a buscar más información o estar informado sobre problemas de salud, para llegar a mejorar su salud, así el usuario tendrá razón suficiente en su campo de salud, como tomar el control de varias molestias inmediatas para la salud pública, sin alienar a las poblaciones y, por lo tanto, hacer cambios sin tener que preocuparse por otros determinantes.

Como resultado de las investigaciones realizadas, las autoridades locales, tomarán acciones y harán planes para la optimización de los determinantes de la salud protegerán de las enfermedades y mantener el bienestar colectivo e individual. Lo que se quiere conseguir es que las personas adultas conozcan los determinantes de la salud y cómo reducir el riesgo de padecer condiciones médicas y promover la buena salud.

Asimismo, la investigación realizada nos permitirá a las instituciones Formadores para profesionales de la salud como la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, compartir los resultados e incorporar contenido de estilo de vida para garantizar profesionales con visión preventiva y promotora de la población adulta.

Para dar respuesta al problema, se procedió a plantear el siguiente objetivo general: Determinar la relación entre los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada \_Bellavista \_Sullana,2021

Para que se efectúe exitosamente el objetivo general, se planteó estos posteriores objetivos específicos:

- Caracterizar los factores sociodemográficos del adulto del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,2021
- Caracterizar las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,2021
- Caracterizar el comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social.
- Explicar la relación de los factores sociodemográficos con estilo de vida y el apoyo social del adulto del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,2021

- Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción con el estilo de vida y el apoyo social de adultos del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada \_Bellavista\_Sullana,2021

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes

#### A nivel internacional

Castro R, (12). En su investigación Titulada: “Estilos y calidad de vida de los Adultos Mayores de la comunidad Patuco, Cantón Celica- Ecuador, septiembre 2018 - agosto 2019”. Tuvo como Objetivo conocer los estilos y calidad de vida del Adulto Mayor de la comunidad Patuco. Su Metodología Se trata de un estudio de cuantitativo, de tipo descriptivo y corte transversal; trabajó con una población de 30 adultos mayores de 65 años. Para la recolección de la información se utilizó una encuesta estructurada para determinar: datos 12 sociodemográficos, estilos y calidad de vida. En Conclusión, se determinó que los estilos de vida que llevan los adultos mayores relacionados con alimentación, actividad física, ocio, consumo de sustancias psicoactivas, sueño y autocuidado en su mayoría son saludables; resaltándose que la mayor parte presentan autonomía en sus actividades diarias. En lo que se refiere a calidad de vida, se estableció que la mayoría tiene una calidad de vida buena, especialmente en el grupo de 65 a 75 años, de sexo femenino.

Calpa A et al, (13). En su investigación Titulada: “Promoción de estilos de vida saludables: estrategias y escenarios, 2020” Colombia, tuvo como Objetivo analizar las estrategias de promoción de la salud para el fomento de Estilos de Vida Saludables en escenarios de familia, trabajo, comunidad, educación y sector sanitario, Su Metodología fue un estudio de tipo descriptivo a partir de la revisión y análisis de estudios originales primarios, los resultados fueron que se identificaron 10 Estilos de Vida Saludables como actividad física, alimentación saludable, prevención del consumo de sustancias lícitas, manejo del estrés, habilidades para la vida, sexualidad segura y prevención del consumo de sustancias ilícitas y tres estrategias de Promoción de la salud para el fomento de estilos de vida saludable, estas se basaron en información, educación, cambio de actitudes, en Conclusión se determinó que el desarrollo de estrategias que promueven estilos de vida saludables es incipiente en escenarios de trabajo y de familia, lo cual genera una baja cobertura poblacional y 9 demanda acciones interdisciplinarias.

Márque M, (14). En su investigación Titulada: “Estilos de Vida Saludable en la Promoción de la Salud y Prevención de Enfermedades: Revisión Documental en el Contexto de Latinoamérica, España e Italia 2020”. Tuvo como Objetivo Analiza los programas y proyectos relacionados con estilos de vida saludable orientados a la

promoción de la salud y la prevención de enfermedades mediante una revisión documental en el contexto de Latinoamérica, España e Italia. Investigación documental bibliográfica. En su Metodología se realizó una búsqueda de información en revistas indexadas contenidas en las bases de datos de la universidad, mediante un rastreo con palabras claves. En Conclusiones se obtuvo y se plantea qué, los estilos de vida son una estrategia muy importante en la promoción de la salud y 14 el bienestar de toda una población e incorporar todos los buenos hábitos que ayuda a disminuir en gran medida el riesgo de sufrir enfermedades que permitan ser una población informada, preparada y en óptimas condiciones de salud.

### **A nivel nacional**

Neciosup J, (15). En su tesis 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 San Miguel sector Chimbote, 2019”. Con el Objetivo Se Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. En su Metodología Tipo cuantitativa, de nivel correlacional-transversal y diseño no experimental. La muestra estuvo conformada por 100 adultos. En Conclusión, los factores sociodemográficos la mayoría son de sexo femenino, tienen grado de instrucción secundaria, convivientes, ingreso económico de 400 a 650 soles. La mayoría no tienen un estilo de vida saludable y existe un porcentaje minoritario que, si lo es, en apoyo social la mayoría no tienen.

Soriano A, (16). En su investigación Titulada “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los Adultos del Centro Poblado de Shiqui – Cátac, Áncash 2020”. El Objetivo fue determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Shiqui – Cátac, 2020 Su Metodología fue cuantitativo, corte transversal, con diseño descriptivo correlacional. Su muestra estuvo conformada por 150 adultos. Se Concluyo: La mayoría de los adultos presentan un estilo de vida adecuado. Respecto a los factores biosocioculturales, más de la mitad son adultos analfabetos, con estado civil conviviente, de ocupación obrero, con un ingreso económico mensual menor de 500 soles; más de la mitad son adultos, predomina el sexo masculino y la mayoría profesa la religión católica. Sí se encontró relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores

biosocioculturales como: edad, sexo, grado de instrucción, religión e ingreso económico. Aquí debe decir que si existe relación significativa.

Pujay E, (17). En su Investigación “Acciones de prevención y promoción de la salud relacionado con los estilos de vida de los adultos pescadores del desembarcadero pesquero artesanal - Salaverry, 2020”. tuvo como Objetivo: Explicar la relación entre las Acciones de Prevención y Promoción de la Salud y los Estilos de Vida de los Adultos. Su Metodología: tipo cuantitativo explicativo, correlacional y de corte transversal. Se trabajó con una muestra de 130 adultos pescadores. En Conclusión y resultados: En cuanto a las acciones de prevención y promoción de la salud de los Adultos pescadores se tiene que la mayoría tiene un nivel bajo de prevención y promoción de la salud. En relación con los estilos de vida de los pescadores, un mayor porcentaje mantienen un estilo de vida saludable. En relación con las acciones de prevención y promoción de la salud y los estilos de vida se tiene que la mayoría a pesar de tener un nivel de promoción de la salud bajo presenta estilos de vida saludable. Aquí debe decir que si existe relación significativa.

#### **A nivel regional**

Dioses R, (18). 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 Campo Polo Castilla - sector Sinchi Roca\_Castilla\_Piura, 2023”. Tuvo como Objetivo: Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto. Su Metodología: La muestra estuvo constituida por 180 adultos, se utilizó la técnica de la entrevista y observación. Se Concluye que la mayoría son de sexo femenino, edad de 60 a más, casados, más de la mitad son ama de casa, ingreso económico menor de 400 soles; de religión católica. La mayoría tienen estilo de vida saludable, apoyo social y acciones adecuadas de prevención y promoción de la salud. encontramos que si existe relación estadísticamente significativa.

Aranda J, (19). En su Investigación Titulada “ Promoción del estilo de vida saludable y factores personales biológicos del adulto mayor en el asentamiento humano Buenos Aires – Tambogrande –Piura, 2020”. Tuvo como Objetivo: determinar la asociación entre la promoción del estilo de vida saludable y los factores personales biológicos del adulto mayor. Su Metodología tipo cuantitativo, descriptivo, correlacional, diseño de doble casilla, la muestra estuvo constituida por 164 adultos

mayores, Se Concluye no significancia entre factor personal biológico y estilos de vida saludable, donde la hipótesis alterna se rechaza, aceptando la hipótesis nula si existe relación entre la variable enfermedades crónicas y estilos de vida, por lo que se sugiere tomar conciencia de las consecuencias que se presentan el no llevar un estilo vida saludable.

Paz E, (20). En su tesis 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”. Tuvo como objetivo determinar los factores 10 sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto. Asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social, Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote\_2019. Metodología: Fue tipo cuantitativo, nivel correlacional – transversal, diseño no experimental. Concluyó: más de la mitad de los adultos es sexo femenino, el ingreso económico es entre los 850 a 1100 soles, que la prevención y la promoción de la salud la totalidad de sus acciones son adecuadas

## **2.2. Bases teóricas y conceptuales de la investigación**

### **2.2.1. Bases teóricas**

Esta investigación se realizó con bases teóricas conceptuales, fundamentada por la teorista Nola Pender quien presenta la promoción de la salud como un proceso de alcanzar el bienestar físico y el potencial humano (21).

El modelo de promoción de la salud propuesto por Nola Pender es ampliamente utilizado por los profesionales de enfermería porque ayuda a comprender los comportamientos de salud humana y orienta la formación de comportamientos de salud. Nola Pender, enfermera, autora del modelo de defensa para Salud, expresó que el comportamiento está motivado por el deseo de alcanzar el bienestar y el potencial humano. Estaba interesada en crear un modelo de enfermería que brindara respuestas sobre cómo las personas toman sus propias decisiones sobre el cuidado de su salud (21).

Nacida en Lansing, Michigan, el 16 de agosto de 1941, Nola Pender tuvo su primera exposición a la profesión de enfermería a la edad de siete años, cuando observó los cuidados de enfermería de su tía en un hospital. En 1962, se graduó de la Escuela de Enfermería del Western Suburban Hospital en Oak Park, Illinois. En

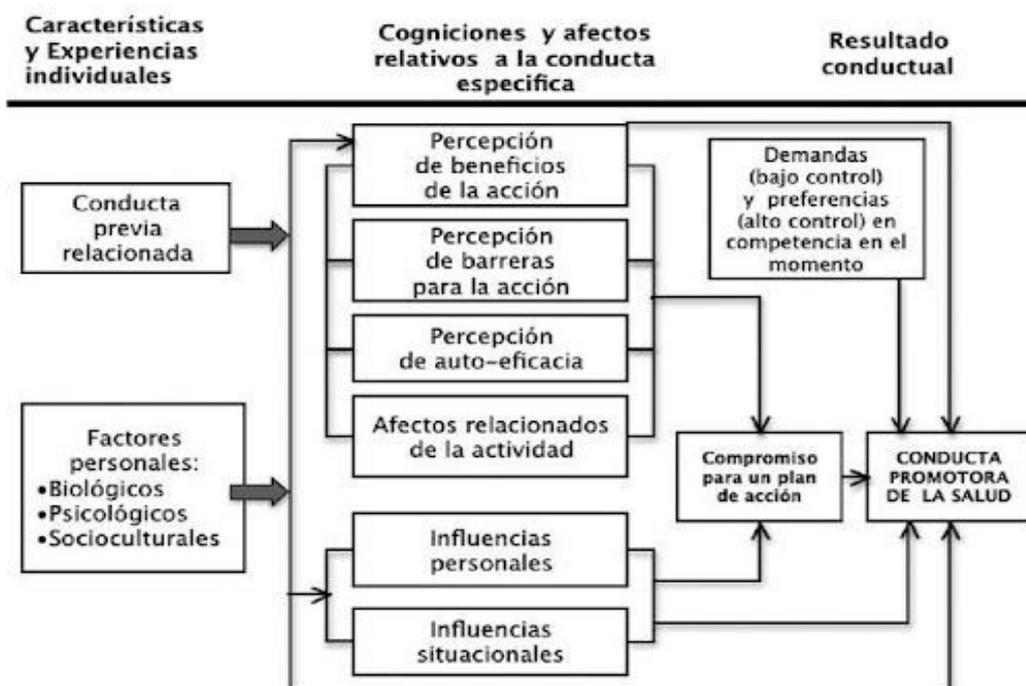
1964 se graduó de la Universidad Estatal de Michigan, Evanston, Illinois. Su trabajo de doctorado constata los cambios evolutivos observados en los procesos de codificación de la memoria inmediata de los niños, por lo que está muy interesado en ampliar su aprendizaje en el campo de la mejora de la salud humana, lo que conducirá al posterior nacimiento del paradigma de promoción de la salud (22).

La OMS, define la promoción de la salud como "el proceso de ayudar a las personas a controlar mejor su salud". Este concepto se aplica a través de enfoques participativos; Individuos, organizaciones, comunidades e instituciones trabajan juntos para crear condiciones que aseguren la salud y el bienestar de todos (23).

El desarrollo de la promoción de la salud se basó inicialmente en cambiar los comportamientos de riesgo a nivel personal y promover estilos de vida saludables a través de la educación pública. Para ello, se lanzaron muchas campañas educativas de corta duración, cuyos resultados inicialmente fueron muy alentadores, pero desaparecieron con el tiempo. gratis sin embargo con el pasar del tiempo algo nuevo se implementaron entre ellas Estrategias y conceptos de promoción de la salud actualmente definidos por la OMS como se mencionó anteriormente. Es un proceso que permite a las personas aumentar el control sobre su salud y ejercerlo a través de métodos participativos. para garantizar la salud y el bienestar de todos (24).

Nola Pender, enfermera y autora del Modelo de mejora de la salud (MPS), expresa que el comportamiento está impulsado por el deseo de felicidad y el potencial humano. Quería crear un modelo de enfermería que brindara respuestas sobre cómo las personas toman decisiones sobre su atención médica. MPS tiene como objetivo ilustrar la naturaleza multifacética de las personas en sus interacciones con el medio ambiente mientras se esfuerzan por lograr el estado de salud deseado; Enfatizar las conexiones entre las características, las experiencias personales, el conocimiento, las creencias y los aspectos situacionales relacionados con los comportamientos o comportamientos previstos relacionados con la salud (25).

## MODELO DE LA PROMOCION DE LA SALUD DE NOLA PENDER



*Fuente: Modelo de promoción de la Salud de Pender 1996. En CID PH. Merino JE. Stiepovich JB*

Al observar el esquema se puede visualizar los diversos elementos ubicados En este gráfico, puede organizar los elementos en columnas de izquierda a derecha; La primera parte trata de las características y experiencias personales de las personas e incluye dos conceptos: comportamiento pasado relacionado y factores personales (26).

El primer concepto se refiere a experiencias pasadas que pueden tener un efecto directo e indirecto sobre la capacidad de participar en comportamientos que promueven la salud.

El segundo concepto describe elementos personales, clasificados en biología, psicología y sociedad, en línea con este método, prediciendo ciertos comportamientos y se etiquetan por naturaleza de la prueba objetivo del comportamiento.

Los componentes de la segunda columna son centrales en el modelo y se refieren a información conductual y sentimientos (emociones, sentimientos, creencias), contiene 6 conceptos:

- El primero corresponde a los beneficios percibidos de la actividad, que son los resultados positivos esperados como expresión del comportamiento de salud.

- El segundo se refiere a las barreras percibidas para la acción, se refiere a las propias valoraciones negativas o deficiencias de la persona, que pueden impedir la participación en la acción, la transmisión del comportamiento y el comportamiento real
- El tercer concepto es la auto eficacia percibida, es uno de los conceptos más importantes en este modelo porque representa la percepción de la capacidad de una persona para realizar un determinado comportamiento cuando aumenta la probabilidad de participar en la actividad y realmente realizarla. Comportamiento La autoeficacia percibida conduce a menos barreras percibidas para ciertos comportamientos de salud.
- El cuarto componente es el afecto relacionado, con el comportamiento, sentimientos o reacciones directamente relacionados con pensamientos positivos o negativos, favorables o desfavorables la conducta.
- El quinto concepto habla de influencias interpersonales, se considera más probable que las personas se comprometan a adoptar conductas de promoción de la salud si las personas importantes para ellos esperan que estos cambios e incluso ofrecen ayuda o apoyo para posibilitarlos; Finalmente.
- El último término de esta columna se refiere a las influencias ambientales que pueden aumentar o disminuir el compromiso o la participación en comportamientos que promueven la salud (27).
- Esta teoría identifica en los factores individuales de percepción cognitiva que son modificados por las características situacionales, personales e interpersonales, lo que resulta en la participación en comportamientos que promueven la salud, cuando hay una guía para la acción (28).

Asimismo, la teorista menciona cuatro metaparadigmas que se debe de tener en cuenta para esta teoría.

### **Metaparadigmas**

- **Salud:** Un estado de alta positividad. La definición de salud es más importante que cualquier otra afirmación general.
- **Persona:** es el foco del teórico. Todo el mundo se define por sus propios patrones de percepción cognitiva.

- **Entorno:** no se describe con precisión, pero describe la interacción entre factores cognitivo-perceptuales y modificadores que influyen en la aparición de comportamientos promotores de la salud.
- **Enfermería:** Bienestar Como profesión de enfermería, responsabilidad personal En el cuidado de la salud, las enfermeras son los principales agentes responsables de motivar a los usuarios para mantener la salud personal (28).

### **Dimensiones de Nola Pender**

De igual forma, la teórica Nola Pender propuso el uso de un instrumento de salud Publicidad de perfil de estilo de vida basada en estilos de vida que son consta de 52 ítems divididos en seis dimensiones. Los objetivos son calificados en una escala de Likert de 1 a 4 Los puntos de respuesta se completan para obtener una puntuación para cada dimensión, al fortalecerla se obtiene el resultado de estilos de vida saludable Las dimensiones se conceptualizan a partir de investigaciones donde la validez del instrumento se realiza y define a continuación: (29).

#### **Dimensión manejo del estrés:**

Esta consiste en el compromiso que realizar la persona adulta por ejercer control frente a las situaciones que pueden provocar tensión, a través de ejercicios coordinados. Frente al estrés se ve involucrados órganos y funciones corporales, incluyendo cerebro, nervios, corazón, circulación, la digestión y la función muscular, el estrés en cualquier edad, disolver un factor de riesgo para la salud, la comodidad y la condición de vida de las personas; pero esto se torna particularmente sensible en la tercera edad, etapa del ciclo vital en que resulta importante, su suspicacia y control (30).

#### **Dimensión de actividad y ejercicio:**

Esto incluye todas las funciones y actividades que requieren esfuerzo físico. que necesitan un movimiento corporal completo o parcial en armonía coordinado, llevado a cabo con el fin de mejorar con el fin de preservar Funciones físicas de un adulto. Desarrollar actividad física desempeña un papel importante en el mantenimiento de una buena salud hasta se realiza diariamente, lo que minimiza las molestias. A El sedentarismo es causa de mortalidad, morbilidad y discapacidad más visible a nivel mundial. El sedentarismo duplica el riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares,

diabetes, obesidad, aumento del riesgo de cáncer de colon, presión arterial alta, depresión y ansiedad (30).

### **Dimensiones de alimentación:**

A través de este mecanismo, el cuerpo humano puede para obtener energía de los nutrientes absorbidos, esta función le permite hacerlos nutrientes necesarios para el crecimiento y funcionamiento normal. Es importante entender que la comida se puede entrenar porque se puede enseñar cómo se puede obtener (fondos y tiempo) al consumo (31).

### **Dimensión responsabilidad en salud:**

La salud de los adultos requiere saber tomar decisiones saludables en lugar de que puedan poner en peligro o afectar su bienestar. Si un adulto expresa algo malo, por lo tanto, debe ser consciente de cambiar actitudes o malos hábitos que están empeorando su situación de esta manera usted puede manejar su salud adecuadamente. entonces debería ser responsable de los controles de rutina o preventivos que considere en tu centro de salud con la responsabilidad correspondiente. sobrevivirá recibirá información actualizada sobre sus controles de salud (32).

### **Dimensiones del apoyo interpersonal:**

Lo principal es que cada persona tenga suficiente autoestima. de esta manera, para que podamos compartir con otra persona, el producto de la motivación ser uno mismo puede ser compartido con alguien más, esta dimensión es importante porque retrata al adulto como un ser particularmente social lo que uno necesita tanto familiar como socialmente, lo que uno puede establecerse y continuar su desarrollo en compañía de otras personas pertenece a su entorno (32).

### **Dimensión autorrealización:**

Es la adquisición del máximo desarrollo de los talentos y habilidades las cualidades de un adulto que le dan cierta autosatisfacción mismo, gracias a su victoria como adulto. La autorrealización es la búsqueda de la felicidad se hacía con uno mismo, por eso surge diferentes actividades que te hacen sentir bien, ¿verdad? una persona logra un crecimiento emocional a medida que se desarrolla y pasando por diferentes etapas de su ciclo de vida, finalmente deja crecer y fortalecerse mentalmente (32).

### **Dimensión responsabilidad en salud**

La salud de cada persona depende en gran medida tipos de comportamiento. El único responsable y puede cambiar el comportamiento de riesgo (una función que aumenta enfermedades y accidentes, amenazas a la salud humana y y ayudar a destruir el medio ambiente) a un comportamiento saludable bienestar/positivo (función que ayuda a prevenir enfermedades y y/o mejorar la calidad del entorno) es el individuo mismo y nadie más. Es él quien decide cómo cuidate y si quieres mantener una buena salud. La motivación definitiva la muestra es natural, es decir. provienen del mismo individuo (32).

Este modelo parece ser una poderosa herramienta utilizada por las(os) enfermeras(os) para comprender y promover las actitudes, motivaciones y acciones de las personas particularmente a partir del concepto de autoeficacia, señalado por Nola Pender en su modelo, el cual es utilizado por los profesionales de enfermería para valorar la pertinencia de las intervenciones y las exploraciones realizadas en torno al mismo (33).

Por lo tanto, se recomienda el modelo de promoción de la salud propone Nola Pender Dimensiones y relaciones que intervienen en el cambio de comportamiento que promueve la salud donde existe la expresión de la acción encaminada a lograr resultados positivos salud, como el bienestar ideal, la adaptación individual y la vida productiva Sin embargo, el modelo de promoción de la salud ofrece una oportunidad para implementar la promoción de la salud antes de que ocurran complicaciones que afecten a la población en peligro.

#### **2.2.2. Bases Conceptuales**

A continuación, se mencionarán los siguientes conceptos los cuales tienen relación con las variables y sustentan la presente investigación:

**Promoción de la salud:** definida por la Organización Mundial de la Salud, la promoción de la salud como proceso que posibilita al usuario Tome más control de su salud. Debe hacerse 24 estrategias inclusivas de individuos, comunidades, organizaciones y organizaciones instituciones que ayudan a crear buena salud y bienestar para todos. El promover la salud conduce a compromisos en el medio ambiente promover y proteger la salud a través del cambio transformador sistema y sociedades y también incluye una forma única

de apoyo personas a la promoción de la salud como un proceso que permite el usuario aumenta el control sobre su salud (34).

**Adulto:** Se sabe que la etapa del adulto comienza desde los 20 años hasta los 60 años etapa en que la persona requiere estabilidad tanto biológica, psicológica y social, también es cierto que dentro de los adultos no todos llegan a desarrollar la madurez adecuada, generalmente debido a los factores ya sea familiares y/o sociales que no permiten que la persona adquiera la maduración respectiva de acuerdo a su edad, cumpliendo su rol dentro de la sociedad (35).

**Prevención de la salud:** se define la prevención como medidas diseñadas no solo para prevenir la aparición de la enfermedad, como reducir los factores de riesgo, ayuda a prevenir o minimizar la recurrencia de la enfermedad (36).

**Estilo de vida:** Son conjuntos que se relacionan con el comportamiento y actitudes cotidianas que las personas toman para mantener sus cuerpos y de una manera que se adapta a la mente, el estilo de vida se relaciona con los modelos consumo individual según los estilos que lleve la gente, se desarrollan enfermedades cardiovasculares (37).

**El apoyo social:** permite a las personas redefinir y afrontar una situación estresante tras la exposición al estrés mediante el uso de estrategias no estresantes o para prevenir procesos psicopatológicos que pueden desencadenarse en ausencia de apoyo social (38).

### 2.3. Hipótesis

Teniendo en cuenta la información científica y los antecedentes existentes hasta la actualidad, se plantean las siguientes hipótesis de la investigación:

- H1: Existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos, acciones de prevención y promoción y el comportamiento de la salud, estilos de vida y apoyo social del adulto del Centro Poblado Santa Rosa de Piedra Rodada \_Bellavista\_Sullana,2021
- H0: No existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos, acciones de prevención y promoción y el comportamiento de la salud, estilo de vida y apoyo social del adulto del Centro Poblado Santa Rosa de Piedra Rodada \_Bellavista\_Sullana,2021

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1. Variables, definición y operacionalización de variables

**El nivel:** El nivel de investigación fue descriptivo correlacional – transversal, dado que se buscó determinar la relación entre dos o más variables y la recolección de la información fue tomada en un solo periodo de tiempo (39).

**Tipo de investigación:** El tipo de investigación fue cuantitativo, se evaluó los datos numéricamente medibles y se presentan en frecuencias y porcentajes. Ya que esta investigación está relacionada con cuentas y números, explica la realidad social enfocándose en lo externo y en lo objetivo (40).

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

#### 3.2. Población y muestra

**Población:** La población estuvo conformada por 256 adultos que residen en el Centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada.

**Muestra:** El tamaño de muestra fue determinado con un nivel de confianza del 95% y un margen de error permisible del 5% aplicando la técnica de muestreo aleatoria simple y se obtuvo una muestra de 115 adultos quienes residen en el Centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada. (Anexo 8).

##### Unidad de análisis

Cada adulto del Centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada, que formaron parte de la muestra y respondieron a los criterios de la investigación.

##### Criterios de Inclusión

- Adultos que vivan más de 3 años en el Centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada.
- Adultos del Centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada que aceptaron participar en el estudio, sin importar nivel de escolarización, sexo y condición socioeconómica.

##### Criterios de Exclusión:

- Adultos del Centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada, que presentaron algún trastorno mental.
- Adultos del Centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada, que presentaron problemas de comunicación.





		Habilidades para la vida	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Realiza el lavado de los dientes mínimo 3 veces en el día</li> <li>-Mantiene Higiénica y en orden su ropa</li> <li>-Lava los alimentos antes de consumirlos</li> <li>-Mantiene bien Lavado los utensilios de cocina y su cocina</li> <li>-Mantiene en orden y limpia la vivienda</li> <li>-Mantiene ventilada su vivienda</li> <li>-Mantiene Limpio su baño o letrina</li> <li>-Realiza el mantenimiento de su servicio higiénico o su letrina</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Sabe escuchar y sabe cuándo hablar</li> <li>-Influencia y regula las emociones de otra persona</li> <li>-Escucha con atención y está dispuesta(o) a discutir los problemas</li> <li>-Es abierta(o) y flexible a las ideas? Apoya y ayuda. Es solidaria(o)</li> <li>-Enfrenta los problemas dando solución</li> <li>-Alienta la participación y la cooperación</li> <li>-Orienta y enseña</li> <li>-Confía en el grupo y Estimula las decisiones de grupo</li> <li>-Se comunica abiertamente</li> <li>-Demuestra capacidad de autocrítica</li> <li>-Es expresiva, espontánea y segura</li> <li>-Tiene una personalidad activa</li> <li>-Defiende sus derechos</li> <li>-No presenta temores en su comportamiento</li> </ul>		
--	--	--------------------------	--	--	--

		<p>Actividad física</p> <p>Salud sexual y reproductiva</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Posee una comunicación directa, adecuada, abierta y franca</li> <li>-Posee usted seguridad en expresarse con los demás</li> <li>-Su comportamiento es respetable por los demás</li> <li>-Se comunica fácilmente con toda clase de personas</li> <li>-Realiza 30 minutos diarios de actividad física al m: subir y bajar escaleras, bailar, andar en bicicleta, nadar, caminar en vez de usar el auto, realizar tareas domésticas y de jardinería, lavar el auto, ¿practicar deportes</li> <li>-Realiza ejercicios de fuerza 2 o 3 veces por semana</li> <li>-Realiza la rutina con 10 minutos de ejercicios de estiramiento</li> <li>-Toma una buena cantidad de líquido durante el día (aproximadamente 2 litros de agua)</li> <li>-Tiene relaciones sexuales actualmente con protección</li> <li>-Se informa de los métodos anticonceptivos</li> <li>-Usa un método anticonceptivo</li> <li>-Se hace exámenes médicos ginecológicos</li> <li>-Usted se alimenta equilibradamente durante su vida reproductiva.</li> </ul>		
--	--	--	---	--	--

		Salud bucal	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Se cepilla los dientes por lo menos dos veces al día con pasta dental con flúor?</li> <li>-Usa hilo dental</li> <li>-Usa a diario un enjuague bucal con flúor</li> <li>-Tiene exámenes regulares odontológicos</li> <li>-Evita las bebidas gaseosas, los jugos artificiales y las bebidas energéticas</li> <li>-Evita el consumo de tabaco y el alcohol</li> </ul>		
		Salud mental y cultura de paz	<ul style="list-style-type: none"> <li>-En general está satisfecho con usted mismo/a</li> <li>-A veces piensa que no sirve absolutamente para nada</li> <li>-Puede hacer las cosas bien como la mayoría de las personas</li> <li>-Cree que tiene muchos motivos para sentirme orgulloso/a</li> <li>-A veces se siente realmente inútil</li> <li>-Siente que es una persona digna de estima o aprecio, al menos en igual medida que los demás</li> <li>-Siente mucho aprecio por mí mismo/a</li> <li>-Tiendo a pensar que en conjunto es un fracaso</li> <li>-Tiene una actitud positiva hacia mí mismo/a</li> </ul>		
		Seguridad vial y cultura de tránsito	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Usa el cinturón de seguridad de manera adecuada</li> <li>-Cruza por la senda peatonal o esquina, donde se tiene prioridad</li> </ul>		

			<ul style="list-style-type: none"> <li>-No utilizar el celular al conducir ni tampoco al cruzar la calle?</li> <li>-Usted al cruzar la calle, camina, no corre, y lo hace con precaución</li> <li>-Si maneja bicicleta usa casco</li> <li>-Usted camina por las veredas</li> <li>-Usted cruza la pista cuando el semáforo está en color verde</li> <li>-Usted evita salir a la calle si se encuentra en estado de embriaguez</li> <li>-Si Usted tiene que salir a la calle de noche trae una lámpara, usa ropa clara y con reflejante, se hace notar, camina por la izquierda con el tráfico de frente, si van en grupo caminen en fila</li> </ul>		
<b>Apoyo social</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Tiene apoyo social</li> <li>•No tiene apoyo social</li> </ul>	<p>Apoyo emocional</p> <p>Ayuda material</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Con quien pueda contar cuando necesite Hablar</li> <li>-Que le aconseje cuando tenga problemas</li> <li>-Que le informe y ayude a entender la Situación.</li> <li>-En quien confiar o con quién hablar de sí mismo y sus Preocupaciones</li> <li>-Cuyo consejo realmente desee.</li> <li>-Alguien con quien compartir sus temores y problemas más íntimos.</li> <li>-Que le aconseje cómo resolver sus problemas personales.</li> <li>-Que comprenda sus problemas</li> <li>-Que le ayude cuando tenga que estar en la cama</li> </ul>	Operacional	<p>No tiene apoyo social: 0-57</p> <p>Si tiene apoyo social: 58-94</p>

		<p>Relaciones de ocio y distracción</p> <p>Apoyo afectivo</p>	<p>-Que le lleve al médico cuando lo necesite -Que le prepare la comida si no puede Hacerlo. -Que le ayuda en sus tareas domésticas si está enfermo.</p> <p>-Con quien pasar un buen rato -Con quien pueda relajarse -Con quien hacer cosas que le sirvan para olvidar sus Problemas. -Con quién divertirse</p> <p>-Que le muestre amor y afecto -Que le abrace -A quien amar y hacerle sentirse querido</p>		
<b>Estilos de vida</b>	<p>•Estilo de vida saludable</p> <p>•Estilo de vida no saludable</p>	<p>Responsabilidad hacia la salud</p> <p>Actividad física</p>	<p>-Informo a un doctor (a) a otros profesionales de la salud cualquier señal inusual o síntoma extraño. -Hago preguntas a los profesionales de la salud para poder entender sus instrucciones. -Busco una segunda opinión, cuando pongo en duda las recomendaciones de mi proveedor de servicios de salud. -Asisto a programas educacionales sobre el cuidado de salud personal -Busco orientación o consejo cuando es necesario -Duermo lo suficiente</p> <p>-Sigo un programa de ejercicios planificados</p>	Operacional	<p>Estilo de vida no Saludable: 0-91</p> <p>Estilo de vida Saludable: 92-130</p>

		<p>Nutrición</p> <p>Crecimiento espiritual y</p>	<p>-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)</p> <p>-Tomo parte en actividades físicas de recreación (tales como: nadar, bailar, andar en bicicleta).</p> <p>-Alcanzo mi pulso cardiaco objetivo cuando hago ejercicios.</p> <p>-Mantengo un balance para prevenir el cansancio.</p> <p>-Escojo una dieta baja en grasa, grasas saturadas y en colesterol.</p> <p>-Limito el uso de azucares y alimentos que contienen azúcar (dulces)</p> <p>-Como de 2 a 4 porciones de fruta todos los días.</p> <p>-Leo las etiquetas nutritivas para identificar el contenido de grasas y sodio en los alimentos empacados</p> <p>-Tomo desayuno</p> <p>-Como de 6 a 11 porciones de pan, cereales, arroz, o pastas(fideos) todos los días</p> <p>-Como solamente de 2 a 3 porciones de carne, aves, pescado, frijoles, huevos y nueces todos los días.</p> <p>-Siento que estoy creciendo y cambiando en una forma positiva.</p> <p>-Elogio fácilmente a otras</p>		
--	--	--	--	--	--

		<p>relaciones interpersonales:</p>	<p>personas por sus éxitos.  -Tomo algún tiempo para relajarme todos los días  -Creo que mi vida tiene un propósito  -Mantengo relaciones significativas y enriquecedoras  -Acepto aquellas cosas de mi vida que yo no puedo cambiar  -Miro adelante hacia al futuro.  -Paso tiempo con amigos íntimos.  -Me siento satisfecho y en paz conmigo (a)  -Se me hace fácil demostrar preocupación, amor y cariño a otros.  -Estoy consciente de lo que es importante para mí en la vida.  -Busco apoyo de un grupo de personas que se preocupan por mi  -Me siento unido(a) con una fuerza más grande que yo.  -Me pongo de acuerdo con otros por medio del diálogo  -Expongo mi persona a nuevas experiencias y retos.  -Discuto mis problemas y preocupaciones con personas allegadas</p>		
--	--	--	---	--	--

### **3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de información**

#### **Técnicas**

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

#### **Instrumentos**

En la presente investigación se utilizó 4 instrumentos para la recolección de la información que se detallan a continuación:

##### **Instrumento N° 01**

#### **CUESTIONARIO SOBRE FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS**

Elaborado por Vílchez Reyes M, en Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación (Anexo N° 2)

Está constituido por 8 ítems distribuidos en 4 partes:

- Datos de Identificación, donde se obtiene las iniciales o seudónimo del adulto. (1 ítems)
- Factores sociodemográficos el sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación, ingreso económico y si cuenta con Seguro. (8 ítems).

##### **Instrumento N° 02**

#### **CUESTIONARIO SOBRE ACCIONES DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN**

Elaborado por Vílchez Reyes M, en Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación (Anexo N° 2).

Está constituido por 72 ítems distribuidos en 8 ejes temáticos:

- Datos de Identificación, donde se obtiene las iniciales o seudónimo de del adulto. (2 ítems).
- Ejes temáticos: Alimentación nutrición (10 ítems).
- Ejes temáticos: Higiene (10 ítems).
- Ejes temáticos: habilidades para la vida (17 ítems).
- Ejes temáticos: Actividad física (4 ítems).
- Ejes temáticos: Salud sexual y reproductiva (5 ítems).
- Ejes temáticos: Salud bucal (6 ítems).
- Ejes temáticos: Salud mental y cultura de paz (9 ítems).
- Ejes temáticos: Seguridad vial y cultura de tránsito (9 ítems).

Para la confiabilidad del instrumento de Acciones de Prevención Y Promoción de la Salud en nuestra localidad se obtendrá el coeficiente estadístico de Alfa de Cronbach con una muestra piloto del 10% del total de la muestra del estudio. Asimismo, se realizará validez de contenido mediante la evaluación por juicios de expertos. (Anexo N°4)

#### **Control de calidad de los datos:**

##### **Evaluación Cualitativa:**

Fue concluida a través de la entrevista a personas del área de Salud que actuaron como jueces; Se realizó 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 (Anexo N° 1) y la propuesta del cuestionario, para su análisis y socialización, luego cada participante emitió observaciones al cuestionario propuesto, los cuales permitieron 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 fueron diez, para efectos de este análisis, se utilizó para la evaluación de la validez de contenido la fórmula de V de Aiken (Penfield y Giacobbi, 2004).

$$\bar{V}_k = \bar{x} - l$$

Dónde:

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

$l$  : Es la calificación más baja posible.

$r$  : Es el rango de los valores posibles.

El 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 el 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 considera muy bueno.

### **Instrumento N°03**

#### **CUESTIONARIO DE APOYO SOCIAL**

Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Medicina de Familia (And). 2005; 10(6): 10-18. (Anexo N° 2) El instrumento tiene 4 dimensiones distribuidas en los siguientes:

- En la dimensión apoyo emocional: **8 ítems**
- En la dimensión ayuda material: **4 ítems**
- En la dimensión relaciones de ocio y distracción: **4 ítems**
- En la dimensión apoyo afectivo: **3 ítems**

**Apoyo social:** Se utilizó el cuestionario autoadministrado del Estudio de desenlace de estudios médicos de apoyo social (MOS), donde el instrumento original consta de 20 ítems, conformado en 4 dimensiones (Red de apoyo social, Apoyo social, Apoyo instrumental, Interacción social positiva y Apoyo afectivo) con una escala de Likert 27 de 5 categorías. Nuestro estudio utilizará la versión validada en español Londoño, N. et al (2012). (Anexo N°3) Realizado en Colombia, el cual está comprendido por 20 ítems, pero distribuido en 4 dimensiones (Apoyo emocional informativo, Apoyo instrumental, Interacción social positiva y Apoyo afectivo). La confiabilidad del instrumento fue reportada por el coeficiente de Alfa de Cronbach para los cuatros dimensiones y escala total. Presentó una alta confiabilidad para la escala total con 0.94 y por dimensiones: Apoyo emocional/informativo ( $\alpha=0.92$ ), Apoyo instrumental ( $\alpha=0.79$ ), Interacción social positiva ( $\alpha=0.83$ ) y Apoyo afectivo ( $\alpha= 0.74$ ). Finalmente, la validez de este instrumento se reportó a través de validez de constructo mediante un Análisis Factorial Confirmatorio reportando aceptables índices de bondad de ajuste (GFI= 0.780, AGFI= 0.713, RMSEA=0.113, AIC=566.98 Y BIC= 707.22)

## **Instrumento N° 04**

### **CUESTIONARIO DE ESTILO DE VIDA**

El instrumento tiene 6 subescalas, y cuenta con 52 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, el cual está 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) reportó 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 utilizó el Análisis Factorial Exploratorio utilizando método Promin, reportando que de los 52 ítem se depuraron 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 estuvo dada en 4 dimensiones 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°3)

### **3.5. Métodos de análisis de datos**

#### **Procedimiento de aceptación de proyecto de tesis**

Para la realización del presente trabajo de investigación se consideró los siguientes pasos:

- Se examinó la realidad social y temática de interés. Posteriormente se realizó la elaboración de trabajo de investigación siguiendo la estructura recomendada por facultad de ciencias de la salud de escuela profesional de enfermería.
- Se presentó el trabajo de investigación a representantes correspondientes de la escuela profesional de enfermería para la aprobación y su posterior aplicación

#### **Procedimientos de la recolección de datos**

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

- Se coordinó con el teniente Gobernador del Centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada para presentar la debida autorización para la recolección de información y redacción del acta de aceptación
- Se informó y se pidió el consentimiento a los adultos del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Sullana, haciendo énfasis que los datos y resultados son totalmente confidenciales.
- Se coordinó la disponibilidad y el tiempo de la fecha de la aplicación del instrumento a cada adulto del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Sullana.
- Se realizó la lectura de las instrucciones de los instrumentos a los adultos del del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Sullana.
- El instrumento fue aplicado en un tiempo de 20 minutos, y resuelto de manera directa y personal.

#### **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 cada variable pertenecientes a los factores sociodemográficos asociado con el comportamiento de la salud. Se utilizó 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

fueron ingresados a una base de datos software estadístico IBM para ser exportados a una base de datos en el software SPSS Statistics 24.0.

### **3.6. Aspectos éticos**

En toda investigación que se va a llevar a cabo deben valorar los valores éticos, el investigador previamente deberá valorar los aspectos éticos de la misma, tanto por el tema elegido como por el método seguido, así como plantearse si los resultados que se puedan obtener son éticamente posibles, respetando la doctrina social de la iglesia como es la dignidad de la persona; con el presente estudio cumplido con el reglamento de integridad científica (41).

#### **Protección a las personas:**

El tema de todo estudio es un fin, no un medio, por lo que la persona necesita protección, dependiendo de los riesgos y la posibilidad de lograr ciertos beneficios. En esta investigación se coopero con las personas y respeto su dignidad, identidad, diversidad, privacidad y confidencialidad En el presente informe de investigación se respetó la libertad de participación de los beneficiarios para ello se explicó de manera clara, concisa y objetiva en cuando al desarrollo de la presente investigación asimismo ellos firmaron un consentimiento informado (41).

#### **Libre participación y derecho a estar informado:**

Las personas que desarrollan actividades de investigación tienen el derecho a estar bien informados sobre los propósitos y finalidades de la investigación que desarrollan, así como también tienen la libertad de participar en ella, por voluntad propia (41).

En el presente informe de investigación se respetó la libertad de participación de los beneficiarios donde se les explico de manera clara, concisa en cuanto al desarrollo de la presente investigación donde asimismo los participantes firmaron un consentimiento informado (Anexo N°5) (41).

#### **Beneficencia no maleficencia:**

Se aseguró el bienestar de las personas que participaron en las investigaciones. Es por ello que la conducta del investigador respondió a las siguientes reglas generales: no causo daño, disminuyo los posibles efectos adversos y maximizo los beneficios (49).

En relación con lo mencionado el principio de beneficencia se aplicó en el presente estudio, donde se informó a los participantes sobre dichos riesgos que se podrían presentar en dicha investigación (41).

**Justicia:**

Como investigadora fui prudente, correcta y tomé en cuenta acciones precautorias para asegurar que mi capacidad, evite dar espacio o acepte actitudes que no son justas. Se reconoció que la imparcialidad y el ser justos brinda a las personas el derecho de obtener los resultados que se obtienen en la investigación. Se tuvo la responsabilidad y la obligación a brindar un trato equitativo con las personas que participaron en el proceso, o en el procedimiento y el servicio que estuvo relacionado con la investigación (41).

**Integridad científica:**

Deben regir no sólo la actividad científica de un investigador, sino que debe extenderse a sus actividades de enseñanza y a su ejercicio profesional. Asimismo, se mantuvo la integridad científica al declarar los conflictos de interés que pudieran afectar el curso de un estudio o la comunicación de sus resultados (41).

La presente investigación se desarrolló de manera transparente y veraz, aquí se les informo a los participantes que su identidad sería tratada de manera declarada, confidencial y anónima.

#### IV. RESULTADOS

**TABLA 1**

***FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS DE LOS ADULTOS DEL CENTRO  
POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA,2021***

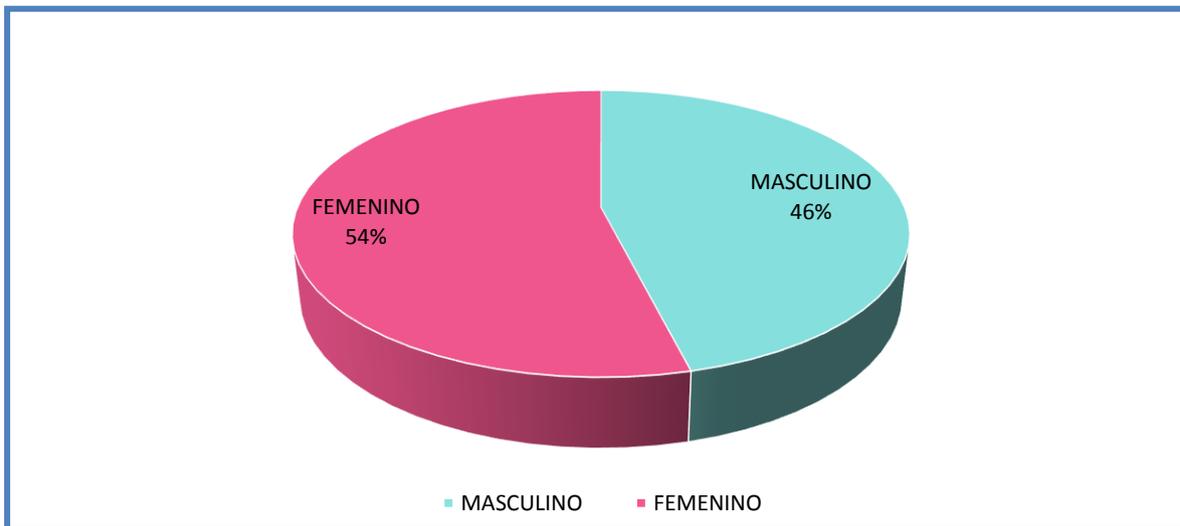
<b>Sexo</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Masculino	53	46,1
Femenino	62	53,9
Total	115	100,0
<b>Edad</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
18 a 35 años	103	89,6
36 a 59 años	11	9,6
60 a más	1	0,9
Total	115	100,0
<b>Grado de instrucción</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Analfabeto	1	0,9
Primaria	6	5,2
Secundaria	28	24,3
Superior	80	69,6
Total	115	100,0
<b>Religión</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Católico	105	91,3
Evangélico	5	4,3
Otras	5	4,3
Total	115	100,0
<b>Estado civil</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Soltero	90	78,3
Casado	16	13,9
Conviviente	9	7,8
Total	115	100,0
<b>Ocupación</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Obrero	1	0,9
Empleado	13	11,3
Ama de casa	12	10,4
Estudiante	75	65,2
Otros	14	12,2
Total	115	100,0
<b>Ingreso económico</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Menor de 400 nuevos soles	30	26,1
De 400 a 650 nuevos soles	17	14,8
De 650 a 850 nuevos soles	47	40,9
De 850 a 1100 nuevos soles	18	15,7
Mayor de 1100 nuevos soles	3	2,6
Total	115	100,0

<b>Seguro</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Es Salud	25	21,7
SIS	76	66,1
Otro seguro	11	9,6
No tiene seguro	3	2,6
<b>Total</b>	<b>115</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Cuestionario factores sociodemográficos, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes. aplicado al Adulto del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,2021

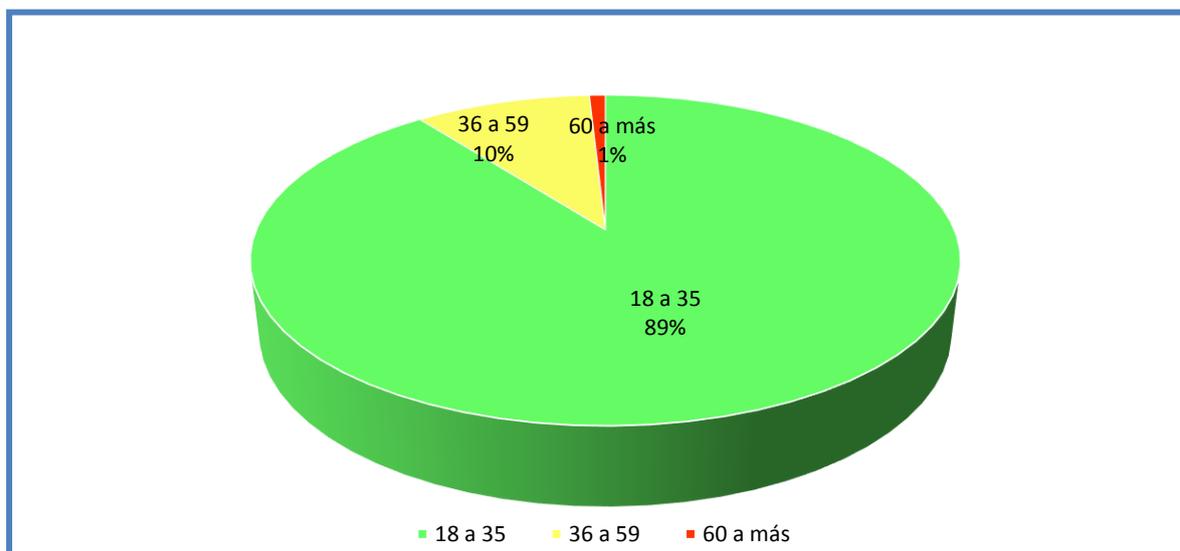
**FIGURAS DE LA TABLA 1**  
**FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS DE LOS ADULTOS DEL CENTRO**  
**POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA,2021.**

**FIGURA 1: SEXO DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA**  
**RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA,2021**



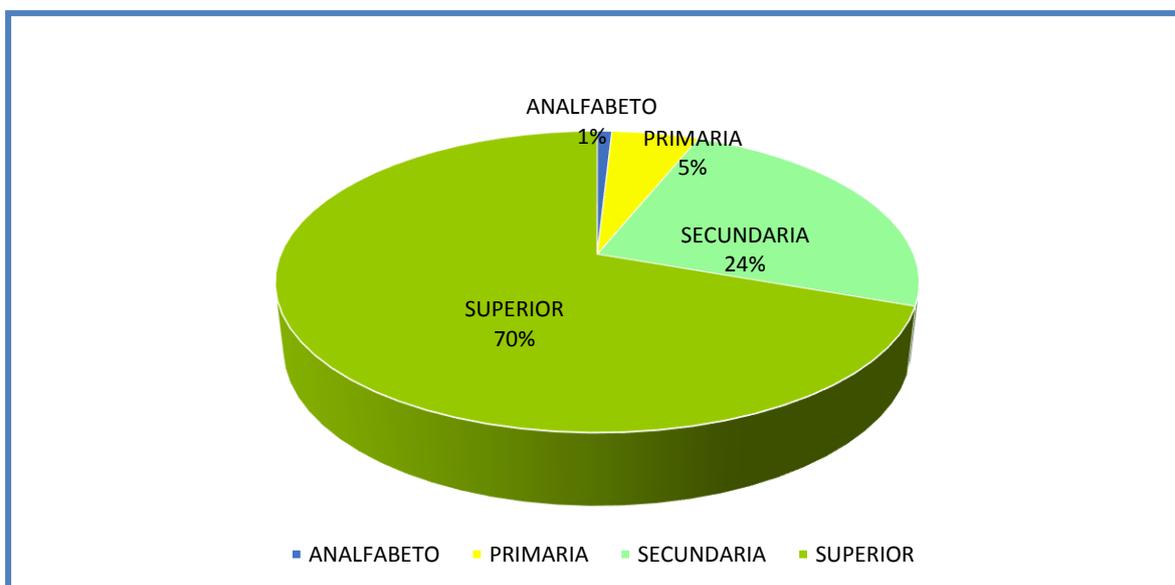
**Fuente:** Cuestionario factores sociodemográficos, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes. aplicado al Adulto del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,2021

**FIGURA 2: EDAD DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA**  
**RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA,2021**



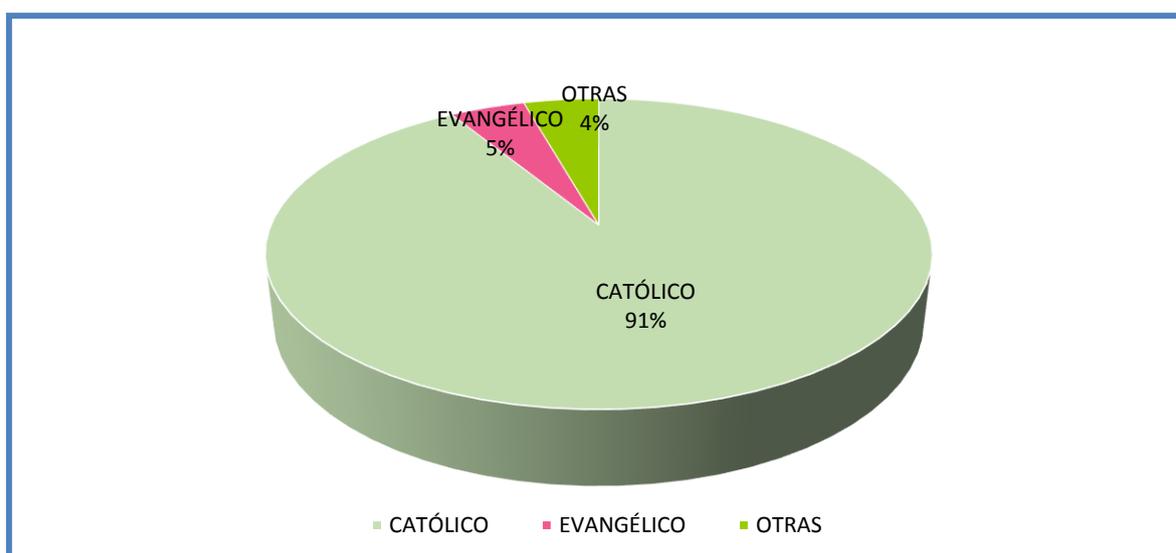
**Fuente:** Cuestionario factores sociodemográficos, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes. aplicado al Adulto del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,2021

**FIGURA 3: GRADO DE INSTRUCCIÓN DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA,2021**



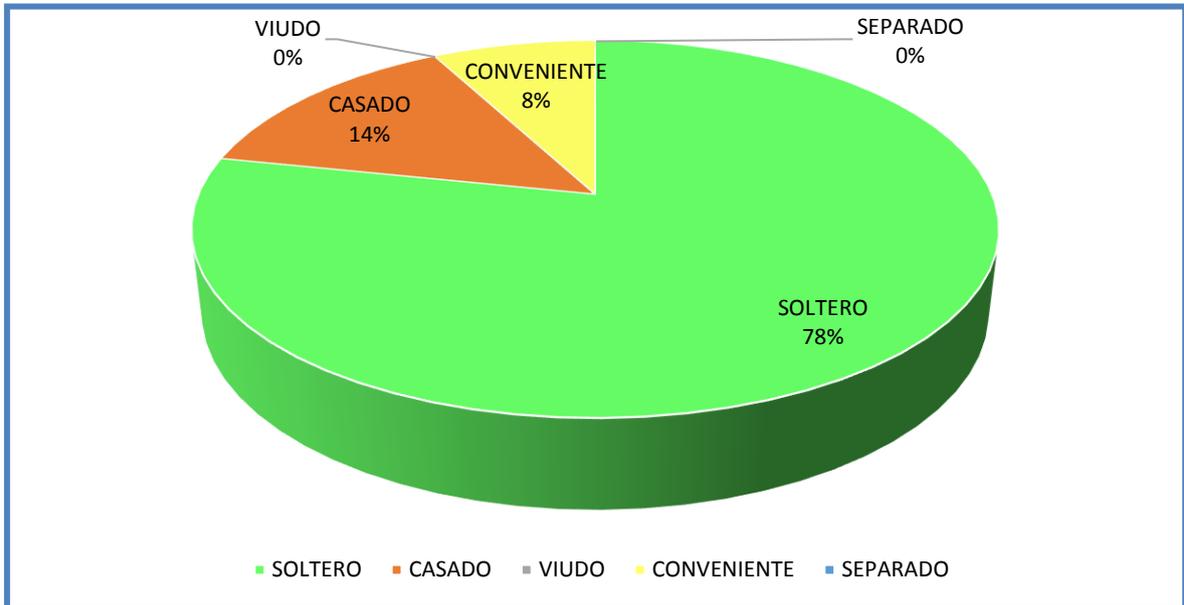
**Fuente:** Cuestionario factores sociodemográficos, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes. aplicado al Adulto del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,2021

**FIGURA 4: RELIGIÓN DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA,2021**



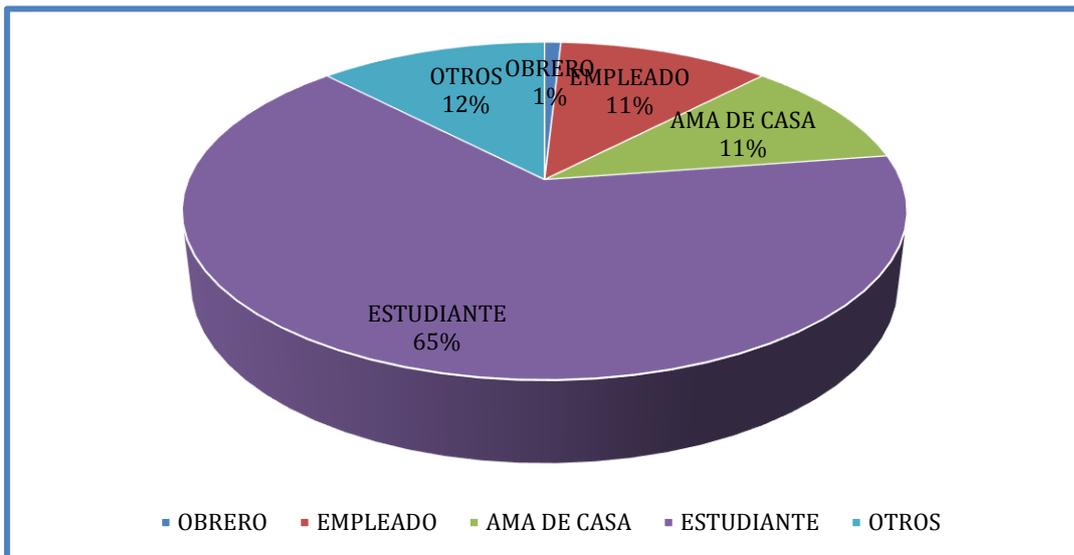
**Fuente:** Cuestionario factores sociodemográficos, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes. aplicado al Adulto del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,2021

**FIGURA 5: ESTADO CIVIL DEL ADULTO EN EL CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA,2021**



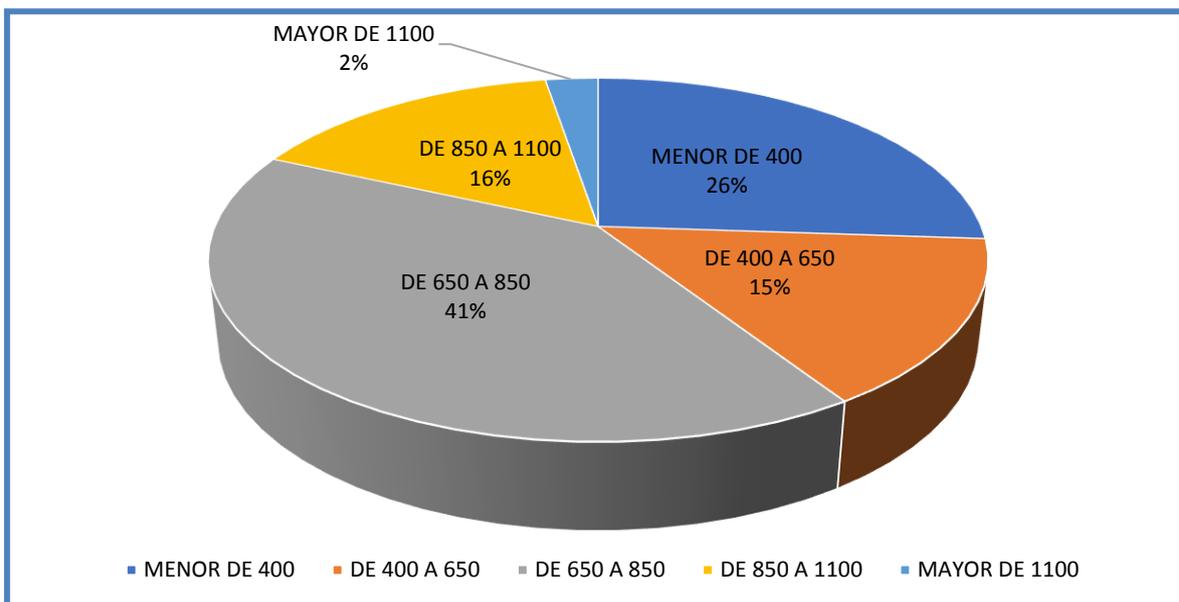
**Fuente:** Cuestionario factores sociodemográficos, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes. aplicado al Adulto del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,2021

**FIGURA 6: OCUPACIÓN DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA,2021**



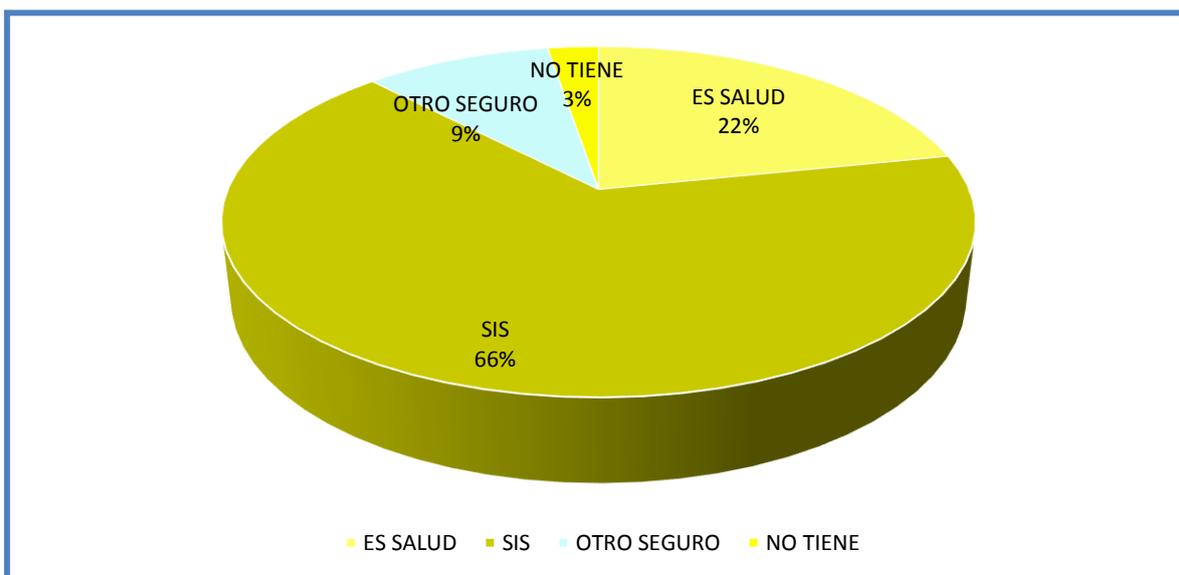
**Fuente:** Cuestionario factores sociodemográficos, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes. aplicado al Adulto del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,2021

**FIGURA 7: INGRESO ECONÓMICO DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA,2021**



**Fuente:** Cuestionario factores sociodemográficos, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes. aplicado al Adulto del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,2021

**FIGURA 8: TIPO DE SEGURO DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA,2021**



**Fuente:** Cuestionario factores sociodemográficos, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes. aplicado al Adulto del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,2021

**TABLA 2**

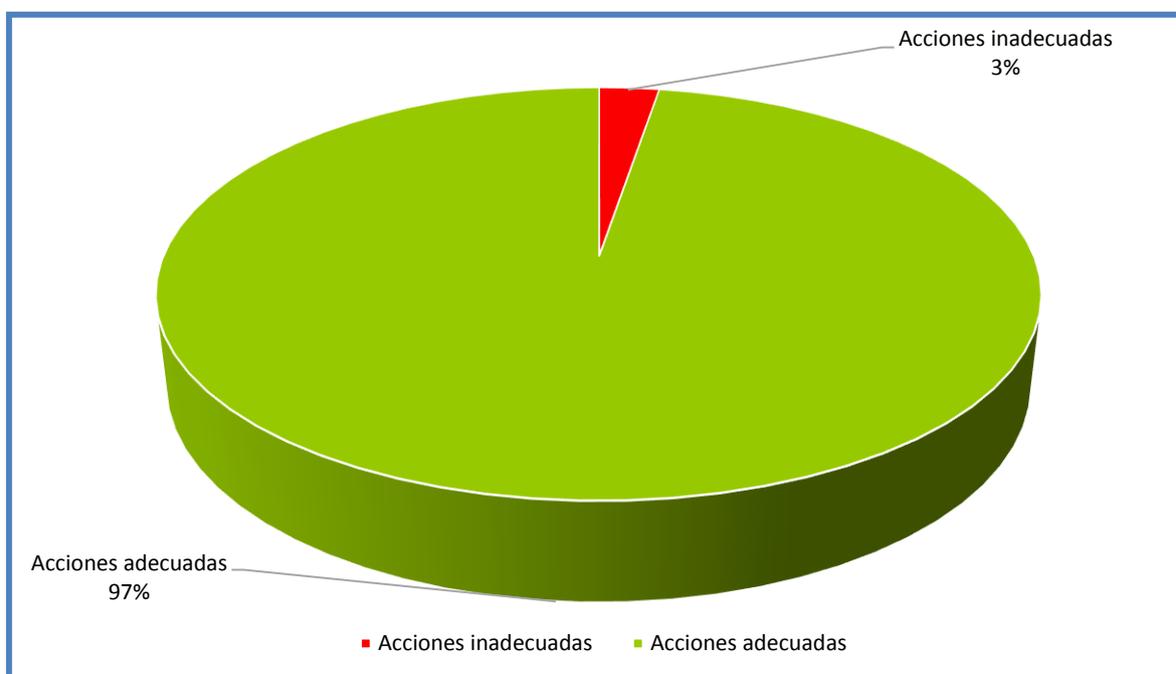
**ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO DEL  
CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA  
RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA,2021**

<b>Acciones de prevención y promoción</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Acciones inadecuadas	3	2,6
Acciones adecuadas	112	97,4
Total	115	100,0

**Fuente:** Cuestionario de Acciones de prevención y promoción de la salud, elaborado por la Dra. Enf. Vílchez A, aplicado a los adultos del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,2021

**FIGURA DE LA TABLA 2**

**FIGURA 9: ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL  
ADULTO DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA  
RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA,2021**



**Fuente:** Cuestionario de Acciones de prevención y promoción de la salud, elaborado por la Dra. Enf. Vílchez A, aplicado a los adultos del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,2021

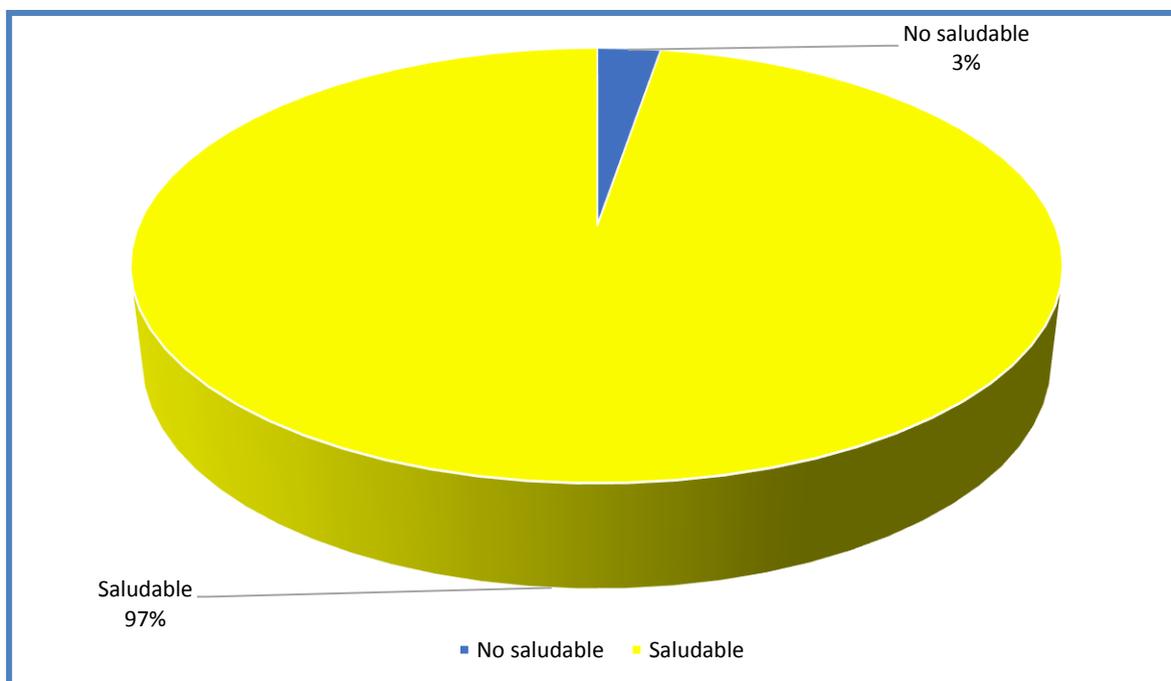
**TABLA 3**  
***ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE  
 PIEDRA RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA,2021***

<b>Estilo de vida</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
No saludable	3	2,6
Saludable	112	97,4
Total	115	100,0

**Fuente:** Cuestionario de estilos de vida, elaborado por Serrano J, Boada J, Vigil A, & Gil C, aplicado a los adultos del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,2021

**FIGURA DE LA TABLA 3**

***FIGURA 10: ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA  
 DE PIEDRA RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA,2021***



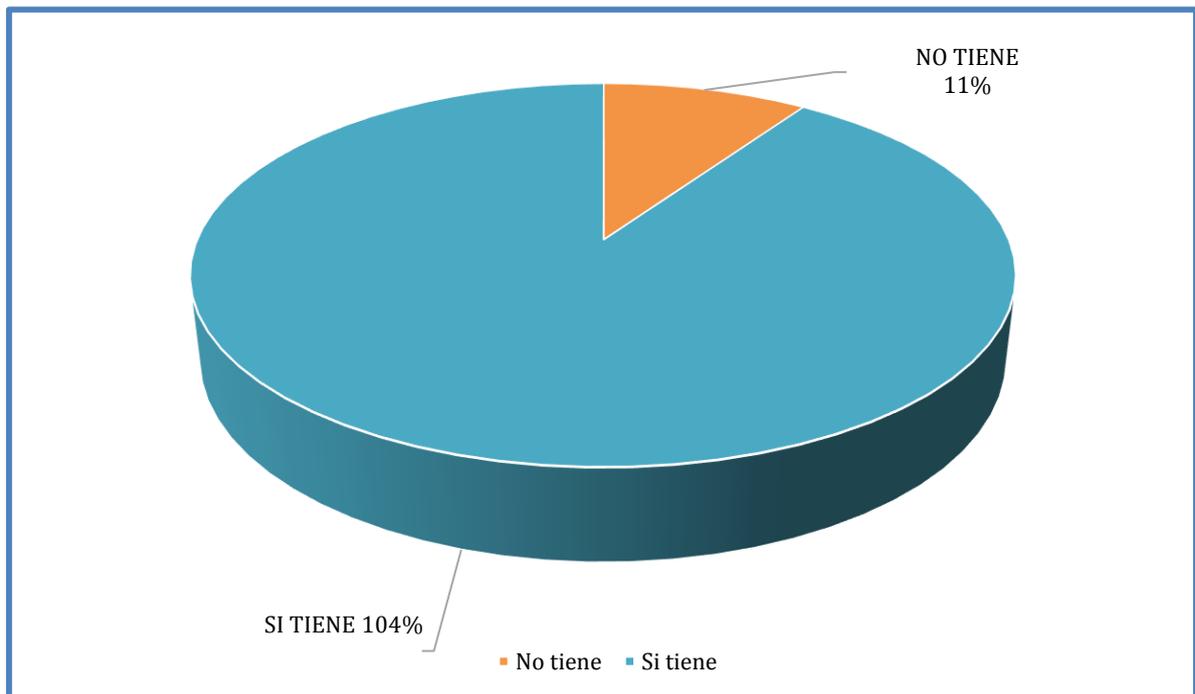
**Fuente:** Cuestionario de estilos de vida, elaborado por Serrano J, Boada J, Vigil A, & Gil C, aplicado a los adultos del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,2021

**TABLA 4**  
***APOYO SOCIAL DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE  
 PIEDRA RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA,2021***

<b>Apoyo Social</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
No tiene	11	9,6
Si tiene	104	90,4
<b>Total</b>	<b>115</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Cuestionario de apoyo social, elaborado por Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I, aplicado a los adultos del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,2021

**FIGURA DE LA TABLA 4**  
***FIGURA 11: APOYO SOCIAL DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO SANTA  
 ROSA DE PIEDRA RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA,2021***



**Fuente:** Cuestionario de apoyo social, elaborado por Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I, aplicado a los adultos del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,2021

**TABLA 5**  
**RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y EL ESTILO DE**  
**VIDA Y APOYO SOCIAL DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO SANTA**  
**ROSA DE PIEDRA RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA,2021**

Factores sociodemográficos	Estilos de vida				Total		Chi
	No saludable		Saludable		n	%	
<b>Sexo</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	x2=2.633, gl=1, sig=0.105 No existe relación entre variables
Masculino	0	0,0	53	46,1	53	46,1	
Femenino	3	2,6	59	51,3	62	53,9	
Total	3	2,6	112	97,4	115	100,0	
<b>Edad</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	x2=2.026, gl=2, sig=0.363 No existe relación entre variables
18 a 35 años	2	1,7	101	87,8	103	89,6	
36 a 59 años	1	0,9	10	8,7	11	9,6	
60 a más	0	0,0	1	0,9	1	0,9	
Total	3	2,6	112	97,4	115	100,0	
<b>Grado de instrucción</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	x2=5.377, gl=3, sig=0.146 No existe relación entre variables
Analfabeto	0	0,0	1	0,9	1	0,9	
Primaria	1	0,9	5	4,3	6	5,2	
Secundaria	1	0,9	27	23,5	28	24,3	
Superior	1	0,9	79	68,7	80	69,6	
Total	3	2,6	112	97,4	115	100,0	
<b>Religión</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	x2=6.291, gl=2, sig=0.043 existe relación entre variables
Católico	2	1,7	103	89,6	105	91,3	
Evangélico	0	0,0	5	4,3	5	4,3	
Otras	1	0,9	4	3,5	5	4,3	
Total	3	2,6	112	97,4	115	100,0	
<b>Estado civil</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	x2=3.042, gl=2, sig=0.218 No existe relación entre variables
Soltero	2	1,7	88	76,5	90	78,3	
Casado	0	0,0	16	13,9	16	13,9	
Conviviente	1	0,9	8	7,0	9	7,8	
Total	3	2,6	112	97,4	115	100,0	
<b>Ocupación</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	x2=1.643, gl=4, sig=0.801 No existe relación entre variables
Obrero	0	0,0	1	0,9	1	0,9	
Empleado	0	0,0	13	11,3	13	11,3	
Ama de casa	0	0,0	12	10,4	12	10,4	
Estudiante	3	2,6	72	62,6	75	65,2	
Otros	0	0,0	14	12,2	14	12,2	
Total	3	2,6	112	97,4	115	100,0	
<b>Ingreso económico</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	x2=1.581, gl=4, sig=0.812 No existe relación entre variables
Menor de 400 nuevos soles	1	0,9	29	25,2	30	26,1	
De 400 a 650 nuevos soles	0	0,0	17	14,8	17	14,8	
De 650 a 850 nuevos soles	2	1,7	45	39,1	47	40,9	
De 850 a 1100 nuevos soles	0	0,0	18	15,7	18	15,7	
Mayor de 1100 nuevos soles	0	0,0	3	2,6	3	2,6	

Total	3	2,6	112	97,4	115	100,0	
<b>Seguro</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	
Essalud	1	0,9	24	20,9	25	21,7	<b>x<sup>2</sup>=0.566, gl=3, sig=0.904 No existe relación entre variables</b>
SIS	2	1,7	74	64,3	76	66,1	
Otro seguro	0	0,0	11	9,6	11	9,6	
No tiene seguro	0	0,0	3	2,6	3	2,6	
Total	3	2,6	112	97,4	115	100,0	
<b>Factores sociodemográficos</b>	<b>Apoyo social</b>				<b>Total</b>	<b>Chi</b>	
	<b>No tiene</b>		<b>Si tiene</b>				
<b>Sexo</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	
Masculino	3	2,6	50	43,5	53	46,1	<b>x<sup>2</sup>=1.733, gl=1, sig=0.188 No existe relación entre las variables</b>
Femenino	8	7,0	54	47,0	62	53,9	
Total	11	9,6	104	90,4	115	100,0	
<b>Edad</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	
18 a 35 años	11	9,6	92	80,0	103	89,6	<b>x<sup>2</sup>=1.417, gl=21, sig=0.492 No existe relación entre las variables</b>
36 a 59 años	0	0,0	11	9,6	11	9,6	
60 a más	0	0,0	1	0,9	1	0,9	
Total	11	9,6	104	90,4	115	100,0	
<b>Grado de instrucción</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	
Analfabeto	0	0,0	1	0,9	1	0,9	<b>x<sup>2</sup>=0.801, gl=3, sig=0.849 No existe relación entre las variables</b>
Primaria	0	0,0	6	5,2	6	5,2	
Secundaria	3	2,6	25	21,7	28	24,3	
Superior	8	7,0	72	62,6	80	69,6	
Total	11	9,6	104	90,4	115	100,0	
<b>Religión</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	
Católico	10	8,7%	95	82,6	105	91,3	<b>x<sup>2</sup>=1.158, gl=2, sig=0.560 No existe relación entre las variables</b>
Evangélico	0	0,0	5	4,3	5	4,3	
Otras	1	0,9	4	3,5	5	4,3	
Total	11	9,6	104	90,4	115	100,0	
<b>Estado civil</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	
Soltero	11	9,6	79	68,7	90	78,3	<b>x<sup>2</sup>=3.379, gl=2, sig=0.185 No existe relación entre las variables</b>
Casado	0	0,0	16	13,9	16	13,9	
Conviviente	0	0,0	9	7,8	9	7,8	
Total	11	9,6	104	90,4	115	100,0	
<b>Ocupación</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	
Obrero	0	0,0%	1	0,9	1	0,9	<b>x<sup>2</sup>=3.710, gl=41, sig=0.447 No existe relación entre las variables</b>
Empleado	1	0,9	12	10,4	13	11,3	
Ama de casa	0	0,0	12	10,4	12	10,4	
Estudiante	7	6,1	68	59,1	75	65,2	
Otros	3	2,6	11	9,6	14	12,2	
Total	11	9,6	104	90,4	115	100,0	
<b>Ingreso económico</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	
Menor de 400 nuevos soles	5	4,3	25	21,7	30	26,1	<b>x<sup>2</sup>=8.730, gl=4, sig=0.068 No existe relación entre las variables</b>
De 400 a 650 nuevos soles	0	0,0	17	14,8	17	14,8	
De 650 a 850 nuevos soles	2	1,7	45	39,1	47	40,9	
De 850 a 1100 nuevos soles	4	3,5	14	12,2	18	15,7	
Total	11	9,6	104	90,4	115	100,0	

Mayor de 1100 nuevos soles	0	0,0	3	2,6	3	2,6	
<b>Total</b>	<b>11</b>	<b>9,6</b>	<b>104</b>	<b>90,4</b>	<b>115</b>	<b>100,0</b>	
<b>Seguro</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	
Essalud	4	3,5	21	18,3	25	21,7	x <sup>2</sup> =3.942, gl=3, sig=0.268 No existe relación entre las variables
SIS	5	4,3	71	61,7	76	66,1	
Otro seguro	1	0,9	10	8,7	11	9,6	
No tiene seguro	1	0,9	2	1,7	3	2,6	
<b>Total</b>	<b>11</b>	<b>9,6</b>	<b>104</b>	<b>90,4</b>	<b>115</b>	<b>100,0</b>	

**Fuente:** Cuestionarios de Factores sociodemográficos elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes. Cuestionario de Estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C. Cuestionario de Apoyo Social elaborado por Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I; aplicado en los adultos del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,2021

**TABLA 6**  
**RELACIÓN ENTRE LAS ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y EL ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA,2021**

	Estilos de vida				Total		Chi
	No saludable		Saludable		N	%	
<b>Acciones de prevención y promoción</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	
Acciones inadecuadas	3	2,6	0	0,0	3	2,6	x <sup>2</sup> =115.00, gl=1, sig=0.000 Existe relación entre variables
Acciones adecuadas	0	0,0	112	97,4	112	97,4	
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>2,6</b>	<b>112</b>	<b>97,4</b>	<b>115</b>	<b>100,0</b>	

**Fuente:** Cuestionario de relación entre las acciones de prevención y promoción de la salud por la (Dra. Enf. Vílchez A) y estilos de vida por (Serrano J, Boada J, Vigil A, & Gil C), aplicado en los adultos del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,2021

**TABLA 7**  
**RELACIÓN ENTRE ACCIONES LA PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD**  
**Y EL APOYO SOCIAL DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA**  
**DE PIEDRA RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA,2021**

	Apoyo social				Total		Chi
	No tiene		Si tiene				
Acciones de prevención y promoción	n	%	n	%	n	%	x <sup>2</sup> =11.611, gl=1, sig=0.001 Si existe relación entre las variables
Acciones inadecuadas	2	1,7	1	0,9	3	2,6	
Acciones adecuadas	9	7,8	103	89,6	112	97,4	
Total	11	9,6	104	90,4	115	100,0	

**Fuente:** Cuestionario de la relación entre las acciones prevención y promoción de la salud por la (Dra. Enf. Vílchez A) y el apoyo social por (Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I), aplicado en los adultos del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,2021

## V. DISCUSIÓN

### Tabla 1:

En los factores sociodemográficos, del 100% (115) de los adultos del del Centro Poblado Santa Rosa de Piedra Rodada \_Bellavista\_Sullana, el 53,9% (62) son de sexo femenino; el 89,6% (103) tienen edades comprendidas entre 18 a 35 años; el 69,6% (80) tienen grado de instrucción superior. El 91,3% (115) profesan la religión católica; el 78,3% (90) tiene estado civil solteros; El 65,2% (47) tiene ocupación estudiante; el 40,9% (47) tienen un ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles; el 66,1% (76) tienen un Seguro Integral de Salud (SIS).

Así en la investigación, tienen similitud resultados similares encontramos en Paz E, (42), en su investigación Titulado “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”; encontró que más de la mitad el 51,6% (79) son de sexo femeninos mientras que en minoría son hombres, así mismo otro estudio similar como el de Vásquez D, (43), en su investigación: “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 España Chimbote, 2019”; en la cual concluye que más de la mitad 59,1% (65) tienen de 18 a 35 años.

Otro estudio que se asemejan como el de Arana S, (44): “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en la mujer adulta joven. pueblo joven Miraflores Alto sector III\_Chimbote, 2019”; concluyó que la mayoría con 86,7% (52) tienen grado de instrucción superior.

Estos resultados difieren por Febre T, (45), 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”; donde más de la mitad 52,5% (105) son de sexo masculino.

Asimismo, el estudio difiere con Medina R, (46): “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”; teniendo como resultado que más de la mitad 55,6% (100) tiene la edad de 60 a más, no obstante, difiere con la investigación de Navarrete Y, (47):” Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida del adulto

mayor. Asentamiento humano tres estrellas sector II\_Chimbote, 2019”; Concluyo que más de la mitad 55,0% (33) tienen grado de instrucción secundaria.

En la investigación el resultado que se encontró es que más de la mitad de los adultos son de sexo femenino, la mayoría tienen edad de 18- 35 años, grado de instrucción superior, casi todos profesan la religión católica, la mayoría son solteros, la mayoría tiene una ocupación actual de estudiantes, menos de la mitad tiene un ingreso económico mensualmente de 650 a 850 soles, la mayoría cuentan con un seguro social SIS.

Considerando que el sexo hace referencia a las características fisiológicas, las biológicas, las anatómicas y fisiológicas, las cuales van a definir a una persona como hombre y mujer (48). Se considera que la edad es el período durante el cual transcurre la vida de un ser vivo. Todo ser vivo tiene una edad máxima aproximada que puede alcanzar., La etapa de adultez tiene como característica el que se haya culminado la infancia junto con la adolescencia, logrando así una madurez emocional y mentalmente junto con el desarrollo físico, adquiriendo responsabilidades a base de seguridad teniendo a su vez deberes como ciudadano (49).

Considerando que el grado de instrucción es una variable que tiene una influencia muy grande en el estado de salud percibido de la población, la población más instruida con estudios secundarios o universitarios tiene mejor salud que la población con nivel de instrucción bajo con estudios primarios o sin estudios todo esto debido al nivel de conocimiento que tienen cada persona (50).

De acuerdo a la investigación realizada a los adultos del Centro Poblado Santa Rosa De Piedra Rodada podemos referir que más de la mitad son de sexo femenino, Siendo el sexo femenino el más predominante al responder las encuestas. Esto es enfatizado en el momento de la recolección de datos porque las mujeres muchas veces se quedan en el hogar como amas de casa, dedicando gran parte de su energía en las labores domésticas y al cuidado de los niños, viéndose así imposibilitadas de salir a trabajar y prefieren quedarse en casa, ya que los hombres son los que mayormente se dedican a trabajar para la subsistencia de sus hogares.

Otras de las variables que se analizo es la edad, en este estudio, la mayoría son adultos jóvenes (18 a 35 años) que toman la decisión final en base a su propia experiencia, tienen características importantes que confirman su propia experiencia y también tienen la capacidad de lidiar con las diversas situaciones de la vida, porque la mayoría a la hora de

responder nuestro cuestionario están muy consientes y lo realizan con libre expresión que pueden ser.

Ellos mismos también nos dirigieron con sus preguntas a las cuales nosotros respondimos, nos comentaron que en algunas situaciones mantenían dificultades y problemas que suelen enfrentar en sus actividades diarias, por lo que también pudimos observar que, a pesar de su edad, se mantuvieron como un pilar de apoyo en el hogar gracias a sus conocimientos y experiencias de vida forjadas por sus hijos, nietos e hijos. bisnietos, muchos de los cuales comparten el día a día con su familia y son parte integral de ella, sus familiares nos expresan su gran aprecio por sus mayores que a pesar de sus dificultades y años, a pesar de tratar de estar siempre ahí para ellos y apoyarlos en todo lo que necesiten. Gracias a esto nos llevamos una enseñanza que los adultos son las más presentes en cualquier situación adversa en el hogar y lo sabrán afrontar con la mayor inteligencia.

Respecto al grado de instrucción se evidencia que los adultos la mayoría tienen grado de instrucción superior, esto se deriva a que sus padres les han inculcado los valores y metas donde promueven la educación, así como también les han brindado esta capacidad a través de recursos económicos para que puedan cursar sus estudios superiores en lugar de quedarse en la educación secundaria; este es un resultado beneficioso para la salud de los jóvenes, ya que les permitirá tomar decisiones de vida saludables y facilitar el acceso a mejores oportunidades laborales y profesionales.

Los frutos de esta investigación guardan semejanza a la investigación presente tal como la Huamán S, (51):” 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 donde detalla que menos de la mitad el 45,6% (52) profesan la religión católica.

Lo obtenido fue que en el presente estudio se asemeja Laveriano D, (53):” Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del asentamiento humano 2 de mayo “Calle Santa Lucia “\_Chimbote, 2021” Concluye que más de la mitad 50,7% (77) son solteros.

Así mismo encontramos en este estudio que se difieren Espinoza M, (54):” Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento humano Jesús María \_ Nuevo Chimbote, 2019” donde más de la mitad 51,7% (60) son de religión evangélica, también se encuentra diferencia, Alfaro J, (55):” Factores sociodemográficos y acciones de prevención

y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento humano san miguel sector I \_Chimbote, 2019 “concluyen que el 50.0% (56) son convivientes.

Asimismo, también la religión está vinculada entre el hombre y Dios como las creencias, comportamiento de adoración, cultura, así mismo conforme van pasando los tiempos las personas son quienes deciden pertenecer a una denominación o no, pero todas las religiones tienen algo en común que es creer en Dios, La iglesia católica cree que tiene la misión de formular, enseñar y difundir las enseñanzas cristianas, así como la misión de velar por la unidad de los fieles. También, debe ofrecer la gracia sacramental a sus seguidores a través de su ministerio sacerdotal. Además, la iglesia católica aparece como una estructura jerárquica y colegiada cuya cabeza es Cristo, quien utiliza el colegio apostólico y ejerce el poder en la historia posterior a través de sus sucesores: el papa y el obispo (57).

Estado civil legal, a la situación de convivencia administrativamente reconocida de las personas en el momento en que se realiza la recogida de información. Consta de las siguientes modalidades: soltero o soltera, casada o casado, viudo o viuda, separada o separado y divorciado o divorciada (58).

Asimismo, en la presente investigación basada en los adultos se evidencio que casi la totalidad poseen religión católica, ellos habitualmente participan en eventos religiosos en la capilla del pueblo que se abre todos los días y los días Domingos la visitan en conmemoración para la sagrada misa dominical ya que tienen esto como costumbre dentro de su centro poblado asistir y también estiman en que su religión es una parte muy crucial de sus vidas aporta muchos aspectos espirituales y son muy creyentes del Señor de Chocan

En cambio, hay un porcentaje mínimo de los adultos que pertenecen a iglesias evangélicas, realizando sus actividades religiosas por medio de congregaciones que están bajo la dirección de pastores en sus diversas iglesias locales las cuales se respetan siempre la opción de religión.

En cuanto al estado civil, la mayoría de los adultos de dicha población son solteros porque prefieren enfocarse más en sus estudios y se encuentra en la etapa de planificación y realización de metas y objetivos propios, principalmente porque se descuida esta convivencia que distrae de sus responsabilidades y tareas académicas. Por ejemplo, esto tiene que ver con el hecho de que son estudiantes y nos argumentan que tienen que dividir y saber manejar muy bien sus tiempos para cumplir con todas sus obligación o tareas encomendadas.

Además, sus padres les inculcaron valores y actitudes encaminadas a adoptar un estilo de vida adecuado, el cual es ayudara en la salud emocional y en el estado mental por ende se refleja en la salud de cuerpo y mente para que lleven a cabo sus actividades sin ningún déficit.

Estos resultados se asemejan al estudio de Estrada N, (59):” Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social de los adolescentes. Pueblo joven Miraflores alto III zona B\_ Chimbote, 2019”, que encontró que la totalidad el 100,0% (120) tienen como ocupaciones estudiantes, y al de Haro M, (60):” Factores sociodemográficos y acciones de prevención promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento humano villa el Sol sector Chimbote, 2019””, que determinó que menos de la mitad 40,5% (77) tienen un ingreso económico familiar de S/. 650 a S/. 850 nuevos soles.

En su estudio Neciosup J, (61):” Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento humano San Miguel sector I \_Chimbote, 2019””, concluye que la mayoría 70,0 % (70) tienen el tipo de seguro SIS.

Encontramos estudios que se difieren de Rojas M, (62):” Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano 10 de Setiembre sector II\_Chimbote, 2019””, donde menos de la mitad 36,0% (36) tienen como ocupación amas de casa; también se diferencia con el estudio de Castillo W, (63): “Actores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida en la mujer adulta. Barrio Consuzoconchucos, 2019””, donde la mayoría 74,6% (41) tienen un ingreso menor de 400 nuevos soles.

Así mismo López M, (64):” Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto de la urbanización Bellamar II etapa “Jirón las Palmeras” \_ nuevo Chimbote, 2021” Concluyo que más de la mitad el 59,4% (57) tienen el tipo de seguro Essalud.

La ocupación, son las acciones que las personas realizamos, ya sea que se dedica; a su trabajo, empleo, actividad o profesión, lo que le demanda cierto tiempo, y por ello se habla de ocupación de tiempo parcial o completo, lo que le resta tiempo para otras ocupaciones (65).

Por otra parte, se evidencio que la mayoría de los adultos son estudiantes y que muchos

de ellos tienen apoyo solventarlo en gastos por parte de sus padres, así mismo esto es favorable dado que ellos logren cumplir sus estudios oportunamente, a diferencia de la otra realidad de estudiantes que no logran culminar, por manejar carga familiar o trabajos en los que no se les brinda un horario flexible.

Ingreso económico es el aumento de los activos o la disminución de los pasivos de una entidad, durante el ejercicio contable, que tiene un efecto favorable en los resultados o, en su caso, en la variación neta del resultado contable del patrimonio y, por lo tanto, de la ganancia capital o patrimonio contable, respectivamente. En cuanto a la posición económica de los adultos, se ve determinada por su poder adquisitivo, sustentado en ingresos provenientes de fuentes laborales que provienen de la remuneración laboral y no laboral (66).

Finalmente, el Seguro Integral de Salud es de forma gratuita que protege la salud de las personas sin seguro, apoyando a aquellas poblaciones que están en estado de vulnerabilidad y en posiciones de pobreza o extrema pobreza. El SIS mejora la salud de las personas y ayuda a que estas se realicen controles médicos regulares ya sea en los puestos de salud o en los hospitales, con el fin de tener una óptima calidad de vida (67). Además, el SIS está dirigido para los 52 peruanos u extranjeros que residen en el Perú y no dispongan de otro seguro de salud vigente. Asimismo, el SIS cubre con los medicamentos, procedimientos, insumos, operaciones, bono de sepelio y traslados según el plan de seguro del SIS (68).

Los ingresos económicos son los ingresos que recibe el empleador para financiar su alojamiento; la renta es una recompensa por el trabajo o actividad que una persona da a otra, por lo tanto, de la ganancia capital o patrimonio contable, respectivamente. Asimismo, también se conoce que menos de la mitad mantienen un ingreso económico 650 a 850 nuevos soles ya que algunos de los adultos son los que responden por el aporte en casa, manifiestan también que el pago que reciben por sus horas de labores es muy bajo y por el cual desean un aumento ya que la situación del país está difícil, deben pagar agua, luz, alimentos, vestimenta entre otras necesidades.

El ingreso económico es muy importante para el estilo de vida, un adulto con un ingreso económico básico no lograra comprar o surtirse de alimento ricos en proteínas s los cuales tendrían precios altos, así mismo no podrían asistir a la a un chequeo médico de manera particular por una clínica, Nuestra realidad es realmente estremecedora y para todos los adultos que no tienen un ingreso económico suficiente son limitantes.

Por otro lado, se ha observado que los adultos cuentan con un ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles, siendo este un ingreso no lo suficientemente necesario para cubrir con

todas sus necesidades e influye mucho en los estilos de vida para la compra y el cubro de las necesidades básicas, alimento, educación, ropa, asistencia médica, pues por otro medio se tendrían que ver en la necesidad de repartir sus tiempos y buscar otro trabajo para solventar la canasta familiar o por el cual tengan podrían involucrar a más miembros de su familia que se encuentren en condiciones de trabajar y así incrementar el ingreso

Por otra parte, se observó que la mayoría de los adultos, tienen cobertura completa del SIS. Es un seguro gratuito, la atención de manera integral de esa persona favoreciera en un buen estilo de vida, y las personas más vulnerables necesitan beneficiarse de la salud, incluidos los gastos médicos, quirúrgicos, funerarios y otros gastos, porque esto ayudara a formar parte de la toma del control de tu salud. Al menos tienen un sistema que les permite ser participó de forma gratuita, tenemos un número mínimo de personas que no tienen seguro de salud y sería perjudicial para ellos en su integridad física, orgánica y espiritual.

En relación con el seguro integral de salud (SIS), a las instituciones y el personal administrativo del Centro de salud que den un buen trato a los adultos y que al momento que se solicite el trámite del SIS sea preferiblemente a las personas pobres y de extrema pobreza y a las autoridades del asentamiento humano a que se preocupen por sus moradores del centro poblado.

La estrategia como propuesta de mejora siendo enfermera de profesión es que es importante intervenir con estrategias de intervención destinada para ambos sexos por igual, pero teniendo en cuenta que tenemos una población más joven, siendo esta la más relevante de acuerdo a lo mostrado en nuestro estudio. Esto es potencialmente beneficioso debido a que este grupo etario está en proceso de adquirir nuevos hábitos, y que mejor que estos sean comportamientos saludables. Asimismo, aprovechando que la mayoría de nuestra población presenta un grado de instrucción aceptable, son estudiantes, un estado civil soltero y una religión católica, permitiendo una comprensión y aceptación más fácil de las estrategias de salud.

Todo esto con un trabajo en conjunto con los profesionales en salud y las autoridades de del Centro poblado de Santa Rosa de Piedra Rodada ya que la mayoría de nuestra población presenta ingresos económicos bajos, sin embargo, la mayor parte de población cuenta con un seguro SIS, siendo pieza clave el apoyo de las entidades antes mencionadas.

## **Tabla 2:**

Con respecto a la promoción y prevención, del 100% (115) de los adultos del Centro Poblado Santa Rosa de Piedra Rodada \_Bellavista\_Sullana, el estudio tuvo como resultados, el 97,4%

(112) tienen acciones adecuadas de prevención y promoción de la salud. un 2,6% (3) tienen acciones inadecuadas.

Resultados que se asemejan son los presentados por, Verde R, (69): con su estudio “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo joven porvenir sector “B” 13, Chimbote, 2019”, por su parte concluye que el mas de la mitad 57,9% (81) tiene prevención y promoción de la salud., De igual manera Asmat K, (70): “Acciones de prevención y promoción de la salud relacionado a los estilos de vida de las gestantes atendidas en el puesto de salud pueblo libre– la esperanza, 2020”, donde encontró que menos de la mitad 25,7% (18) tiene una inadecuada promoción de la salud.

Mientras tanto difieren con lo presentado por Manrique J, (71): “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social”, donde concluye que la mayoría con 67,0% (67) tiene una inadecuada promoción de la salud, De igual manera que manifiesta Medina R, (72) en su estudio: “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven Porvenir “B” Sector 12 \_ Chimbote, 2019”, concluye que menos de la mitad 47% (114) tiene prevención y promoción de la salud.

Estos resultados son similares al estudio de Estrada N, (73): “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social de los adolescentes. Pueblo joven Miraflores alto III zona B\_ Chimbote, 2019”, donde presenta como como resultado que más de la mitad 54% realizan acciones de promoción de la salud adecuada, según sus dimensiones más de la mitad 60% realizan actividad física; más de la mitad 56% en su alimentación es adecuada y más de la mitad 54% tiene un buen manejo de emociones.

Encontramos estudios que difieren como el de Barrera W, (74). En su estudio de “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 el sol II-etapa \_Chimbote, 2019”, donde presenta como resultado donde presenta como como resultado que la mayoría 81% tienen acciones inadecuadas de la salud, según las dimensiones la mayoría 81% no tienen una buena higiene bucal, la mayoría 81% en su alimentación es inadecuada, la mayoría 85% no tienen una buena La salud sexual y reproductiva y la mayoría 81% no tiene un buen manejo de emociones.

Asimismo, la investigación que se llevó a cabo en el centro poblado Santa Rosa De piedra Rodada se encontró que casi todos los adultos”, al momento de realizar la prevención con acciones promocionando la salud, puesto que estas campañas de salud ayudan muchísimo a la educación del paciente y generar conciencia de un cambio de estilo de vida, desde la alimentación, horas de sueño y actividad física (75).

Las actitudes con las que se afronten las decisiones con respecto a su comportamiento de manera positiva y optimista, será una habilidad que ayudara de manera eficaz alcanzar las metas propuestas en la vida personal de cada individuo, para ser alguien en la vida y se sienta superado (82). Las prácticas habituales de limpieza individual, desde el cabello hasta los pies, tiene como objetivo de prevenir enfermedades, de la piel, del cuero cabelludo, hasta implicando en las enfermedades digestivas, es por ello la importancia de estos correctos hábitos favorecedores a la salud personal del adulto (76).

La alimentación saludable es uno de los temas más importantes y avanzados en una sociedad donde podemos disfrutar de la buena vida, la nutrición es un el proceso por el cual los nutrientes de los alimentos satisfacen las necesidades nuestras células y permite que nuestro sistema crezca para lograr buenos resistencia física en nuestras actividades diarias. Teniendo en cuenta que la alimentación es una serie de acciones que proporcionan alimento al organismo. Dependiendo las necesidades personales y la disponibilidad de alimentos (77). Para lograr una buena nutrición, permitiéndoles llevar a cabo tres procesos fundamentales: el mantenimiento de las condiciones internas, el desarrollo y el movimiento, y el mantenimiento de la homeostasis de un organismo a nivel molecular y microscópico (78). Dentro de este estudio casi todos los adultos si tienen acciones de prevención y promoción en relación con la alimentación y nutrición, tienen un plan de trabajo para que se promocionen los alimentos saludables, ya que por parte de los adultos en conjuntos con las autoridades del centro poblado buscan el mejor estado tanto nutricional como integral de sus pobladores, también cuentan con un centro de salud el cual la atención la categorizan como muy buena y son muy amables. Dentro del centro poblado existen pequeñas tiendas y también alrededor limitan con un mercado donde llega la verdura, carne fresca, así mismo los vecinos también ofrecen bebidas y refrescos nutritivas por las mañanas que venden (kinua, soya, avena).

Por otra parte, dentro de este estudio casi todos los adultos si tienen acciones de prevención y promoción en relación con la actividad física; los jóvenes si realizan ejercicios por más de una hora. Refieren que salen a correr y en sus bicicletas, esto les brinda mejor calidad de

vida, buen estado físico y mental. En relación con los adultos mayores realizan caminatas y ejercitan su cuerpo con el trabajo de campo. Como la evidencia científica manifiesta que la actividad física, ya sea moderada o intensa, mejora la salud (79).

Los resultados evidencian el adulto tiene acciones adecuadas para promocionar su salud y prevenir enfermedades, es decir que pese a todo de alguna manera u otra el adulto busca cuidar de su salud, como por ejemplo el lavado de manos antes de comer, después de comer, después de acudir a los servicios higiénicos, lavándose los dientes por lo menos después de cada comida, tener una correcta higiene al realizar el preparado de sus alimentos, cocinando bien los alimentos que son o vienen sucios del mercado, carnes, verduras, carbohidratos, etc.)

Al analizar esta variable se encuentra coincidencia con la investigación de Rivera A, (80): “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida de la mujer adulta joven. Pueblo Joven San Juan Sector 2 \_Chimbote, 2019”; en Promoción de la salud y prevención la mayoría de las mujeres se ubican dentro de las que cumplen con realizar acciones adecuadas en relación a su higiene.

Así también no asimila con por Pinedo P, (81):” Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del Asentamiento Humano 2 de mayo “Calle Santa Lucia” \_Chimbote, 2021”; Cabe indicar que más de la mitad no realizan actividad física suficiente y la mayoría lleva una vida sedentaria esto es lo que presenta actualmente en esta población es motivo para prestar atención.

La higiene es el conjunto de conocimientos y técnicas que los individuos utilizan para controlar factores que tienen o pueden tener efectos nocivos para la salud. La higiene personal es el concepto básico de limpieza y cuidado del cuerpo humano (82).

Con respecto a las acciones en relación a la higiene, en nuestro estudio se encontró que casi todos los adultos encuestados son mujeres y son las que se dedican a la cocina, en la encuesta de higiene las mujeres respondieron que antes de cocinar se lavan las manos para que así puedan evitar alguna infección en sus familiares, con la higiene corporal, la mayoría refirió que se bañan todos los días, también indicaron los encuestados que se lavan los dientes a diario por costumbre y por higiene.

La mayoría de los adultos, durante la encuesta se les observó con la ropa limpia, así como refieren que son limpios, ordenados con sus ropas y con la ropa de sus hijos, una frase muy común que la mayoría ha dicho es: Somos pobres, pero no cochinos señorita, y que sus

padres les supieron inculcaron esos hábitos. También se observó que las viviendas estaban gran parte de ellas limpias y ordenadas.

Dentro de este estudio casi la totalidad de los adultos si tienen acciones de prevención y promoción en relación con la salud bucal, usan su pasta dental, su cepillo de dientes y algunos de ellos acceden al uso de enjuague bucal, hilo dental. Casi la totalidad ha referido que ha referido que van al Centro de Salud “Santa Rosa De Piedra Rodada” a atenderse en el área de odontología para las curaciones de sus dientes. En virtud de lo cual la mayoría de las patologías bucales y enfermedades no transmisibles están íntimamente vinculadas y comparten factores de riesgo comunes, como una dieta poco saludable, nutrición deficiente, consumo de tabaco y el consumo nocivo de alcohol (83).

También nuestro estudio muestra que casi todos adultos refieren que hacen buen uso de preservativo o algún método anticonceptivo al tener relaciones sexuales; al tener conocimiento y educación de la existencia de tantas (ETS), además así poder evitar un embarazo no deseado. Por lo tanto, una buena salud sexual y reproductiva permite un bienestar físico, mental y social en todos los aspectos relacionados con el sistema reproductivo. Logrando disfrutar de una vida sexual satisfactoria y segura (84).

Al igual que las habilidades para la vida, casi todos los adultos refieren que están prestos para escuchar a todos los que le rodean y no tienen problema de conversar con sus familiares y con sus vecinos, la mayoría de los adultos apoyan a sus vecinos cuando ellos necesitan de alguna cosa, algunos han referido que si pueden enfrentar los problemas dando soluciones a algo que les atormenta o preocupa y mucho más cuando reciben apoyos de personas cercanas. Siendo estas habilidades para la vida parte de un proceso de aprendizaje de conocimientos específicos adquiridos, desarrollando su potencial y las habilidades necesarias para participar plenamente en la vida social (85).

Dentro de este estudio casi todos de los adultos tienen acciones de prevención y promoción en relación con la salud mental y cultura de paz, refieren que, si están satisfechos consigo mismos, y tienen actitudes positivas de sí mismos, se sienten orgullosos hasta donde han llegado y lo que han llegado a obtener, pero ellos quieren seguir esforzándose más y ser ejemplos para sus hijos, y nietos. Por lo tanto, el impacto de la salud mental en los aspectos socioeconómicos, en la felicidad en general y en la calidad de vida de las personas es enorme. Aunque existe una influencia indiscutible de procesos sociales como la educación, el empleo y las condiciones de trabajo, los ingresos económicos, la clase y la exclusión social, el

desarrollo personal, el estilo de vida, las redes sociales, el entorno social y físico, entre muchos otros, sobre la salud de los individuos y las poblaciones (86).

Dentro de este estudio casi la totalidad de los adultos si tienen acciones de prevención y promoción en relación a seguridad vial y cultura de tránsito; Sin embargo, casi siempre usan el cinturón de seguridad cuando van de copiloto y algunos refieren que no usan el cinturón porque les incomoda. Además, los adultos refieren que, si cruzan por las líneas peatonales, siempre respetan el semáforo por seguridad, casi siempre usan el celular cuando van trasladándose al cruzar la calle o de un lugar a otro; la mayoría refiere que si toman precauciones al cruzar la calle para así eviten ser atropellados. Siendo este conjunto de acciones y mecanismos que aseguran el normal funcionamiento del tránsito, mediante el uso de conocimientos (leyes, reglamentos y términos) y códigos de conducta, ya sean peatones, pasajeros o conductores, para utilizar las vías públicas (87).

Al obtener los resultados se obtuvo que el adulto de la habilitación el Centro Poblado Santa Rosa de Piedra Rodada si tiene acciones adecuadas, es frente a estos resultados es recomendable que el positivismo continúe, que las ganas de hacer bien la cosa siga, Por este motivo se considera que se debería de trabajar de la mano con el centro de salud Santa Rosa de Piedra y el teniente gobernador para poder realizar charlas educativas, hacer uso de los afiches, como medida preventiva para fortalecer y recordar la parte de adultos que desconoce sobre las acciones inadecuadas.

Así mismo crear actividades comunitarias donde se hagan enseñanzas en la alimentación saludable, lavado de manos higiene personal y taller de fortalecimiento personal que permitan poner en prácticas estas acciones pudiendo así mejorar la calidad de vida de nuestros pobladores.

### **Tabla 3:**

En los estilos de vida, del 100% (115) de los adultos del Centro Poblado Santa Rosa de Piedra Rodada \_Bellavista\_Sullana, el 97,4% (112) tienen estilos de vida saludable y el 2,6% (3) estilos de vida no saludables. Se encontraron estudios, tienen similitud con dichos resultados obtenidos:

Este estudio se asemeja a lo investigado por Rebaza C, (88):” Factores biosocioculturales y estilo de vida del adulto maduro del centro poblado de Huanchac – Independencia – Huaraz - Ancash, 2021”, se encontró que más de la mitad 51,0% (51) tienen un estilo de vida saludable y menos de la mitad 49.0% (49) tienen un estilo de vida no saludable.

Se encontraron investigaciones que difieren a dicho estudio:

Existen estudios que se difieren en la investigación de Soriano A, (89) denominada: ‘Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado De Shiqui – Cátac, 2020’ donde se encontró como resultado que la mayoría 76% (114) tiene un estilo de vida no favorable y menos de la mitad 24% (36) tiene un estilo de vida favorable.

Los estilos de vida son comportamientos asociados a una decisión personal, ya sea voluntaria o involuntaria. La mayor parte de la evidencia disponible es descriptiva, siendo la dieta y el ejercicio, la conducta sexual, el consumo de tabaco, alcohol y drogas los estilos más estudiados (90).

Cultivar un estilo de vida saludable, es fundamental para disfrutar de una vida plenamente feliz, tanto física como mentalmente. Si bien es algo que todos queremos, cuando se necesita acción, a menudo ponemos excusas y terminamos comiendo de manera inconveniente y llevando una vida sedentaria. Es una pena, porque para lograr la mejor versión de nosotros mismos, solo necesitamos integrar ciertos hábitos en nuestras rutinas (91).

Existe una tendencia en la sociedad actual a ver el incumplimiento de ciertos hábitos de vida saludables como un daño definitivo para la salud, es decir, un hábito nocivo. Algunos hábitos que se consideran saludables como desayunar todos los días, ducharse todos los días, levantarse siempre a la misma hora o hacer yoga, son un buen ejemplo de este fenómeno. La cultura de la salud lo impregna todo y nos obliga a adaptar nuestra vida, en todos los sentidos, a modos de funcionamiento supuestamente saludables. En tal movimiento, sin embargo, podría haber una tergiversación de lo que realmente se necesita cuando se trata de un estilo de vida recomendado sin el riesgo adicional, que esencialmente incluye evitar los comportamientos de riesgo de lesión o enfermedad (92).

Casi la totalidad de adultos del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada presentan un estilo de vida saludables, esto se debe a que hacen las cosas pensando en su futuro y en su bienestar ayuda a evitar a que ciertos factores como el trabajo, el consumo de alimentos no balanceados, el horario inadecuado, la falta de ejercicios y el no acudir a un centro o puesto de salud afecten la salud física, mental y social y de este modo evitar enfermedades no transmisibles. lo cual es una ventaja fundamental para su salud, ellos practican deporte, están llevando hábitos saludables en cuanto a su alimentación, y más aún desde que empezó la pandemia COVID 19 muchos empezaron a preocuparse más por su alimentación para estar más fuertes, y puedan superar lo que se les presente, además tienen el conocimiento

necesario de los riesgos que ocasiona al llevar hábitos inadecuados.

En esta investigación el estilo de vida se compone de seis dimensiones: alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud los cuales van a ayudar a entender con mayor facilidad.

La responsabilidad ante nuestra salud implica escoger, decidir sobre alternativas saludables correctas, en vez de aquellas que se vuelven un riesgo para la salud la educación de uno mismo acerca de la salud y el ejercicio de informarse y buscar ayuda profesional (93).

En cuanto a la dimensión de responsabilidad en salud, la mayoría asiste al Centro de Salud Santa Rosa , para sus controles y chequeos médicos, asisten cuando están delicados de salud, en algunas sesiones educativas que brinda el equipo de profesionales de la salud de tal establecimiento, se alimentan saludablemente, cuando se sienten enfermos o delicados de salud evitan auto medicarse, consumen té de diferentes tipos de hierbas los cuales son beneficiosos para la salud, realizan ejercicios por lo menos una hora por día sumándose los juegos deportivos como el futbol y el vóley, conocen medidas de cómo evitar el estrés, se cuidan de la manera correcta.

La adultez es la etapa donde la identidad, responsabilidad y aptitud están bien definidas, los valores, conceptos y definiciones se han ido adaptando a los cambios usuales de la vida en el desempeño del quehacer diario y en su centro de trabajo (94).

Las actividades y el ejercicio incluyen la participación regular en actividades leve, moderada y/o severa. Esto puede suceder dentro del programa. diseñado y monitoreado para el estado físico y la salud o de vez en cuando como parte de la vida diaria o actividades de ocio (95).

En la Dimensión de actividad física y ejercicio: por lo general se recomienda establecer unos 30 minutos de ejercicio físico al día, mientras para lo que basta un paseo rápido. Te ayuda a quemar calorías aumenta, fortalece músculos, huesos, también ayuda a controlar la presión arterias, colesterol, niveles de azúcar en la sangre, también ayuda a eliminar el estrés te ayuda a dormir mejor para lograr un estado relajado. evitar el cambio estado de ánimo, mejorar la autoestima, la satisfacción personal. también es una buena manera de desarrollar actividades sociales saludables y, por lo tanto, mejorar sus propias actividades ánimo.

En lo que respecta en la dimensión de actividad y ejercicio, la mayoría del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada, si realizan ejercicios, refieren que hacen estiramientos por lo menos 10 minutos, salen a correr y otros refieren que salen a jugar vóley, futbol y otras actividades de ejercicios y siempre lo acompañan con alimentos saludables;

manifiestan que caminar es la manera más saludable de hacer ejercicio y desestresarse.

La nutrición implica elegir, conocer y consumir los alimentos necesarios para garantizar el sustento, la salud y el bienestar. Dieta diaria saludable según las pautas de la guía piramidal. Alimento (96).

Cuando se trata de nutrición, la mayoría de los adultos siguen una dieta equilibrada y saludable basada en verduras, frutas, ensaladas y otros alimentos saludables. manifiestan que su horario de alimentación es de tres a cuatro veces al día, tienen un horario fijo para consumir los alimentos; En el desayuno se come avena, chufra, soya, quinua y otros alimentos molidos típicos del desayuno, en el almuerzo se come principalmente pescado, frijoles y algunos carbohidratos, pero todo se acompaña con una ensalada; Se comen frutas al mediodía y algo ligero para la cena, más de un litro de agua y bebidas saludables.

Es cierto que los ingresos económicos son pequeños en comparación con la canasta familiar, pero las mujeres son las responsables de las compras en el mercado que eligen alimentos convenientes pero saludables. Se prepara con mucho cuidado e higiene, la mayoría de la gente dice que las verduras no quieren comerlo, pero encuentran una forma adecuada de comerlo, dicen que lo mezclan o lo rallan. Mantienen la salud comiendo alimentos ricos en proteínas y vitaminas, previniendo así futuras enfermedades no transmisibles.

El manejo del estrés comienza con una valoración a las reacciones frente a situaciones de estrés y creas técnicas saludables y útiles para contrarrestarlo, Las estrategias para afrontar el estrés tienen como objetivo prevenir o controlar excesiva demanda del medio ambiente o del nuestro ellos mismos (97).

Dentro de la dimensión del manejo del estrés la mayoría si sabe manejar el estrés, refieren que conversan con sus amistades y; salen a correr, a divertirse y eso es positivo para su salud mental, los problemas que tienen lo cuentan en quien más confían, un vecino o familiar o amigo siempre siente tener a alguien que los escuche en sus momento donde necesitan un consejo, también piden a Dios que les de paz, tranquilidad, , los adultos jóvenes refieren que se estresan con el trabajo y estudio a la vez ya que algunos de ellos realizan las dos actividades al mismo tiempo, lo que hacen ellos para desestresarse es escuchar música, el estrés puede dañar la salud física y mental de una persona ; al conocer los adultos la forma de cómo evitar el estrés están evitando enfermarse y que su salud se dañe.

Muchos de los adultos del centro Poblado Santa Rosa de Piedra Rodada si saben majear el estrés, aplican técnicas para reducir el estrés.

En la dimensión del apoyo interpersonal los jóvenes expresan su sentimientos a su vez

necesitan ayuda de sus amigos y familiares para expresar sus inquietudes, preferencias, opiniones a otros, aquellos pueden proponer comportamientos negativos aquellos que es difícil admitir que no pueden cambiar la situación e interactuar con otros La relación entre personas es la actividad más compleja social, porque en su aspecto es a través de intermediarios para crearlos y profundizarlos en igualdad, respeto, confianza, acepta las diferencias, los sentimientos y la voluntad de seguir adelante. La aceptación de las diferencias, como respuesta positiva el amor la voluntad de avanzar hacia adelante, y así ir construyendo lazos sólidos beneficiosos socializando con los demás.

El apoyo o relación interpersonales es un uso comunicación para lograr un sentido significativo de intimidad y cercanía un lugar más pacífico con los demás. La comunicación consiste en intercambiar pensamientos y sentimientos a través de mensajes verbales y no verbales (98).

El adulto manifestó que no tiene problemas con otras personas, que tiene una buena relación personal con los pobladores de su comunidad, cuando se trata de la salud, iglesia o comunidades religiosas, o de alguna emergencia que se les presente siempre se apoyan, organizan actividades para fondos económicos, esto les ayuda a adaptarse asimismo, también se realizan las misas de la semana y las celebraciones patronales, encuentran apoyo de manera incondicional entre ellos mismos cuando se enfrentan a diferentes obstáculos o circunstancias difíciles de la vida. Crean lazos de afectos eso es muy importante para el crecimiento personal.

La autorrealización es la más alta hallada en la cima de la jerarquía; Maslow describe la autorrealización como la necesidad de una persona de ser y 58 hacer aquello para lo que nació, es decir, la realización del potencial personal a través de una actividad en particular; de esa manera una persona que Inspirado música tiene que hacer canciones, un artista tiene que pintar y un poeta tiene que escribir las necesidades de autorrealización, conciencia moral y total imparcialidad, lidiando con los conflictos y su resolución, recurriendo a la creatividad para cualquier tipo de actividad en la vida, superarse, querer dejar huellas, mostrar nuestro trabajo al mundo (99).

La mayoría de los adultos de este estudio se sienten autorrealizados saben cómo desarrollar los medios que les ayudarán a convertirse en quienes son ahora, luchan por ignorar lo que dicen los demás las críticas. Han aprendido a trabajar duro, sin miedo a rendirse, porque tienen y confían en ir mejorando cada vez más para lograr sus sueños y metas en camino.

Del mismo modo, la responsabilidad ante nuestra salud implica escoger, decidir sobre alternativas saludables correctas, es vez de la que ponen en riesgo nuestra salud en la investigación los adultos mayores dan a conocer que para ellos la responsabilidad en su salud es cuando ejecutan un tratamiento para alguna enfermedad o deben seguir ciertas indicaciones médicas, esto quiere decir que nuestra población adulta mayor no conoce la importancia de una verdadera responsabilidad y compromiso con su salud, significa que están en riesgo de empeorar o de crear situaciones de riesgo en su estado de salud.

Por eso debemos incentivar y promover el cuidado a su persona y siempre buscando tener un control contante para lograr una calidad de vida adecuado durante el envejecimiento, pero también necesitamos que la familia ayude con el compromiso de fortalecer la responsabilidad en la salud, ya que el adulto mayor necesita ver en su entorno esta actitud y cambio en sus vidas (100).

Como profesional de enfermería se propone como estrategia de mejora ,realizar visitas domiciliarias , brindando apoyo , Asimismo poder trabajar de la mano con los dirigentes y/o Teniente gobernador del Centro Poblado para que capaciten a la ciudadanía sobre cómo llevar una vida activa relacionado a la alimentación, al ejercicio y las consecuencias que trae no tener una vida saludable, muchos de los ciudadanos se vieron afectados por la pandemia de COVID 19 en su economía y su salud pero ellos tienen sus terrenos de siembra en los cuales encontramos (arroz y plátanos) que son alimentos muy ricos en fibra y potasio, es una prioridad en su alimentación complementaria, y por último se deben de realizar encuestas de manera anual sobre estilos de vida y en base a los resultados obtenidos educar a nuestra población que no logra cumplir estos estándares de salud.

#### **Tabla 4:**

En el apoyo social, del 100% (115) de los adultos del Centro Poblado Santa Rosa de Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,el 90,4% (104) si tiene apoyo social y el 9,6% (11) no tiene apoyo social.

Se encontraron estudios, tienen similitud con dichos resultados obtenidos:

Los resultados se asemejan a lo realizado por Huamán J (101), 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”; concluyó que la mayoría 84, 00% (105) si tiene un apoyo social.

Se encontraron investigaciones que difieren a dicho estudio:

Los resultados se difieren a lo investigado por Ramos J, (102) en su estudio 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”, concluyó que la mayoría 62,9 % (112) no tiene un apoyo social.

Con lo investigado en el Centro Poblado Santa Rosa de Piedra Rodada respecto al apoyo social asociado al comportamiento de la salud, se concluyó que la mayoría si tienen apoyo social, reciben apoyo afectivo, tienen apoyo de relación de ocio y distracción, asimismo tienen apoyo emocional y por último y no menos importante si reciben ayuda material.

En la dimensión del apoyo social, la mayoría de las personas obtienen apoyo de su familia, amigos, vecinos y otras personas que ni siquiera conocen, el apoyo que reciben no es solo material, sino también comprensión, cariño, atención. Los adultos del Centro Poblado Santa Rosa de Piedra Rodada, están unidos con sus familiares, al sentirse solos piden apoyo a sus parejas, hijos o a algún familiar para que puedan pasar tiempo y deshacerse de algo que les molesta o les causa frustración; refieren que al realizar esta acción ayuda a aliviar los efectos de angustia emocional.

Asimismo, en lo material refieren que sus amistades o alguna organización les han ayudado para que construyan sus casas y así protegerse del frío y/o del calor y por último han referido que algunos grupos de jóvenes que pertenecen al asentamiento dan charlas o pequeñas dinámicas, como una acción para que se relajen, meditación y consejería de como sobrellevar los problemas, siendo algo útil y bueno para ellos. La ayuda de cosas materiales quiere decir, que el adulto percibe algún apoyo monetario o de alguna materia en conjunto de elementos para la vida diaria, para que pueda solventar su hogar, e este aspecto específicamente es la ayuda de alimentos, o materiales de construcción para fortalecer su vivienda (103).

Con respecto a esta dimensión ayuda material la mayoría de los adultos si reciben apoyo material, refieren que les víveres, algunos materiales para que construyan su hogar ,por parte de diferentes empresas y también por las autoridades del centro poblado cuando llega la ayuda en circunstancias necesarias como lo sufrieron en el fenómeno del niño la ayuda se hizo llegar de manera inmediata, han sido beneficiados muchos de ellos con el programa “Techo Propio”, el cual es perteneciente del estado, refieren que cuando han construido sus casas ciertos materiales que les han quedado muy bien que se sienten muy agradecidos de poder tener algo propio y en base de sus esfuerzos y sacrificios, les han donado a otros para que también puedan construir y reforzar sus casas.

Relación de ocio y distracción, tiene diversos términos, está referido a una persona o a un grupo de persona, pero también a la sociedad en su conjunto; desde la perspectiva temporal se define a un grupo de actividades o aun estado del espíritu (104).

La mayoría de los adultos tienen una relación entre ocio y entretenimiento que es buena para su salud, aprovechando la tarde para relajarse, jugar, entretenerse, hacer ejercicio o simplemente dar un paseo para aliviar el estrés y la tensión. Evita enfermedades mentales y físicas, todas estas actividades dan energía positiva al individuo, refrescan la mente y ayudan a mantener la salud en el futuro, lo que da tranquilidad y calidad de vida.

Dentro de la dimensión del apoyo afectivo se refiere a las expresiones de cariño y amor que son ofrecidas a las personas por un amigo cercano, su pareja y familiar (105).

En la dimensión de apoyo emocional, la mayoría de los adultos reciben este apoyo, una persona necesita establecer un vínculo con otras personas que forman parte de la vida cotidiana. Los adultos maduros y ancianos necesitan constante amor, cariño de parte de su familia o su ser amado para que ayude a mejorar su ánimo y también estado de autoestima; los adultos refieren que sus hijos, hermanos les demuestran cariño con abrazos, besos y palabras positivas, la familia les hace saber que son amados, apoyados y esto ayuda a fortalecer su autoestima; También dicen que sus seres queridos los apoyan cuando lo necesitan, dicen que ponen límites y reglas para sus hijos que ayudan a la convivencia familiar.

Como propuesta de mejora, como profesional de enfermería se recomienda como estrategia de mejora brindar apoyo emocional y anímico, mediante visitas domiciliarias, acompañamiento al adulto, seguimiento del caso, a la localidad del Centro Poblado Santa Rosa De Piedra Rodada y brindar esa calidez humanitaria por la cual se caracteriza la carrera profesional de Enfermería para prevenir enfermedades y promocionen la salud para mejorar el estilo de vida del adulto, ante ello se sugiere que podrían trabarse de la mano con las autoridades conjuntamente y con los adultos para fortalecer y formar nuevas redes de apoyo para que ayuden a seguir cultivando ese espíritu de apoyo hacia los demás y entre ellos mismos, lo que implique que todos estén en un estado positivo mirando y reflexionando en lograr sus propósitos u objetivos.

Asimismo, las autoridades en sus programas involucren un plan de trabajo a los grupos de apoyo en todos los aspectos y a aquellos adultos que se encuentran dentro de aquel porcentaje que no cuentan con apoyo social.

### **Tabla 5:**

Al relacionar los factores sociodemográficos con el estilo de vida se halló que, si existe relación estadísticamente significativa con la religión, pero no hay relación con el sexo, edad, grado de instrucción, estado civil, ocupación, ingreso económico y seguro. Al relacionar los factores sociodemográficos con el apoyo social se encontró que no existe relación estadísticamente significativa con ninguna variable.

Este estudio es similar al de Medina R, (106) en su investigación:” 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”; demostró que en cuanto a la asociación entre los factores sociodemográficos y apoyo social se observa que en la religión dieron como resultado  $X^2 = 2,10$  y  $p$  valor = 0,03499 lo cual existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Los resultados de esta investigación no tienen una similitud al estudio realizado por Núñez M, (107) “Nivel de satisfacción de los cuidados enfermeros en la prevención y promoción de la salud relacionado con la caracterización de los estilos de vida de los adultos del centro poblado de Carcas, Chiquián, Bolognesi-2019”; donde concluye que no hay relación estadísticamente significativa entre estilos de vida y los factores biosocioculturales: sexo, religión y estado civil.

Este estudio es similar al de Depaz M, (108): “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”; en su tesis, al analizar la relación entre los factores sociodemográficos, estilo de vida y el apoyo social se encontró que no existe relación significativa entre las variables. Al relacionar la variable edad con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi-cuadrado de independencia ( $X^2 = 0,56$   $P = 0,7543 > 0,05$ ) y ( $X^2 = 0,91$   $P = 0,6360 > 0,05$ ) encontramos que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Los resultados se difieren a lo realizado por Huamán J, (109) : “Factores sociodemográficos y Acciones de Prevención y promoción asociadas al comportamiento de la salud: Estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Ricardo Palma Chimbote, 2019”; en su investigación al relacionar los factores sociodemográficos con el estilo de vida se halló que no existe relación entre el sexo y el estilo de vida, pero el estilo de vida si tiene relación con la edad ( $X^2=11,36$  y  $P$ valor=0,003), con el grado de instrucción ( $X^2=15,94$  y  $P$ -valor=0,001), asimismo si tiene relación con la variable religión ( $X^2=9,37$

y P-valor=0,009), con el estado civil ( $X^2=23,55$  y P-valor=0,000), con la ocupación ( $X^2=17,69$  y P-valor=0,001), también tiene relación con el ingreso económico ( $X^2=16,05$  y P-valor=0,002) y finalmente el estilo de vida si tiene relación con el tipo de seguro ( $X^2=10,47$  y P-valor=0,014).

Se aprecia que, si existe relación entre la religión y los estilos de vida, los católicos refieren no beber bebidas alcohólicas, no salen a fiestas, cuidan su salud, porque para ellos tener un estilo de vida saludable es muy importante para evitar ciertas enfermedades. Ellos dedican su tiempo asistir a misas, rosarios, en los cuales escuchan la palabra de Dios. La espiritualidad, especialmente el cristianismo, se entiende como una dimensión de la humanidad que, entre otras cosas, permite “comprender el mundo y dar sentido a los acontecimientos, buscando la construcción individual y holística de la humanidad. La religión tiene una gran influencia en la vida y estilos de vida de los adultos, los adultos que practican la religión tienen una buena salud mental y un mayor sentido de autosatisfacción.

Con respecto al sexo no existe relación estadísticamente significativa con el estilo de vida probando así no tener alguna influencia en el comportamiento o hábitos de los adultos, cualquiera que sea Ya sea hombre o mujer ya que a lo largo de su desarrollo ha ido adoptando determinados comportamientos los cuales pueden afectar su salud.

Así mismo no existe relación entre la edad y el estilo de vida, la mayoría de los adultos son jóvenes, ellos optan por tener un estilo poco saludable debido a que llevan estilos de vida no saludable prefieren comer comida de la calle, rápidas y no toman importancia a consumir ricos nutrientes que les beneficie a su alimentación. Con respecto al grado de instrucción, no existe relación con el estilo de vida, debido a que estudian, no tiene tiempo para recrearse, realizar ejercicio físico, ya que pasan más del tiempo en la universidad o haciendo sus tareas y descuidan sus hábitos saludables.

Al relacionar los factores sociodemográficos con el apoyo social se encontró que no existe relación estadísticamente significativa con ninguna variable. porque el adulto mayor necesita contar con un buen apoyo para mantener su estado de salud completa, al no contar el apoyo social se va sentir afectado tanto físico como emocionalmente.

Como propuesta de conclusión, propongo realizar sesiones educativas para tratar los siguientes temas: estilos de vida, explicándolos también las consecuencias de un estilo de vida poco saludable, como el sedentarismo y la importancia de realizar ejercicio por lo menos 3 veces por semana, también creo que se debe practicar Cursos de formación técnica como sastrería, cosmetología, manualidades, carpintería, etc. para formar a estos adultos,

Hay una mano de obra calificada a través de la cual puede mantener a su familia.

**Tabla 6:**

Del 100% (115) de los adultos que viven en el centro poblado Santa Rosa De Piedra Rodada, el 97,4% (112) tiene acciones de prevención y promoción adecuado Mientras que el 2,6% (3) tienen un estilo de vida inadecuado. En los resultados de la prueba del chi cuadrado entre prevención y promoción de la salud y el estilo de vida se encontró que si existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Lo encontrado se asemeja al estudio de Haro M, (110):” Factores sociodemográficos y acciones de prevención promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento humano Villa el Sol Sector Chimbote, 2019”; encontró que al relacionar la prevención y promoción de la salud con el estilo de vida que  $X^2=8,74$  y  $p=0,00311617$  mostrando ser significativos ( $p<0,05$ ), lo que significa que si existe relación entre ambas variables.

Este resultado difiere del estudio de Espinoza M, (111):” Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento humano Jesús María \_ Nuevo Chimbote, 2019”; encontró que al realizar la prueba del chi cuadrado de prevención y promoción de la salud y el estilo de vida en  $x^2= 4,09$  y  $p\text{-valor}= 0,088$ , lo que indica que no existe relación entre ambas variables.

Los estilos de vida saludables van de la mano con el comportamiento diario de una persona y el comportamiento cubre individualmente la salud pública, es decir. qué comportamiento personal favorable a la comunidad es suficiente para una comunidad de estilos de vida saludables, pero si una persona tiene malos hábitos, entonces el mal comportamiento es insuficiente información sobre salud y prevención de enfermedades Esto se debe a que la comunidad se corrompe por esta ignorancia y repite ciertos comportamientos nocivos para la salud.

Unirnos para promover la salud en la comunidad por estilo de vida determina parte de nuestra salud. El modo de vida de las personas está relacionado con la mayoría de las tasas de morbilidad y mortalidad, especialmente en los países desarrollados. El consumo de tabaco, la mala alimentación, el sedentarismo, el consumo excesivo de alcohol y el estrés son responsables de muchas enfermedades y muertes. Las principales causas de morbimortalidad han cambiado en los últimos años y ahora son principalmente causas circulatorias, tumorales y respiratorias. Los principales factores de riesgo detrás de estas

muerdes son el tabaquismo, la hipertensión arterial, el colesterol alto, la obesidad, el bajo consumo de frutas y verduras, el sedentarismo, el consumo de riesgo de alcohol y otros.

En el presente estudio podemos deducir que, si existe relación estadísticamente significativa, se puede concluir que los adultos tienen un adecuado estilo de vida saludable que se ha dado gracias a la prevención y promoción, ya que se ve evidenciado que tienen una alimentación adecuada, realizan actividades recreativas y tienen orientación en sesiones educativas sobre temas de salud. Es así que, la promoción y prevención de la salud, junto con el estilo de vida pueden optimizar la salud del adulto con la finalidad que goce la etapa de una manera saludable y óptima.

Los estilos de vida saludables de la mano con el comportamiento cotidiano y el comportamiento de una persona individualmente incluyen la salud pública, es decir, qué comportamiento personal en beneficio de la comunidad es suficiente para una comunidad de estilos de vida saludables (112).

Se propone como estrategias de mejora como profesional de enfermería, que las autoridades locales del centro poblado conjuntamente con el puesto de salud realicen programas que concienticen y sigan reforzando a que los adultos sigan teniendo prácticas adecuadas de prevención y promoción de la salud para prevenir enfermedades a través de la promoción de la salud porque es de suma importancia para el centro poblado Santa Rosa De Piedra Rodada, ya que supervisan a sus pobladores y buscan apoyo de MINSA y/o otros Sectores de la salud para el beneficio de la vida adulta. Por lo tanto, es importante agregar que los pobladores se sienten protegidos por su fe y valorados con su oración para lograr practicar buenas y formas de vida positivas, el tiempo pasa porque viven vidas más sanas con menos problemas de salud y mayor autoestima.

Por tanto, los hábitos saludables tienen un lado físico que se manifiesta en una actitud más saludable y positiva.

**Tabla 7:**

Del 100% (115) adultos encuestados de los adultos que residen en el Asentamiento en el Centro Poblado Santa Rosa de Piedra Rodada, el 1,7% (2) no tiene apoyo social mientras 89,6% (103) si tiene apoyo social. En los resultados de la prueba del chi cuadrado entre prevención y promoción de la salud y el apoyo social se encontró que si existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables de:

Se encontró una investigación que se asemeja a Medina R, (113):” 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”; encontrando que dieron como resultados  $X^2 = 5,79$  y p-valor = 0,016, siendo el valor ( $p < 0,05$ ), lo que indica que entre la prevención y promoción de la salud y el apoyo social si existe relación estadísticamente significativa.

El resultado encontrado difiere de la investigación de Palacios G, (114):” 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”; obtuvo como resultado que no existe relación estadísticamente significativa entre la prevención y promoción de la salud y el apoyo social ( $X^2 22,51$  y su p-valor de  $2,0863E-06$ ).

La promoción de la salud se describe como el proceso de fortalecer la agencia y la capacidad de los individuos y la habilidad de los grupos o comunidades para actuar colectivamente para controlar los factores que afectan la salud (115).

A través de la prevención y la promoción es como aprendemos a cuidar nuestra salud. Los hábitos saludables y la prevención de enfermedades son tan importantes como buscar atención médica cuando se está enfermo. Los adultos se enfrentan a muchos riesgos que deben conocer para proteger y mejorar su salud. Participar en su atención médica le permite adoptar un estilo de vida saludable y anticipar condiciones que podrían perjudicarlo.

De lo analizado anteriormente entre las variables prevención y promoción de la salud y el apoyo social se encontró que si existe relación estadísticamente significativa. Esto implica que si hay un ambiente donde existe la comunicación, ayuda mutua y compromiso hacia una mejora de la salud de los integrantes de la familia. El apoyo social en el adulto es muy relevante, porque en esta etapa la persona adulta siempre está dispuesta a brindar su apoyo, sobre todo el psicológico, ya que se tiene la idea que los adultos son personas fuertes y por la tanto en ocasiones reprimen sus sentimientos.

Las acciones de prevención y promoción de la salud son un aspecto muy importante en la vida del adulto ya que tienen un enfoque en donde los adultos realizan buenas en prácticas en el autocuidado, tienen buenos comportamientos o hábitos, Los adultos de esta comunidad ayudan a llevar un mejor control de la salud y mejorarlos. Sería un gran problema que no cuenten con estas acciones, ya que no podrían desarrollar habilidades, poner en práctica los conocimiento y hábitos.

El apoyo social es un factor primordial y esencial en nuestro adulto, influyen en los adultos ya que se relaciona bastante con los sentimientos, las emociones son esenciales para el

desarrollo de nuestra vida. Son como un sistema de alarma que nos “avisa” de que algo importante nos está pasando, para que prestemos mucha atención a “eso” que nos sucede.

El apoyo emocional permite llegar a conectar con las emociones que experimentan y poder expresar lo que les preocupa, lo que les desborda y necesitan compartir y podrían estar propensos a tener ansiedad o depresión.

Se plantea como propuesta de mejora siendo profesional de enfermería las autoridades del Centro Poblado Santa Rosa De Piedra Rodada en conjunto de nosotros como profesionales de la salud y en unión con los adultos para que así sigan reforzando las relaciones interpersonales, tanto en la familia como en la localidad. Todo ello involucrando acciones dirigidas hacia la promoción y prevención de la salud y crear seguimientos de apoyos a los adultos que carecen de apoyo social, tanto en el ámbito emocional y material, necesitan tipos ayuda y necesitan ser educados a través de charlas educativas sobre la buena nutrición, higiene, entre de esto se debe de promocionar la parte psicológica, para que el adulto este fortalecido en el aspecto emocional y sentimental para la mejoría de sus estilos de vida.

## VI. CONCLUSIONES

- En los factores sociodemográficos del adulto del Centro Poblado Santa Rosa de Piedra Rodada la mayoría profesan la religión católica; son adultos jóvenes (18-35 años), grado de instrucción superior, estado civil solteros, ocupación estudiante. Más de la mitad son de sexo femenino; menos de la mitad cuentan con un ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles, y con seguro SIS.
- En las acciones de prevención y promoción del adulto del Centro poblado de Santa Rosa De Piedra Rodada la mayoría tienen acciones de promoción y prevención adecuadas, asimismo un porcentaje considerable tiene acciones de promoción y prevención inadecuadas. Por ello se considera que se debería de trabajar de la mano con el centro de salud Santa Rosa de Piedra y el teniente gobernador para poder realizar charlas educativas, hacer uso de los afiches, como medida preventiva para fortalecer y recordar la parte de adultos que desconoce sobre las acciones inadecuadas.
- En los estilos de vida del adulto del centro Poblado Santa Rosa De Piedra Rodada la mayoría de los adultos, casi todos tienen estilo de vida saludable y un porcentaje considerable estilos de vida no saludable. Asimismo, en el apoyo social la mayoría tienen ayuda material, casi todos tienen apoyo emocional y menos de la mitad no tiene apoyo afectivo. Por ello es recomendable proponer estrategias de mejora como realizar visitas domiciliarias, brindando apoyo, asimismo que se capacite a la ciudadanía sobre cómo llevar una vida activa relacionado a la alimentación, al ejercicio y las consecuencias que trae no tener una vida saludable.
- Al realizar la prueba del chi cuadrado entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida se encontró que, si existe relación estadísticamente significativa con la religión, pero no existe relación con el sexo, la edad, el grado de instrucción, estado civil, ocupación y el ingreso económico. Entre los factores sociodemográficos con el apoyo social se encontró que, no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables. Por ello se recomienda que los adultos Realizar secciones educativas para tratar temas sobre el sedentarismo, estilos de vida y brindar cursos de formación técnica ya que es una mano de obra calificada a través del cual pueden generar ingresos y mantener a las familias
- Al realizar la prueba del chi cuadrado entre las acciones de prevención y promoción de la salud y el estilo de vida se encontró que si existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables. Entre las acciones de prevención y promoción de la

salud y el apoyo social se encontró que si existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables. Por ello los profesionales de la salud deben seguir reforzando las relaciones interpersonales, tanto en la familia como en la localidad, todo en relación a la prevención y promoción de la salud en el ámbito emocional y material.

## VII. RECOMENDACIONES

- Otorgar los resultados conseguidos de la presente investigación al puesto de salud y a población con un déficit en el estilo de vida cuya finalidad es difundir los resultados conseguidos de esa averiguación, con el propósito de que el personal de salud trabaje a base de criterios encontrados, promoviendo de esta forma tácticas que logren ofrecer solución al problema.
- Sugerir a los adultos que continúen participando en las campañas de salud brindadas por el personal de salud debido que de dicha manera permanezcan informados sobre cuáles son las consecuencias de llevar un estilo de vida no saludable y en ese sentido tomen conciencia y lo pongan en práctica para que continúen perfeccionando sus conductas de estilo de vida.
- Sensibilizar a la población que continúen realizando actividades físicas como son las caminatas para que de esta forma los adultos lleven una vida sana y les permitan liberar lo cual es el estrés donde además se estaría previniendo enfermedades como el sobrepeso, obesidad, hipertensión y diabetes.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Promoción de la Salud - OPS / OMS | Organización Panamericana de la Salud [Internet]. Paho.org. 2021 [citado el 10 de septiembre de 2021]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>
2. Estilos de Vida [Internet]. Atención Primaria. 2021 [citado 29 de junio de 2023]. Disponible en: <https://www.comunidad.madrid/hospital/atencionprimaria/ciudadanos/estilos-vida>
3. Jacoby E, Bull F, Neiman A. Cambios acelerados del estilo de vida obligan a fomentar la actividad física como prioridad en la Región de las Américas. Rev Panam Salud Publica 2003; 14 (4). [citado 29 de junio de 2023]. Disponible en: <https://www.scielosp.org/pdf/rpsp/v14n4/18120.pdf>
4. Programa de Promoción de Salud [Internet]. Dirección de Salud. 2021 [citado el 10 de septiembre de 2021]. Disponible en: <http://www.saludstgo.cl/servicios/programa-de-promocion-de-salud>
5. Organización Panamericana de la Salud. Se crean habilidades de facilitadores argentinos para el abordaje del envejecimiento saludable [Internet]. 28 de julio. 2023. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/28-7-2021-se-creanhabilidades-facilitadores-argentinos-para-abordaje-envejecimiento>
6. Organización Internacional del Trabajo. El sistema de salud ecuatoriano y la COVID-19. [Citado 28 de Julio.2023]. Recuperado a partir de: [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---ro-lima/---sro-lima/documents/publication/wcms\\_799790.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---ro-lima/---sro-lima/documents/publication/wcms_799790.pdf)
7. Salud y Prevención. (s/f). Gob.pe. Recuperado el 29 de junio de 2023, de <http://www.essalud.gob.pe/salud-y-prevencion/>
8. Minsa: presentan análisis de principales problemas de salud en Lima [Internet]. Gob.pe. [citado 29 de junio de 2023]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/68480-minsa-presentan-analisis-de-principales-problemas-de-salud-en-lima>
9. Diresapiura.gob.pe. Análisis de la situación de salud de Piura [citado el 31 de julio de 2023]. Disponible en: <https://www.diresapiura.gob.pe/documentos/asis/asis2011.pdf>
10. Org.pe. Memoria y recomendaciones de reunión del comité ejecutivo regional “Situación de la COVID-19, en la región Piura y las acciones de respuesta para frenar

- el contagio ante una probable tercera ola” [citado el 31 de julio de 2023]. Disponible en: <https://www.mesadeconcertacion.org.pe/storage/documentos/2021-04-15/memoria-y-recomendaciones-de-reunion-del-cer-piura-31-marzo0.pdf>
11. Mapa de Santa Rosa de Piedra Rodada en piura en sullana [Internet]. [citado el 22 de julio de 2023]. Disponible en: <https://mapasamerica.dices.net/peru/mapa.php?nombre=Santa-Rosa-de-Piedra-Rodada&id=41094>
  12. Castro R. Estilos y calidad de vida de los adultos mayores de la comunidad Patuco, cantón Celica, en el periodo septiembre 2018 - agosto 2019. [Tesis de licenciatura]. [Loja-Ecuador]: Universidad Nacional de Loja; 2019 [citado el 31 de julio de 2023]. Disponible en: <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/22609/1/TESIS%20ROSITA%20Digital.1.pdf>
  13. Calpa A, Santacruz G, Bravo M, Zambrano C, Hernández E, Matabanchoy S, et al. Promoción de estilos de vida saludables: estrategias y escenarios. Hacia Promoc Salud. 2019; 24 (2): 139-55. [citado el 31 de julio de 2023]. Disponible en: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0121-75772019000200139](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772019000200139)
  14. Márquez M. Estilo de Vida Saludable en la Promoción de la Salud y Prevención de Enfermedades: Revisión Documental en el Contexto de Latinoamérica, España e Italia 2020. [Tesis de licenciatura]. [Lorica, Córdoba]: Universidad Nacional de Loja; 2019 [citado el 31 de julio de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.unicordoba.edu.co/bitstream/handle/ucordoba/3706/MariaJose%20MarquezRojas.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
  15. Neciosup 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 San Miguel Sector I \_Chimbote, 2019. [Tesis de licenciatura]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2022 [citado 31 de julio de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27031/factor\\_sociodemografico\\_neciosup\\_alfaro\\_jazmin.pdf?sequence=1&isallowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27031/factor_sociodemografico_neciosup_alfaro_jazmin.pdf?sequence=1&isallowed=y)
  16. Soriano A. Estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Shiqui – Cátac, 2020. [Tesis para obtener el título profesional de

- Licenciada en Enfermería] [internet]. Universidad Católica Los Ángeles de  
Chimbote. 2020. Disponible en:  
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/16781?show=full>
17. 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 de licenciatura]. [Trujillo – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2020 [citado 31 de julio de 2023]. Disponible en:  
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19919/ADULTOS\\_PESCADORES\\_ESTILOS\\_DE\\_VIDA\\_EVELYN\\_PATRICIA\\_PUJAY\\_LOZANO.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19919/ADULTOS_PESCADORES_ESTILOS_DE_VIDA_EVELYN_PATRICIA_PUJAY_LOZANO.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
  18. Dioses S. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento humano Campo Polo Castilla - sector Sinchi Roca\_Castilla\_Pira, 2023. [Tesis de licenciatura]. [Piura – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2023 [citado 31 de julio de 2023]. Disponible en:  
[https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/33013/APOYO\\_SOCIAL\\_DIOSES\\_RIVAS\\_SANDRA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/33013/APOYO_SOCIAL_DIOSES_RIVAS_SANDRA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
  19. Domínguez F. Promoción del estilo de vida saludable y factores personales biológicos del adulto mayor en el asentamiento humano Buenos Aires – Tambogrande –Piura, 2020. [Tesis de licenciatura]. [Piura – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2023 [citado 31 de julio de 2023]. Disponible en:  
[https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/33211/FACTORE\\_S\\_VIDA\\_DOMINGUEZ\\_PALOMINO\\_FABIAN.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/33211/FACTORE_S_VIDA_DOMINGUEZ_PALOMINO_FABIAN.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
  20. 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 [Tesis] Universidad católica los Ángeles de Chimbote [citado 28 de septiembre 2021] Disponible en:  
[https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19515/ADULTO\\_P\\_ROMOCION\\_PAZ\\_GAMARRA\\_ETTY\\_MAYTE.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19515/ADULTO_P_ROMOCION_PAZ_GAMARRA_ETTY_MAYTE.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
  21. Pender N. Servicios de prevención de enfermedades y promoción de la salud proporcionados por enfermeras practicantes: predicción de consumidores potenciales.

- Am J Public Health [internet] 2017 [Citado el 11 de Abril del 2022]; 70 (8): [798-803]. Disponible en: <http://1.usa.gov/xPja5i>
22. Meiriño L. El cuidado Nola pender. Teorías de enfermería, 2012. [internet] [citado 12 de octubre de 2021]. Disponible en: <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/nola-pender.html>
23. Organización Mundial de la Salud. ¿Qué es la promoción de la Salud? [Internet]; 2017 [citado 27 de abril del 2022]. Disponible en: [http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67246/WHO\\_HPR\\_HEP\\_98.1\\_spa.pdf;jsessionid=393D691D0E883D95E2396B0E516C3E88?sequence=1](http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67246/WHO_HPR_HEP_98.1_spa.pdf;jsessionid=393D691D0E883D95E2396B0E516C3E88?sequence=1)
24. Cerqueira M. Promoción de la salud: evolución y nuevos rumbos. 2017. Disponible en: <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/15480/v120n4p342.pdf?seque%20nce=1&isAllowed=y>
25. Aristizábal. G, Blanco D, Sánchez A. Sánchez A, Ostiguin R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. ENEO-UNAM 2011; 8 (4): 16 - 23. [citado 31 de julio de 2023]. Disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v8n4/v8n4a3.pdf>
26. Pender N. Modelo de la promoción de la salud [internet]. [Citado el 29 de junio del 2023]. Disponible en: <https://es.slideshare.net/natorabet/nola-j-pender-modelos-de-promocin-de-la-salud>
27. Aristizábal. G, Blanco D, Sánchez A. Sánchez A, Ostiguin R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. ENEO-UNAM 2011; 8 (4): 16 - 23. [citado 31 de julio de 2023]. Disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v8n4/v8n4a3.pdf>
28. Teorías de enfermería. Nola Pender [internet]. 2017. [Citado el 29 de junio del 2023]. Disponible en: <http://enfermeria86.blogspot.com/2017/07/nola-pender.html>
29. Herrera A, Machado P, Tierra V, etal. El profesional de enfermería en la promoción de salud en el segundo nivel de atención [Internet]. 11 de julio. 2022. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/5728/572869632012/html/> 42. Meirino J, Vasquez M, SimonettiC,
30. Schwartz S, Unger J. The Oxford Handbook of Acculturation and Health [Internet]. New York: Oxford University; 2019. Disponible en: <https://psycnet.apa.org/record/2017-43855-000>

31. Ministerio de salud. Módulo Educativo para la y Nutrición Saludable Promoción de la Alimentación dirigido al Personal de Salud. [internet]. [Citado el 29 de junio del 2023]. Disponible en: <https://www.saludarequipa.gob.pe/moduloatencionciudadano/promocion/Modulo%20Educativo%20Alimentaci%C3%B3n%20y%20Nutrici%C3%B3n%20Saludable%2020Edicionv2.pdf>
32. Zapata M, Rachida V, Gonzáles J. Educación, salud y TIC en los contextos multiculturales: Nuevos espacios de intervención [Internet]. Bogotá: Editorial Universidad de Almeria; 2018. Disponible en: [http://www2.ual.es/eduhem2016/wp-content/uploads/2015/09/Educaciónsalud-y-TIC\\_Libro\\_Eduhe2016.pdf](http://www2.ual.es/eduhem2016/wp-content/uploads/2015/09/Educaciónsalud-y-TIC_Libro_Eduhe2016.pdf)
33. Aristizábal Hoyos GP, Blanco Borjas DM, Sánchez Ramos A, Ostiguín Meléndez RM. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender: Una reflexión en torno a su comprensión. Enferm Univ [Internet]. 2011 [citado 29 de junio de 2023];8(4):16-23. Disponible en: [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-70632011000400003](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003)
34. Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud. Promoción de la salud [internet]. [Citado el 29 de junio del 2023]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>.
35. Lazo Y. Problemas de salud en el adulto mayor [Internet]. [citado el 29 de junio de 2023]. Disponible en: <https://slideplayer.es/slide/25444/>
36. Vive. La prevención en salud: importancia y tipos [Internet]. UNIR. 2021 [citado el 29 de junio de 2023]. Disponible en: <https://www.unir.net/salud/revista/prevencion-en-salud/>
37. Estilo de vida [Internet]. [citado el 29 de junio de 2023]. Disponible en: [https://www.um.es/innova/OCW/actividad\\_fisica\\_salud/contenidos/estilo\\_de\\_vida.html](https://www.um.es/innova/OCW/actividad_fisica_salud/contenidos/estilo_de_vida.html)
38. Organización panamericana de la salud. Promoción de la salud: mejoramiento del estado de salud de la mujer y promoción de la equidad [Internet]. Paho.org. [citado el 29 de junio de 2023]. Disponible en: [https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/48025/SMSD13\\_7\\_SPA.pdf?sequenc](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/48025/SMSD13_7_SPA.pdf?sequenc)
39. Marroquín R. Metodología de la investigación. [Internet] Universidad nacional de educación Enrique Guzman y Valle programa de titulación, 2012 [Citado 17 de

- octubre 2021] Disponible en: [http://www.une.edu.pe/Sesion04-Metodologia de la investigacion.pdf](http://www.une.edu.pe/Sesion04-Metodologia_de_la_investigacion.pdf)
40. Narvaez M. Tipos de investigación cuantitativa: Cuáles son y ejemplos [Internet]. Pregunta Pro. 2019 [citado el 30 de junio de 2023]. Disponible en: <https://www.questionpro.com/blog/es/tipos-de-investigacion-cuantitativa/>
41. Universidad Católica Los Ángeles De Chimbote. Reglamento de integridad científica en la investigación. [En línea] Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2023. [ Consultado.....]. Disponible desde el Url: <https://www.uladech.edu.pe/wp-content/uploads/erpuniversity/downloads/transparencia-universitaria/estatuto-el-texto-unico-de-procedimientos-administrativos-tupa-el-plan-estrategico-institucional-reglamento-de-la-universidad-y-otras-normativas/reglamentos-de-la-universidad/reglamento-de-integridad-cientifica-en-la-investigacion>
42. 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 [Tesis de licenciatura]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2020 [citado 29 de julio de 2023]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19510/ADULTO\\_PR\\_OMOCION\\_PAZ\\_GAMARRA\\_ETTY\\_MAYTE.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19510/ADULTO_PR_OMOCION_PAZ_GAMARRA_ETTY_MAYTE.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
43. Vasquez D. 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 España\_Chimbote, 2019. [Tesis de licenciatura]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2022 [citado 29 de julio de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26991/ESTILOS\\_VIDA\\_VASQUEZ%20MI%c3%91ANO\\_%20DIANA\\_%20LUCERO.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26991/ESTILOS_VIDA_VASQUEZ%20MI%c3%91ANO_%20DIANA_%20LUCERO.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
44. Sheryl A. Factores sociodemográficos y Acciones de Prevención y promoción asociadas al comportamiento de la salud: Estilos de vida en la mujer adulta Joven. Pueblo Joven Miraflores alto sector III\_Chimbote, 2019. [Tesis de licenciatura]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2022 [citado 29

- de julio de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/27056>
45. 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. [Tesis de licenciatura]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2020 [citado 29 de julio de 2023]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19906/ADULTO\\_P\\_REVENCION\\_FEBRE\\_LLOCLA\\_TANIA\\_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19906/ADULTO_P_REVENCION_FEBRE_LLOCLA_TANIA_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
46. 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. [Tesis de licenciatura]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2020 [citado 29 de julio de 2023]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/21209/ADULTO\\_P\\_REVENCION\\_MEDINA\\_TITO\\_RUTH\\_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/21209/ADULTO_P_REVENCION_MEDINA_TITO_RUTH_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
47. Navarrete Y. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción Asociado Al comportamiento de la salud: Estilos de vida del adulto mayor. Asentamiento Humano Tres estrellas sector II\_chimbote, 2019. [Tesis de licenciatura]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2020 [citado 29 de julio de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/29173>
48. Definición de Edad. (s/f). Definición ABC. Recuperado el 1 de julio de 2023, de <https://www.definicionabc.com/general/edad.php>
49. Definición de Edad . (s/f). Definición ABC. Recuperado el 1 de julio de 2023, de <https://www.definicionabc.com/general/edad.php>
50. Concepto definicion.net. Significado del Grado de Instrucción [Internet]. 2021 [citado el 28 de julio de 2023]. Disponible en: <https://concepto definicion.net/grado-de-instruccion/>
51. 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. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería] Universidad católica los Ángeles de Chimbote [citado 27 de abril del 2022] Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/20012/ADULTO\\_FACTORES\\_HUAMAN\\_SANTIAGO\\_JAVES\\_AZUSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/20012/ADULTO_FACTORES_HUAMAN_SANTIAGO_JAVES_AZUSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
52. Laveriano D. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del asentamiento humano 2 de Mayo “Calle Santa Lucia”\_Chimbote, 2021. [Tesis de licenciatura en internet]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2022 [citado 29 de julio de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32264/ADULTO\\_ESTILO\\_DE\\_VIDA\\_LAVERIANO\\_PINEDO\\_DAYANA\\_ANTUANE.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32264/ADULTO_ESTILO_DE_VIDA_LAVERIANO_PINEDO_DAYANA_ANTUANE.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
53. Espinoza M. factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Jesús María \_ Nuevo Chimbote, 2019. [Tesis] Universidad católica los Ángeles de Chimbote [citado 27 de abril del 2022] Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26314/ESTILOS\\_DE\\_VIDA\\_ESPINOZA\\_%20COLLANTES\\_%20MILAGROS\\_%20STEFANY.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26314/ESTILOS_DE_VIDA_ESPINOZA_%20COLLANTES_%20MILAGROS_%20STEFANY.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
54. Repositorios [Internet]. [citado el 28 de julio de 2023]. Disponible en: <https://investigacion.uladech.edu.pe/sistema-de-investigacion/publicaciones/repositorios/>
55. Pérez j. Gardey. P: actualizado: 2021.definiciones: definición DE CATÓLICO. [citado EL 26 DE ABRIL DEL 2022]. Recuperado A PARTIR: <HTTPS://DEFINICION.DE/CATOLICO/>
56. Estadocivil. (2021, 30 DE SEPTIEMBRE). Conceptos jurídicos. <Https://WWW.CONCEPTOSJURIDICOS.COM/PE/ESTADO-CIVIL/>
57. Estrada N. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social de los adolescentes. Pueblo joven Miraflores Alto III Zona B\_ Chimbote, 2019. [Tesis de

- licenciatura]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2023[citado 29 de julio de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27131/ADOLESCENTES\\_APOYO\\_SOCIAL ESTRADA\\_SARMIENTO\\_NERY\\_NOELIA.pdf?sequence=1](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27131/ADOLESCENTES_APOYO_SOCIAL ESTRADA_SARMIENTO_NERY_NOELIA.pdf?sequence=1)
58. Haro M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Villa El Sol Sector 1\_Chimbote, 2019. [Tesis de licenciatura]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2023 [citado 29 de julio de 2023]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26246/APOYO\\_SOCIAL\\_HARO\\_RAMIREZ\\_MIULLER.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26246/APOYO_SOCIAL_HARO_RAMIREZ_MIULLER.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
59. Neciosup 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 San Miguel sector I\_Chimbote, 2019. [Tesis de licenciatura en internet]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2023[citado 29 de julio de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27031/FACTOR\\_SOCIODEMOGRAFICO\\_NECIOSUP\\_ALFARO\\_JAZMIN.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27031/FACTOR_SOCIODEMOGRAFICO_NECIOSUP_ALFARO_JAZMIN.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
60. Gómez M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano 10 de Setiembre Sector II\_Chimbote, 2019. [Tesis de licenciatura en internet]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2020 [citado 29 de julio de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26761/ADULTO\\_APOYO\\_SOCIAL\\_GOMEZ\\_ROJAS\\_ROSMERY\\_MELISSA.pdf?sequence=1](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26761/ADULTO_APOYO_SOCIAL_GOMEZ_ROJAS_ROSMERY_MELISSA.pdf?sequence=1)
61. Castillo W. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida en la mujer adulta. Barrio Consuzo-Conchucos, 2019. [Tesis de licenciatura en internet]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2022 [citado 29 de julio de 2023]. Disponible en:

[https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26411/ESTILO\\_VIDA\\_CASTILLO\\_GUZMAN\\_WILDER.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26411/ESTILO_VIDA_CASTILLO_GUZMAN_WILDER.pdf?sequence=3&isAllowed=y)

62. Cumplido M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto de la urbanización Bellamar II etapa “Jirón las Palmeras” \_ nuevo Chimbote, 2021. [Tesis de licenciatura en internet]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2022 [citado 29 de julio del 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/33569/PREVENCIÓN\\_SALUD\\_CUPLIDO\\_LOPEZ\\_MARIEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/33569/PREVENCIÓN_SALUD_CUPLIDO_LOPEZ_MARIEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
63. De Conceptos.com. concepto de ocupación. [Citado el 26 de abril del 2022]. Recuperado a partir: <https://deconceptos.com/ciencias-sociales/ocupacion>
64. Definición ABC. Definición de ingreso familiar. [Citado el 26 de abril del 2022]. Recuperado a partir: <https://www.definicionabc.com/economia/ingreso-familiar.php>
65. Ministerio De Salud Seguro Integral De Salud. [Citado el 26 de abril del 2022]. Recuperado a partir: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/1671379/ANEXO%20RJ%20001-2021%20SIS%20DIRECTIVA%20ADMINISTRATIVA%20N%C2%B0%20001-2021-%20SIS-GREP%20-%20V.01.pdf.pdf>
66. Office of public insurance counsel. ¿Qué es Seguro médico? [Citado el 08 de noviembre del 2022]. Disponible en: <https://www.opic.texas.gov/es/seguero-de-salud/los-basicos>
67. Verde 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 porvenir sector “B” 13, Chimbote, 2019. [Tesis de licenciatura en internet]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2022 [citado 29 de julio del 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27010/PROMOCIÓN\\_PREVENCIÓN\\_VERDE\\_LARA\\_ROSITA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27010/PROMOCIÓN_PREVENCIÓN_VERDE_LARA_ROSITA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
68. Asmat K. Acciones de prevención y promoción de la salud relacionado a los estilos de vida de las gestantes atendidas en el puesto de salud pueblo libre– la esperanza, 2020. [Tesis de licenciatura en internet]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2022 [citado 29 de julio de 2023]. Disponible en:

- [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/29039/PREVENCIÓN\\_GESTANTES\\_ASMAT\\_ROMERO\\_KAREL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/29039/PREVENCIÓN_GESTANTES_ASMAT_ROMERO_KAREL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
69. Manrique J. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto. Habilitación urbana progresiva 1° de Agosto\_Nuevo Chimbote, 2019. [Tesis de licenciatura en internet]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2022 [citado 29 de julio de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32759/APOYO\\_SOCIAL\\_ENRIQUEZ\\_MONCADA\\_MILUSKA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32759/APOYO_SOCIAL_ENRIQUEZ_MONCADA_MILUSKA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
70. 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 Porvenir “B” Sector 12 \_ Chimbote, 2019. [Tesis de licenciatura en internet]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2022 [citado 29 de julio de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19247/ADULTOS\\_FACTORES\\_MEDINA\\_CARRASCO\\_ROSALVINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19247/ADULTOS_FACTORES_MEDINA_CARRASCO_ROSALVINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
71. Estrada N. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social de los adolescentes. Pueblo joven Miraflores alto III zona B\_ Chimbote, 2019. [Tesis de licenciatura en internet]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2022 [citado 29 de julio de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27131/ADOLESCENTES\\_APOYO\\_SOCIAL ESTRADA\\_SARMIENTO\\_NERY\\_NOELIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27131/ADOLESCENTES_APOYO_SOCIAL ESTRADA_SARMIENTO_NERY_NOELIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
72. Barrera W. 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 el sol II-etapa \_Chimbote, 2019. [Tesis de licenciatura en internet]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2022 [citado 29 de julio de 2020]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25908/ADULTOS\\_ESTILO\\_DE\\_VIDA\\_BARRERA\\_BACILIO\\_WILIAN.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25908/ADULTOS_ESTILO_DE_VIDA_BARRERA_BACILIO_WILIAN.pdf?sequence=3&isAllowed=y)

73. Moreno E. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Asentamiento humano Casuarinas del Sur - Nuevo Chimbote, 2019. [Internet]. 2019. [Citado el 20.02,2022]. Disponible en: URL. [http://repositorio.uladech.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/20.500.13032/15357/A\\_DULTO\\_MADURO\\_ESTILOS\\_DE\\_VIDA\\_MORENO\\_LUNA\\_ELVA\\_YULI\\_ANA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/20.500.13032/15357/A_DULTO_MADURO_ESTILOS_DE_VIDA_MORENO_LUNA_ELVA_YULI_ANA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
74. Zespri E. Actitud Ante La Vida Para Conseguir Tu Bienestar [Internet]. 2021 [citado el 28 de julio de 2023]. Disponible en: <https://blog.zespri.eu/es/tu-actitud-ante-la-vida-marcar-tus-experiencias-y-tu-bienestar-interior/>
75. [Internet]. [citado el 28 de julio de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25908/ADULTOS\\_ESTILO\\_DE\\_VIDA\\_BARRERA\\_BACILIO\\_WILIAN.pdf?sequence=3](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25908/ADULTOS_ESTILO_DE_VIDA_BARRERA_BACILIO_WILIAN.pdf?sequence=3)
76. Qué es la alimentación y su importancia: toda la información que necesitas. [Internet]. [Citado 26 de abril del 2022]. Recuperado a partir de: <https://nestlefamilyclub.es/articulo/que-es-la-alimentacion-y-su-importancia-toda-la-informacion-que-necesitas#>
77. Guerrero N. Conceptos básicos de nutrición. [Citado el 27 de abril del 2022]. [Internet]. [Citado 26 de abril del 2022]. Recuperado a partir de: [https://www.uv.mx/personal/lbotello/files/2017/02/conceptos\\_basicos\\_de\\_nutricion-1.pdf](https://www.uv.mx/personal/lbotello/files/2017/02/conceptos_basicos_de_nutricion-1.pdf)
78. Ministerio de sanidad. [Estilos de vida saludable](https://estilosdevidasaludable.sanidad.gob.es/actividadFisica/actividad/queEs/home.htm) [Internet]. [Citado 26 de abril del 2022]. Recuperado a partir de: <https://estilosdevidasaludable.sanidad.gob.es/actividadFisica/actividad/queEs/home.htm>
79. Rivera A. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida de la mujer adulta joven. Pueblo Joven San Juan Sector 2\_Chimbote, 2019. [Tesis de licenciatura en internet]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2020 [citado 29 de julio de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27122/MUJER\\_P\\_REVENCION\\_RIVERA\\_BETETA\\_ARLETH\\_VANESSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27122/MUJER_P_REVENCION_RIVERA_BETETA_ARLETH_VANESSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

80. Laveriano D. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del Asentamiento Humano 2 de mayo “Calle Santa Lucia” \_Chimbote, 2021. [Tesis de licenciatura en internet]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2022 [citado 29 de julio de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32264/ADULTO\\_ESTILO\\_DE\\_VIDA\\_LAVERIANO\\_PINEDO\\_DAYANA\\_ANTUANE.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32264/ADULTO_ESTILO_DE_VIDA_LAVERIANO_PINEDO_DAYANA_ANTUANE.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
81. La importancia de la higiene para la salud de todos. [Internet]. [Citado 26 de abril del 2022]. Recuperado a partir de: <https://www.dibosch.com/blog/es/la-importancia-de-la-higiene-para-la-salud-de-todos/>
82. Instituto Nacional De Salud. Salud bucal. [Internet]. [Citado 26 de abril del 2022]. Recuperado a partir de: <https://web.ins.gob.pe/es/salud-publica/ent/salud-bucal>
83. UNFPA. Salud sexual y reproductiva. [Internet]. [Citado 26 de abril del 2022]. Recuperado a partir de: <https://www.unfpa.org/es/salud-sexual-y-reproductiva#:~:text=Una%20buena%20salud%20sexual%20y,relacionados%20con%20el%20sistema%20reproductivo>
84. UNICEF. Habilidades para la vida. Herramientas para el #BuenTrato y la prevención de la violencia. [Internet]. [Citado 26 de abril del 2022]. Recuperado a partir de: <https://www.unicef.org/venezuela/informes/habilidades-para-la-vida-herramientas-para-el-buentrato-y-la-prevenci%C3%B3n-de-la-violencia>
85. Ministerio de salud. Salud mental y cultura de paz. [Internet]. [Citado 26 de abril del 2022]. Recuperado a partir de: [http://bvs.minsa.gob.pe/local/minsa/317\\_MINSA1040.pdf](http://bvs.minsa.gob.pe/local/minsa/317_MINSA1040.pdf)
86. ¿Qué es la seguridad vial? [Internet]. [Citado 26 de abril del 2022]. Recuperado a partir de: <https://liderman.com.pe/que-es-seguridad-vial/>
87. Rebaza C. Factores biosocioculturales y estilo de vida del adulto maduro del centro poblado de Huanchac – Independencia – Huaraz - Ancash, 2021. [Tesis de licenciatura en internet]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2022 [citado 29 de julio de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32025/ADULTO\\_MADURO\\_ESTILOS\\_DE\\_VIDA\\_REBAZA\\_AREVALO\\_CRISTIAN\\_MAMPY.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32025/ADULTO_MADURO_ESTILOS_DE_VIDA_REBAZA_AREVALO_CRISTIAN_MAMPY.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

88. Soriano A. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado De Shiqui – Cátac, 2020. [Tesis de licenciatura]. [Catac]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2020. [citado 29 de julio de 2023]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/16781/ADULTOS\\_ESTILO\\_DE\\_VIDA\\_SORIANO\\_CORONEL\\_AMY\\_MINERVA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/16781/ADULTOS_ESTILO_DE_VIDA_SORIANO_CORONEL_AMY_MINERVA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
89. Estilo de Vida. [Online]; 2023. Disponible en: [https://www.um.es/innova/OCW/actividad\\_fisica\\_salud/contenidos/estilo\\_de\\_vida.html](https://www.um.es/innova/OCW/actividad_fisica_salud/contenidos/estilo_de_vida.html).
90. Hábitos de vida saludable. [citado 29 de julio de 2023]. Disponible en: [https://www.sanitas.es/biblioteca-de-salud/estilo-vida/prepro\\_080021](https://www.sanitas.es/biblioteca-de-salud/estilo-vida/prepro_080021)
91. Hábitos y estilos de vida saludables: asesoramiento para los pacientes [internet]. [Citado el 29 de julio del 2023]. Disponible en: [https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/50805/OPSNMH19001\\_spa.pdf?sequence=1](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/50805/OPSNMH19001_spa.pdf?sequence=1)
92. La Salud Como Responsabilidad Individual. [internet]. [Citado el 29 de julio del 2023]. Disponible en: <http://www.saludmed.com/Salud/CptSalud/CptSaRes.html>
93. Arrimada M. Las 3 etapas de la adultez (y sus características) [Internet]. 2022 [citado el 28 de julio de 2023]. Disponible en: <https://psicologiamente.com/desarrollo/etapas-aduldez>
94. La prescripción de la actividad y/o ejercicio físico y los beneficios de su práctica. Papel de la medicina del deporte en la prescripción. [internet]. [Citado el 29 de julio del 2023]. Disponible en: [https://www.bizkaia.eus/kultura/kirolak/pdf/prescripcion\\_actividad.pdf](https://www.bizkaia.eus/kultura/kirolak/pdf/prescripcion_actividad.pdf)
95. Nutrición y salud. [internet]. [Citado el 29 de julio del 2023]. Disponible en: <https://www.fao.org/3/am283s/am283s05.pdf>
96. Mayo Clinic. Control del estrés [Internet]. 26 de febrero. 2021. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/stressmanagement/basics/stress-basics/hlv-20049495>
97. Morales A. Qué Es la Comunicación: Elementos, Tipos y ejemplos de comunicación [Internet]. Toda Materia; 2020 [citado el 28 de julio de 2023]. Disponible en: <https://www.todamateria.com/que-es-la-comunicacion/>

98. Acosta K. La Pirámide de Maslow. [internet]. [Citado el 29 de julio del 2023]. Disponible en: <https://www.eoi.es/blogs/katherinecarolinaacosta/2012/05/24/la-piramide-de-maslow/#:~:text=Autorrealizaci%C3%B3n%20o%20autoactualizaci%C3%B3n&mp%20;text=Es%20la%20necesidad%20psicol%C3%B3gica%20m%C3%A1s,desarrollo%20potencial%20de%20una%20actividad>
99. Vilanova P. Medicina familiar y comunitaria. Medicina Resolutiva. [Internet]. 2016 [citado el 28 de julio de 2023]. Disponible en: <https://www.semfyc.es/quien-es-el-responsable-de-mi-salud-responsabilidad-individual-o-social-en-el-cambio-de-estilo-de-vida/>
100. 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. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería] Universidad católica los Ángeles de Chimbote [citado 27 de abril del 2022] Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/20012/ADULTO\\_FACTORES\\_HUAMAN\\_SANTIAGO\\_JAVES\\_AZUSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/20012/ADULTO_FACTORES_HUAMAN_SANTIAGO_JAVES_AZUSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
101. Ramos J. Factores sociodemográficos y Acciones de Prevención y promoción asociadas al comportamiento de la salud: Estilos de vida y apoyo social del Adulto. Pueblo Joven La Unión Sector 24 \_Chimbote, 2019. [Tesis de licenciatura en internet]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2020 [citado 29 de julio de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/19292>
102. La ayuda material. [internet]. [Citado el 29 de julio del 2023]. Disponible en: [https://emtic.educarex.es/crea/educacionfisica/eftic/53\\_la\\_ayuda\\_material.html#:~:text=Referente%20%20anteriormente%20al%20acondicionamiento%20del,seguridad%20y%20favorecer%20el%20aprendizaje](https://emtic.educarex.es/crea/educacionfisica/eftic/53_la_ayuda_material.html#:~:text=Referente%20%20anteriormente%20al%20acondicionamiento%20del,seguridad%20y%20favorecer%20el%20aprendizaje)
103. Gonzales L. Ocio y distracción. [internet]. [Citado el 29 de julio del 2023]. Disponible en: <https://www.fronterad.com/ocio-y-distraccion/>
104. Francia G. Apoyo emocional: Qué es, ejemplos y cómo darlo - 10 formas [Internet]. psicología-online.com; 2021 [citado el 28 de julio de 2023]. Disponible en:

<https://www.psicologia-online.com/apoyo-emocional-que-es-ejemplos-y-como-darlo-5818.html>

105. 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. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Universidad católica los Ángeles de Chimbote [citado 27 de abril del 2022] Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/21209/ADULTO\\_P\\_REVENCION\\_MEDINA\\_TITO\\_RUTH\\_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/21209/ADULTO_P_REVENCION_MEDINA_TITO_RUTH_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
106. Nivel de satisfacción de los cuidados enfermeros en la prevención y promoción de la salud relacionado con la caracterización de los estilos de vida de los adultos del centro poblado de Carcas, Chiquián, Bolognesi – 2019. [Tesis de licenciatura en internet]. [Chimbote – Perú]: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2023 [citado 29 de julio de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26650/CUIDADO\\_ENFERMERO\\_ESTILOS\\_DE\\_VIDA\\_GARCIA\\_NUNEZ\\_SANDRA\\_MILAGRO\\_S.pdf?sequence=1](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26650/CUIDADO_ENFERMERO_ESTILOS_DE_VIDA_GARCIA_NUNEZ_SANDRA_MILAGRO_S.pdf?sequence=1)
107. 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. [Tesis] Universidad católica los Ángeles de Chimbote [citado 27 de abril del 2022] Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25657/ADULTO\\_ESTILO\\_DE\\_VIDA\\_DEPAZ\\_RAMIREZ\\_MELISSA\\_ARACELI.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25657/ADULTO_ESTILO_DE_VIDA_DEPAZ_RAMIREZ_MELISSA_ARACELI.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
108. Huamán Santiago JA. Factores sociodemográficos y Acciones de Prevención y promoción asociadas al comportamiento de la salud: Estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Ricardo palma\_chimbote, 2019 [Internet]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2021 [citado el 22 de julio de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/20017>
109. Haro M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Villa El Sol Sector 1\_Chimbote, 2019. [Tesis] Universidad católica los

- Ángeles de Chimbote [citado 27 de abril del 2022] Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26246/APOYO\\_SOCIAL\\_HARO\\_RAMIREZ\\_MIULLER.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26246/APOYO_SOCIAL_HARO_RAMIREZ_MIULLER.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
110. Espinoza M. factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Jesús María \_ Nuevo Chimbote, 2019. [Tesis] Universidad católica los Ángeles de Chimbote [citado 27 de abril del 2022] Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26314/ESTILOS\\_DE\\_VIDA\\_ESPINOZA\\_%20COLLANTES\\_%20MILAGROS\\_%20STEFANY.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26314/ESTILOS_DE_VIDA_ESPINOZA_%20COLLANTES_%20MILAGROS_%20STEFANY.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
111. Grupo de educación sanitaria y promoción de la salud PAPPS. Estilos de vida saludables, promoción de la salud y participación comunitaria. [Internet]. [Citado 10 de mayo del 2022]. Recuperado a partir de: <http://educacionpapps.blogspot.com/2014/12/estilos-de-vida-saludables-promocion-de.html>
112. 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. [tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Universidad católica los ángeles de chimbote [citado 27 de abril del 2022] recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/21209/adulto\\_prevencion\\_medina\\_tito\\_ruth\\_elizabeth.pdf?sequence=1&isallowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/21209/adulto_prevencion_medina_tito_ruth_elizabeth.pdf?sequence=1&isallowed=y)
113. 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. [Tesis de licenciatura en internet]. [Ancash – Perú]: ULADECH; 2019 [citada el 10 de marzo del 2022]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25798/ADULTO\\_ESTILOS\\_PALACIOS\\_PEREZ\\_GINA\\_NAOMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25798/ADULTO_ESTILOS_PALACIOS_PEREZ_GINA_NAOMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
114. OPS Y OMS. Promoción de la Salud [Página en internet]. [Citado 10 de mayo del 2022]. Recuperado a partir de: <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>

115. Salud Castilla y León. Prevención y hábitos de vida saludables. [internet]. [Citado el 29 de julio del 2023]. Disponible en: <https://www.saludcastillayleon.es/es/enfermedades-problemas-salud/enfermedad-cardiovascular/prevencion-habitos-vida-saludables>

## ANEXOS

### ANEXO 01: Matriz de consistencia

**Título:** Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto centro Poblado Santa Rosa De Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,2021

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>¿Cuál es relación entre los factores sociodemográficos y el comportamiento de la Salud: ¿Estilos de vida y Apoyo social del adulto del Centro Poblado Santa Rosa De Piedra Rodada_Bellavista_Sullana 2021?</p>	<p><b>Objetivo general</b> Determinar los relacion de factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del Centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada,2021</p> <p><b>Objetivos específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Caracterizar los factores sociodemográficos del Centro Poblado Santa Rosa de Piedra Rodada _ Bellavista_Sullana 2021</li> <li>- Caracterizar las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto del Centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada 2021</li> <li>- Caracterizar el comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto del Centro Poblado Santa Rosa de Piedra Rodada _ Bellavista_Sullana 2021</li> <li>- Explicarla relación de los factores sociodemográficos con estilo de vida y el apoyo social del adulto del Centro Poblado Santa Rosa de Piedra Rodada _ Bellavista_Sullana 2021</li> </ul>	<p>H1: Existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos, acciones de prevención y promoción y el comportamiento de la salud, estilos de vida y apoyo social del adulto del Centro Poblado Santa Rosa de Piedra Rodada _ Bellavista_Sullana 2021</p> <p>H0: No existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos, acciones de prevención y promoción y el comportamiento de la salud,estilo de vida y apoyo social del adulto del Centro Poblado Santa</p>	<p>Factores sociodemográficos (Sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación, ingreso económico y si cuenta con Seguro)</p> <p>Promoción y prevención de la salud (Acciones adecuadas, acciones inadecuadas)</p> <p>Estilos de vida (Estilo de vida saludable, estilo de vida no saludable)</p> <p>Apoyo Social (tiene apoyo social, no tiene apoyo social</p> <p>Estuvo Constituida por 256 personas adultas en el Centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada,2021. La muestra estuvo constituida por 115 personas adultas.</p>	<p>Tipo de Inv: Diseño cuantitativo, descriptivo,</p> <p>Nivel de Inv correlacional,</p> <p>Diseño de Inv: no experimental</p> <p>Población y muestra: Estuvo Constituida por 256 personas adultas en el Centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada,2021. La muestra estuvo constituida por</p>

	- Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción con el estilo de vida y el apoyo social de adultos del Centro Poblado Santa Rosa de Piedra Rodada _ Bellavista_Sullana 2021	Rosa de Piedra Rodada _ Bellavista_Sullana 2021.		115 personas adultas.  Técnica Instrumento entrevista  Instrumento: Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social.
--	--	--	--	---



INSTRUMENTO N°2

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



Autor: María Adriana Vélchez Reyes

CUESTIONARIO SOBRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN

N°	Comportamientos del usuario	CALIFICACION			
		NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
	EJES TEMÁTICOS				
<b>ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN</b>					
1	¿Se ha elaborado un plan de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?				
2	¿Se ha designado un coordinador y/o establecido un grupo de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?				
3	¿Participan las autoridades locales en el desarrollo de medidas de promoción para una alimentación saludables en su comunidad?				
4	¿ofrecen en su comunidad alimentos y bebidas saludables? (no refrescos azucarados, comida rápida, dulces o alcohol)				
5	¿Se provee y promueve la elección de alimentos y bebidas saludables? (precios menores, muestras gratis, etc.)				
6	¿Se ofrece fruta fresca en su comunidad?				
7	¿Se provee agua potable en su comunidad?				
8	¿En los últimos 30 días con qué frecuencia se lavó las manos antes de comer?				
9	¿En los últimos 30 días comió habitualmente frutas?				
10	¿En los últimos 30 días comió habitualmente verduras?				
<b>HIGIENE</b>					
11	¿Se lava las manos con agua y jabón aplicando la técnica adecuada?				
12	¿Realiza el Baño corporal diariamente?				
13	¿Realiza el lavado de los dientes mínimo 3 veces en el día?				
14	¿Mantiene Higiénica y en orden su ropa?				
15	¿Lava los alimentos antes de consumirlos?				
16	¿Mantiene bien Lavado los utensilios de cocina y su cocina?				
17	¿Mantiene en orden y limpia la vivienda?				

18	¿Mantiene ventilada su vivienda?				
19	¿Mantiene Limpio su baño o letrina?				
20	¿Realiza el mantenimiento de su servicio higiénico o su letrina?				
<b>HABILIDADES PARA LA VIDA</b>					
21	¿Sabe escuchar y sabe cuándo hablar?				
22	¿Influencia y regula las emociones de otra persona?				
23	¿Escucha con atención y está dispuesta(o) a discutir los problemas?				
24	¿Es abierta(o) y flexible a las ideas? Apoya y ayuda. Es solidaria(o)				
25	¿Enfrenta los problemas dando solución?				
26	¿Alienta la participación y la cooperación?				
27	¿Orienta y enseña?				
28	¿Confía en el grupo y Estimula las decisiones de grupo?				
29	¿Se comunica abiertamente? ¿Demuestra capacidad de autocrítica?				
30	¿Es expresiva, espontánea y segura?				
31	¿Tiene una personalidad activa?				
32	¿Defiende sus derechos?				
33	¿No presenta temores en su comportamiento?				
34	¿Posee una comunicación directa, adecuada, abierta y franca?				
35	¿Posee usted seguridad en expresarse con los demás?				
36	¿Su comportamiento es respetable por los demás?				
37	¿Se comunica fácilmente con toda clase de personas?				
<b>ACTIVIDAD FISICA</b>					
38	¿Realiza 30 minutos diarios de actividad física al m: subir y bajar escaleras, bailar, andar en bicicleta, nadar, caminar en vez de usar el auto, realizar tareas domésticas y de jardinería, lavar el auto, ¿practicar deportes?				
39	¿Realiza ejercicios de fuerza 2 o 3 veces por semana?				
40	¿Realiza la rutina con 10 minutos de ejercicios de estiramiento?				
41	¿Toma una buena cantidad de líquido durante el día (aproximadamente (aproximadamente 2 litros de agua)?				
<b>SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA</b>					
42	¿Tiene relaciones sexuales actualmente con protección?				
43	¿Se informa de los métodos anticonceptivos?				
44	¿Usa un método anticonceptivo?				
45	¿Se hace exámenes médicos ginecológicos?				
46	¿Usted se alimenta equilibradamente durante su vida reproductiva?				
<b>SALUD BUCAL</b>					

47	¿Se cepilla los dientes por lo menos dos veces al día con pasta dental con fluor?				
48	¿Usa hilo dental?				
49	¿Usa a diario un enjuague bucal con flúor?				
50	¿Tiene exámenes regulares odontológicos?				
51	¿Evita las bebidas gaseosas, los jugos artificiales y las bebidas energéticas?				
52	¿Evita el consumo de tabaco y el alcohol?				
<b>SALUD MENTAL Y CULTURA DE PAZ</b>					
53	¿En general está satisfecho con usted mismo/a?				
54	¿A veces piensa que no sirve absolutamente para nada?				
55	¿Puede hacer las cosas bien como la mayoría de las personas?				
56	¿Cree que tiene muchos motivos para sentirme orgulloso/a ?				
57	¿A veces se siente realmente inútil?				
58	¿Siente que es una persona digna de estima o aprecio, al menos en igual medida que los demás?				
59	¿Siente mucho aprecio por mí mismo/a?				
60	¿Tiendo a pensar que en conjunto es un fracaso?				
61	¿Tiene una actitud positiva hacia mí mismo/a ?				
<b>SEGURIDAD VIAL Y CULTURA DE TRÁNSITO</b>					
62	¿Usa el cinturón de seguridad de manera adecuada?				
63	¿Cruza por la senda peatonal o esquina, donde se tiene prioridad?				
64	¿No utilizar el celular al conducir ni tampoco al cruzar la calle?				
65	¿Usted al cruzar la calle, camina, no corre, y lo hace con precaución?				
66	¿Si maneja bicicleta usa casco?				
67	¿Usted camina por las veredas?				
68	¿Usted cruza la pista cuando el semáforo está en color verde?				
69	¿Usted evita salir a la calle si se encuentra en estado de embriaguez?				
70	¿Si Usted tiene que salir a la calle de noche trae una lámpara, usa ropa clara y con reflejante, se hace notar, camina por la izquierda con el tráfico de frente, ¿si van en grupo caminen en fila?				



### INSTRUMENTO N°3

## UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

### FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

### ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social

en Atención Primaria. Medicina de Familia (And). 2005; 10(6): 10-18.

### CUESTIONARIO DE APOYO SOCIAL

Las siguientes preguntas se refieren al apoyo o ayuda de que Ud. dispone:

1. Aproximadamente, ¿Cuántos amigos íntimos o familiares cercanos tienen Ud.? (Personas con las que se encuentra a gusto y puede hablar de todo lo que se le ocurre).

Escriba el n° de amigos íntimos y familiares cercanos

La gente busca a otras personas para encontrar compañía, asistencia u otros tipos de ayuda ¿Con qué frecuencia Ud. dispone de cada uno de los siguientes tipos de apoyo cuando lo necesita? (Marque con un círculo uno de los números de cada fila)

CUESTIONES: ¿Cuenta con ALGUIEN?	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	La mayoría de las veces	Siempre
2. Que le ayude cuando tenga que estar en la cama	1	2	3	4	5
3. Con quien pueda contar cuando necesite Hablar	1	2	3	4	5
4. Que le aconseje cuando tenga problemas	1	2	3	4	5
5. Que le lleve al médico cuando lo necesite	1	2	3	4	5
6. Que le muestre amor y afecto	1	2	3	4	5
7. Con quien pasar un buen rato	1	2	3	4	5
8. Que le informe y ayude a entender la Situación.	1	2	3	4	5
9. En quien confiar o con quién hablar de sí mismo y sus Preocupaciones	1	2	3	4	5
10. Que le abrace	1	2	3	4	5
11. Con quien pueda relajarse	1	2	3	4	5
12. Que le prepare la comida si no puede Hacerlo.	1	2	3	4	5
13. Cuyo consejo realmente desee.	1	2	3	4	5
14. Con quien hacer cosas que le sirvan para olvidar sus Problemas.	1	2	3	4	5

15. Que le ayuda en sus tareas domésticas si está enfermo.	1	2	3	4	5
16. Alguien con quien compartir sus temores y problemas más íntimos.	1	2	3	4	5
17. Que le aconseje cómo resolver sus problemas personales.	1	2	3	4	5
18. Con quién divertirse	1	2	3	4	5
19. Que comprenda sus problemas	1	2	3	4	5
20. A quien amar y hacerle sentirse querido	1	2	3	4	5

**Resultado:** (suma de los valores correspondientes)

Índice global de apoyo social: Todas las respuestas.

Apoyo emocional: Respuestas número: 3, 4, 8, 9, 13, 16, 17 y 19.

Ayuda material: Respuestas a las preguntas: 2, 5, 12 y 15.

Relaciones sociales de ocio y distracción: Respuestas a las preguntas: 7, 11, 14 y 18.

Apoyo afectivo: Respuestas a las preguntas 6, 10 y 20.

**Interpretación:**

	Maximo	Medio	Mínimo
Índice global de apoyo social	94	57	19
Apoyo emocional	40	24	8
Ayuda material	20	12	4
Relaciones sociales de ocio y distracción	20	12	4
Apoyo afectivo	15	9	3

Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Medicina de Familia (And). 2005; 10(6): 10-18.

**El instrumento MOS** es validado en versión español para Colombia para apoyo social (punto adicional un país socio cultural parecido al nuestro). Presentaron la consistencia interna (también llamada confiabilidad o fiabilidad del instrumento) mediante el alfa de Cronbach por dimensiones y escala global mostrando en la tabla2. Para la validez, utilizaron validez de consistencia interna utilizado en 2 etapas primero Análisis Factorial Exploratorio (Para evaluar si se mantienen todos los ítems originales por dimensiones o se excluye alguno)

y luego un Análisis Factorial Confirmatorio (su mismo nombre lo dice confirma lo anteriormente realizado), reportando los índices de bondad de ajuste (esto se muestra en el instrumento de línea de investigación) de  $GFI=.805$ ,  $AGFI=.752$ ,  $RMSEA= .097$ ,  $AIC=481,89$ ,  $BIC=612,57$ . , mostrando valores significativos concluyendo que es válido el instrumento para 4 dimensiones.



## INSTRUMENTO N°4



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CUESTIONARIO DE 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.upsv15-4.aecm>

CONTENIDO ÍTEMS	NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	
<b>Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores</b>					
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)					
<b>Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores.</b>					
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					
<b>Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores.</b>					
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 reporto 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 03 Validez del Instrumento**  
**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**VALIDEZ DEL INSTRUMENTO**  
**CUESTIONARIO DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD**

**Validez del instrumento:**

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

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

**Dónde:**

$\bar{x}$  : 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.

El 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.

**CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA**

**Validez del instrumento:**

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 utilizó el Análisis Factorial Exploratorio utilizando método Promin, reportando que de los 52 ítem se depuraron 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).

## **CUESTIONARIO DE APOYO SOCIAL**

### **Validez del instrumento:**

La validez de este instrumento se reportó a través de validez de constructo mediante un Análisis Factorial Confirmatorio reportando aceptables índices de bondad de ajuste (GFI= 0.780, AGFI= 0.713, RMSEA=0.113, AIC=566.98 Y BIC= 707.22).



**Anexo 04 Confiabilidad del Instrumento**  
**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE**



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**  
**CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO**

**CUESTIONARIO DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD**

**Confiabilidad del cuestionario**

Se evaluará aplicando el cuestionario a la misma persona por dos entrevistadores diferentes en un mismo día, Se realiza 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 considera muy bueno.

**CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA**

**Confiabilidad del cuestionario**

La confiabilidad del instrumento estuvo dada en 4 dimensiones 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 ( $\alpha=0.88$ ).

**CUESTIONARIO DE APOYO SOCIAL**

**Confiabilidad del instrumento:**

La confiabilidad del instrumento fue reportada por el coeficiente de Alfa de Cronbach para los cuatros dimensiones y escala total. Presentó una alta confiabilidad para la escala total con 0.94 y por dimensiones: Apoyo emocional/informacional ( $\alpha=0.92$ ), Apoyo instrumental ( $\alpha=0.79$ ), Interacción social positiva ( $\alpha=0.83$ ) y Apoyo afectivo ( $\alpha= 0.74$ ).

## Anexo 05: Formato de Consentimiento informado



### PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ENCUESTAS (CIENCIAS MÉDICAS Y DE LA SALUD)

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 Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA,2021.** y es dirigido por Zavala Bermejo Maricielo investigadora de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es: Determinar los factores sociodemográficos los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del caserío Santa Rosa de Piedra Rodada\_Bellavista\_Sullana,2021.

Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 20 minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento [marcielozavala47@gmail.com](mailto:marcielozavala47@gmail.com), 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 su correo. Si desea, también podrá escribir al correo 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 06 Documento de aprobación para la recolección de la información



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carta s/n-2020-ULADECH CATÓLICA

Sr(a)

José Girón

Teniente Gobernador Del centro poblado "Santa Rosa de piedra rodada"

Presente.

De mi consideración:

Es un placer dirigirme a usted para expresar mi cordial saludo e informarle que soy estudiante de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Católica Los Angeles de Chimbote. El motivo de la presente tiene por finalidad presentarme, Zavala Bermejo Maricielo, con código de matrícula N 0412181074, de la Carrera Profesional de Ciencias de la Salud, ciclo VIII, quién solicita autorización para ejecutar de manera remota o virtual, el proyecto de investigación titulado **"FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO EN EL CENTRO POBLADO DE SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA, BELLAVISTA SULLANA 2021"**, durante los meses de estudio del presente año.

Por este motivo, mucho agradeceré me brinde el acceso y las facilidades a fin de ejecutar satisfactoriamente mi investigación la misma que redundará en beneficio del Centro Poblado de Piedra Rodada. En espera de su amable atención, quedo de usted.

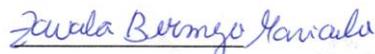
Atentamente,

  
José Cefarino Girón Salceda  
TENIENTE GOBERNADOR  
C.P. SANTA ROSA PIEDRA RODADA



Apellidos y nombre:

DNI:



Apellidos y nombre:

DNI: 76449796.

## **Anexo 07 Evidencias de ejecución (Declaración jurada, base de datos)**

### **Declaración Jurada**

Yo, Maricielo Zavala Bermejo, identificada con DNI 76449796, con domicilio real en (Calle Luis Paredes Maceda Manzana C lote 5) Distritos de Bellavista, Provincia de Sullana, Departamento de Piura.

### **DECLARO BAJO JURAMENTO**

En mi condición de bachiller con código de estudiante 0412181074 de la escuela profesional de enfermería facultad de ciencias de la salud de la universidad católica los ángeles de Chimbote, semestre académico 2023-1.

1. Que los datos consignados en la tesis titulada FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA 2021.

Corresponde a la ejecución de la recolección de datos, realizado por mi persona  
doy fe a que esta declaración corresponde a la verdad.



---

Firma del bachiller DNI 76449796

SULLANA, 23 DE JUNIO DEL 2021

## Cuestionario de factores sociodemográficos

N°	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8
1	2	1	3	1	1	5	1	1
2	2	1	4	1	1	4	1	2
3	1	1	3	1	1	5	4	2
4	1	1	4	1	1	4	1	2
5	1	1	4	2	1	4	1	2
6	2	1	3	1	1	4	1	2
7	1	1	3	1	4	5	4	4
8	2	1	3	3	1	4	1	2
9	2	1	4	1	1	4	1	1
10	2	1	4	1	1	4	1	1
11	2	1	4	1	1	4	1	1
12	1	1	4	1	1	4	1	1
13	2	1	1	1	1	4	1	4
14	2	1	4	1	1	4	3	2
15	1	1	4	1	1	4	1	3
16	1	1	4	1	1	4	3	2
17	1	1	4	1	1	4	1	2
18	1	1	4	1	1	4	4	3
19	2	1	4	1	1	4	3	2
20	1	1	4	1	1	4	1	1
21	2	1	4	1	1	4	3	2
22	1	1	4	1	1	5	3	2
23	1	1	4	3	2	5	5	1

## Cuestionario de acciones de prevención y promoción de la salud

	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	Actividad física			Salud sexual y reproductiva			
												P28	P29	P30	P31	P32	P33	P34
7	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4
8	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3
9	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2
10	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2
11	4	3	3	2	2	3	2	4	1	4	3	3	3	2	2	4	4	4
12	4	2	2	2	2	2	2	2	3	1	3	1	4	1	2	1	2	1
13	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	4	1	1	1
14	4	3	4	4	3	4	2	4	1	4	3	2	1	2	2	4	2	2
15	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
16	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
17	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
18	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
19	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4
20	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	3	3	2
21	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4
22	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
23	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4
24	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
25	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
26	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
27	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4

# Cuestionario de apoyo social

	N°	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18
1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	5	2	5	2	1	2	1	2	1
4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4
5	5	4	5	5	4	2	4	2	4	5	4	4	5	5	5	5	5	5
6	6	2	5	5	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
7	7	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
8	8	4	2	2	2	5	5	4	2	4	5	2	4	4	2	5	2	2
9	9	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
10	10	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
11	11	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
12	12	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
13	13	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
14	14	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
15	15	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
16	16	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
17	17	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
18	18	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
19	19	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
20	20	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
21	21	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
22	22	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2
23	23	4	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	5
24	24	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	1	1	1

# Cuestionario de estilo de vida

	N°	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22
1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
3	3	4	4	4	4	1	4	4	3	1	2	1	4	3	3	3	3
4	4	2	2	4	4	4	4	3	4	4	2	3	4	4	2	3	2
5	5	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3
6	6	2	1	2	4	3	3	3	4	3	2	2	1	4	4	4	2
7	7	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2
8	8	3	2	2	2	4	4	3	4	4	2	2	2	3	2	2	2
9	9	2	3	1	2	3	3	3	3	2	2	2	3	4	4	4	1
10	10	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
11	11	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
12	12	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
13	13	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
14	14	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
15	15	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
16	16	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
17	17	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
18	18	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
19	19	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
20	20	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
21	21	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
22	22	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
23	23	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
24	24	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
25	25	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3
26	26	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
27	27	4	3	1	1	4	3	4	4	2	2	2	3	4	3	3	2

**POBLACIÓN DEL CENTRO POBLADO SANTA ROSA DE PIEDRA  
RODADA\_BELLAVISTA\_SULLANA,2021**

COMUNIDAD	18 - 35	36 - 64	65 a +	TOTAL
AIJA	98	91	67	256

Fuente: SIVICO del centro de salud “Santa Rosa de Piedra Rodada”

$$\text{Tamaño de la muestra} = \frac{\frac{z^2 \times p(1-p)}{e^2}}{1 + \left( \frac{z^2 \times p(1-p)}{e^2 N} \right)}$$

Muestra: La muestra está constituida por 115 adultos del centro poblado Centro poblado de Santa Rosa de Piedra Rodada, 2021