



**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 EN EL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN  
NICOLÁS\_ CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.**

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

**AUTORA**

**MELGAREJO ZAPATA, LUZ MARIA**

**ORCID: 0000-0001-9477-4661**

**ASESORA**

**REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER**

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

**CHIMBOTE - PERÚ**

**2023**



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**ACTA N° 0151-092-2023 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS**

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **17:20** horas del día **10** 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  
**Mgtr. REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER** 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 EN EL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_ CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021**

**Presentada Por :**  
(1212181094) **MELGAREJO ZAPATA LUZ MARIA**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **MAYORIA**, la tesis, con el calificativo de **16**, 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

**Mgtr. REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER**  
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 EN EL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_ CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021. Del (de la) estudiante MELGAREJO ZAPATA LUZ MARIA, asesorado por REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 08% 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, 26 de Setiembre del 2023

---

Mg. Roxana Torres Guzmán  
Responsable de Integridad Científica

## **DEDICATORIA**

Dedico este trabajo con todo mi amor a DIOS, porque él es quien ha guiado mi camino y sin la fortaleza y el ánimo que me da no hubiese logrado nada; también por darme la oportunidad de vivir, crecer, entender, comprender, experimentar, luchar y conseguir lo que me he trazado a lo largo de mi vida.

A mis padres Nolia Zapata y Niceto Melgarejo, por su amor, comprensión, por su apoyo incondicional y porque siempre me han dado el ánimo para seguir continuando a alcanzar mis metas.

A mi pequeño hermano Emir Melgarejo le agradezco por su apoyo y amor incondicional; siempre contare con él en los buenos y malos momentos, realmente agradecida de tenerlo.

**LUZ MELGAREJO.**

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a Dios por cuidarme, protegerme y por siempre estar a mi lado guiándome por el buen camino y dándome fuerzas para seguir adelante venciendo las adversidades, sin perder nunca la dignidad ni fallecer en el intento.

A los adultos del Distrito de San Nicolas que participaron durante la investigación, por su comprensión y tiempo brindado.

A nuestra casa de estudio por habernos formado Profesionalmente, a la Asesora Reyna Márquez Elena Esther por sus valiosas enseñanzas.

**LUZ MELGAREJO.**

## ÍNDICE GENERAL

CARÁTULA .....	I
ACTA DE SUSTENTACIÓN.....	II
CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD.....	III
DEDICATORIA .....	IV
AGRADECIMIENTO .....	V
ÍNDICE GENERAL .....	VI
LISTA DE TABLAS.....	VII
LISTA DE FIGURAS.....	VIII
RESUMEN .....	IX
ABSTRACT .....	X
<b>I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....</b>	<b>1</b>
<b>II. MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>6</b>
2.1. Antecedentes .....	6
2.2. Bases teóricas .....	10
2.3. Hipótesis .....	15
<b>III. METODOLOGÍA.....</b>	<b>16</b>
3.1. Nivel, tipo y diseño de investigación .....	16
3.2. Población y muestra .....	16
3.3. Variables. Definición y operacionalización .....	17
3.4. Técnica e instrumentos de recolección de información.....	19
3.5. Método de análisis de datos .....	23
3.6. Aspectos éticos .....	25
<b>IV. RESULTADOS .....</b>	<b>26</b>
4.1. Resultado .....	26
4.2. Discusión.....	43
<b>V. CONCLUSIONES .....</b>	<b>62</b>
<b>VI. RECOMENDACIONES .....</b>	<b>63</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>64</b>
ANEXO 01 Matriz de consistencia .....	75
ANEXO 02 Instrumento de recolección de información.....	77
ANEXO 03 Validez del instrumento .....	88
ANEXO 04 Confiabilidad del instrumento.....	90

<b>ANEXO 05 Formato de consentimiento informado.....</b>	<b>91</b>
<b>ANEXO 06 Documento de aprobación para la recolección de la información ..</b>	<b>92</b>
<b>ANEXO 07 Evidencias de ejecución (Declaración jurad, base de datos) .....</b>	<b>93</b>

## LISTA DE TABLAS

	Pág.
<b>TABLA 1:</b> FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS EN EL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS _CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.....	26
<b>TABLA 2:</b> ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD EN EL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS _ CARLOS FERMÍN FITZCARRALD,2021.....	32
<b>TABLA 3:</b> ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS _CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.....	34
<b>TABLA 4:</b> APOYO SOCIAL EN EL ADULTO DEL DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS _CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.....	36
<b>TABLA 5:</b> RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS Y EL ESTILO DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS_ CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.....	40
<b>TABLA 6:</b> RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS _CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.....	41
<b>TABLA 7:</b> RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y APOYO SOCIAL DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS_ CARLOS FERMÍN FITZCARRALD,2021.....	42

## LISTA DE FIGURAS

Pág.

<b>FIGURA DE LA TABLA 1: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS-CARLOS FERMÍN FITZCARRALD,2021.....</b>	<b>28</b>
<b>FIGURA DE LA TABLA 2: ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS-CARLOS FERMÍN FITZCARRALD,2021.....</b>	<b>33</b>
<b>FIGURA DE LA TABLA 3: ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS-CARLOS FERMÍN FITZCARRALD,2021.....</b>	<b>35</b>
<b>FIGURA DE LA TABLA 4: APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS-CARLOS FERMÍN FITZCARRALD,2021.....</b>	<b>37</b>

## RESUMEN

La presente investigación de tipo cuantitativo tuvo por objetivo Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del Distrito de San Nicolás-Carlos Fermín Fitzcarrald. El universo muestral estuvo constituido por 100 adultos, se utilizó la técnica de la entrevista y la observación, los datos obtenidos fueron procesados en el programa estadístico SSPS. 25.0. Se presentaron los datos en tablas, figuras. Para establecer la relación de Chi cuadrado en 95% de confiabilidad y significancia de  $p < 0.05$ . Llegando a los siguientes resultados y conclusiones: en los factores sociodemográficos el 61 % son mujeres, el 61 % tienen entre 36 a 59 años, el 73% son católicos y el 88% tienen SIS. El 51% tienen una adecuada acción de prevención y promoción de la salud. El 70% tienen estilo de vida saludable. En 86% tienen apoyo social. Al realizar la prueba del Chi Cuadrado entre los factores sociodemográficos y con los estilos de vida se encontró que, no existe relación y en los factores sociodemográficos con apoyo social si existen relación. Asimismo, al realizar la prueba del Chi Cuadrado entre las acciones de prevención y promoción de la salud con los estilos de vida se encontró que, si existe relación, y al realizar la prueba del Chi cuadrado de prevención y promoción de la salud con el apoyo social encontrando que no existe relación entre ambas variables.

**Palabras claves:** Adulto, Apoyo social, Estilos de vida, Factores Sociodemográficos.

## ABSTRACT

The objective of this quantitative research was to determine the sociodemographic factors and the prevention and promotion actions associated with health behavior: lifestyles and social support in the District of San Nicolás-Carlos Fermín Fitzcarrald. The sample universe consisted of 100 adults, the interview and observation technique was used, the data obtained were processed in the SSPS statistical program. 25.0. The data was presented in tables, figures. To establish the Chi square relationship at 95% reliability and significance of  $p < 0.05$ . Arriving at the following results and conclusions: in the sociodemographic factors, 61% are women, 61% are between 36 and 59 years old, 73% are Catholics and 88% have SIS. 51% have an adequate prevention and health promotion action. 70% have a healthy lifestyle. In 86% they have social support. When performing the Chi Square test between the sociodemographic factors and lifestyles, it was found that there is no relationship and in the sociodemographic factors with social support there is a relationship. Likewise, when carrying out the Chi Square test between the prevention and health promotion actions with the lifestyles, it was found that, if there is a relationship, and when carrying out the Chi square test of prevention and health promotion with the support finding that there is no relationship between both variables.

**Keywords:** Adult, Social support, Lifestyles, Sociodemographic factors.

## I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Según la Organización Mundial de Salud (OMS), (1) la promoción de la salud es un proceso que admite a los individuos fortalecer y desarrollar el control de su salud, poniendo en práctica enfoques participativos en el cual las instituciones participan colaborando para la creación de las condiciones necesarias que garanticen la salud y el bienestar de todos. Además de ello los cambios que han ocurrido anteriormente o siguen ocurriendo han ayudado a transformar comunidades y sistemas que han garantizado el acceso a los servicios de salud.

El estilo de vida se relaciona con la promoción de la salud porque incluyen las conductas que están relacionadas con la salud del individuo tanto con sus prácticas, vicios, alimentación y entretenimiento por lo que es importante la promoción de la salud en las personas ya que por medio de esto pueden prevenir enfermedades y mejorar su calidad de vida (2).

En el mundo la prevención y promoción tiene una labor y finalidad importante que es evitar el surgimiento de enfermedades y evitar los peligros que puede producir en la salud del individuo, así mismo esto es una preocupación que afecta a todos los países del mundo, por ello se ha visto necesario reforzar actividades que ayuden a prevenir enfermedades promocionando a la persona los buenos hábitos que van a favorecer su salud (3).

En el año 2021 a nivel universal la Organización Internacional de Trabajo se sumó al plan de Acción Global para fomentar el confort de todas las personas. El plan congrega a diferentes organizaciones con experiencias en campo de la salud, para apoyar a varios países a conseguir el progreso sostenible para el año 2030 (4).

En España, la Organización Mundial de la Salud solicitó a los líderes mundiales que se comprometieran a promover la salud a través del lema Salud para Todos cuyo propósito de este compromiso fue garantizar que las personas tengan acceso equitativo a un sistema de salud conocido como Universal Cobertura de Salud, lo que significa que toda persona tiene acceso a cualquier servicio de salud que vayan a necesitar. Para tener una salud de calidad, las personas deben tener acceso a una gama completa de servicios esenciales. Pero todas estas intervenciones tienen un costo ya que ningún país puede cubrir todos los gastos de los servicios médicos de una forma sostenible (5).

En América Latina la promoción de la salud es un tema bastante preocupante tanto como para la salud pública, la política y del mismo modo también está incluido la economía porque lo que se busca en general es una equidad para toda la comunidad, con el objetivo de

perfeccionar la calidad de vida y garantizar una buena salud de los individuos y de la población en general (6).

En México hay un desinterés por parte de sus autoridades en cuanto a la promoción de la salud de su población por lo que se ve enfermedades en su población en general y no se atiende las necesidades de cada individuo. El Instituto Nacional de Estadística y Geografía nos ha dado a conocer unos datos donde se observa el aumento de enfermedades crónicas en los adultos, por lo que el IMCO está haciendo todo lo posible porque se brinde una buena calidad de servicios que sean eficientes y que sean centrados hacia el paciente (7).

El Gobierno de Guatemala se planteó en el año 2019 restablecer el sector de salud, esto se debe al aumento de sus habitantes y las altas tasas pueden ser factor principal para el aumento de enfermedades, por lo que se planteó una estrategia de respuesta preventiva para promover y prevenir enfermedades, los Ministerios de Salud Pública y Asistencia Social de Guatemala lanzaron campañas de vacunación en el Día Transfronterizo Protege a tu Comunidad. Haz tu parte. #Vacunate, estas campañas tuvieron como objetivo erradicar los brotes de sarampión; también Guatemala y Honduras implementaron vacunas para la protección contra la tos ferina, el tétanos y la difteria en los lactantes (8,9).

En Costa Rica, los Ministerios de Salud y Educación desarrollaron programas en las diferentes ciudades para promover el crecimiento físico social y emocional de la sociedad y en el 2011 se suscitó un acontecimiento importante ya que se planteó un programa de promoción y protección de la salud, que incluye tres estrategias que son educación, promoción de la salud y participación social. Sus objetivos preventivos y promocionales son monitorear el valor nutritivo y la calidad comercial de los alimentos que son recibidos por la comunidad local (10).

En Ecuador destacan la importancia de prevenir enfermedades en los sectores más vulnerables ya que ellos son lo que mayormente los adquieren de distintas formas y por otro lado existe un problema con el sobrepeso y la obesidad por lo que se está trabajando e informando a la población sobre el riesgo que le puede causar a la salud y mediante ello las personas puedan tomar conciencia y puedan reflexionar y tratar de llevar una vida saludable lo que les va a llevar a gozar de una buena salud (11).

En Chile priorizan la promoción de la salud porque son fundamentales para el desarrollo del país además de ello tienen como finalidad lograr que su nivel de salud mejore en sus

habitantes realizando acciones de educación y fomentando la buena salud de toda la población (12).

En Perú, la ley General de la Salud, dice que es compromiso del estado fomentarla y el Departamento de Salud defiende la dignidad de sus usuarios mediante la promoción de prácticas saludables que son orientadas a la prevención de enfermedades para promover su bienestar; también asegura la atención integral de la salud de la población del país. El MINSA por otro lado desarrolla y lleva a cabo las iniciativas para gestionar todos los recursos y esfuerzos que el Estado destina a la solución de los problemas de la salud de los peruanos (13).

En el 2019 en Perú, el Instituto Nacional de Enfermedades Neoplastias realizo una capacitación sobre la prevención del cáncer con el fin de motivar y educar a la población con la ayuda de algunos representantes de los diversos distritos que conforman. Según Javier M, director ejecutivo del Ministerios de PS, Prevención y Control Nacional del Cáncer; este paso se dio porque en muchos casos no se tiene suficiente información sobre qué factores o causas provocan el cáncer, otro problema es que no saben cómo y dónde hacer un diagnóstico a tiempo. Estos defensores brindarán información sobre nutrición, las consecuencias del consumo excesivo del alcohol y otra información que puede ayudar a evitar el cáncer (14).

En la región de Ancash los profesionales de la salud mostraron una preocupación por la población por lo que creyeron conveniente realizar campañas promocionando la salud y la prevención de enfermedades con el fin de lograr el bienestar de cada poblador y de ese modo disminuir las posibilidades de adquirir cualquier enfermedad que dañen su salud, aparte de ello otro dato importante es que la DIRESA se encuentra implementando el plan de la Prevención de la Anemia 2016-2021 (15).

El alcalde de la provincia del Santa y el director de la Red de Salud del Pacífico Norte acordaron la ley “Convenios de Gestión Territorial para la Promoción de la Salud 2019-2022”. En el que se plantea desarrollar áreas de prevención de la anemia, pero para esta ley se desarrollaron estudios tecnológicos de decisiones bien meditadas y los estudios determinaron en qué lugares hay alto riesgo de anemia y por ende se tomaron decisiones (16,17).

En Ancash (Huaraz) en el año 2019 se inauguró espacios destinados a la salud mental y adiciones cuyo objetivo fue aumentar de forma positiva el ingreso mayoritario de las personas a los servicios tanto como el tratamiento, promoción y prevención de la salud

mental. Para lo cual el hospital cuenta con especialistas como psiquiatras, enfermeros y psicólogos todo con el fin de brindar una buena atención a los pacientes (18).

Frente a esta problemática no pasa desapercibido los adultos del Distrito de San Nicolás. El distrito de San Nicolás fue creado el 06 de junio del año 1983, está ubicada en la región de Ancash de la provincia de Carlos Fermín Fitzcarrald, está conformado por 6 Barrios, la mayoría de las casas están construidas a base de tapia y la mayor parte de la población se dedican a la agricultura, algunos son comerciantes y docentes. De la misma manera, este Distrito alberga aproximadamente a 450 adultos de los cuales tenemos como muestra a 100 adultos entre varones y mujeres, este lugar no cuenta con pistas, ni agua potable, pero si con luz , tienen un campo deportivo llamado “Catcash”, cuenta con plaza, una Institución Educativa Inicial, una Institución Educativa de primaria, otra Institución Educativa, también cuenta con un Instituto Superior Tecnológico, además cuenta con un Centro de Salud al que acuden los adultos del Distrito, los paquetes que brinda el Ministerio de salud son, odontología, obstetricia entre otras más . Además, el Distrito cuenta con una iglesia Evangélica, católica e Israelita, y con actividades de comercio donde comercializan abarrotes, frutas y verduras y restaurantes en la cual se benefician todos los pobladores.

Según lo antes mencionado se formula el siguiente problema de investigación:

¿Existe asociación entre los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: Estilos de vida y Apoyo social en el adulto del Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald,2021?

Así mismo, en estos últimos años se ha visto la existencia mayoritaria de muchas enfermedades terminales que causan la muerte de muchos adultos a causa de los malos hábitos, por ello, la presente investigación podrá mostrar cuáles son los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: Estilos de vida del adulto y el apoyo social en el Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald 2021.

Por consiguiente, esta investigación es de beneficio, porque admitirá a los estudiantes de la salud a ejecutar próximas investigaciones que pueden ser de las mismas variables o también de otras enfermedades que atacan la salud de los adultos utilizando esta investigación como base principal para ahondar mayor conocimiento. De esta forma contribuir a la población de adultos del Distrito de San Nicolás a entender el valor de la validez de perfeccionar el nivel de vida.

Con relación a la salud es fundamental porque mediante esto el profesional de la salud tomara decisiones ante los adultos teniendo en cuenta las conclusiones y recomendaciones, que pueden ser de gran ayuda para aumentar la eficacia de las estrategias de promoción de la salud en los adultos del Distrito de San Nicolás y disminuir los factores de riesgo que existen.

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

Determinar la relación de los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: Estilos de vida y Apoyo social en el adulto del Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.

Para responder el objetivo general hemos planteado los siguientes, objetivos específicos:  
Caracterizar los factores sociodemográficos del adulto del Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.

Caracterizar las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto del Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.

Caracterizar el comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto del Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.

Explicar la relación de los factores sociodemográficos con el comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto del Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.

Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes

#### 2.1.1. Antecedente Internacionales

**Hernández, et al** (19) en su investigación denominada “Efectividad de intervención educativa sobre estilos de vida en adultos, Nueva Paz-Cuba, 2020”. Objetivo: Identificar los estilos de vida de los adultos. Metodología: cuasiexperimental sin grupo control, en adultos del Policlínico Felipe, Nueva Paz. Resultados: El 70 % de los adultos modificaron sus estilos de vida en las dimensiones: hábitos alimentarios (84 %); condiciones físicas (76 %) y hábitos tóxicos (72 %). Conclusiones: La intervención educativa sobre estilos de vida en adultos del Policlínico Docente Felipe Nueva Paz, provincia Mayabeque, fue evaluada como efectiva, ya que más del 70 % de los adultos modificaron sus estilos de vida.

**Trujillo D,** (20) en su investigación denominada “Estrategia de intervención para mejorar la calidad de vida del adulto mayor, Ciudad de la Habana; oct – dic, 2020.” Con el objetivo: diseñar una estrategia de intervención para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores. Con metodología: descriptiva – evaluativa, diseño de la estrategia y una segunda etapa de realización de intervenciones. Teniendo como resultado: predominó el sexo femenino, la calidad de vida fue más alta en las personas con pareja, no existió correlación con el nivel de escolaridad ni se encontró polifarmacia en los adultos mayores; la autoestima, los estilos de vida saludables y la calidad de vida se elevaron considerablemente después de la intervención. Concluye: que la estrategia de intervención diseñada contribuyó a elevar la calidad de vida en los adultos mayores.

**Toapaxi, et al** (21) en su investigación denominada “Influencia del estilo de vida en el estado de salud de los adultos Sector la Unión, Provincia de Cotopaxi, Ecuador, 2019”, tuvo como objetivo: Analizar el estilo de vida y su influencia en el estado de salud de los adultos mayores del Sector la Unión, Provincia de Cotopaxi, Ecuador, con metodología de tipo cuantitativo, correlacional, transversal, con una muestra censal de 35 adultos mayores. Resultado; los datos demográficos predominan el sexo en 63%, 71% son indígenas, el 44% con edad entre 60-70 años, en la alimentación la mayoría consume dietas hiposódicas y

bajas en grasas, concluyendo; La población mantiene un estilo de vida adecuado, sin embargo, se evidenció debilidades que se deben fortalecer con actividades educativas de promoción de salud como el poco consumo frutas y verduras, hábitos cafeicos frecuentes.

**Cedeño M,** (22) en su investigación denominada “Rol del Profesional de Enfermería como Educador Sanitario; Prevención de la Diabetes en Adulto Mayor, Centro de Salud Cisne N° 2 Guayaquil, 2018”. Tuvo como objetivo evaluar el conocimiento que poseen los adultos mayores que acuden al centro de salud Cisne N° 2, acerca la prevención de la diabetes mellitus, su metodología es cuantitativa con enfoque descriptivo de corte transversal, cuyo resultado reflejan que el 15% se realiza exámenes cada año y el 5% nunca, el 80% afirma poseer familiares que presenten esta enfermedad, concluyendo que existe desconocimiento de los adultos mayores sobre las complicaciones que puede con llevar a la Diabetes Mellitus.

### **2.1.2. Antecedentes Nacionales**

**Pujay E,** (23) en su investigación denominada “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. Metodología: tipo cuantitativo explicativo, correlacional y de corte transversal. Se trabajó con una muestra de 130 adultos pescadores. Conclusiones 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.

**Ríos M,** (24) en su investigación denominada “Factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción, estilos de vida y apoyo social del adulto de Jesus de Nazareth\_Trujillo,2019”. Tuvo como objetivo “determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción estilos de vida y apoyo social del adulto de Jesús de Nazareth\_Trujillo, 2019.” La metodología usada fue cuantitativo, descriptivo. Los resultados evidencian que 56% eran varones, 69% entre edades de 25 a 45 años, 54% tiene SIS, la mayoría tiene grado de instrucción secundaria. Casi la totalidad tiene estilos de vida saludable, la

mayoría tiene apoyo social. En conclusión, al relacionar las acciones preventivas y de promoción con el estilo de vida se determinó que si tienen relación.

**Angles, et al** (25) en su investigación denominada “Efectividad del Programa de Promoción de la Salud y Prevención de Enfermedades Ocupacionales en el Lugar de Trabajo. Lima-Perú. 2018”. Tuvo como objetivo: Sistematizar las evidencias sobre la efectividad del programa de promoción de la salud y prevención de enfermedades ocupacionales. Su metodología es cuantitativa con diseño de investigación observacional y retrospectivo, su resultado es seleccionar 10 artículos científicos de mayor nivel de evidencia relacionados al programa de promoción de la salud y prevención de enfermedades ocupacionales. Se concluye que las investigaciones que han sido analizadas dentro del programa de promoción de la salud en el lugar han sido eficaces en la prevención de enfermedades ocupacionales.

**Gomero, et al** (26) en su investigación denominada “La Promoción de la Salud en el Lugar de Trabajo, una Alternativa para los peruanos, Lima 2018”. Tuvo como objetivo: Lograr la implementación de la promoción de la salud en los trabajos. Metodología: Descriptiva correlacional y cuantitativa no experimental. Resultado: Se 51% incrementó en ambientes de trabajos seguros y saludables. Conclusión: La promoción de salud ha logrado influenciar en la salud y estilos de vida de los adultos y mantener ambientes saludables en los trabajos.

**Hebert, et al** (27) en su investigación denominada “Prevención y promoción Social y calidad de vida en los beneficiarios del centro integral de atención al adulto del distrito de Huacho, 2018”. Como objetivo Determinar la relación que existe entre la prevención y promoción social y calidad de vida en el centro integral de atención al adulto, la metodología se utilizó el estudio transversal, resultados tenemos que el 58,6 % de los adultos tienen conocimientos de prevención y promoción y calidad de vida. Así mismo concluimos que la mayoría de adultos conocen sobre la prevención y promoción de salud.

### 2.2.2. Antecedentes locales

**Aniceto T,** (28) en su investigación denominada “Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del distrito de Caraz - Ancash, 2020”. Tuvo como objetivo: Determinar los estilos de vida y factores biosocioculturales en los adultos. Metodología: tipo cuantitativa, de nivel descriptivo – correlacional, de diseño transversal y no experimental; la muestra estuvo conformada por 369 adultos. Los resultados obtenidos son: El 76,96% de los adultos encuestados no tienen un estilo de vida saludable, el 57,45% tienen edades entre los 36 a 59 años, el 42,82% tienen ingresos entre 600 a 1000 soles, son empleados, conviven con sus parejas, y como grado de instrucción tiene secundaria incompleta. Se concluye que existe relación directa y estadísticamente significativa entre los factores biosocioculturales y el estilo de vida de los adultos del distrito de Caraz.

**Sánchez C,** (29) en su investigación denominada “Cuidados de Enfermería en la Promoción y Determinantes de la Salud de los Adultos del Centro Poblado Toclla\_Huaraz, 2019”. Tuvo como objetivo: Describir la relación entre los cuidados de enfermería en la promoción y los determinantes de la salud de los adultos del centro poblado de Toclla, metodología cuantitativa, descriptivo; obteniendo como resultados que los cuidados de enfermería en la promoción son inadecuados; más de la mitad son de sexo femenino, adultos maduros, menos de la mitad refiere que no fuman, ni han fumado de manera frecuente al igual que beben alcohol ocasionalmente y en la totalidad no recibió apoyo social natural; concluyendo que realizando el cruce de variables se encontró que estas no se relacionan significativamente de manera estadística.

**Cerna A,** (30) en su investigación denominada “Cuidados de Enfermería en la Promoción y Determinantes de Salud de los Adultos del Caserío de Mashuan - San Nicolás - Huaraz, 2018”. Tuvo como objetivo: Determinar la relación entre el cuidado de enfermería en la promoción y los determinantes de salud de los adultos del caserío de Mashuan, metodología cuantitativa, descriptivo, resultados la mayoría de adultos refieren que el cuidado de enfermería en la promoción es adecuado, son de sexo femenino, trabajo eventual, casi en su totalidad no fuman, realizan exámenes médicos periódicos, caminan diario, duermen de 6 a 08 horas,

consumen más carbohidratos, casi en su totalidad recibieron apoyo social, cuentan con SIS- MINSA, concluyendo que no existe relación estadísticamente significativa entre el cuidado de enfermería y los determinantes de salud.

## **2.2. Bases teóricas**

La presente investigación tiene como sustento a las bases teóricas y conceptuales del modelo de promoción de la salud de Nola Pender.

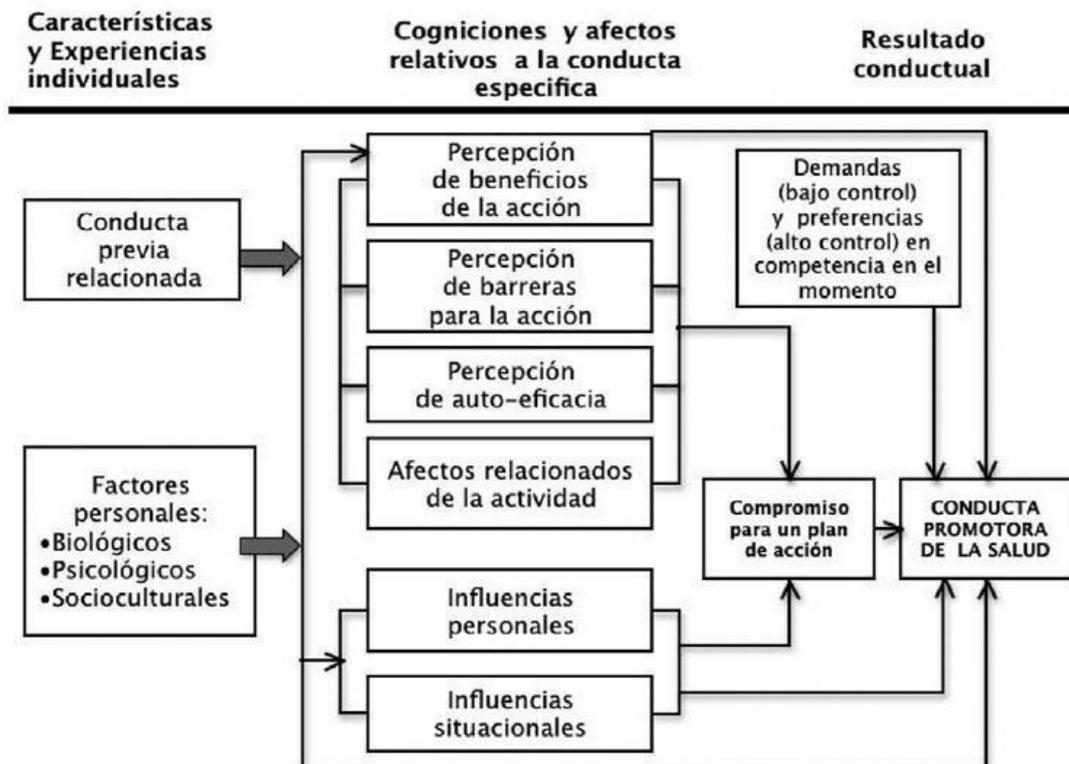
La enfermera Nola Pender nació el 16 de agosto de 1941 en Lansing, Michigan, EE.UU. Recibió su título de enfermería de la Escuela de Enfermería de West Suburban Hospital Oak Park en el año 1962; en su investigación doctoral, se centró en los cambios a nivel evolutivo observados durante la codificación de la memoria de los niños, y fue aquí donde Pender se interesó en su comprensión de la salud humana, que más tarde daría lugar a modelos de promoción de la salud con el que se comprometió en mejorar el nivel de vida de las personas a través de un modelo de promoción de la salud. La promoción de la salud es fundamental en cuanto a la temprana atención de la salud, el valor de esta actividad es cada vez más reconocido y apreciado debido a su eficacia y rentabilidad para reducir la morbilidad y moderar el impacto social y económico de la enfermedad (31).

Así mismo, el modelo destaca la promoción de la salud como un proceso diseñado para brindar a la sociedad y a los individuos, mecanismos insustituibles para el autocontrol de su salud. La aplicación de esta estrategia significa que se debe organizar un medio ambiente saludable que promueva la participación de toda la sociedad en conjunto, a fin de contribuir a construir un estilo de vida más saludable en la ciudadanía. Para lograrlo, es necesario adherirse a esta estrategia, buscando la participación de toda la comunidad (32).

Este modelo de Nola, es uno de los modelos más importantes en la historia de la enfermería, lo cual precisa que los determinantes de la promoción de la salud y estilos de vida se encuentran divididos en factores cognitivos perceptuales en donde se entiende que son como las creencias e ideas que inducen a conductas y comportamientos, el cual es relacionado con la toma de decisiones que favorecen a la salud, estas condiciones llevan a las personas a que cambien su estado a un estado totalmente positivo de la salud, el fin de este modelo es predecir las conductas saludables, donde se logra explicar las

características y experiencias vividas, de las conductas previas que tiene un ser humano, la cual consistía en entender las creencias cognitivas específicas y la influencia que ejerce cada determinada creencia en cada determinado comportamiento (33).

### Modelo de la promoción de la salud (Nola Pender, 1996)



**Fuente:** Modelo de Promoción de la Salud de Pender 1996. En: Cid PH, Merino JE Stiepovich JB

Este modelo de promoción de salud de Nola Pender, se llega a ampliar los aspectos relevantes que se llegan a intervenir en la modificación de las conductas de los seres humanos, ya que su modelo de Promoción de Salud, se habla de 3 factores muy importantes que viene ser la Características y Experiencias individuales, las cuales se divide en dos puntos que son:

**Conducta previa relacionada:** Se refiere a experiencias anteriores que pudieran tener efectos directos e indirectos en la probabilidad de comprometerse con las conductas de promoción de la salud (34).

**Factores personales:** Describe los factores personales que se divide en tres factores predictivos las cuales son: factores personales biológicos; es de variable que viene ser la edad, sexo, estado de menopausia; factores personales psicológicos; es de la

autoestima, automotivación, estado de salud y factores personales socioculturales; es de raza, etnia, aculturación, formación y estado socioeconómico (34).

La segunda columna trata de cogniciones y efectos relativos a la conducta específica que se divide en 6 puntos, la cual el primero corresponde a los beneficios percibidos por la acciones que es un resultado positivo anticipado que se llega a producir con la expresión de la conducta de salud, en el segundo punto las barreras percibidas para la acción es decir que las apreciaciones negativas o desventajas de la propia persona que se puede obstaculizar un compromiso de acción, en el tercer punto es la autoeficacia percibida, que se llega a constituir uno de los conceptos muy importantes de este modelo de Promoción de Salud, el cuarto punto es el afecto relacionado con el comportamiento que es decir de las emociones directamente con los pensamientos positivos o negativos que viene ser favorables o desfavorable hacia la conducta, en el quinto aspecto nos menciona acerca de las influencias que se consideran para que una persona adopte conductas de promoción de la salud y para finalizar el sexto aspecto no hablas de las influencias del entorno (35).

La teoría consta de cuatro paradigmas que apoyan la teoría porque determinarán los eventos.

**Persona:** La persona busca y crea condiciones de vida que pueda expresar de manera libre y desarrollar su potencial humano (36).

**Entorno:** Las personas están en constante interacción con su entorno teniendo en cuenta que ello se va transformando a lo largo del tiempo; y los profesionales de salud forman parte de su entorno interpersonal que influencia de manera positiva en la vida las personas (37).

**Enfermería:** Es responsabilidad de la enfermera velar por el bienestar físico y mental de las personas ya que es el sustento principal de algún plan de reforma (38).

Finalmente, la tercera columna nos hace mención acerca del resultado conductual, donde se comprueba si la persona adquirió una conducta promotora de la salud, la cual se verá reflejado en la calidad y estilo de vida que la persona refleje anta la sociedad (39).

Para fortalecer dicho modelo estos se dividen en dimensiones de los cuales tres dimensiones han sido renombradas, Autorrealización ha sido renombrada Crecimiento Espiritual, Apoyo Interpersonal ha sido renombrada Relaciones y la sub escala Movimiento ha sido renombrada Actividad Física. A continuación, se presenta la dimensión de Nola P. (40).

**Responsabilidad por la salud:** Los sentidos deben estar activos, juegan un papel importante para lograr el bienestar, el individuo debe cuidar mucho su salud, educarse con contenidos valiosos referente a la alimentación saludable, también deben realizar ejercicios y contar con apoyo de un profesional (41).

**Actividad física:** incluye actividades y movimientos ligeros, moderados y vigorosos; esto se puede hacer a través de un programa de seguimiento y planificación para mantenerlos en buen estado físico (41).

**Nutrición:** Esto implica elegir y comer suficientes alimentos para mantener la salud, el cuerpo y el bienestar. Por lo que se debe seguir ciertas pautas y métodos de la Pirámide Alimenticia (41).

**Crecimiento espiritual:** Se focaliza en desarrollar recursos internos asimismo ayuda a uno a superar y conectarse; cuando una persona es trascendida, está en constante contacto con los que le rodean, se siente equilibrada, está en paz consigo misma y con los demás (41).

**Relaciones interpersonales:** Aquí domina la comunicación, a través de la cual se gana la confianza de la otra persona, se establece una buena intimidad, se fortalecen relaciones importantes, se comparten pensamientos y sentimientos y se transmiten sentimientos a través de mensajes verbales y no verbales (41).

**Manejo del estrés:** este marco identificará y movilizará factores psicológicos y físicos, así como formas de reducir y controlar eficazmente la presión y la tensión (41).

### **1.2.2. Bases conceptuales**

**Los factores sociodemográficos:** Proporcionan un perfil conocido de quienes brindarán apoyo social o comunitario, es decir, encontrarán a las personas en quienes realizarán los cuidados y cuidadores, relaciones familiares, estado civil, edad, nivel

educativo, situación laboral, nivel económico y clase social; este factor afecta la salud y el apoyo social, sirve como un obstáculo para detectar estrés psicosocial y físico en la salud de un individuo, los factores sociodemográficos afectan el apoyo social como un conjunto de interacciones a través de las cuales un individuo recibirá apoyo instrumental, emocional o financiero. saber qué factores ayudarían a una persona a apoyarse en alguien con factores sociodemográficos favorables (42).

**Acciones de prevención y promoción de la salud:** Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), (43) la promoción de la salud es el desarrollo por medio el cual los usuarios logran un mayor control acerca de su salud. Debe ser puesta en práctica entre personas, comunidades, organizaciones e instituciones a través de estrategias participativas que aseguren la salud y el bienestar de todos. La salud facilita los cambios ambientales, promoviendo y protegiendo la salud a través de cambios y cambios en los sistemas y la sociedad, así como para ayudar a los colonos de manera especial.

**Estilo de vida:** El estilo de vida es la forma en que una persona vive en la vida cotidiana, que se manifiesta en el contexto de cómo se comporta una persona, especialmente en áreas distintas a la vida cotidiana. Además de las costumbres, también está influenciado por los bienes que posee (44).

**Apoyo social:** Es la percepción y la realidad que existen sujetos que se interesan por nosotros y de que constituimos parte de un conjunto social que no puede brindar su ayuda y sus recursos. Comprender de donde procede el apoyo es fundamental ya que esto ocasiona distintos efectos en base a la salud emocional y física de los individuos (45).

### **2.3. Hipótesis**

**H1:** Existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.

**H2:** No existe relación estadísticamente significativa entre las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald,2021.

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1. Nivel, tipo y diseño de investigación

##### **Nivel de la investigación**

Correlacional – transversal, se determinó la relación que existe entre dos o más variables y la recolección de la información se tomó en un solo periodo de tiempo (46)

##### **Tipo de investigación**

Cuantitativa: Porque tiene como objetivo evaluar los datos numéricamente medibles, fue relacionado con cuentas y números, explicará la realidad social enfocándose en lo externo y en lo objetivo; las mediciones y los indicadores sociales tendrán que ser exactos, todo tiene que tener una relación (47).

##### **Diseño de la investigación**

No experimental, debido a que los datos no serán manipulados en las variables de estudio y se reportaron en su contexto natural tal y como son.

#### 3.2. Población y muestra

##### **Población**

La totalidad de la población adulta del Distrito de San Nicolás \_Carlos Fermín Fitzcarrald es de 450 habitantes.

##### **Muestra**

Se determinó la muestra mediante muestreo no probabilístico por conveniencia debido a la pandemia del covid-19, siendo esta para el presente estudio de 100 adultos que habitan en el Distrito de San Nicolás \_Carlos Fermín Fitzcarrald.

##### **Unidad de análisis:**

Cada adulto del Distrito de San Nicolás, que formó parte de la muestra y respondió a los criterios de la investigación.

##### **Criterios de Inclusión:**

- Adultos que vivieron más de 3 años en el Distrito de San Nicolás
- Adultos del Distrito de San Nicolás, que aceptaron participar en el estudio.
- Adultos del Distrito de San Nicolás, que estuvieron aptos para participar en los cuestionarios como informantes sin importar nivel de escolarización, sexo y condición socioeconómica.

**Criterios de Exclusión:**

- Adultos del Distrito de San Nicolás, que presentaron problemas psicológicos.
- Adultos del Distrito de San Nicolás, que presentaron problemas de comunicación.

**3.2. Variables. Definición y operacionalización**

**I. FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS:** Son indicadores utilizados para describir a las personas en términos de edad, raza/etnia, sexo, género, nivel educativo en el idioma principal, situación laboral, ingresos, profesión, estado civil, número total de personas que viven en la casa, condiciones de vida y factores similares (48).

**Sexo****Definición Operacional:**

Escala nominal

- Masculino
- Femenino

**Edad****Definición Operacional:**

Escala de razón

- Adulto joven (18 a 35 años)
- Adulto maduro (36 a 59 años)
- Adulto mayor (60 a más)

**Grado de Instrucción****Definición Operacional**

Escala Ordinal

- Analfabeto (a)
- Primaria
- Secundaria
- Superior

**Religión****Definición Operacional:**

Escala nominal

- Católico
- Evangélico

- Otras

### **Estado civil**

#### **Definición Operacional**

##### **Escala nominal**

- Soltero
- Casado
- Viudo
- Conviviente
- Separado

### **Ocupación**

#### **Definición Operacional**

##### **Escala Nominal**

- Obrero
- Empleado
- Ama de casa
- Estudiante
- Otros

### **Ingreso económico**

#### **Definición Operacional:**

##### **Escala de razón**

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

### **Tipo de seguro**

#### **Definición Operacional**

##### **Escala nominal**

- EsSalud
- SIS
- Otro seguro

- No tiene seguro

## **II. ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD**

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

### **Definición operacional**

- Acciones adecuadas
- Acciones inadecuadas

## **III. ESTILOS DE VIDA**

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

### **Definición operacional**

- Estilo de vida saludable
- Estilo de vida no saludable

## **IV. APOYO SOCIAL**

**Definición conceptual:** El apoyo social es el conjunto de recursos humanos y materiales con que cuenta un individuo o familia para superar una determinada crisis (enfermedad, malas condiciones económicas, rupturas familiares, etc. (51).

### **Definición operacional**

- Tiene apoyo social
- No tiene apoyo social

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

#### **Técnicas**

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

#### **Instrumento**

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

## **Instrumento N° 01**

### **CUESTIONARIO SOBRE FACTORES SOCIODEMOGRÁFICO**

Elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes, en la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación (Anexo N° 01).

Está constituido por 8 ítems distribuidos en 2 partes:

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

## **Instrumento N° 02**

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

Estará constituido por 72 ítems distribuidos en 8 ejes temáticos

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

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

Asimismo, se realizó validez de contenido mediante la evaluación por juicios de expertos. (Anexo N° 02).

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

### **Evaluación Cualitativa:**

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

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

### **Evaluación Cuantitativa:**

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

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

DONDE:

$x$  : 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.

## **Confiabilidad**

### **Confiabilidad Inter evaluador**

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

### **Instrumento N° 03**

#### **ESCALA DE ESTILOS DE VIDA**

El instrumento tiene 6 subescalas, y contará 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 PromotinLifestyle Profile II (HPLP-II) en la versión original, estará compuesto por 5 ítems en una escala de Likert de 1 a 4 puntos (desde nunca hasta rutinariamente) en 6 dimensiones: Actividad física (8 ítem), Crecimiento espiritual (9 ítem), Manejo de estrés (8 ítem), Nutrición (9 ítem), Relaciones interpersonales (9 ítem) y Responsabilidad hacia la salud (9 ítem).

El instrumento validado en la versión español por Serrano, M. (2016) reporto que la validez se dio por validez de constructo reportando la prueba de esfericidad de Bartlett y índice Kaiser Meyer- Olkin, estos indicaron la adecuación muestral (0.86) y de datos para realizar un análisis factorial, seguido se utilizará el Análisis Factorial Exploratorio utilizando método Promin, reportando que de los 52 ítem se depurarán 4 ítem que reportaron tener una carga factorial menores a 0.3, y en solo 4 dimensiones: Responsabilidad hacia la salud, Actividad física, Nutrición, Crecimiento Espiritual y Relaciones interpersonales. Asimismo, se realizó validez discriminante y concurrente para el instrumento HPLP – II mediante la correlación con otros instrumentos (MBI-GS, Autoeficacia, Satisfacción devida y Engagement).

La confiabilidad del instrumento estuvo dada en 4 dimensiones y será reportada mediante el índice de Alfa de Cronbach mostrando una buena confiabilidad por dimensiones: Responsabilidad hacia la salud ( $\alpha=0.81$ ),

Actividad física ( $\alpha=0.86$ ), Nutrición ( $\alpha=0.7$ ), Crecimiento Espiritual y Relaciones interpersonales ( $\alpha=0.88$ ). (Anexo N° 03).

### **Instrumento N°04**

## **CUESTIONARIO DE APOYO SOCIAL**

- El instrumento tendrá 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 de 5 categorías.

El estudio utilizó la versión validada en español Londoño, N. et al (2012) (Anexo N° 04).

Realizado en Colombia, el cual estuvo comprendido por 20 ítems, pero distribuido en 4 dimensiones (Apoyo emocional informacional, Apoyo instrumental, Interacción social positiva y Apoyo afectivo).

La confiabilidad del instrumento fue reportada por el coeficiente de Alfa de Cronbach para los cuatro 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 ( $\alpha=0.74$ ). 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).

### **3.5. Método de análisis de datos**

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

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

- Se informó y se pidió el consentimiento a los adultos del Distrito de San Nicolás, haciendo énfasis que los datos y resultados serán totalmente confidenciales.
- Se coordinó la disponibilidad y el tiempo de la fecha de la aplicación del instrumento para proceder a aplicar el instrumento a cada adulto del Distrito de San Nicolás

- Se realizó la lectura de las instrucciones de los instrumentos a los adultos del Distrito de San Nicolás
- El instrumento fue aplicado en un tiempo de 20 minutos, las respuestas serán marcadas de manera personal y directa.

Para la presente investigación se realizó el análisis descriptivo mediante la 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 correspondencia, presentando el p-valor con un nivel de confianza del 95%.

Para el procesamiento y análisis de datos, se ingresó la información a una base de datos software estadístico, luego se exportó al programa estadístico SSPS. 25.0.

### 3.6. Aspectos éticos

Los principios éticos considerados han sido extraídos del reglamento de integridad científica, los cuáles se pusieron en práctica durante la realización de la presente investigación (52).

- a. Respeto y protección de los derechos de los intervinientes, su dignidad, privacidad y diversidad cultural: La investigación se trabajó respetando la dignidad humana, diversidad, identidad, privacidad y confidencialidad de los adultos del distrito de San Nicolás y se les explico que dicha información es para fines de investigación.
- b. Protección a la libertad de elección y respeto de la autonomía de cada participante a través de su manifestación voluntaria, inequívoca e informada de participación: Se aplicó el cuestionario respetando la dignidad humana, diversidad, identidad, privacidad y confidencialidad de los adultos del Distrito de San Nicolás y se les explicó que la información obtenida es solo para fines de la investigación.
- c. Libre participación por propia voluntad y a estar informado de los propósitos y finalidades de la investigación en la que participan de tal manera que se exprese de forma inequívoca su voluntad libre y específica: Se trabajó con los adultos del Distrito de San Nicolás que aceptaron voluntariamente participar en el presente trabajo.
- d. Búsqueda de beneficencia, no maleficencia, asegurando el bienestar de los participantes a través de la aplicación de los preceptos de no causar daño, reducir efectos adversos posibles y maximizar los beneficios: La totalidad de la información que se recibió en la presente investigación se mantendrá en secreto y se evitará ser expuesta, respetando la intimidad de cada uno de los adultos del Distrito de San Nicolás, siendo útil solo para fines de la investigación.
- e. Difusión responsable de la investigación con veracidad y justicia: El investigador tiene la obligación de tratar bien a los involucrados del estudio asegurando juicios razonales y asegurando las limitaciones de conocimientos o capacidades.
- f. Justicia a través de un juicio razonable y ponderable que permita la toma de precauciones y limite los sesgos, así también, el trato equitativo con todos los participantes: El investigador está también obligado a tratar equitativamente a quienes participan en los procesos, procedimientos y servicios asociados a la investigación.

#### IV. RESULTADOS

##### 4.1. Resultado:

**TABLA 1**

**FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.**

<b>Sexo</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Masculino	39	39,0%
Femenino	61	61,0%
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>	<b>100,0%</b>
<b>Edad</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
18-35 años	46	46,0%
36-59 años	51	51,0%
60 más	3	3,0%
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>	<b>100,0%</b>
<b>Grado de instrucción</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Analfabeto	0	0,0%
Primaria	3	3,0%
Secundaria	24	24,0%
Superior	73	73,0%
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>	<b>100,0%</b>
<b>Religión</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Católico	58	58,0%
Evangélico	16	16,0%
Otros	26	26,0%
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>	<b>100,0%</b>
<b>Estado civil</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Soltero	40	40,0%
Casado	33	33,0%
Viudo	3	3,0%
Conviviente	22	22,0%
Separado	2	2,0%
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>	<b>100,0%</b>
<b>Ocupación</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Obrero	2	2,0%
Empleado	28	28,3%
Ama de casa	19	19,2%
Estudiante	26	26,3%
Otros	24	24,2%
<b>TOTAL</b>	<b>99</b>	<b>100,0%</b>
<b>Ingreso económico</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Menor de 400 nuevos Soles	3	3,0%
De 400 a 650 nuevos Soles	5	5,0%
De 650 a 850 nuevos soles	69	69,0%
De 850 a 1100 nuevos Soles	10	10,0%
Mayor de 1100 nuevos Soles	13	13,0%
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>	<b>100,0%</b>

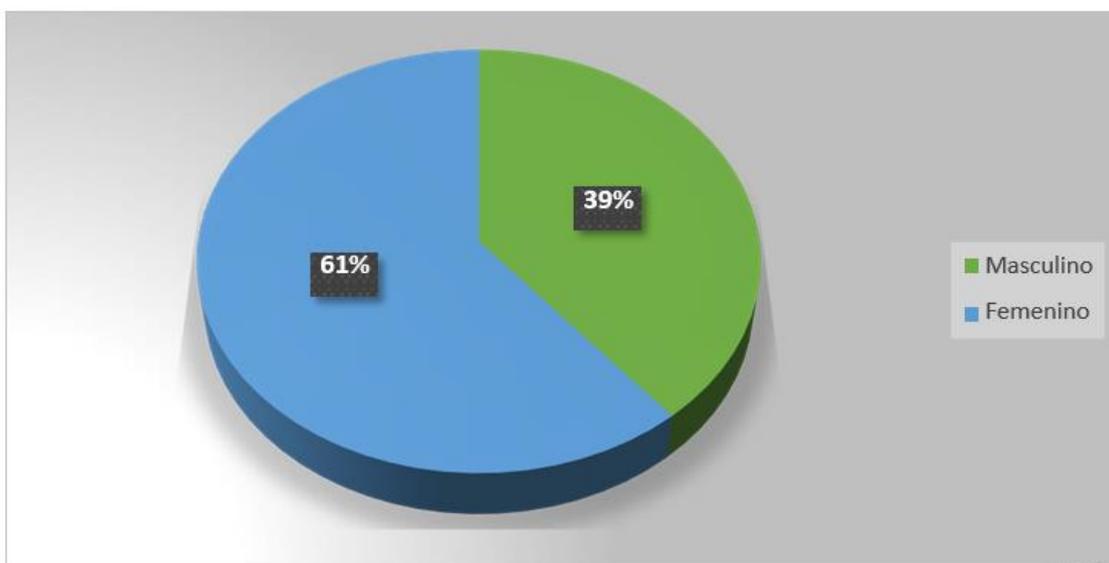
<b>Sistema de Seguro</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Es salud	12	12,0%
SIS	88	88,0%
Otro Seguro	0	0,0%
No tiene Seguro	0	0,0%
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>	<b>100,0%</b>

**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez M, aplicado a los adultos del Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.

**FIGURAS DE LA TABLA 1**

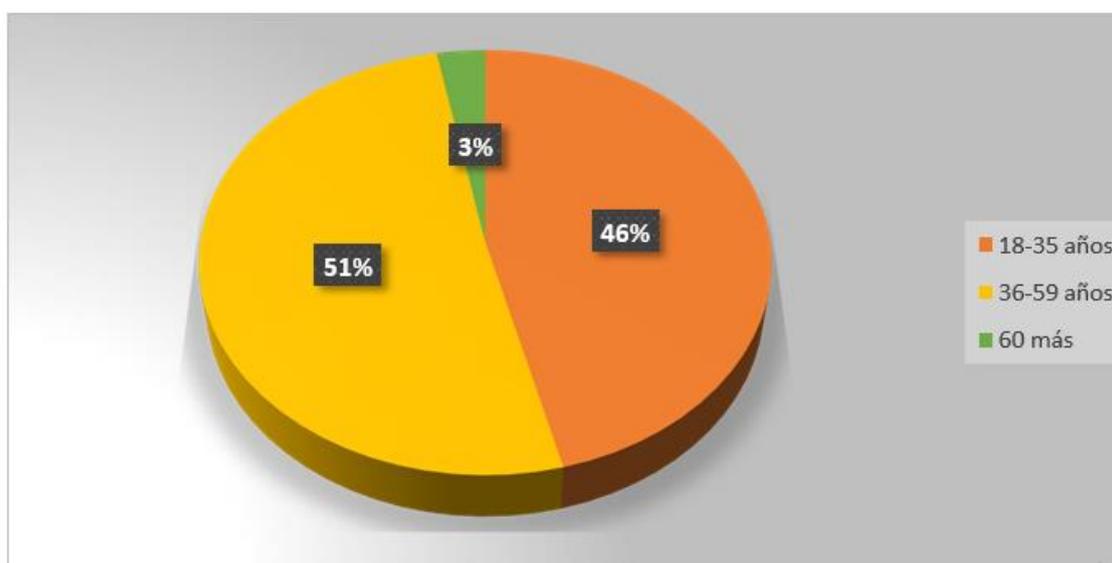
**FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_ CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.**

**FIGURA 1: SEXO DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_ CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.**



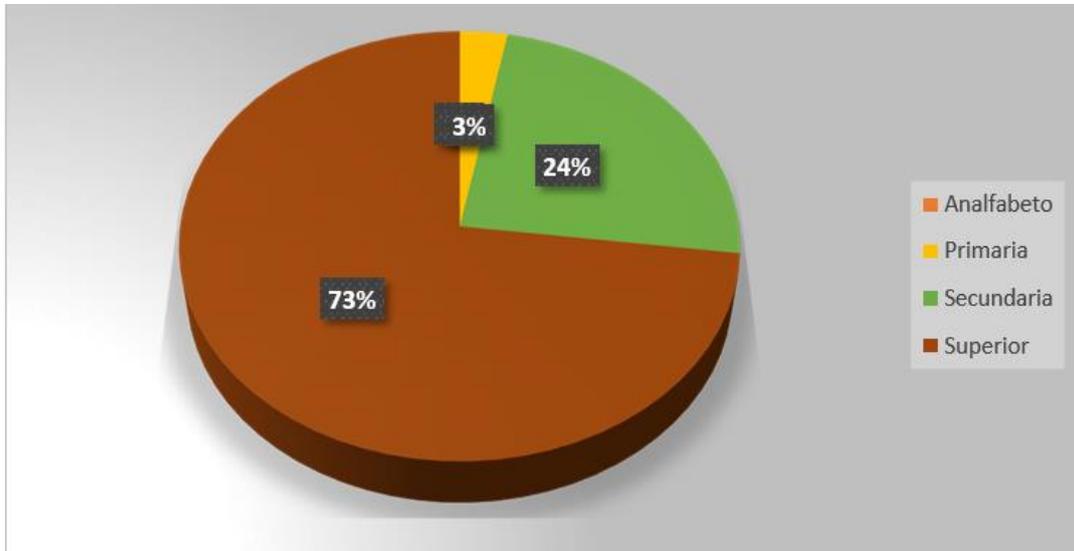
**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez M, aplicado a los adultos del Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.

**FIGURA 2: EDAD DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_ CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.**



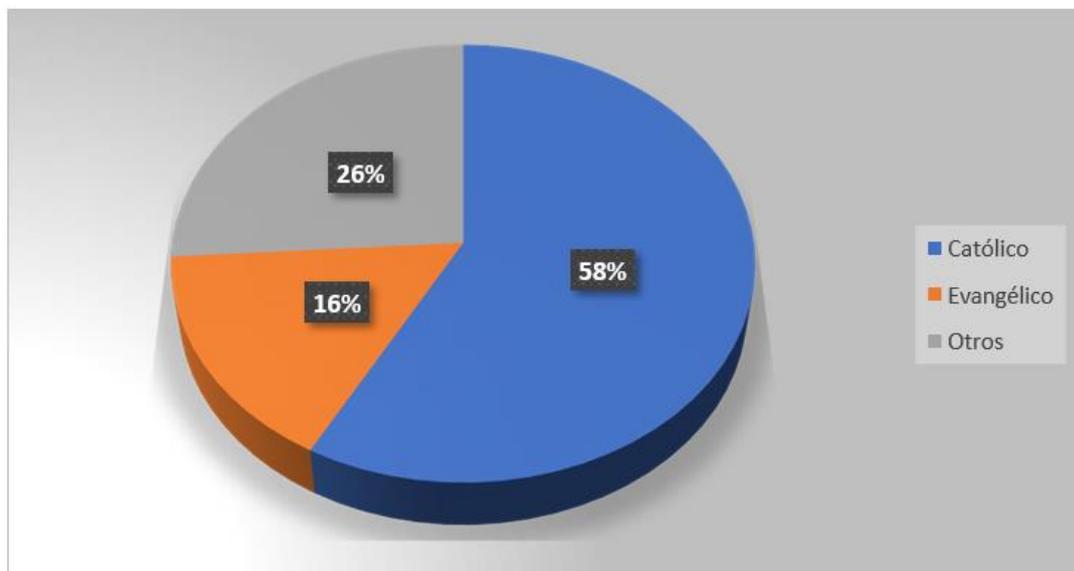
**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez M, aplicado a los adultos del Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021

**FIGURA 3: GRADO DE INSTRUCCIÓN DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.**



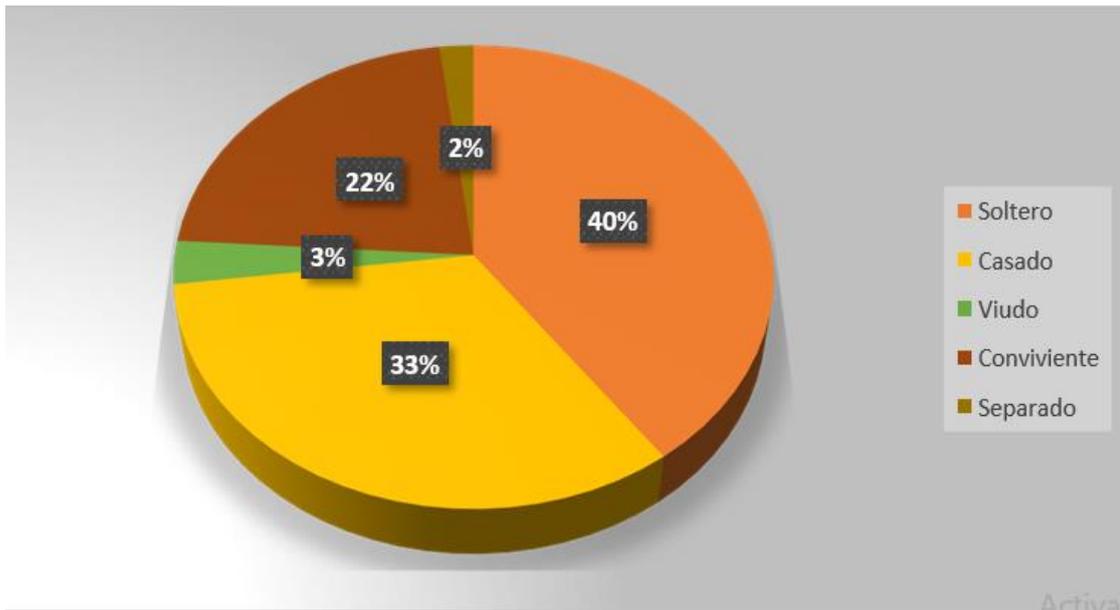
**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez M, aplicado a los adultos del Distrito de San Nicolás\_Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.

**FIGURA 4: RELIGIÓN DE INSTRUCCIÓN DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.**



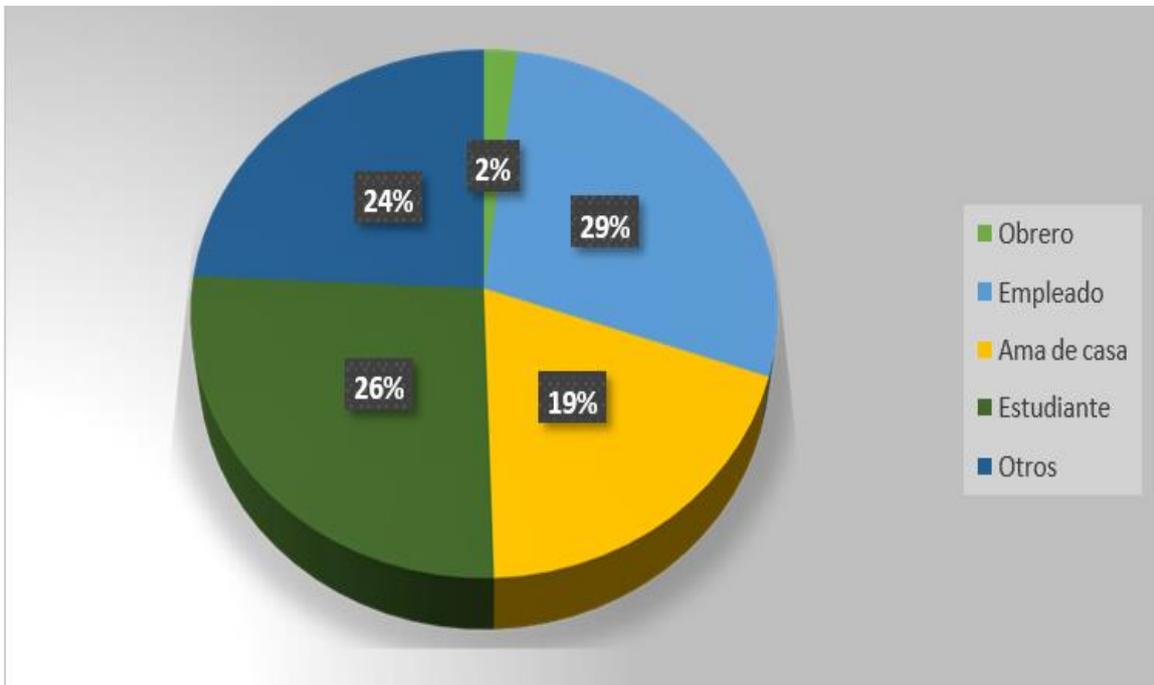
**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez M, aplicado a los adultos del Distrito de San Nicolás\_Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.

**FIGURA 5: ESTADO CIVIL DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.**



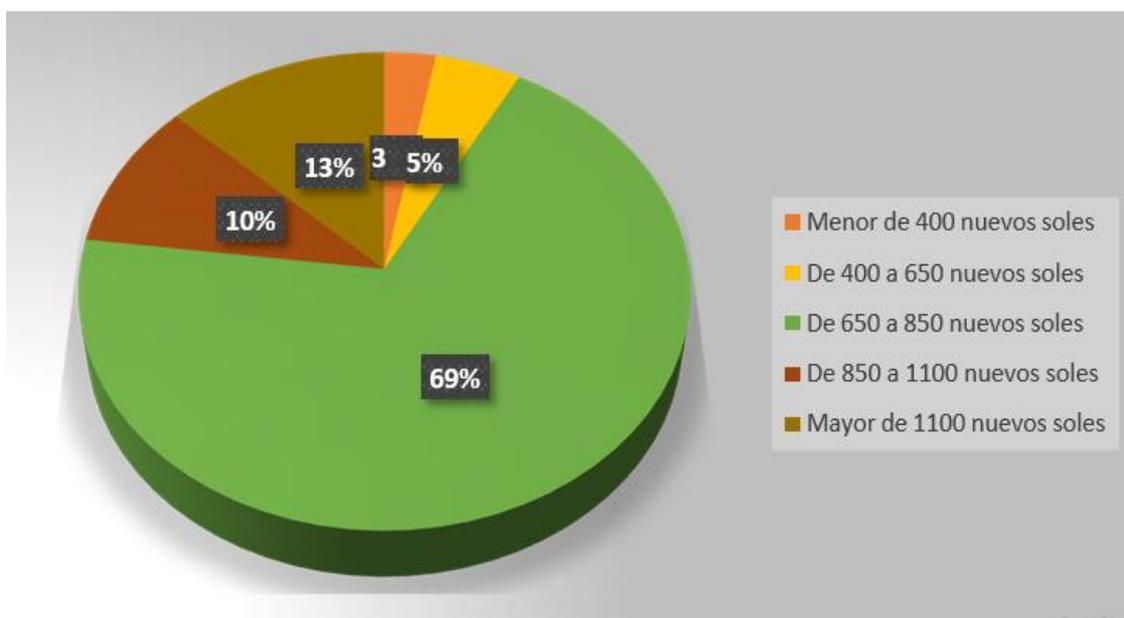
**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez M, aplicado a los adultos del Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.

**FIGURA 6: OCUPACIÓN CIVIL DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.**



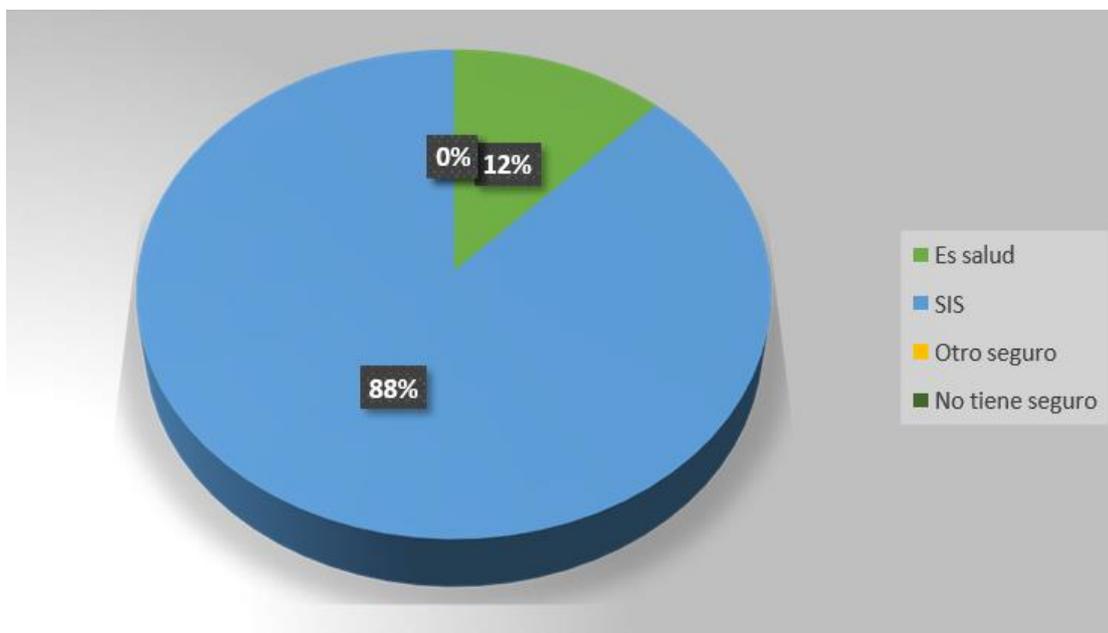
**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez M, aplicado a los adultos del Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.

**FIGURA 7: INGRESO ECONÓMICO DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.**



**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez M, aplicado a los adultos del Distrito de San Nicolás\_Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.

**FIGURA 8: SISTEMA DE SEGURO DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.**



**Fuente:** Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez M, aplicado a los adultos del Distrito de San Nicolás\_Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.

**TABLA 2**

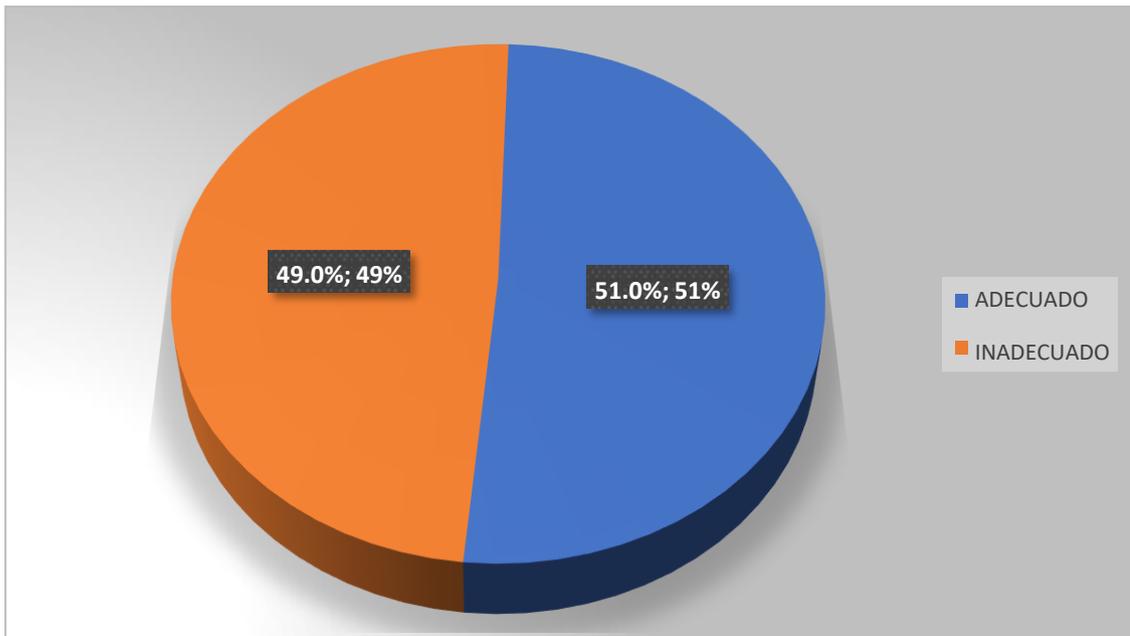
***ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO  
DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.***

<b>ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>ADECUADO</b>	51	51,0%
<b>INADECUADO</b>	49	49,0%
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>	<b>100,0%</b>

**Fuente:** Cuestionario de prevención y promoción de la salud asociados al comportamiento de la salud elaborado por Vílchez M, aplicado a los adultos del Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.

**FIGURA DE LA TABLA 2**

**FIGURA 9: ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.**



**Fuente:** Cuestionario de prevención y promoción de la salud asociados al comportamiento de la salud elaborado por Vílchez M, aplicado a los adultos del Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald,2021.

**TABLA 3**

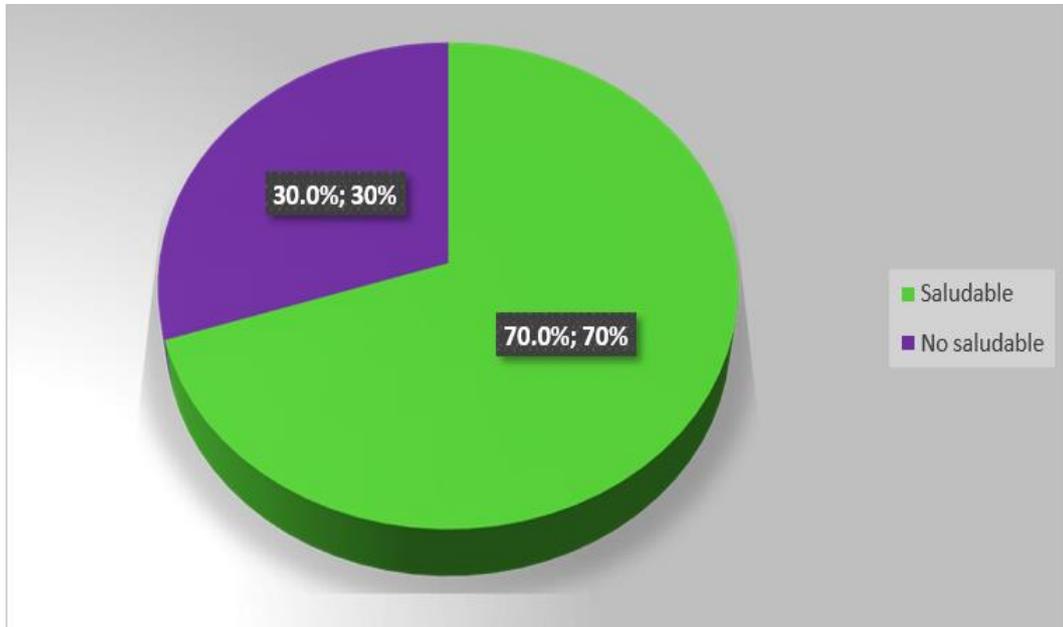
***ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS \_CARLOS  
FERMÍN FITZCARRALD, 2021.***

<b>ESTILO DE VIDA</b>	<b>RANGO</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Saludable	92-130	70	70,0 %
No saludable	0-91	30	30,0 %
<b>TOTAL</b>	<b>0 – 130</b>	<b>100</b>	<b>100,0%</b>

**Fuente:** Cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil, C, aplicado a los adultos del Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald,2021.

**FIGURA DE LA TABLA 3**

**FIGURA 10: PUNTAJE TOTAL DE LOS ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_CARLOS FERMÍN FITCARRALD, 2021.**



**Fuente:** Cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil, C, aplicado a los adultos del Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald,2021.

**TABLA 4**

**APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_CARLOS  
FERMÍN FITZCARRALD, 2021.**

APOYO SOCIAL		N	%
<b>Apoyo emocional</b>			
0-24	No tiene	17	17,00%
25-40	Si tiene	83	83,00%
<b>Total</b>		<b>100</b>	<b>100%</b>
<b>Ayuda material</b>			
0-12	No tiene	13	13,00%
13-20	Si tiene	87	87,00%
<b>Total</b>		<b>100</b>	<b>100%</b>
<b>Relaciones sociales de ocio y distracción</b>			
0-12	No tiene	12	12,00%
13-20	Si tiene	88	88,00%
<b>Total</b>		<b>100</b>	<b>100%</b>
<b>Apoyo efectivo</b>			
0-9	No tiene	15	15,00%
10-15	Si tiene	85	85,00%
<b>Total</b>		<b>100</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado a los adultos del distrito de San Nicolás\_Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.

**APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_CARLOS  
FERMÍN FITZCARRALD, 2021.**

APOYO SOCIAL	RANGO	N	%
No tiene	0-57	14	14,25%
Si tiene	58-94	86	85,75%
<b>Total</b>		<b>100</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado en los adultos del distrito de San Nicolás\_Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.

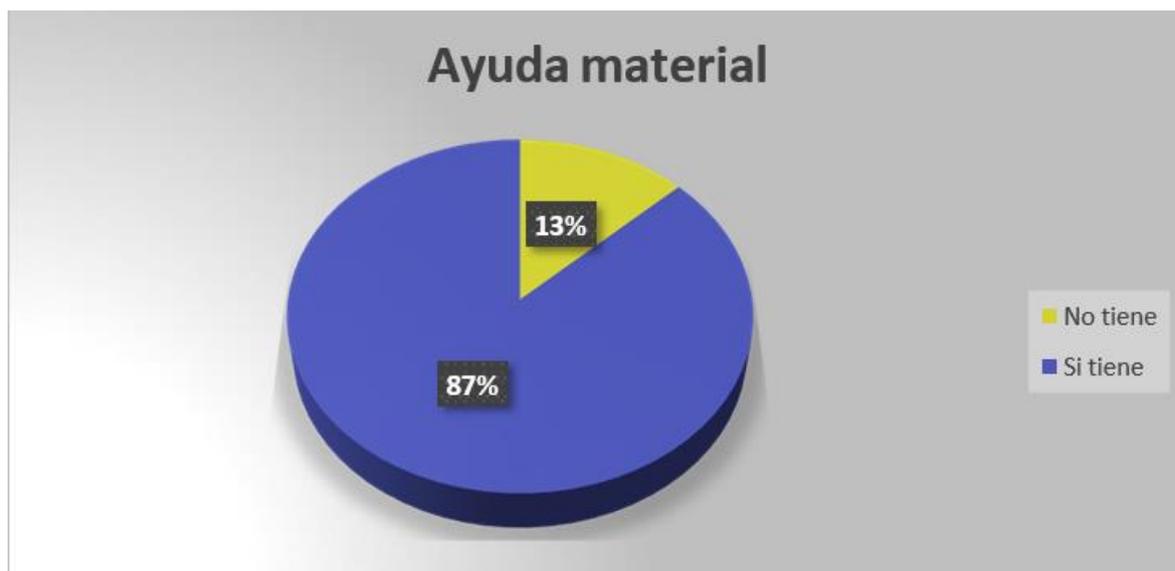
**GRÁFICOS DE LA TABLA 4**  
**APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.**

**GRÁFICO 1:** APOYO EMOCIONAL DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.



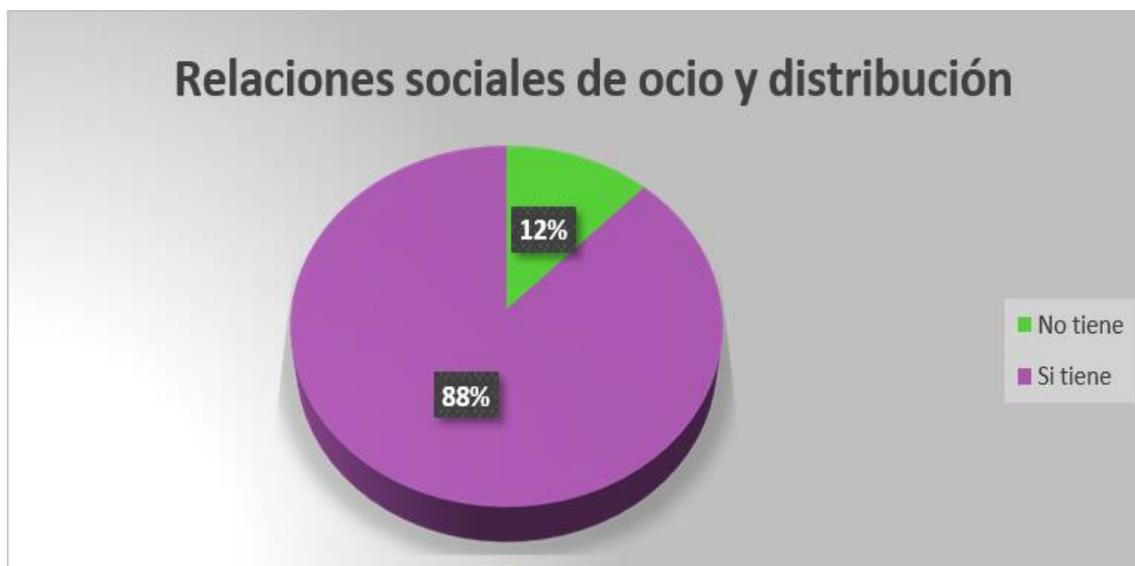
**Fuente:** Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado a los adultos del distrito de San Nicolás\_Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.

**GRÁFICO 2:** AYUDA MATERIAL DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.



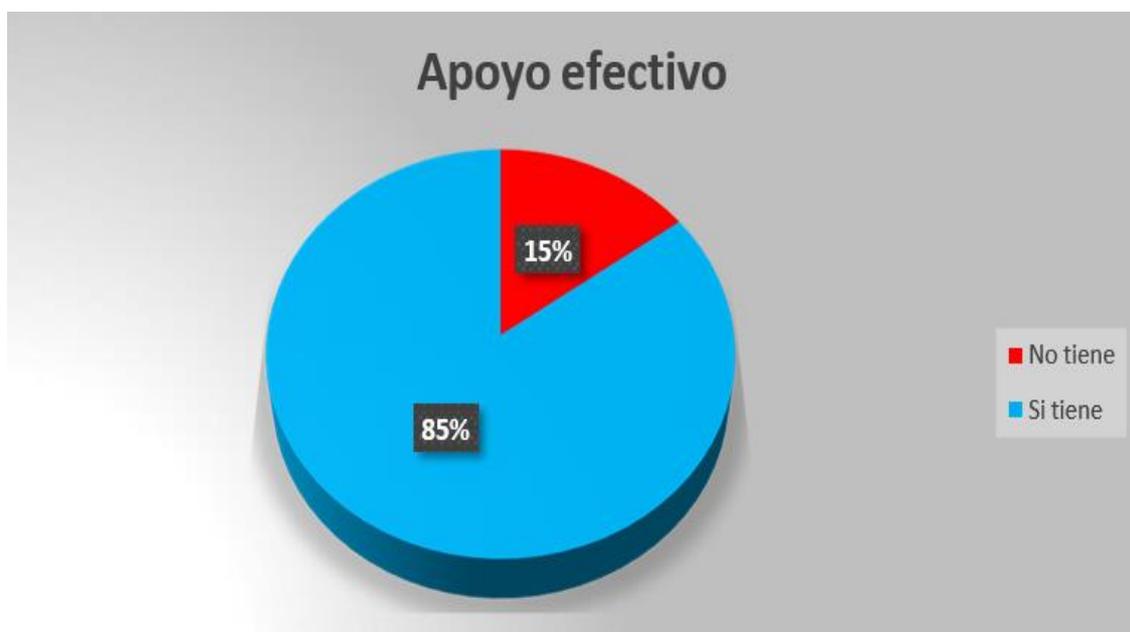
**Fuente:** Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado a los adultos del distrito de San Nicolás\_Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.

**GRÁFICO 3: RELACIÓN DE OCIO Y DISTRACCIÓN DE LOS ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.**



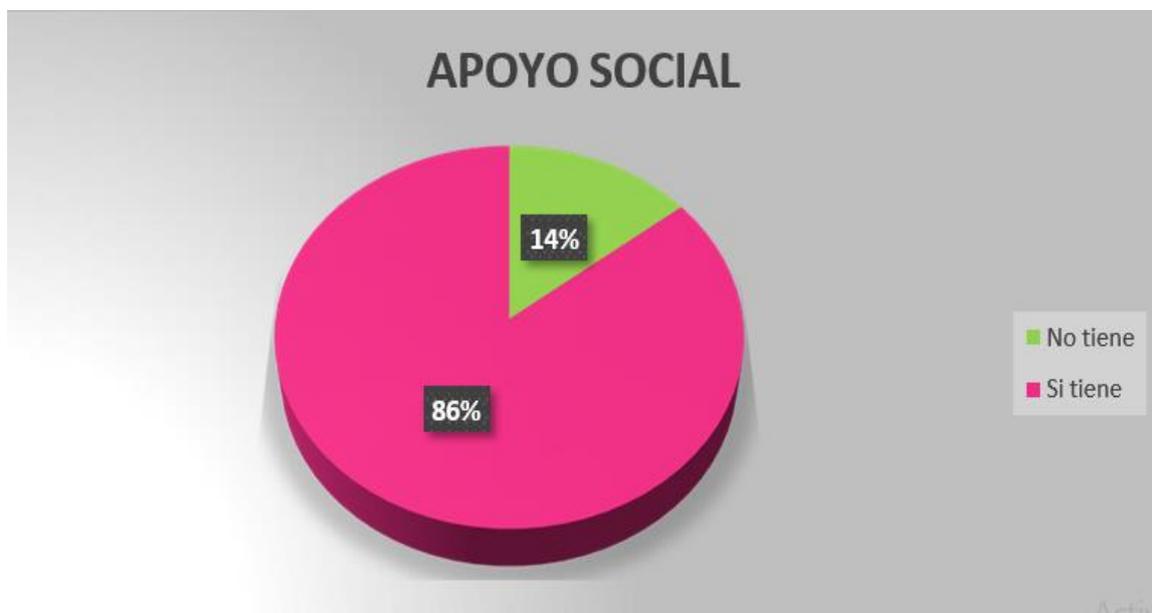
**Fuente:** Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado a los adultos del distrito de San Nicolás\_Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.

**GRÁFICO 4: APOYO AFECTIVO DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.**



**Fuente:** Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado a los adultos del distrito de San Nicolás\_Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.

**GRÁFICO 5: PUNTAJE TOTAL DE APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.**



**Fuente:** Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado a los adultos del distrito de San Nicolás\_Carlos Fermín Fitzcarrald, 20

**TABLA 5**

**RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS, ESTILOS DE VIDA Y EL APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_ CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.**

VARIABLE SOCIODEMOGRÁFICA	ESTILO VIDA		APOYO SOCIAL	
	X <sup>2</sup>	p-valor	X <sup>2</sup>	p-valor
<b>Sexo</b>	0,578	3,8415	3,1783	0,0943
<b>Edad</b>	8,185	4,8415	1,9810	1,0943
<b>Grado de instrucción</b>	1,981	6,4987	3,7914	3,9875
<b>Religión</b>	0,437	6,8415	1,9110	3,0943
<b>Estado Civil</b>	8,921	3,5681	1,1783	1,8563
<b>Ocupación</b>	2,894	8,8415	5,9810	5,0943
<b>Ingreso económico</b>	5,055	9,8415	1,3498	0,0113
<b>Sistema de Seguro</b>	2,597	5,4369	7,9810	7,0943

**Fuente:** Cuestionario de relación entre los factores sociodemográficos elaborado por Vílchez M. cuestionario de estilos de vida elaborado por Serrano J, Boada J, Vigil A, Gil C y el cuestionario de apoyo social elaborado por Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Aplicado a los adultos. del distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald,2021.

**TABLA 6**

**RELACIÓN ENTRE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_CARLOS FERMÍN  
FITZCARRALD, 2021.**

ESTILO DE VIDA	ACCIONES DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN				Total		PRUEBA CHI CUADRADO  5,3526 gl =1 p= 3,841 < 5,353
	Adecuado		Inadecuado		N	%	
	N	%	N	%			
Saludable	41	58,6%	29	41,4%	<b>70</b>	<b>70,0%</b>	<i>Si existe relación significativa entre las variables</i>
No saludable	10	33,3%	20	66,7%	<b>30</b>	<b>30,0%</b>	
<b>Total</b>	<b>51</b>	<b>51,00%</b>	<b>49</b>	<b>49,00%</b>	<b>100</b>	<b>100%</b>	

**Fuente:** Cuestionario de relación entre prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud, elaborado por Dra. Vílchez Reyes María Adriana directora de la presente línea de investigación, en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaque y cuestionario de estilos de vida elaborado por Serrano J, Boada J, Vigil A, Gil C. Aplicado a los adultos. Del distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald,2021.

**TABLA 7**

***RELACIÓN ENTRE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y EL APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.***

APOYO SOCIAL	ACCIONES DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN				Total		PRUEBA CHI CUADRADO 0,4319 $g1 = 1$ $p = 3,841 > 0,432$
	Adecuado		Inadecuado		N	%	
	n	%	n	%			
Si tiene	45	52,3%	41	47,7%	<b>86</b>	<b>86,0%</b>	<i>No existe relación significativa entre las variables</i>
No tiene	6	42,9%	8	57,1%	<b>14</b>	<b>14,0%</b>	
<b>Total</b>	<b>51</b>	<b>51.00%</b>	<b>49</b>	<b>49.00%</b>	<b>100</b>	<b>100%</b>	

**Fuente:** Cuestionario de prevención y promoción elaborado por la Dra. Vílchez Reyes María Adriana directora de la presente línea de investigación, en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaque y cuestionario de apoyo social elaborado por Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Aplicado a los adultos del distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.

## 4.2. Discusión:

**Tabla 1:** Del 100% (100) de adultos del Distrito de San Nicolás, Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021; el 61,0% (61) son de sexo femeninos, el 61,0% (61) tienen edades comprendidas entre 36 a 59 años; el 51,0% (51) su grado de instrucción es superior; el 73,0% (73) profesan la religión católica, el 58,0% (58) son de estado civil solteros; el 40,0% (40) son empleados, el 28,0% (28) tienen un ingreso económico familiar mayor de 650 a 850 nuevos soles y el 88,0% (88) tienen un seguro integral de SIS.

Los factores sociodemográficos se denominan a todo aquello que caracterice a toda la población de estudio y que se relacionan con todos los aspectos sociales y demográficos; la teórica Nola Pender nos sustenta el modelo de la promoción de la salud en el que menciona que las personas tienen comportamientos relacionados con su estado de salud que se ven influidos por sus costumbres y conocimientos (53).

La mayoría son de sexo femenino, esto se pudo observar porque la mayoría de los adultos que nos brindó información eran mujeres, que nos mencionaban de que sus parejas no se encontraban en casa porque salían a cultivar sus tierras, otros porque trabajaban como docentes en otros lugares, otros porque se habían separado y también porque sus esposos habían fallecido, algunos de los motivos por lo que ellos no se encontraban en casa con sus familiares, aparte de ello nos mencionaron que ellas eran las que se encargaban del cuidado de sus hijos y también siendo parte de su educación, también nos indicaron que ellas son las responsables del cuidado de su hogar realizando actividades de limpieza y las tareas domésticas que son de preparar el desayuno, el almuerzo y la cena para cada integrante de su familia, por lo otro lado también mencionaron que algunas veces son ellas las que salen a cultivar su tierra para el sembrío de sus verduras que son consumidas por ellas mismas o también son vendidas a tiendas.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), (54) manifiesta que los de sexo femenino son más propensas a sufrir ansiedad, depresión y que la mayor parte de ellas han llegado a sufrir algún tipo de violencia ya sea por parte de sus parejas o algún otro familiar, en algunos casos han llegado hasta el feminicidio por lo que han planteado fortalecer la capacidad para prevenir dicha violencia contra las mujeres y contra las niñas.

La mayoría tienen edades comprendidas entre 36 a 59 años, en esta edad los adultos del distrito están más propensos a sufrir enfermedades como la diabetes, la hipertensión y más y es aquí donde los adultos requieren tener un buen estilo de vida para evitar las

dichas enfermedades ya mencionadas, por lo que es importante la buena alimentación de los que ellos ya son conscientes y por lo que mencionan que prefieren consumir los alimentos que ellos mismo siembran a que estar comprando alimentos de afuera que ellos saben que no va a ser beneficioso para su salud.

El Ministerio de la Salud (MINSA), (55) menciona que entre los 36 a 59 años de edad corren un riesgo ya que es donde pueden sufrir enfermedades cardiovasculares por el que sus vidas están en peligro, por el cual el MINSA brinda un paquete integral de salud en las diferentes áreas como tamizajes en salud mental, vacunas según el esquema regular para esta etapa de vida y muy aparte de ello también se les brinda una consejería nutricional para una buena alimentación.

Mas de la mitad tienen grado de instrucción superior, esto se debe a que las personas salieron del distrito a otros lugares lejanos a seguir con sus estudios superiores contando siempre con la ayuda de sus padres otros también tomaron esa decisión de seguir adelante con iniciación propia siempre pensando en su futuro y en las metas que ellos querían conseguir, aparte de ello el distrito cuenta con un tecnológico público que tiene la carrera técnica de agronomía por lo que otros optan estudiar ahí ya que ellos son los que tiene el arte de cultivar la tierra para producir alimentos, también manifiestan que es de gran ayuda para ellos ya que no tienen esa necesidad de viajar a otros lugares para que puedan seguir estudiando y tienen ese beneficio de estar en casa, con sus familiares y también esa carrera los ayuda a ellos a experimentar en sus chacras con todo lo estudiado en el tecnológico ya que sus padres o ellos mismos cuentan con terrenos de cultivo en el que siembran verduras y frutas.

El grado de instrucción según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), (56) es importante, porque ayuda a la formación de profesionales que van a desempeñar sus diferentes labores en la sociedad por el cuál van a ser remunerados para que puedan tener una mejor calidad de vida y con ello puedan gozar de la comodidad que ellos quieren en su hogar y no solo eso también es indispensable mencionar que la educación es importante porque lo ayudará a progresar como persona y también porque ayudará al desarrollo del país.

La mayoría profesan la religión católica, esto se debe a que desde años antiguos en este distrito ha existido una iglesia católica al que han acudido para el bautizo de sus hijos y también para que se puedan casar y siempre han tenido la visitita de sacerdotes, catequistas que han realizado fiestas por la primera comunión, por la confirmación en

lo que las personas han estado presentes como padrinos, y otros que han sido padres de sus hijos que han recibido dicho sacramento de la iglesia, aparte de ello también han hecho realizar misas para sus difuntos y algunos han realizado fiestas patronales a sus santos y esta fecha importante se realiza cada año siendo diferentes las personas que los realizan y mediante eso dar a conocer la fe que le tienen a Dios mediante todos sus santos y ellos mencionan al que consideran más importante es a San Nicolás de Tolentino y que cada uno de ellos están agradecidos por lo bien que les va en la vida y por gozar de una buena salud.

Más de la mitad son solteros, esto se debe a que ellos optan a estar solos por miedo al compromiso, a una decepción amorosa, o porque sienten que aún deben de cuidar de sus padres que algunos casos ellos ya son ancianos y necesitan tener el apoyo de ellos, otros también manifiestan que si llegan a tener pareja ellos no tengan cierta consideración por sus padres y que piensan que quizá de alguna u otra forma ellos los van a tratar mal y el hecho de convivir con alguien va ser mucha responsabilidad para ellos porque van a llegar a tener hijo y todo eso va a generar mayor presión en ellos ya que no solo tienen que pensar en ellos sino ahora ya en toda en su familia por lo que mejor deciden estar solos y disfrutar un poco más de su vida.

Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), (57) de acuerdo al último censo realizado del 100%, 8'922,072 se declaran solteros y otros 5'959,966, casados. Muchas de las personas prefieren estar solas porque así se sienten a gusto y no sienten o no tienen la necesidad de casarse o de tener alguna pareja con la que puedan compartir sus vidas.

Menos de la mitad son empleados, esto se debe a que los adultos son docentes y son ellos que tienen un sueldo fijo durante un tiempo determinado y que otros ya son nombrados por lo que tienen un trabajo estable que es muy bueno para ellos, aparte de eso también existen otros trabajadores que son de la municipalidad del distrito de San Nicolás ya algunos nombrados y otros que tienen trabajo para un año o más por el cargo en que desempeñan y también hay trabajadores en el centro de salud que tienen trabajo y sueldo asegurado por trabajar en dicho centro.

Menos de la mitad tienen un ingreso económico familiar mayor de 650 a 850 nuevos soles, esto se debe a que los adultos del distrito no tienen estudios superiores por lo que no se le presenta mucha oferta laboral y si llegan a conseguir algún otro trabajo ya sea en la chacra, en construcción de casas, en los trabajos que brinda la municipalidad el

pago no es suficiente para cubrir la necesidad del hogar ya que el gasto es aún mayor ya que tienen varios hijos y el gasto que realizan en ellos es superior, aparte la alimentación, y más aún porque algunas familias tienen a hijos estudiando fuera del distrito para el que necesitan tener mayor ingreso por que la calidad de vida en la ciudad es aún más cara.

La mayoría tienen un seguro integral de SIS, esto se debe por que el estado les otorga mayor beneficio y mayor ventaja a los adultos para que puedan acudir al establecimiento de salud, ya que el SIS cubre algunos gastos que ellos puedan hacer para el tratamiento de su enfermedad o por algún otro accidente que pueda suscitarse en el trabajo o en cualquier otro lugar, aparte de ello, una parte de los adultos le sacan buen provecho al seguro integral de salud siendo medicina y odontología la más demandada por ellos ya que presentan algunos malestares que son tratadas por el medico en el que les brinda pastillas, jarabes que ayuden a que ellos puedan sanar aparte de ello también manifiestan que acuden a la odontóloga por dolores de muela o encías que son atendidas por la profesional de salud.

El Ministerio de la Salud (MINSA), (58) difiere que, el Seguro Integral de la Salud es un organismo público ejecutor que tiene como finalidad proteger la salud de los peruanos por lo que es gratuita y cubre medicamentos, procedimientos, insumos y traslados, pero esto varía según el plan de seguro, además de ello tiene más de 25 millones de asegurados que lo convierte en la primera aseguradora en todo el país.

Asimismo, estos resultados se asemejan a la investigación de Verde R, (59) 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 porvenir “b” sector 13, Chimbote, 2019”. Que tuvo como resultado que del 100% (140) adultos del Pueblo joven Porvenir B, Sector 13, relacionado a la tabla de los factores sociodemográficos el 55,7% (78) son de sexo femenino, el 50,0%(70) tienen edades comprendidas entre 36- 59 años de edad, el 51,4%(72) son de grado de instrucción secundaria, el 59,3% (83) son de religión católica, el 32,9 %(46) son de estado civil convivientes, el 32,1%(45) son de ocupación ama de casa, el 24,3% (34) tienen un ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles, el 56,4% (79) tienen el tipo de seguro SIS .

Otro estudio que se asemeja es la investigación de Giraldo E, (60) titulada: “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento

de la salud: estilos de vida en el adulto del centro poblado de Unchus\_Huaraz, 2021”. Que tuvo como resultado que del 100% (100) de los adultos del centro poblado de Unchus el 51,0 % (51) son de sexo femenino y el 40,0% (40) tienen edades de 36 a 59 años, el 38,0 % (38), grado de instrucción es secundaria, el 77,0 % (77) profesan religión católica, el 39,0 % (39) de estado civil conviviente, el 30,0% (30) de ocupación ama de casa, 63,0% (63) el ingreso económico es menor de 400 nuevos soles y el 64,0% (64) poseen seguro SIS.

Así también existen estudios que difieren como la investigación de Rivera S, (61) 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 san Juan\_Chimbote, 2019”. Que tuvo como resultado que del 100% (130) adultos del Pueblo Joven San Juan, el 61, 5% (80) son de sexo masculino, el 43, 8% (57) son adultos jóvenes, el 55,3% (72) tienen grado de instrucción secundaria, el 53, 8% (70) profesan la religión católica, el 49,2% (64) son conviviente, el 45, 3% (59) son obrero, el 36, 1% (47) pertenece al ingreso económico de S/. 400 a 650, el 46, 9% (61) pertenece al sistema de salud que es el SIS.

Otro estudio que difiere es la investigación de Rodríguez Y, (62) 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 Alberto Romero Leguía\_Nuevo Chimbote, 2019 “ que tuvo como resultado que del 100% (120) de los adultos del Asentamiento Humano Alberto Romero Leguía el 67,5% (81) son de sexo masculino, el 55% (66) son adultos maduros, el 52,5% (63) tienen grado de instrucción secundaria, el 54,2% (65) tiene religión católica, el 41,7% (50) tiene estado civil conviviente, el 57,5% (69) tiene ocupación de empleado, el 40% (48) tiene un ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles, el 55% (66) cuenta con el seguro del SIS

Finalmente concluimos que la edad, el sexo, la religión, el ingreso económico, el grado de instrucción y el SIS , van a inducir bastante cuando el profesional de la salud vaya a realizar campañas de prevención y promoción acerca de distintos temas que se va a creer conveniente para el bienestar de los adultos en general por lo que es importante destacar cada resultado obtenido en esta investigación aparte de ello por ejemplo un punto importante que también se debe considerar en mejorar y que está a cargo de las autoridades es acerca del ingreso económico este es un factor que se debe trabajar para que los adultos puedan gozar de una mejor calidad de vida y mediante eso también

brindarle una mejor vida a sus hijos.

**Tabla 2:** Del 100% (100) de los adultos del Distrito de San Nicolás-Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021; el 51,0% (51) tienen una adecuada acción de prevención y promoción de la salud, sin embargo, el 49,0% (49) tienen una inadecuada prevención y promoción de la salud.

Nola Pender (63) difiere que la acción de prevención y promoción de la salud permite entender el comportamiento humano y sirve para integrar los métodos de enfermería en las conductas que están relacionadas con la salud y también orienta hacia una generación de conductas saludables, este modelo es ampliamente completo y es utilizado por los profesionales de enfermería, además de ello es un proceso que permite a las personas aumentar su control acerca de los determinantes de la salud y posteriormente mejorarlos.

Más de la mitad tienen una adecuada acción de prevención y promoción de la salud debido a que ponen en práctica la promoción de la salud y esto se ve reflejado en los estilos de vida que ellos llevan, lo que es favorable para la buena salud de cada uno de ellos y también para su familia, con lo que ayudan a minimizar a adquirir diferentes enfermedades que pueden ser perjudiciales para la salud, también refieren que están muy pendientes de su salud y que acuden cada año a las campañas que realiza el centro con profesionales de la salud que vienen de diferentes lugares y para diferentes áreas, aparte de ello también para mantener un buen estilo de vida realizan ejercicios, ya sea deportes y caminatas y también tienen una buena alimentación porque consumen cereales de la zona en diferentes platos para el día a día.

La acción de prevención y promoción de la salud es fundamental en la sociedad porque la prevención ayudará al control de las enfermedades haciendo conocer los factores de riesgo y las poblaciones de riesgo en cambio la promoción de la salud pone en énfasis o se centra en los determinantes de la salud, por lo cual ambos son importantes para prevenir la aparición de casos de enfermedad, también reducir los factores de riesgo y aminorar las consecuencias que pueden producir (64).

Asimismo, estos resultados se asemejan a la investigación de Ramírez E, (65) 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 10 de setiembre sector II\_Chimbote, 2019”. Que tuvo como resultado que del 100% (101) el 95% (96) cuentan con adecuadas acciones de prevención y promoción de la salud y un 5% (5) poseen inadecuadas acciones de prevención y promoción de la

salud.

Otro estudio que se asemeja es de Vásquez D, (66) 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 España\_Chimbote, 2019”. Que tuvo como resultado que las Acciones de prevención y promoción del adulto del Asentamiento Villa España, del 100% (110) de los adultos, el 60% (66) tiene adecuadas acciones de prevención y promoción de la salud y el 40% (44) presenta inadecuadas acciones de prevención y promoción de la salud.

Así también existen estudios que difieren como la investigación de Rodríguez Y, (62) 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 Alberto Romero Leguía\_Nuevo Chimbote, 2019”. Que tuvo como resultado que del 100 % (120) de los beneficiarios del Asentamiento Humano Alberto Romero Leguía el 53,3% (64) tienen acciones de prevención y promoción inadecuadas y el 46,7% (56) tienen acciones de prevención y promoción adecuadas.

Otro estudio que difiere es la investigación de Neciosup J, (67) 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 I\_Chimbote, 2019”. Que tuvo como resultado que del 100% de adultos, el 67% (67) tienen inadecuadas acciones de prevención y promoción y un porcentaje significativo 33% (33) si tienen.

En conclusión, en los resultados obtenidos en las acciones de prevención y promoción de la salud la mayoría de los adultos tienen adecuadas prácticas de promoción de la salud; por otra parte, podemos observar que hay una pequeña cantidad de adultos que tienen prevención y promoción inadecuada y esto se debe porque los adultos trabajan en los chacras o son empleadas del hogar y no se dan el tiempo de acudir al centro de salud y que muchos de ellos prefieren automedicarse en el hogar. Se recomienda a los adultos a tomar mayor consciencia de una alimentación saludable y hacer actividades físicas.

**Tabla 3:** Del 100% (100) de los adultos del Distrito de San Nicolás- Carlos Fermín Fitzcarrald,2021; el 70,0% (70) tienen estilo de vida saludable y el 30,0% (30) estilo de vida no saludable.

Nola pender difiere que los estilos de vida son hábitos, conductas, comportamientos

de las persona o de una sociedad en conjunto, estos se dividen en seis dimensiones que son, alimentación, actividad y ejercicio, responsabilidad en salud, autorrealización, manejo del estrés y relaciones interpersonales; el estilo de vida saludable consiste en llevar hábitos saludables que favorecen la salud del individuo pero por otra parte también existe el estilo de vida no saludable que son el consumo de sustancias toxicas que causan muchas muertes (68).

La mayoría tienen estilo de vida saludable, esto se debe a que tiene buenos hábitos alimenticios, ellos refieren consumir alimentos como trigo, aba, cebada, papa, oca, mashua, quinua, maca que son esenciales para el buen funcionamiento de su cuerpo, aparte de ello también refieren consumir bastante verdura y la fruta más consumida por ello es la palta ya que esta fruta es muy producida acá por casi todo los adultos, en cuanto a las actividades físicas ellos mencionan realizarlos mediante caminatas que hacen yendo hacia su chacra o algunas veces yendo a recoger a sus animales por otra parte también hay adultos que salen a realizar deportes como el vóley y fulbito, también nos dieron a conocer de que tienen algún tipo de información acerca del buen estilo de vida y de las consecuencias que pueden producir en ellos al no practicarlo, otros adultos mencionaron también que son participes de las charlas que les brindan los profesionales de salud ya que muchos de ellos también pertenecen al programa juntos y es importante para ellos que sus hijos no tengan anemia y gracias a ello también tienen conocimiento de los alimentos que deben de consumir para prevenir distintas enfermedades que hoy en día va en aumento produciendo muchas muertes.

Asimismo, estos resultados se asemejan a la investigación de Haro M, (69) titulada: “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”. Que tuvo como resultados que del 100% (190) de los adultos del Asentamiento Humano Villa el Sol Sector 1, el 78.95% (150) tienen estilo de vida saludable, el 21,05% (40) tienen un estilo de vida no saludable.

Otro estudio que se asemeja es de López F, (70) titulada: “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. upis belén nuevo\_ Chimbote, 2019”. Que tuvo como resultados que del 100% (200) de personas adultas que participaron del estudio, el 52,0% (104), tienen estilo de vida saludable y un 48,0% (96) no tienen una vida saludable.

Así también existen estudios que difieren como la investigación de Neciosup J, (67) 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 I \_Chimbote, 2019”. Que tuvo como resultados Estilo de vida en adultos, podemos visualizar que del 100% de la población el 76% (76) no tienen un estilo de vida saludable y un 24% (24) si tienen.

Otro estudio que difiere es de Vásquez D, (66) 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 España\_Chimbote, 2019. Que tuvo como resultado que del 100% (110) de los adultos, el 70% (77) lleva estilo de vida no saludable y el 30% (33) saludable.

Como propuesta de conclusión para la otra pequeña parte que no tiene estilos de vida es que los profesionales de salud en general realicen anuncios, propagandas, charlas u otro tipo de estrategias donde den a conocer qué tipo de alimentos son ricos en proteína, carbohidratos todo esto con la finalidad de que puedan hacer que los adultos tomen mayor responsabilidad y compromiso en mejorar su estilo de vida y también puedan tener siempre en cuenta acerca de la importancia de consumir alimentos saludables y realizar actividades físicas ya que esto les va a permitir gozar de una buena salud tanto como a ellos y también a su familia y con eso ayudar a prevenir enfermedades que los pueden llevar a la muerte.

**Tabla 4:** Del 100% (100), de los adultos del Distrito de San Nicolás-Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021; el 83,00% (83) si tienen apoyo emocional, el 87,00% (87) si tiene ayuda material, el 88% (88) si tienen relaciones sociales de ocio y distracción, el 85% (85) apoyo afectivo y el 86,00 % (86) tiene apoyo social.

El apoyo social es una serie de recursos psicológicos, que está formada por transacciones personales que son necesarias para las personas porque provocan en ellos el bienestar en general, además de ello le dan un refuerzo a lo que hace uno en su vida diaria tanto positivas o negativas en la sociedad, también el apoyo es algo que tiene un proceso dentro de lo social como un componente estructural los cuales van a reflejar el contacto que existe entre el individuo y el entorno social (71).

La mayoría tienen apoyo emocional, esto se debe a que los adultos del distrito cuentan con una persona en la que confían y es con ellos con los que comparten sus problemas familiares o también ciertos temores personales, lo que es beneficioso para

ellos ya que no se van a sentir solos para afrontar sus problemas y seguir adelante, el hecho de tener a alguien de confianza va ser de gran ayuda porque ellos los van aconsejar y los van apoyar para que puedan solucionar sus problemas y lo más importante los va ayudar a tomar buenas decisiones y va ayudar al bienestar psicológico evitando el estrés, ansiedad, depresión por lo que muchos pasan, aparte de ello los adultos tienen el cariño y el aprecio de sus hijos y que ellos platican con ellos lo que les hace sentir amados, queridos e importantes.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), (72) refiere que el apoyo emocional juega un papel muy importante en la vida de las personas por lo que es valioso la ayuda de alguna persona cercana para evitar mediante esto decisiones negativas que pueden llevar a los adultos a sufrir de depresión, ansiedad a hasta en algunos casos los puede llevar a la muerte, por lo que este tipo de apoyo es valioso porque va ayudar a fomentar el bienestar en las personas y en la sociedad.

La mayoría tienen ayuda material, esto se debe a que reciben el apoyo económico de sus hijos o también hermanos mayores y esposa, no solo eso ellos están agradecidos porque muchas veces han tenido ciertas dificultades para prepararse sus alimentos porque se iban a la chacra pero que siempre sus nietos o hijos lo esperaban con un plato de comida y que la forma de pensar de ellos es que ese bien que le hacen a sus padres también los van aprender sus hijos y los van a tratar con cierto aprecio a ellos cuando lleguen a esa edad donde que ellos van a depender de alguien, muy aparte de todo eso han recibido víveres como fideos, arroz, aceite y azúcar por parte del alcalde y sus regidores de la municipalidad.

La mayoría tienen relaciones sociales de ocio y distracción, esto se debe a que los adultos comparten sus tiempos libres con sus hijos y nietos, con los que planean realizar paseos en el que comparten momentos de felicidad lo que evita en ellos sentirse solos o abandonados, y esto mejora el estado de ánimo del adulto, por otro lado otros adultos optan por ir a visitar a familiares lejanos llevándoles cereales u otro tipo de alimento que ellos crean conveniente, mediante estos pasatiempos ayudan a evitar el estrés, ayudan a tener una buena motivación lo que es favorable para el adulto en cuanto a su salud psicológica y física.

La mayoría tienen apoyo efectivo, esto se debe a que reciben por parte de su pareja, vecinos, amigos, hijos y nietos cierto tipo de cariño y afecto mediante abrazos, besos, caricias, palabras de aliento o a veces si están pasando por un mal momento siempre

hay alguien que les saca una sonrisa y que los hace olvidar por un momento sus problemas también dentro de su familia existen personas que hacen que los adultos se sientan queridos y mediante eso en ellos provoca pensamientos positivos que van hacer que se sientan bien con ellos mismos y también con las personas que los rodean , aparte de eso van hacer que se sientan más seguros y va a fortalecer los lasos familiares.

La mayoría tienen apoyo social, esto se debe a que practican la solidaridad entre ellos mismos, y que si alguno carece de algo siempre va a ver alguien quien los va apoyar porque saben que si ellos pasan por una situación similar siempre van a buscar la forma de poder ayudarlos, todo esto va provocar en ellos armonía, seguridad, confianza, respeto y sobre todo amor lo que es muy positivo en sus vidas y les va a brindar también el bienestar que cada uno de ellos necesitan para su estado emocional.

Asimismo, estos resultados se asemejan a la investigación de Febre T, (73), 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”. Que tuvo como resultado que del 100% (200) de los adultos del Pueblo Joven La Unión sector 26 de Chimbote, el 73.0% (146) reciben apoyo emocional; el 68.5 % (137) reciben la ayuda material; el 77,0% (154) realizan actividades de distracción y ocio; el 81.5% (163) si reciben apoyo afectivo. Por lo tanto, el 79.5% (159) si reciben Apoyo Social.

Otro estudio que se asemeja es de Verde L, (59) 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 porvenir “b” sector 13, Chimbote, 2019. Que tuvo como resultado que del 100% (140) de adultos del Pueblo joven Porvenir B, Sector 13, relacionado a la tabla de relacionado a la tabla de apoyo social el 93,6% (131) si tienen apoyo emocional, el 93,0% (129) si tiene ayuda material, el 69,3 % (97) si tienen relaciones de ocio y distracción y el 98,6% (138) si tienen apoyo afectivo.

Así también existen estudios que difieren como la investigación Medina T, (74) 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 25 \_Chimbote, 2019”. Que tuvo como resultados que del 100% (180) de los adultos del Pueblo Joven “La unión” sector 25 de Chimbote, el 58.3% (105), más de la mitad no reciben apoyo emocional; el 63.3 % (114), la mayoría no reciben la ayuda

material; el 56,7% (102), más de la mitad no realizan actividades de Relaciones de ocio y distracción; el 56,1% (101), más de la mitad no reciben apoyo afectivo. Por lo tanto, más de la mitad no recibe apoyo social.

Otro estudio que difiere es de Paz E, (75) 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”. Que tuvo como resultado que del 100% (153) de los adultos del Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote; el 51,0% (78) no tienen apoyo emocional, el 54,0% (83) si tienen apoyo material, el 58,0% (88) no tienen relajación de ocio y distracción, siendo el 55,0% (84) no tienen apoyo afectivo.

Para concluir la mayoría de los adultos tienen apoyo social, del mismo modo como propuesta de mejora es importante y prescindible la existencia de talleres que busquen mejorar la salud mental y psicológica del adulto del Distrito de San Nicolas, y mediante esto fomentar el amor propio, también se solicita al centro de salud formar algún tipo de apoyo para los adultos que no puedan afrontar situaciones negativas, tocando temas como la depresión, el estrés y la importancia de tener una autoestima alta. Por consiguiente, con el apoyo que brinde el centro de salud se va a lograr que los adultos gocen de una buena salud mental fomentando en ellos la tranquilidad que ellos necesitan para sentirse bien.

**Tabla 5:** La asociación entre los factores sociodemográficos y estilos de vida se observa que en el sexo dieron como resultado  $X^2 = 0,758$  y p-valor = 3,8415, que en la edad dieron como resultado  $X^2 = 8,185$  y p-valor = 4,8415, que en el grado de instrucción dieron como resultado  $X^2 = 1,981$  y p-valor = 6,4987, que en la religión dieron como resultado  $X^2 = 0,437$  y p-valor = 6,8415, que en el estado civil dieron como resultado  $X^2 = 8,921$  y p-valor = 3,5681, que en la ocupación dieron como resultado  $X^2 = 2,894$  y p-valor = 8,8415, que en el ingreso económico dieron como resultado  $X^2 = 5,055$  y p-valor = 9,8415 y que en el SIS dieron como resultado  $X^2 = 2,597$  y p-valor = 5,4369, lo cual no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables. La asociación entre los factores sociodemográficos y apoyo social se observa que en el sexo dieron como resultado  $X^2 = 3,1783$  y p-valor = 0,0943 siendo el valor de  $(p < 0,05)$  y en el ingreso económico dieron como resultado  $X^2 = 1,3498$  y p-valor = 0,0113 siendo el valor de  $(p < 0,05)$ , lo cual existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Nola Pender (76) en el año 1996 creó un instrumento de medición del estilo de vida en el que contempla sus dimensiones que son nutrición, ejercicio, responsabilidad en salud, manejo del estrés, relaciones interpersonales y actualización; el estilo de vida son conjuntos que desarrollan los adultos de forma individual o colectiva para satisfacer sus necesidades y alcanzar su desarrollo.

En cuanto a los factores sociodemográficos y estilos de vida no tienen relación estadísticamente significativa entre sexo, lo que nos indica que el sexo no representa los comportamientos, actitudes o decisiones que ellos vayan a tomar respecto a su salud, tanto los varones y las mujeres dependen de un factor individual y personal que los va a llevar a tomar decisiones que puedan favorecer y fortalecer su propia salud realizando y teniendo buenos hábitos en cuanto al estilo de vida.

En cuanto a los factores sociodemográficos y estilos de vida no tienen relación estadísticamente significativa entre edad, lo que nos indica que el estilo de vida adquirido por una persona en este estudio no está adherida o ligada a la edad, por lo que pueden adquirir el estilo de vida adecuada o no adecuada en cualquier etapa de su vida en la que se encuentra con relación a su edad.

En cuanto a los factores sociodemográficos y estilos de vida no tienen relación estadísticamente significativa entre grado de instrucción, lo que nos quiere decir que el adulto no va a tener acceso a mejores puestos laborales lo que va a perjudicar la canasta básica del hogar, por otra parte va ser muy complicado para ellos conseguir trabajo en la sociedad por lo que van a tener que conformarse con un sueldo mínimo y con trabajos eventuales que se puedan dar en el distrito como trabajadores de peones en obras, en construcción de casas o por otros trabajos que brinde la municipalidad, muy aparte de todo eso el sueldo no va ser muy beneficioso porque van a carecer de falta de alimentos o de algún otro tipo de material que ellos vayan a requerir para su hogar o para su familia.

En cuanto a los factores sociodemográficos y estilos de vida no tienen relación estadísticamente significativa entre religión, lo que nos quiere decir que los adultos del distrito pertenecen a diferentes religiones ya que en este distrito existen varios por lo cual están divididos, cada uno de ellos creen en un solo DIOS, pero siempre existe cierta discrepancia por hacer que la mayoría vaya o acuda a su iglesia y sirva a DIOS desde ahí, muy aparte de todo ello la religión cumple papel muy importante en la vida de los adultos porque de alguna manera u otra ellos creen en DIOS y está fe que las personas tienen viene ya desde hace muchos siglos.

En cuanto a los factores sociodemográficos y estilos de vida no tienen relación estadísticamente significativa entre estado civil, lo que nos quiere decir que los adultos optan por estar solos ya que refieren sentirse mejor así que posteriormente llegar a tener su pareja y sus hijos con los que van a compartir su vida o los logros que vayan a tener los integrantes de la familia.

En cuanto a los factores sociodemográficos y estilos de vida no tienen relación estadísticamente significativa entre ocupación lo que nos quiere decir que la ocupación de un empleo determina el estilo de vida de las personas como en esta investigación más de la mitad son empleados tienen un salario fijo mensual con lo que van a solventar los gastos del hogar que se van a distribuir en la alimentación y en la educación de sus hijos, en cambio las personas que son desempleados tienden a sufrir o tener un mal estilo de vida y están limitadas a poder gozar de ella.

En cuanto a los factores sociodemográficos y estilos de vida no tienen relación estadísticamente significativa entre ingreso económico lo que nos quiere decir que esto depende de la cantidad que ellos llegan a ganar mensualmente, como en esta investigación más de la mitad generan un ingreso de 850 a 1110 lo que les va a permitir a ellos tener un estilo de vida, teniendo una buena alimentación ya con este sueldo ellos van a poder adquirir los alimentos que le hagan falta en casa, también ayudara a cubrir otro tipo de gastos del hogar,

En cuanto a los factores sociodemográficos y el apoyo social si existe relación estadísticamente entre sexo, lo que nos indica que el apoyo que vayan a recibir las personas depende mucho de si vayan a ser varones o mujeres lo que es algo desfavorable en la sociedad, porque hoy en día lo que se quiere es la igualdad de género porque es un derecho fundamental y esencial sin importar la economía, la raza, la etnia, la religión, cuyo fin de la igualdad de género es que las personas tengan los mismos derechos y posibilidades, oportunidades y sean tratados todos con respeto.

En cuanto a los factores sociodemográficos y el apoyo social si existe relación estadísticamente entre ingreso económico, lo que nos indica que los adultos van a tener más apoyo social, lo que es muy bueno para ellos porque esto ayudará a cubrir gastos de la canasta básica familiar o también a cubrir cualquier otra necesidad que vayan a tener, porque ellos son los que van a requerir más ayuda porque son los que mayor falta tienen a comparación de los otros adulto que tienen un buen ingreso económico.

Asimismo, estos resultados se asemejan a la investigación de Huamán J, (77)

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”. Que tuvo como resultado al relacionar los factores sociodemográficos con el estilo de vida se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre el sexo y el estilo de vida, pero el estilo de vida si tiene relación con la edad ( $X^2=11,36$  y  $P\text{-valor}=0,003$ ), con el grado de instrucción ( $X^2=15,94$  y  $P\text{-valor}=0,001$ ), asimismo si tiene relación con la variable religión ( $X^2=9,37$  y  $P\text{-valor}=0,009$ ), con el estado civil ( $X^2=23,55$  y  $P\text{-valor}=0,000$ ), con la ocupación ( $X^2=17,69$  y  $P\text{-valor}=0,001$ ), también tiene relación con el ingreso económico ( $X^2=16,05$  y  $P\text{-valor}=0,002$ ) y por último el estilo de vida si tiene relación con el tipo de seguro ( $X^2=10,47$  y  $P\text{-valor}=0,014$ ).

Así también existen estudios que difieren como la investigación Vásquez D, (66) 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 España\_Chimbote, 2019”. Que tuvo como resultado que la relación entre los factores sociodemográficos, estilos de vida y Apoyo Social del adulto del Asentamiento Humano Villa España, se demostró que existe relación entre la religión y estilos de vida, dado que el valor es ( $p<0.05$ ) para que exista relación estadísticamente significativa; es por ello, que se dio como resultado  $x^2= 6.6522$  y  $p\text{-valor} = 0,036$ .

Como propuesta de mejora es imprescindible crear talleres que busquen brindar información buena y verídica a los adultos a planificar de una forma adecuada sus horarios para la realización de sus ejercicios todo esto acorde a la edad de cada uno de ellos y teniendo en cuenta también su condición física y en cuanto a la alimentación se le debe llenar de información a todos los adultos la importancia de consumir alimentos varios en el que deben incluir frutas, verduras y frutos secos.

Como propuesta de conclusión es valioso mencionar que estas variables repercuten en la salud del adulto del distrito de San Nicolás por lo que tener una buena acción en cuanto a la promoción de la salud con lleva al adulto a perfeccionar su calidad de vida también es necesario brindar esta información tanto a los profesionales de la salud y a las autoridades del distrito de San Nicolás con el objetivo de que busquen hallar alguna solución para los adultos.

**Tabla 6:** El 100% (100) de los adultos que residen en el Distrito de San Nicolás; el 49% (49) tiene acciones de prevención y promoción inadecuadas y el 51% (51) tiene acciones

de prevención y promoción adecuadas; mientras que en el estilo de vida el 30% (30) tienen un estilo de vida no saludable y el 70% (70) saludable. La asociación de la prueba del chi cuadrado dio como resultado para las variables de acción prevención y promoción de la salud y estilos de vida el valor de  $X^2 = 5,353$  y  $p\text{-valor} = 0,3841$ , siendo el  $p$  valor menor a 0.05 por lo cual existe una relación significativa entre ambas variables.

Nola Pender (78) refiere, que la promoción de la salud retoma las características y experiencias individuales, además de la valoración de las creencias en salud, en razón a que estas últimas son determinantes a la hora de decidir asumir un comportamiento saludable o de riesgo para la salud, debido a su alto nivel de interiorización y la manera de ver la realidad que lo rodea.

Al realizar la prueba de Chi cuadrado de la promoción y prevención de la salud con estilo de vida se reportó que si existe relación estadísticamente significativa.

Al estudiar las variables de prevención y promoción de la salud y lo estilos de vida de los adultos se observa que si existe relación entre ambas variables, ellos refieren tener cierta información de la alimentación saludable, de la importancia de los estilos de vida pero que de alguna forma tienen cierta dificultad para ponerlos en práctica en su vida, por otra parte otro adultos reciben apropiada información acerca de la prevención y promoción de la salud, también acuden al centro de salud cuando sufren algunos malestares como dolor estomacal, dolor de cabeza y otros malestares generales.

Asimismo, estos resultados se asemejan a la investigación de Medina T, (74) 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 25 \_Chimbote, 2019”. Que tuvo como resultados de la prueba del Chi Cuadrado entre prevención y promoción de la salud y estilos de vida dieron como resultados  $X^2 = 14,86$  y  $p\text{-valor} = 0,0001$ , siendo el valor ( $p < 0.05$ ) lo cual existe relación estadísticamente significativa entre ambos variables.

Otro estudio que se asemeja es el de Febre T, (73) 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”. Los resultados de la prueba del Chi cuadrado dieron como resultado para las variables prevención y promoción de la salud y estilos de vida dieron como resultado  $X^2 = 14.53$  y  $p\text{-valor} = 0.00013764$ , siendo el  $p$  valor menor a 0.05 por

lo cual existe una relación significativa entre ambas variables.

Así también existen estudios que difieren como la investigación Verde R, (59) 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 porvenir “b” sector 13, Chimbote, 2019”. Que tuvo como resultados al relacionar la variable estilos de vida y prevención y promoción de la salud, según el análisis estadístico del Chi cuadrado se reportó que  $X^2=0,73$  y  $p=0,392$  mostrando no tener relación significativos ( $p<0.05$ ) con esto se da a conocer que no existe relación entre ambas variables en los adultos del Pueblo joven Porvenir B, Sector13, Chimbote, 2019.

Otro estudio que difiere es el de Vásquez D, (66) 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 España\_Chimbote, 2019”. Que tuvo como resultados al relacionar acciones de prevención y promoción de la salud y estilos de vida con el análisis estadístico del Chi cuadrado se reportó que  $\chi^2= 0,17$  y  $P= 0,689$  ( $p=>0.05$ ). Con esto se da a conocer que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

En conclusión, los datos obtenidos en la tabla nos muestran que existe mayor acción de prevención y promoción de la salud en los adultos por lo que se tiene mejores prácticas del estilo de vida y como propuesta de conclusión involucramos al centro de salud para que busquen formas de promover la salud en el adulto con temas relacionados al cuidado de su propia salud y también el de su familia, cuyo fin sea el de obtener resultados positivos en la vida de los adultos con la ayuda de talleres, charlas u otro tipo de estrategia con el que se pueda llegar a concientizar a todos ellos en la práctica no solo de la alimentación sino también en la actividad física.

**Tabla 7:** El 100% (100) de los adultos que residen en el Distrito de San Nicolás el 49% (49) tiene acciones de prevención y promoción inadecuadas y el 51% (51) tiene acciones de prevención y promoción adecuadas; mientras que en el apoyo social el 14% (14) no tienen apoyo social y el 86% (86) si tienen. La asociación de la prueba del chi cuadrado dio como resultado  $p= 3.841 > 0.432$  siendo el valor de ( $p 0,05$ ). No existe relación estadísticamente significativa entre acciones de prevención y promoción de la salud y apoyo social.

La prevención y promoción de la salud es una transformación que permite a los individuos a aumentar el control acerca de su salud mediante el cual puedan mejorarla,

el apoyo social tiene una relación tanto con el estrés y la salud en general, tanto como el apoyo social va ayudar a reducir el estrés, a mejorar la salud, y a moderar el impacto laboral en la persona (79).

Los resultados obtenidos nos indica que no existe relación estadísticamente significativa en cuanto a la promoción y el apoyo social, lo que nos indica que los adultos viven abandonados por sus hijos, que no reciben el aprecio y el apoyo de las personas cercanas a ellos, por otra parte también refieren sentirse solos que algunas veces pasan por situaciones difíciles donde que requieren la ayuda tanto emocional y psicológico de algún familiar, y el hecho de no contar con ello genera en ellos, tristeza, depresión y baja autoestima, también manifiestan no tener esas ganas de salir ya que están ocupados en sus hogares con distintas cosas que hacen dentro de ello.

Asimismo, estos resultados se asemejan a la investigación de Huamán J, (77) “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”. Que tuvo como resultados la asociación entre la promoción de la salud y el apoyo social con la prueba de Chi cuadrado ( $X^2=0,14$  y  $p=0,710$ ) no es significativo ( $p<0,05$ ); no existe relación entre ambas variables.

Otro estudio que se asemeja es el de Verde R, (59) 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 porvenir “b” sector 13, Chimbote, 2019”. Que tuvo resultado al relacionar la variable prevención y promoción de la salud y apoyo social, según el análisis estadístico del Chi cuadrado se reportó que  $X^2=0,12$  y  $p=0,724$  mostrando no tener relación significativos ( $p<0,05$ ) en los adultos del Pueblo joven Porvenir B, Sector 13, Chimbote 2019.

Así también existen estudios que difieren como la investigación de Febre T, (73) 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”. Que tuvo como resultados de la prueba del Chi cuadrado dieron como resultado para las variables de prevención y promoción de la salud y apoyo social dieron como resultado  $X^2=3,91$  y  $p\text{-valor}=0,048,0818$  siendo el  $p\text{-valor}$  menor a 0.05 por lo cual existe una relación significativa entre ambas variables.

Otro estudio que difiere es de Medina T, (74) 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 25 \_Chimbote, 2019”. Que tuvo como resultados de la prueba del Chi Cuadrado entre prevención y promoción de la salud y apoyo social dieron como resultados  $X^2 = 5,79$  y  $p\text{-valor} = 0,016$ , siendo el valor ( $p < 0.05$ ), lo cual existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

En conclusión, los datos obtenidos en la tabla nos muestra que en los adultos existe adecuada acción de prevención y promoción de la salud y que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables y como propuesta de conclusión que con la ayuda de los profesionales de la salud se elaboren y desarrollen estrategias tocando temas como la autoestima, la depresión, el estrés, la importancia de la solidaridad y otros temas que hagan que los adultos tengan y mejoren su calidad de vida, por otra parte también la municipalidad puede ser parte del apoyo social que requieren los adultos del distrito, ayudando a que más profesionales se comprometan a desarrollar sesiones que den resultados positivos y que busquen la mejora de la población en general.

## V. CONCLUSIONES

- En los factores sociodemográficos de los adultos del Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021, se muestra que la mayoría tienen SIS, son de sexo femenino, tienen edades comprendidas entre 36 a 59 años y profesan la religión católica, más de la mitad su grado de instrucción es superior; son de estado civil solteros y menos de la mitad son empleados y tienen un ingreso económico familiar mayor de 650 a 850 nuevos soles.
- De acuerdo a la prevención y promoción de la salud de los adultos del Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021. Se encontró que más de la mitad tiene una adecuada prevención y promoción de la salud, menos de la mitad tiene una inadecuada prevención y promoción de la salud.
- En los estilos de vida de los adultos del Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021 la mayoría tienen estilos de vida saludable y apoyo social. La mayoría tiene apoyo emocional, material, relación de ocio y distracción y apoyo afectivo.
- Al realizar la prueba del Chi Cuadrado entre los factores sociodemográficos y con los estilos de vida se encontró que, no existe relación estadísticamente significativa entre sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación, ingreso económico y SIS, mientras tanto en los ítems de factores sociodemográficos con apoyo social si existen relación estadísticamente en sexo e ingreso económico.
- Al realizar la prueba del Chi Cuadrado de prevención y promoción de la salud con los estilos de vida se encontró que, si existe relación estadísticamente significativa, y al realizar la prueba del Chi cuadrado de prevención y promoción de la salud con el apoyo social encontrando que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

## VI. RECOMENDACIONES

- Promocionar y sensibilizar a los adultos del Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021, con temas del estilo de vida saludable, cuyo fin sea prevenir enfermedades y mediante eso promover más actividades físicas y una alimentación adecuada.
- Informar los resultados de la investigación a las autoridades del Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021, con el fin de que conozcan la realidad de sus habitantes y puedan trabajar de mano con otras instituciones para la mejoría de su calidad de vida de todos los adultos.
- Se recomienda al centro de salud al que pertenecen los adultos del Distrito de San Nicolás\_ Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021 que los profesionales de salud realicen campañas de temas importantes como los estilos de vida saludable de prevención y promoción con el fin de que se tome conciencia y haya una mejor calidad de vida para los adultos.
- Es importante que el personal de salud proponga y realice estrategias de atención integral en los adultos considerando los factores que tienen relación con el estilo de vida en la población estudiada, del mismo modo también motivando a otros profesionales y estudiantes de la salud a realizar otras y nuevas investigaciones que puedan contribuir a la mejora de la salud de los adultos.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de la Salud (OPS y OMS) Promoción de la Salud. 2019. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>
2. Organización Panamericana de Salud. Nuevas estrategias y planes para mejorar la salud en las Américas son consideradas por países que integran el Comité Ejecutivo de la OPS. [internet]. Washington; 2016. [Consultado 25 de Setiembre. 21]. Disponible en: OPS/OMS | Nuevas estrategias y planes para mejorar la salud en las Américas son consideradas por países que integran el Comité Ejecutivo de la OPS (paho.org)
3. Anglín P, Verdecia S, López R, Rosales T, Delgado P. Necesidad de crear programas de prevención y promoción en el adulto medio que afronta el envejecimiento. *Multimed*, 20(1), 108-119. [Internet]. 2016. [Citado el 16 de mayo 2019]. Disponible en: URL. <http://www.revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/135/185>
4. Rincón de la salud. Promoción de la salud a nivel mundial. Organización Internacional del Trabajo. [internet]; 2021. [consultado 4 de octubre. de 21]. Disponible en: <https://www.rincondelasalud.com/es-ES/noticias/promocionde-la-salud-nivel-mundial>
5. Consejería de salud de Murcia. Día mundial de la salud. Salud para todos [Internet]. [Consultado el 29 de junio del 2020]. Disponible en: <http://blogs.murciasalud.es/edusalud/2018/04/06/dia-mundial-de-la-salud2018-salud-para-todos-healthforall/>
6. Coronel J, Marzo N. La promoción de la salud: evolución y retos en América Latina. *Medisan* 21 (7): 926-932. [Internet]. 2017. [Citado el 16 de mayo 2019]. Disponible en: URL. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S102930192017000700018&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S102930192017000700018&lng=es).
7. Bonachera A. CNN. México está “al borde de una crisis de salud pública”, dice el Instituto Mexicano para la Competitividad. México. 2018. [Acceso a Internet]. Disponible en: <https://cnnespanol.cnn.com/2018/05/24/mexico-esta-al-bordede-una-crisis-de-salud-publica-dice-el-instituto-mexicano-para-la-competitividad/>

8. Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. Proceso de la Reforma al Sector Salud en Guatemala. Guatemala. 2019. [Acceso a Internet]. Disponible en: <https://www.google.com/search?q=4.+Ministerio+de+Salud+P%C3%BAblica+y+Asistencia+Social.+Proceso+de+la+Reforma+al+Sector+Salud+en+Guatemala.+Guatemala.+2019.&aq=4.%09Ministerio+de+Salud+P%C3%BAblica+y+Asistencia+Social.+Proceso+de+la+Reforma+al+Sector+Salud+en+Guatemala.+Guatemala.+2019.&aq=chrome..69i57.1852j0j7&sourceid=chrome&ie=UTF-8>
9. Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. Conmemoran Jornada Interfronteriza de Vacunación entre Honduras y Guatemala. Guatemala. 2019. [Acceso a Internet]. Disponible en: <https://www.mspas.gob.gt/index.php/noticias/noticias-mspas/item/588conmemoran-jornada-interfronteriza-de-vacunacion-entre-honduras-yguatemala>
10. Hernández J. Avances en promoción de la salud y prevención de las enfermedades crónicas en Costa Rica. 2010. [Acceso a Internet]. Disponible en: <http://www.scielo.sa.cr/pdf/rcsp/v19n1/a09v19n1.pdf>
11. Mancipe J, Villamil G, Correa E, Meneses F, González E, Schmidt J. Efectividad de las intervenciones educativas realizadas en América Latina para la prevención del sobrepeso y obesidad infantil en niños escolares de 6 a 17 años: una revisión sistemática. *Nutrición hospitalaria*, 31(1), 102-114. [Internet]. 2015. [Citado el 16 de mayo 2019]. Disponible en: URL. [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S021216112015000100010](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S021216112015000100010)
12. Dirección de salud. Programa de promoción de salud. Dirección de salud. Chile; 2019. [Citado 29 de junio del 2019]. Disponible en: <http://www.saludstgo.cl/servicios/programa-de-promocion-de-salud/>
13. Ministerio de salud. Plan de estrategia publicitaria 2020. Perú; 2020. Disponible en: [https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/572013/PEP\\_-RM\\_089-2020MINSA.PDF](https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/572013/PEP_-RM_089-2020MINSA.PDF)
14. Agencia Peruana de Noticias Andina. INEN forma promotores de la salud para prevenir el cáncer. [Internet]. Publicado el 24/09/2019. [Consultado el 02 de Julio del 2020]. Disponible en: <https://www.andina.pe/agencia/noticiainen-forma-promotores-de-salud-para-prevenir-cancer-767524.aspx>
15. Dirección regional de salud Ancash. Informe del gasto año 2017. Huaraz Ancash. 2018. [Acceso a Internet]. Disponible en:

[http://www.diresancash.gob.pe/doc\\_gestion/INDICADORES\\_DESEMPENO\\_2017.pdf](http://www.diresancash.gob.pe/doc_gestion/INDICADORES_DESEMPENO_2017.pdf)

16. RSD. Firman acuerdo para la promoción de la salud durante el periodo 2019 2022. 2018. [Acceso a internet]. Disponible en: <https://radiorsd.pe/noticias/firman-acuerdo-para-la-promocion-de-la-saluddurante-el-periodo-2019-2022>
17. EsSalud. EsSalud Áncash impulsa promoción de la salud en docentes de la provincia del Santa. [ Internet]. Publicado el 27/05/2019. [Consultado el 02 de Juliodel 2020]. Disponible en: <http://www.essalud.gob.pe/essalud-ancashimpulsa-promocion-de-la-salud-en-docentes-de-la-provincia-del-santa/>
18. Ancash Noticias. Ancash: inauguran ambientes de salud mental y adicciones en el hospital de Huaraz. Publicado el 17/12/2019. [Consultado el 21 de abril del 2019]. Disponible en: <http://www.ancashnoticias.com/2019/12/17/ancash-inauguran-ambientesde-salud-mental-y-adicciones-en-el-hospital-de-huaraz/>
19. Hernández R, Molina M. Efectividad de intervención educativa sobre estilos de vida en adultos mayores. Nueva Paz 2019-2020. tesis para optar el título de licenciada en enfermería. [Documento de Internet]. [Citado 27 de abril de 2019], Disponible en: <https://revistas.utm.edu.ec/index.php/QhaliKay/article/view/2943/3044>
20. Trujillo D. Estrategia de intervención para mejorar la calidad de vida del adulto mayor. [Documento de Internet]. [Citado 27 de abril de 2019], Disponible en: Estrategia de intervención para mejorar la calidad de vida del adulto mayor | Rev. cuba. med. gen. integr;36(4): e1256, tab | LILACS | CUMED (bvsalud.org)
21. Toapaxi E, Guarete Y, Cusme N. Influencia del estilo de vida en el estado de salud de los adultos. (Revista de investigación – Salud Pública). Unión, Cotopaxi – Ecuador, 2017. [citado el 27 de Julio 23]. Recuperado a partir de: <https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/enfi/article/view/966>
22. Cedeño M. Rol del profesional de enfermería como educador sanitario; prevención de la diabetes en Adulto Mayor, Centro de Salud Cisne N° 2Guayaquil, 2018. Ecuador; 2018. Disponible en: <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/30622/1/1207tesiscede%20mariuxi.pdf>
23. Pujay E. Acciones de prevención y promoción de la salud relacionado con los estilos de vida de los adultos pescadores del desembarcadero pesquero artesanal - Salaverry, 2020”. [Tesis para Optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería].

- Trujillo-perú; 2020. [consultado 14 de octubre de 21]. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/19914>
24. Rios M. Factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción, estilos de vida y apoyo social del adulto de Jesús de Nazareth\_Trujillo,2019”. Citado del 3 de mayo del 2021.Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/27102>
25. Angles R y Malpartida L. Efectividad del programa de promoción de la salud y prevención de enfermedades ocupacionales en el lugar de trabajo. [Trabajo académico para optar el título de especialista en enfermería en salud ocupacional]. Universidad Norbert Wiener. Lima- Perú. 2018. [Acceso a Internet]. Disponible en: <http://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/123456789/2624>
26. Gomero R, Francia J. La promoción de la salud en el lugar de trabajo, una alternativa para los peruanos. Rev. Perú. med. exp. salud publica vol.35 no.1 [Internet]. 2018. [Citado el 18 de mayo 2019]. Disponible en: URL.[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S172646342018000100021](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S172646342018000100021)
27. Hebert T, Teofanes R, prevención y Promoción Social y Calidad de Vida en los Beneficiarios del Centro Integral de Atención al Adulto en el Distrito de Huacho, 2018. Universidad Nacional. Huacho-Perú, 2019. Disponible: <http://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/UNJFSC/2778/Tomas%20Ramos%20y%20Rubina%20Alva.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
28. Aniceto T. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Caraz - Ancash, 2020. [Tesis Para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería]. Huaraz –Perú 2020. [Consultado 12 de octubre de 21]. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/19042>
29. Sánchez C. Cuidados de enfermería en la promoción y determinantes de la salud de los adultos del centro poblado Toclla\_Huaraz, 2019. [Tesis]. Huaraz: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, 2020. [Consultado el 02 de Julio del 2020]. Disponible en:<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/17265>
30. Cerna A. Cuidados de enfermería en la promoción y determinantes de salud de los adultos del caserío de Mashuan - San Nicolás - Huaraz, 2018. [Tesis]. Huaraz: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, 2020. [Consultado el 02 de Julio

- del 2020]. Disponible en:  
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/17335>
31. Sakraida J. Modelo de Promoción de la Salud. Nola J Pender. En: Maerriner TA, Rayle-Alligood M, editores. Modelos y teorías de enfermería, 6 ed. España: Elsevier Mosby; 2007. [Consultado el 02 de Julio del 2020]. Disponible en: <http://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v8n4/v8n4a3.pdf>
  32. Pender N: biografía y teoría de la promoción de la salud. [internet] [consultado 12 de octubre de 21]. Disponible: <https://www.lifeder.com/nolapender/>
  33. Organización Mundial de la Salud, Organización Panamericana de Salud. Promoción de la salud. [internet] [consultado 12 de octubre de 21]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>
  34. Aristizábal P, Blanco D, Sánchez A, Ramos R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión (fecha de acceso 03 de abril del 2019) Disponible en: <http://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v8n4/v8n4a3.pdf>
  35. Pender N. Modelo de promoción de la salud. Health Promotion in nursing practice. 3ª. Ed. Connecticut: Appleton & Lange, 51-75, 1996.
  36. Significados.com, Persona, [Consultado el 30/03/2017] Disponible en: <https://www.significados.com/persona/>
  37. Casas S, Klijn T, Promoción de la salud y su entorno laboral saludable. Rev.LatinoAm Enfermagem 2006.
  38. Pender N. teorías en Enfermería, promoción de salud. Publicado 31st mayo 2013.
  39. Pender N. Modelo de promoción de la salud. Health Promotion in nursing practice. 3ª. Ed. Connecticut: Appleton & Lange, 51-75, 1996.
  40. Valdivia E. Actitudes Hacia la Promoción de la Salud y Estilos de Vida Modelo Pender, Profesionales del Equipo de Salud, Microred Mariscal Castilla. Arequipa 2016, Perú [en línea] [citado 24 de julio 2020] disponible en URL: <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/5985/ENMvamaeg.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
  41. Guecha P, et al. Promoción de la salud y factores que influyen en los estilos de vida saludable de los docentes del colegio Integrado Juan Atalaya según la teorista Nola Pender del 2018-A [internet] 2018 [citado el 27 de julio 2023]. Disponible en: <https://repositorio.udes.edu.co/handle/001/4069>

42. Martínez C, Parco E y Yalli A. Factores sociodemográficos que condicionan la sobrecarga en el cuidador primario del paciente pediátrico con leucemia en un instituto especializado-2018. [Trabajo económico para optar el título de especialista en enfermería en cuidado enfermero en oncología]. Universidad Peruana Cayetano Heredia. Lima-Perú. 2018. Disponible en:  
[http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/3969/Factores\\_MartinezFierro\\_Cynthia.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=Factores%20sociodemogr%C3%A1ficos,de%20la%20poblaci%C3%B3n%20\(14\).](http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/3969/Factores_MartinezFierro_Cynthia.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=Factores%20sociodemogr%C3%A1ficos,de%20la%20poblaci%C3%B3n%20(14).)
43. Organización mundial de Salud. OMS | ¿Qué es la promoción de la salud?, 2016. Retrieved from: <https://www.who.int/features/qa/health-promotion/es/>
44. Lagoueyte G. estilos de vida. Rev Univ Ind Santander Salud. 2015; 47(2):209-213. [Consultado el 02 de Julio del 2020]. Disponible en [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S012108072015000200013](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S012108072015000200013)
45. Rodríguez Hizmeri Edgardo, Pizarro Mena Rafael, Durán Agüero Samuel. Relación entre Apoyo Social percibido, Severidad de Insomnio y Somnolencia Diurna en Adultos Mayores. Mem. Inst. Investig. Cienc. Salud [Internet]. 2020 Dec [citado el 27 de julio 2023]; 18(3): 34-42. Available from: [http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S181295282020000300034&lng=en](http://scielo.iics.una.py/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S181295282020000300034&lng=en)
46. Hernández R, Fernández C, del Pilar M. Metodología de la investigación, 5ta Ed [Internet]. [visitado el 5 de diciembre de 21]. Recuperado a partir de: [www.FreeLibros.com](http://www.FreeLibros.com)
47. Huairé E. Método de investigación. Material de clase. [internet]; 2019. [ consultado 5 de diciembre de 21]. Disponible en: <https://www.aacademica.org/edson.jorge.huairé.inacio/35.pdf>
48. Definición de factores sociodemográficos. [Consultado el 28 de Julio del 2023]. Disponible en: <https://decs.bvsalud.org/es/ths/resource/?id=59890#:~:text=Indicadores%20utilizados%20para%20describir%20a,de%20vida%20y%20factores%20similares.>
49. Coronel J, Marzo N. La promoción de la salud: evolución y retos en América Latina. MEDISAN; 2017. [Citado 18 de junio del 2019]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-)

- [30192017000700018&lng=es.](#)
50. Gamarra M, Rivera H, alcalde M. Estilo de vida, autoestima y apoyo social en estudiantes. Perú; 2010. [Citado el 18 de junio del 2019]. Disponible en: <http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/ucv-scientia/article/view/451/326>
  51. Gracia E, Herrero J, Musitu G. El apoyo social; 1995. [Citado 20 de julio 2019]. Disponible en: [https://www.udc.gal/dep/ps/grupo/programas/apoio\\_s.pdf](https://www.udc.gal/dep/ps/grupo/programas/apoio_s.pdf)
  52. Universidad Católica Los Ángeles De Chimbote. Reglamento de integridad científica en la investigación. [En línea] Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2023. [ Consultado el 28 de Julio del 2023]. Disponible desde el Url: <https://www.uladech.edu.pe/wp-content/uploads/erpuniversity/downloads/transparenciauniversitaria/estatuo-el-texto-unico-de-procedimientos-administrativos-tupa-el-planestrategico-institucional-reglamento-de-la-universidad-y-otrasnormativas/reglamentos-de-la-universidad/reglamento-de-integridad-cientifica-en-la-investigacion-v001.pdf>
  53. Factores sociodemográficos. [citado el 28 de julio 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/7812/T061\\_10118745\\_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/7812/T061_10118745_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
  54. Organización Mundial de la Salud. Compromiso en favor del empoderamiento de las mujeres. [citado el 28 de julio 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/05-07-2021-who-pledges-extensive-commitments-towards-women-s-empowerment-and-health>
  55. Ministerio de la salud. Atención integral de la salud. [Internet] 2019. [citado el 28 de julio 2023]. Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/3788.pdf>
  56. Institución de Estadística e Informática I. Grado de instrucción. [citado el 28 de julio 2023]. Disponible en: <http://proyectos.inei.gob.pe/web/biblioineipub/bancopub/est/lib0002/cap0203.htm>
  57. Institución de Estadística e Informática. Estado civil. [citado el 28 de julio 2023]. Disponible en: [https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones\\_digitales/Est/Li](https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Li)

b1711/cap03.pdf

58. Ministerio de la salud. Seguro Integral de la Salud. [citado el 28 de julio 2023].  
Disponible en: <https://www.gob.pe/sis>
59. 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 “b” sector 13, Chimbote, 2019. [Internet] 2019. [citado el 28 de julio 2023]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27010/PROMOCION\\_PREVENCION\\_VERDE\\_LARA\\_ROSITA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27010/PROMOCION_PREVENCION_VERDE_LARA_ROSITA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
60. Giraldo E. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del centro poblado de Unchus\_Huaraz, 2021. [Consultado el 28 de Julio del 2023].  
Disponibile en: [file:///C:/Users/SONY%20VAIO/Downloads/GIRALDO%20CHAVEZ%20ELA\\_%20TESIS%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/SONY%20VAIO/Downloads/GIRALDO%20CHAVEZ%20ELA_%20TESIS%20(1).pdf)
61. Rivera S. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. pueblo joven san Juan\_Chimbote, 2019. [Consultado el 28 de Julio del 2023].  
Disponibile en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27102/FACTOR\\_SOCIODEMOGRAFICO\\_RIVERA\\_AREVALO\\_SARA.pdf?sequence=3&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27102/FACTOR_SOCIODEMOGRAFICO_RIVERA_AREVALO_SARA.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
62. Rodríguez Y. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Alberto Romero Leguía\_Nuevo Chimbote, 2019. [Consultado el 28 de Julio del 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27103/FACTOR\\_SOCIODEMOGRAFICO\\_RODRIGUEZ\\_TELLO\\_YARIXA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27103/FACTOR_SOCIODEMOGRAFICO_RODRIGUEZ_TELLO_YARIXA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
63. Nola P. Promoción de la salud. [Consultado el 28 de Julio del 2023].  
Disponibile en: <https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/4967/Trabajo%20d>

- [e%20grado.pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)
64. Prevención y promoción de la salud. [Consultado el 28 de Julio del 2023]. Disponible en: [https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com\\_docman&view=list&slug=promocion-salud-9772&Itemid=270&lang=es#gsc.tab=0](https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_docman&view=list&slug=promocion-salud-9772&Itemid=270&lang=es#gsc.tab=0)
65. Ramírez 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 10 de setiembre sector II\_Chimbote, 2019. [Consultado el 28 de Julio del 2023]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26775/FACTOR\\_SOCIODEMOGRAFICO\\_RAMIREZ\\_SOSA\\_ESTEFANO.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26775/FACTOR_SOCIODEMOGRAFICO_RAMIREZ_SOSA_ESTEFANO.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
66. Vásquez 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. [Consultado el 28 de Julio del 2023]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26991/ESTILOS\\_VIDA\\_VASQUEZ%20MI%c3%91ANO%20DIANA%20LUCERO.pdf?sequence=3&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26991/ESTILOS_VIDA_VASQUEZ%20MI%c3%91ANO%20DIANA%20LUCERO.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
67. 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. [Consultado el 28 de Julio del 2023]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27031/FACTOR\\_SOCIODEMOGRAFICO\\_NECIOSUP\\_ALFARO\\_JAZMIN.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27031/FACTOR_SOCIODEMOGRAFICO_NECIOSUP_ALFARO_JAZMIN.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
68. Nola Pender. Estilos de vida. [Consultado el 28 de Julio del 2023]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1561-31942019000200170#:~:text=El%20estilo%20de%20vida%20se,familia%20y%20mecanismos%20de%20afrentamiento](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942019000200170#:~:text=El%20estilo%20de%20vida%20se,familia%20y%20mecanismos%20de%20afrentamiento)
69. 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. [Consultado

- el 28 de Julio del 2023]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26246/APOYO\\_SOCIAL\\_HARO\\_RAMIREZ\\_MIULLER.pdf?sequence=3&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26246/APOYO_SOCIAL_HARO_RAMIREZ_MIULLER.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
70. López F. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. upis belén nuevo\_ Chimbote, 2019. [Consultado el 28 de Julio del 2023]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27055/FACTOR\\_SOCIODEMOGRAFICO\\_LOPEZ\\_APOLINAR\\_FANNY.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27055/FACTOR_SOCIODEMOGRAFICO_LOPEZ_APOLINAR_FANNY.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
71. Monagas C, Trejo J. Apoyo social, el camino hacia la salud integral. ULPGC. [Trabajo final de grado de Trabajo Social]. Universidad de las Palmas de Gran Canaria. 2016. [Acceso a internet]. Disponible en: [https://accedacris.ulpgc.es/bitstream/10553/21732/4/0713620\\_00000\\_0000.pdf](https://accedacris.ulpgc.es/bitstream/10553/21732/4/0713620_00000_0000.pdf)
72. Organización mundial de la salud. La importancia del apoyo emocional en situaciones de crisis. 2019. [Documento de Internet]. [Citado el 28 de Julio del 2023]. Disponible en: <https://www.psicologos-malaga.com/apoyo-emocionalsituaciones-crisis/>
73. 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. [Consultado el 28 de Julio del 2023]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19906/ADULTO\\_PREVENCION\\_FEBRE\\_LLOCLLA\\_TANIA\\_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19906/ADULTO_PREVENCION_FEBRE_LLOCLLA_TANIA_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
74. Medina 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 25 \_Chimbote, 2019. [Consultado el 28 de Julio del 2023]. Disponible en: [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)

75. 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. [Consultado el 28 de Julio del 2023]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19515/ADULTO\\_PROMOCION\\_PAZ\\_GAMARRA\\_ETTY\\_MAYTE.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19515/ADULTO_PROMOCION_PAZ_GAMARRA_ETTY_MAYTE.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
76. Nola P. Estilo de vida. [Consultado el 28 de Julio del 2023]. Disponible en: <https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/20.500.13084/2829>
77. Huaman 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. [Consultado el 28 de Julio del 2023]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20017/ADULTO\\_FACTORES\\_HUAMAN\\_SANTIAGO\\_JAVES\\_AZUSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20017/ADULTO_FACTORES_HUAMAN_SANTIAGO_JAVES_AZUSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
78. Nola P. promoción de la salud. [Consultado el 28 de Julio del 2023]. Disponible en: <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/nola-pender.html#:~:text=Seg%C3%BAAn%20Pender%2C%20el%20Modelo%20de,a%20su%20alto%20nivel%20de>
79. Promoción y prevención de la salud, apoyo social. [Consultado el 28 de Julio del 2023]. Disponible en: [https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2016/09/1\\_PROMOCION-DE-SALUD.pdf](https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2016/09/1_PROMOCION-DE-SALUD.pdf)

**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 del Distrito de San Nicolás, 2021.

<b>FORMULACIÓN DEL PROBLEMA</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>HIPOTESIS</b>	<b>VARIABLES</b>	<b>METODOLOGIA</b>
¿Existe asociación entre los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del Distrito de San Nicolás.	<p><b>Objetivo General:</b> Determinar la relación de los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: Estilos de vida y Apoyo social en el adulto del Distrito de San Nicolás_ Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.</p> <p><b>Objetivos Específicos:</b> Caracterizar los factores sociodemográficos del adulto. Caracterizar las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto</p>	<p><b>H1:</b> Existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del Distrito de San Nicolás_ Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.</p> <p><b>H2:</b> No existe relación estadísticamente significativa entre las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud:</p>	<p>Variable 1: Factores sociodemográficos</p> <p>Variable 2: Acciones de prevención y promoción de la salud</p> <p>Variable 3: Estilos de vida</p> <p>Variable 4: apoyo social</p>	<p><b>Tipo:</b> Cuantitativo</p> <p><b>Nivel:</b> Correlacional –transversal</p> <p><b>Diseño:</b> No experimental</p> <p><b>Técnica:</b> se utilizó la entrevista y la observación.</p>

	<p>Caracterizar el comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto</p> <p>Explicar la relación de los factores sociodemográficos con el comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto</p> <p>Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del Distrito de San Nicolás_ Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021.</p>	<p>estilos de vida y apoyo social en el Adulto del Distrito de San Nicolás_ Carlos Fermín Fitzcarrald,2021.</p>		
--	--	---	--	--

**ANEXO 02**  
**INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN**  
**CUESTIONARIO SOBRE FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS**

**DATOS DE IDENTIFICACIÓN**

**Autor:** Dra. Vílchez Reyes, María Adriana

**Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:**

---

**A. FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS**

**1. ¿Marque su sexo?**

- a) Masculino (.)      b) Femenino (.)

**2. ¿Cuál es su edad?**

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

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

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

**4. ¿Cuál es su religión?**

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

**5. ¿Cuál es su estado civil?**

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

**6. ¿Cuál es su ocupación?**

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

**7. ¿Cuál es su ingreso económico?**

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

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

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

## CUESTIONARIO SOBRE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD

**Autor:** Dra. Vílchez Reyes, María Adriana

Nombre:.....

Se agradece con anticipación la atención prestada.

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

N°	Comportamiento del usuario	CALIFICACIÓN			
		NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
<b>EJES TEMÁTICOS</b>					
<b>ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN</b>					
01	¿Se ha elaborado un plan de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?				
02	¿Se ha designado un coordinador y/o establecido un grupo de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?				
03	¿Participan las autoridades locales en el desarrollo de medidas de promoción para una alimentación saludable en su comunidad?				
04	¿Ofrecen en su comunidad alimentos y bebidas saludables? (no refrescos azucarados, comida rápida, dulces o alcohol)				
05	¿Se ofrece fruta fresca en su comunidad?				
06	¿Se provee agua potable en su comunidad?				
07	¿En los últimos 30 días con qué frecuencia se lavó las manos antes de comer?				
08	¿En los últimos 30 días comió habitualmente frutas?				
09	¿En los últimos 30 días comió habitualmente verduras?				
<b>HIGIENE</b>					
10	¿Se lava las manos con agua y jabón aplicando la técnica adecuada?				

11	¿Realiza el baño corporal diariamente?				
12	¿Realiza el lavado de dientes mínimo 3 veces al día?				
13	¿Mantiene higiénica y en orden su ropa?				
14	¿Lava los alimentos antes de consumirlos?				
15	¿Mantiene en orden y limpieza la vivienda?				
16	¿Mantiene ventilada su vivienda?				
17	¿Mantiene limpio su baño o letrina?				
18	¿Realiza el mantenimiento de su servicio higiénico o su letrina?				
<b>HABILIDADES PARA LA VIDA</b>					
19	¿Sabes escuchar y sabe cuándo hablar?				
20	¿Influencia y regula las emociones de otra persona?				
21	¿Escucha con atención y está dispuesto(a) a discutir los problemas?				
22	¿Enfrenta los problemas dando solución?				
23	¿Alienta la participación y la cooperación?				
24	¿Orienta y enseña?				
25	¿Confía en el grupo y estimula las decisiones de grupo?				
26	¿Se comunica abiertamente? ¿Demuestra capacidad de autocrítica?				
27	¿Es expresivo(a), espontánea y seguro?				
28	¿Tiene una personalidad activa?				
29	¿Defiende sus derechos?				
30	¿No presenta temores en sus comportamientos?				
31	¿Posee usted comunicación directa, adecuada, abierta y franca?				
32	¿Posee usted seguridad en expresarse con los demás?				
33	¿Su comportamiento es respetable por los demás?				
34	¿Se comunica fácilmente con toda clase de personas?				
<b>ACTIVIDAD FISICA</b>					

35	¿Realiza 30 minutos diarios de actividad física al 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?				
36	¿Realiza ejercicios de fuerza 2 o 3 veces por semana?				
37	¿Realiza la rutina con 10 minutos de ejercicios de estiramiento?				
38	1 ¿Toma una buena cantidad de líquido durante el día (Aproximadamente 2 litros de agua)?				
<b>SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA</b>					
39	¿Tiene relaciones sexuales actualmente con protección?				
40	¿Se informa de los métodos anticonceptivos?				
41	¿Usa un método anticonceptivo?				
42	¿Se hace exámenes médicos ginecológicos?				
43	¿Usted se alimenta equilibradamente durante su vida reproductiva				
<b>SALUD BUCAL</b>					
44	¿Se cepilla los dientes por lo menos dos veces al día con pasta dental con flúor?				
45	¿Usa hilo dental?				
46	¿Usa a diario un enjuague bucal con flúor?				
47	¿Tiene exámenes regulares odontológicos?				
48	¿Evita las bebidas gaseosas, los jugos artificiales y las bebidas energéticas?				
49	¿Evita el consumo de tabaco y el alcohol?				
<b>SALUD MENTAL Y CULTURA DE PAZ</b>					
50	¿En general está satisfecho con usted mismo/a?				
51	¿A veces piensa que no sirve absolutamente para nada?				
52	¿Puede hacer las cosas bien como la mayoría de las personas?				

53	¿Cree que tiene muchos motivos para sentirme orgulloso/a?				
54	¿A veces se siente realmente inútil?				
55	¿Siente que es una persona digna de estima o aprecio, al menos en igual medida que los demás?				
56	¿Siente mucho aprecio por mí mismo/a?				
57	¿Tiendo a pensar que en conjunto es un fracaso?				
58	¿Tiene una actitud positiva hacía mí mismo/a?				
<b>SEGURIDAD VIAL Y CULTURA DE TRÁNSITO</b>					
59	¿Usa el cinturón de seguridad de manera adecuada?				
60	¿Cruza por la senda peatonal o esquina, donde se tiene prioridad?				
61	¿No utilizar el celular al conducir ni tampoco al cruzar la calle?				
62	¿Usted al cruzar la calle, camina, no corre, y lo hace con precaución?				
63	¿Si maneja bicicleta usa casco?				
64	¿Usted camina por las veredas?				
65	¿Usted cruza la pista cuando el semáforo está en color verde?				
66	¿Usted evita salir a la calle si se encuentra en estado de embriaguez?				
67	¿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?				

## 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.upsy15-4.aem>

CONTENIDO ÍTEMS	NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	
<b>Matriz de saturaciones de los factores de la escala de HPLP – II de la solución de cuatro factores:</b> <b>F1. Responsabilidad hacia la salud</b> <b>F2. Actividad física.</b> <b>F3. Nutrición</b> <b>F4. Crecimiento espiritual y relaciones interpersonales</b>					
1.-Escojo una dieta baja en grasa, grasas saturadas y en colesterol.					
2.-Informo a un doctor (a) o 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 máquina 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 el 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 mí					

<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”).
- 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 (Muthén & 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 ítems de validez de la escala HPLP-II, a partir de las correlaciones de Pearson, se realizaron con el programa SPSS 20.0.

La validez de consistencia interna mediante el Análisis Factorial Exploratorio con método Promin, el cual reportó 4 dimensiones y 48 ítems (ya que excluyó 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

## CUESTIONARIO MOS 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 hablarde todo lo que se le ocurre).
2. Escriba el nº 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 estaren 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 medico cuando lonecesite	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 hablarde 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 sirvanpara olvidar sus problemas	1	2	3	4	5
15. Que le ayude 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 sentirsequerido	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:*

	<b>Maximo</b>	<b>Medio</b>	<b>Mínimo</b>
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.

## ANEXO 03: VALIDEZ DEL INSTRUMENTO

### Anexo 01:

#### VALIDEZ DEL CUESTIONARIO: ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD

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 Ipanaque.

Durante las reuniones se brindó a los jueces información respecto a la matriz de operacionalización de la variable y la propuesta del cuestionario, para su análisis y socialización, luego cada participante 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).

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

#### 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.

## **Anexo 02:**

### **VALIDEZ DEL CUESTIONARIO: ESTILOS DE VIDA**

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).

## **Anexo 03:**

### **VALIDEZ DEL CUESTIONARIO: APOYO SOCIAL**

Nuestro estudio utilizo la versión validada en español Londoño, N. et al (2012).

Realizado en Colombia, el cual está comprendido por 20 ítems, pero distribuido en 4 dimensiones:

- Apoyo emocional informacional
- Apoyo instrumental
- Interacción social positiva
- Apoyo afectivo

## **ANEXO 04: CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO**

### **Anexo 01:**

#### **CONFIABILIDAD DEL CUESTIONARIO: ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD**

**Confiabilidad interevaluador:** Se evaluó 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.

### **Anexo 02:**

#### **CONFIABILIDAD DEL CUESTIONARIO: ESTILOS DE VIDA**

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 03:**

#### **CONFIABILIDAD DEL CUESTIONARIO: APOYO SOCIAL**

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 ( $\alpha=0.83$ )
- Apoyo afectivo ( $\alpha= 0.74$ ).

**ANEXO 05**  
**FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO**

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

La presente investigación en Salud se titula: **FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL EN EL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021** y es dirigido por el estudiante Melgarejo Zapata Luz Maria, investigador de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es: Recolectar datos sobre los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida en el adulto, para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 20 minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través de una llamada telefónica. Si desea, también podrá escribir al correo 1212181094@uladech.edu.pe 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**

Sr.  
Moisés Simión Espinoza Melgarejo  
Alcalde del Distrito de San Nicolas

**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 Ángeles de Chimbote. El motivo de la presente tiene por finalidad presentarme, **Melgarejo Zapata, Luz María**, con código de matrícula N° 1212181094 , de la Carrera Profesional de Enfermería, ciclo VII, quién solicita autorización para ejecutar de manera remota o virtual, el proyecto de investigación titulado “**Factores sociodemograficos y acciones de prevención y promoción asociada al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del distrito de San Nicolas\_ Carlos Fermín Fitzcarrald, 2021**” durante los meses de agosto noviembre 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 de la población. En espera de su amable atención, quedo de usted.

Atentamente,

Melgarejo Zapata, Luz María

DNI. N° 74594824



**ANEXO 07**  
**EVIDENCIAS LA EJECUCIÓN**  
**DECLARACIÓN JURADA**

Yo, Melgarejo Zapata, Luz Maria identificado (a) con DNI, 74594824 con domicilio real en el psje. San Juan S/N, del distrito de San Nicolás, Provincia Carlos Fermín Fitzcarrald, departamento de Ancash.

**DECLARO BAJO JURAMENTO,**

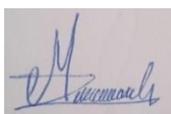
En mi condición de (estudiante/bachiller) egresado con código de estudiante 1212181094 de la Escuela Profesional de Enfermería Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, semestre académico 2023-1:

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 EN EL ADULTO DEL DISTRITO DE SAN NICOLÁS\_ CARLOS FERMÍN FITZCARRALD, 2021.

Corresponden a la ejecución de la recolección de datos, realizado por mi persona.

Doy fe que esta declaración corresponde a la verdad

03 de julio de 2023.



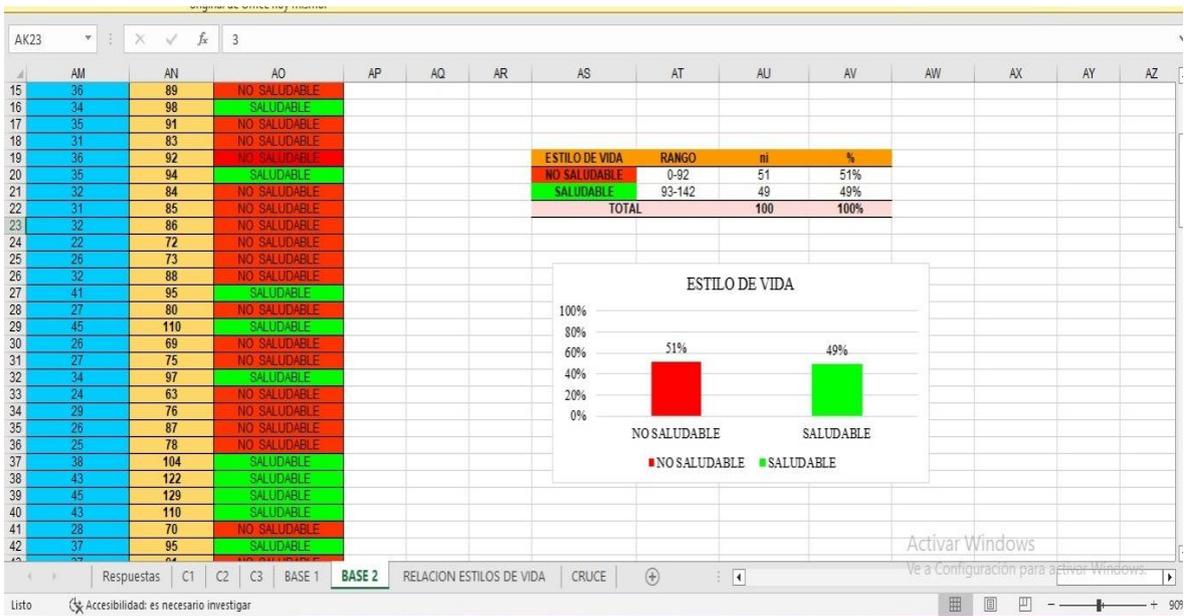
---

Firma del estudiante/bachiller

DNI: 74594824

## BASE DE DATOS

	D1										D2					
ENTREVISTADOS	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	PTJ - D1	P11	P12	P13	P14	P15	PTJ - D2	P21
ENTREVISTADA 1	3	3	3	3	3	4	4	4	27	4	4	4	4	3	19	4
ENTREVISTADA 2	1	2	2	4	3	3	4	4	23	2	3	3	2	2	12	4
ENTREVISTADA 3	2	2	2	4	4	4	4	4	26	2	3	2	2	2	11	4
ENTREVISTADA 4	2	2	2	4	3	4	4	4	25	3	4	4	3	3	17	4
ENTREVISTADA 5	2	2	3	4	4	4	4	4	27	3	4	4	4	3	18	4
ENTREVISTADA 6	2	2	3	4	3	4	4	4	26	2	3	3	3	2	13	3
ENTREVISTADA 7	1	1	1	3	3	3	3	3	18	2	3	2	2	2	11	3
ENTREVISTADA 8	2	2	2	4	3	4	4	4	25	1	2	2	2	2	9	2
ENTREVISTADA 9	1	1	1	4	3	4	4	4	22	2	3	2	3	2	12	3
ENTREVISTADA 10	2	2	3	4	2	3	4	3	23	3	4	2	4	4	17	3
ENTREVISTADA 11	2	2	2	4	3	3	3	3	22	2	3	2	3	2	12	3
ENTREVISTADA 12	2	1	1	4	3	4	4	4	23	2	4	3	3	3	15	4
ENTREVISTADA 13	1	1	1	4	3	4	4	4	22	2	3	2	3	2	12	3
ENTREVISTADA 14	2	1	1	4	3	4	3	3	21	2	3	2	3	2	12	3
ENTREVISTADA 15	1	1	1	3	3	4	3	3	19	2	3	2	3	2	12	3
ENTREVISTADA 16	1	1	1	3	3	3	3	3	18	2	3	2	3	2	12	3
ENTREVISTADA 17	1	1	1	3	3	4	4	4	21	2	4	3	4	3	16	3
ENTREVISTADA 18	2	1	1	4	3	4	4	3	22	2	3	2	3	2	12	3
ENTREVISTADA 19	1	1	1	3	3	3	2	2	16	2	3	3	3	2	13	3
ENTREVISTADA 20	2	1	1	3	3	4	2	2	18	1	2	2	3	2	10	3
ENTREVISTADA 21	2	1	1	4	3	3	3	3	20	2	3	2	3	2	12	3
ENTREVISTADA 22	2	2	2	3	2	2	2	2	17	2	2	2	2	2	10	3
ENTREVISTADA 23	2	2	2	3	2	4	3	3	21	2	2	1	2	1	8	3
ENTREVISTADA 24	2	2	1	4	3	3	3	3	21	2	3	1	2	1	9	3



G164 =SUMA(G160:G163)

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K
143		Menor de 750 soles	2.940000	3.060000	6.000000		0.048989	10.491130			
144		De 751 a 1000 soles	4.900000	5.100000	10.000000		0.112876	22.041783			
145		De 1001 a 1400 soles	9.310000	9.690000	19.000000						
146		De 1401 a 1800 soles	10.290000	10.710000	21.000000		chi cal	50.659942	Si existe relacion		
147		Mayor de 1801 soles	21.560000	22.440000	44.000000		chi tabla	9.487729			
148		<b>TOTAL</b>	<b>49.000000</b>	<b>51.000000</b>	<b>100.000000</b>		Si chi calculado es mayor que chi de la tabla, existe un efecto o relacion entre las variaciones, de lo contrario no existe.				
149											
150											
151											
152											
153											
154											
155		<b>RELACION DE FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS - ESTILOS DE VIDA</b>									
156											
157	Observados	<b>FACTOR SOCIODEMOGRAFICO</b>		<b>ESTILO DE VIDA</b>							
158		<b>SISTEMA DE SEGURO</b>	<b>SALUDABLE</b>		<b>NO SALUDABLE</b>		<b>TOTAL</b>		<b>Pruebas de chi-cuadrado independencia</b>		
159			n°	%	n°	%	n°	%			
160		Essalud	15	15.0%	17	17.0%	32	32.0%	Chi cuadrado(X2) = 47,342700; gl=3 y		
161		SIS	27	27.0%	27	27.0%	54	54.0%	Nivel de significancia= 95% (0,05) X		
162		Otro seguro	2	2.0%	4	4.0%	6	6.0%	prueba= 7,814728		
163		No tiene seguro	5	5.0%	3	3.0%	8	8.0%	Si existe relacion entre las variables.		
164		<b>TOTAL</b>	<b>49</b>	<b>49%</b>	<b>51</b>	<b>51%</b>	<b>100</b>	<b>100%</b>			
165			49%		51%						
166											

Fuente: Cuestionario aplicado al adulto del Pueblo Joven Bolivar Alto\_Chimbote,2021; elaborado por Dra. Vilchez Reyes Adriana, en la Universidad Católica Los Angeles de Chimbote. Directora

Respuestas | C1 | C2 | C3 | BASE 1 | BASE 2 | **RELACION ESTILOS DE VIDA** | CRUCE

Listo Accesibilidad: es necesario investigar

K18

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	
1																		
2																		
3																		
4																		
5		<b>RELACION DE PROMOCION Y PREVENCION DE LA SALUD - ESTILO DE VIDA</b>																
6		<b>PROMOCION Y PREVENCION</b>	<b>ESTILO DE VIDA</b>				<b>TOTAL</b>		<b>Pruebas de chi-cuadrado independencia</b>			<b>PROMOCION Y PREVENCION</b>						
7			<b>ESTILO DE VIDA SALUDABLE</b>		<b>ESTILO DE VIDA NO SALUDABLE</b>		<b>TOTAL</b>					<b>PTJ TOTAL</b>	<b>RANGO</b>	<b>n</b>	<b>%</b>			
8			n°	%	n°	%	n°	%	Chi cuadrado(X2) = 5,81952381;			Inadecuada	0-145	84	84%			
9			35	35.0%	49	49.0%	84	84.0%	gl=1 y			Adecuada	145-208	16	16%			
10			14	14.0%	2	2.0%	16	16.0%	Nivel de significancia= 95% (0,05)			<b>TOTAL</b>		<b>100</b>	<b>100%</b>			
11			49	49%	51	51%	100	100%										
12			49%		51%													
13																		
14		<b>PROMOCION Y PREVENCION</b>	<b>ESTILO DE VIDA</b>				<b>TOTAL</b>					<b>ESTILOS DE VIDA</b>						
15			<b>ESTILO DE VIDA SALUDABLE</b>		<b>ESTILO DE VIDA NO SALUDABLE</b>		<b>TOTAL</b>					<b>PTJ TOTAL</b>	<b>RANGO</b>	<b>n</b>	<b>%</b>			
16			n°	%	n°	%	n°	%				NO SALUDABLE	0-92	51	51%			
17			41.16	41.2%	42.84	42.8%	84.00	84.0%				SALUDABLE	93-142	49	49%			
18			7.84	7.8%	8.16	8.2%	16.00	16.0%				<b>TOTAL</b>		<b>100</b>	<b>100%</b>			
19			49.00	49%	51.00	51%	100.00	100%										
20																		
21																		
22			0.921904762	0.009219048	DISTANCIA													
23			4.84	0.0484														

**INTERPRETACION:** Del total de 100 pobladores el 16% tiene un nivel adecuado de promocion y prevencion de la salud, donde el 2% tienen un estilo de vida no saludable mientras que el 14% un estilo de vida

Respuestas | C1 | C2 | C3 | BASE 1 | BASE 2 | **RELACION ESTILOS DE VIDA** | **CRUCE**