



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE
CHIMBOTE**

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

**FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE
PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL
COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA Y
APOYO SOCIAL DEL ADULTO EN EL CENTRO
POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021**

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

AUTORA

PALACIOS CEVALLOS, ANGIE GISELA

ORCID: 0000-0001-5651-9571

ASESORA

REYNA MARQUEZ, ELENA ESTHER

ORCID: 0000-0002-4722-1025

SULLANA – PERÚ

2023



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

ACTA N° 0142-092-2023 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **15:50** 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 DEL ADULTO EN EL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021**

Presentada Por :
(0412181021) **PALACIOS CEVALLOS ANGIE GISELA**

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

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

ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO
Presidente

RAMOS MOSCOSO SARA MARIBEL
Miembro

ÑIQUE TAPIA FANNY ROCIO
Miembro

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 DEL ADULTO EN EL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021 Del (de la) estudiante PALACIOS CEVALLOS ANGIE GISELA, asesorado por REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 8% 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, 28 de Setiembre del 2023

Mg. Roxana Torres Guzmán
Responsable de Integridad Científica

Dedicatoria

Con todo mi cariño el presente trabajo de investigación está dedicado a nuestro padre Dios, el que me acompaña siempre y me ilumina para continuar y formarme como una buena profesional.

A mis padres quienes me han apoyado para poder cumplir con mis metas y motivarme a salir adelante, asimismo por inculcarme valores como la responsabilidad, la humildad para poder formarme como una buena profesional en salud y brindar cuidados a los que lo necesitan

Angie Gisela Palacios Cevallos

Agradecimiento

A Dios:

Por darme la capacidad y fuerza para terminar este trabajo de investigación y siempre estar presente en cada momento y sobre todo en los más difíciles, asimismo poner en camino oportunidades para crecer como personas y buena profesional.

A mis padres, Hermana, novio, amigos cercanos:

Por su cariño, comprensión y sacrificio de poder brindarme su apoyo y sobre todo por confiar en mí, para seguir una carrera profesional.

Agradezco de igual manera a mi asesora por brindarme la oportunidad de guiarme y sobre todo la paciencia la cual la caracteriza al desempeñar su rol.

Angie Gisela Palacios Cevallos

Índice general

	Pág.
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
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	1
II. MARCO TEÓRICO	8
2.1. Antecedentes	8
2.2. Bases teóricas.....	12
2.3. Hipótesis.....	18
III. METODOLOGÍA	19
3.1. Nivel, tipo y diseño de investigación	19
3.2. Población y muestra.....	19
3.3. Variables, definición y operacionalización.....	20
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de información.....	24
3.5 Método de análisis de datos.....	28
3.6. Aspectos éticos	29
IV. RESULTADOS.....	31
4.1. Resultados.....	31
DISCUSION	44
V. CONCLUSIONES.....	65
VI. RECOMENDACIONES.....	66
Anexo 01 Matriz de Consistencia	83
Anexo 02 Instrumentos de recolección de información.....	85
Anexo 03 Validez del Instrumento	95
Anexo 04 Confiabilidad del Instrumento	97
Anexo 05 Formato de Consentimiento Informado	99
Anexo 06 Documento de Aprobación para la Recolección de la Información	100
Anexo 07 Evidencias de Ejecución (Declaración Jurada, Base de Datos)	101

Lista de tablas

	Pág.
TABLA 1 FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021.....	31
TABLA 2 PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DEL ADULTO EN EL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021.....	37
TABLA 3 ESTILO DE VIDA DEL ADULTO EN EL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021.....	38
TABLA 4 APOYO SOCIAL DE LOS ADULTOS DEL EN EL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021.	39
TABLA 5 RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y EL ESTILO DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO EN EL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2022.	40
TABLA 6 RELACIÓN ENTRE LA PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN Y EL ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO LA PEÑA_QUERECOTILLO, 2022.	43
TABLA 7 RELACIÓN ENTRE LA PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN Y EL APOYO SOCIAL DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO LA PEÑA_QUERECOTILLO, 2022.	43

Lista de figuras

	Pág.
FIGURA 1 FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021.	32
FIGURA 2 PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DEL ADULTO EN EL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021.	37
FIGURA 3 ESTILO DE VIDA DEL ADULTO EN EL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021.	38
FIGURA 4 APOYO SOCIAL DEL ADULTO EN EL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021.	39

Resumen

La Promoción, prevención, es una piedra angular de atención primaria y una función esencial de salud pública. La presente investigación tuvo como objetivo Determinar los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida en el adulto del centro poblado La Peña Querecotillo - Sullana. Fue de tipo cuantitativo con nivel de investigación correlacional-Transversal, no experimental. La muestra estuvo constituida por 135 adultos, se les aplico el instrumento, a través de la entrevista. Los datos fueron exportados a una base de datos Software SPSS Statistics 24.0 Presentándose en tablas y gráficos. Se utilizó la prueba de independencia de Chi Cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de $p < 0.05$. Se llegó a los siguientes resultados y conclusiones: En los factores Sociodemográficos la mayoría son de sexo femenino (66,6%), casi la todos son adultos jóvenes (91,9%), de estado civil solteros (80,7%), menos de la mitad tienen un ingreso económico menor de 400 nuevos soles (41,5%), la mayoría con seguro SIS (60,0%). En las acciones de prevención y promoción de la salud, casi todos tienen acciones adecuadas y un porcentaje mínimo acciones inadecuadas. A aplicar la prueba del chi cuadrado entre factores sociodemográficos y el apoyo social, se encontró que existe relación estadísticamente significativa con el sexo, no hay relación con la edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación, ingreso económico y seguro

Palabra clave: Adultos, Enfermería, Estilo de vida, Salud, Prevención y Promoción

Abstract

Promotion, prevention, is a cornerstone of primary care and an essential function of public health. The objective of this research was to determine the sociodemographic factors and prevention and promotion actions associated with health behavior: Lifestyles in the adult of the town of La Peña Querecotillo - Sullana. It was of a quantitative type with a correlational-Cross-sectional level of research, not experimental. The sample consisted of 135 adults, the instrument was applied to them, through the interview. The data was exported to a SPSS Statistics 24.0 Software database, presented in tables and graphs. The Chi Square test of independence was used with 95% reliability and significance of $p < 0.05$. The following results and conclusions were reached: In the sociodemographic factors, the majority are female (66.6%), almost all are young adults (91.9%), single marital status (80.7%), less than half have an economic income of less than 400 nuevos soles (41.5%), the majority with SIS insurance (60.0%). In the actions of prevention and promotion of health, almost all have adequate actions and a minimum percentage inadequate actions. When applying the chi square test between sociodemographic factors and social support, it was found that there is a statistically significant relationship with sex, there is no relationship with age, level of education, religion, marital status, occupation, economic income and insurance.

Keywords: Adults, Nursing, Lifestyle, Health, Prevention and Promotion.

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La Organización Mundial de la Salud (OMS) (1) define la promoción de la salud como “un proceso que permite a las personas fortalecer el control sobre su salud”. Los principales medios de promoción de la salud se producen mediante el desarrollo de políticas públicas sanas que aborden los requisitos previos de la salud, como los ingresos, la vivienda, la seguridad alimentaria, el empleo, la educación y las condiciones laborales de calidad. Esta idea se pone en práctica usando enfoques participativos; individuos, organizaciones, comunidades e instituciones que trabajan juntas para crear condiciones que aseguren la salud y el bienestar para todos. En sus términos más simples, la promoción de la salud promueve cambios en el ambiente que ayudan a promover y proteger la salud.

En la actualidad, la prevención y promoción de la salud se encuentran en una posición de liderazgo en el mundo. Es necesario evaluar y actualizar planes de mejora preventiva y educativa para mejorar la calidad de vida de los adultos comunes. Tanto hombres como mujeres se encuentran en la etapa de incidentes importantes, se acercan o superan la barrera temporal que marca el ser humano como la vejez, lo que hace que el envejecimiento de la población sea un desafío para la sociedad moderna, por lo que se deben buscar soluciones alternativas para lograr una vejez satisfactoria, el desarrollo temprano de programas de prevención y promoción de la salud para mejorar la felicidad y la calidad de vida, en la vejez lo cual es el requisito previo básico para un envejecimiento exitoso (2).

La organización Panamericana de la Salud y la OMS dan conocimiento en las estrategias y planes de acción para la promoción de la salud en el marco de objetivos de Desarrollo Sostenible planteados 2019-2030 tienen como meta innovar la promoción de la salud a través de acciones sociales, políticas y tecnológicas que aborden los determinantes sociales de la salud, para mejorar su bienestar y reducir la desigualdad en salud. Según el marco para la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible. Ya que la Región de las Américas es de la cual hay más desiguales del mundo y se beneficiará de una visión estratégica de promoción de la salud que ayudé a mejorar la equidad en salud. El objetivo es permitir que las personas mejoren su calidad de vida pasando de un énfasis en el comportamiento individual a una amplia gama de intervenciones sociales y ambientales (3).

La especificidad de las condiciones de salud en América Latina, su historia, cultura y desarrollo. Además de la diversidad de su país, se encuentran bases y desafíos comunes. América Latina se abre al siglo XXI Confrontación Satisfactoria Conjunto de características epidemiológicas en las que el estilo de vida y el comportamiento social están separados, la pobreza y las desigualdades sociales agravan el desafío y requieren más respuestas. El refinamiento y la globalización pueden generar un cambio social real. Las numerosas iniciativas de promoción de la salud implementadas en los últimos años, que se desarrolló a nivel individual y no dio los resultados esperados. más cada vez. Claramente, las estrategias de promoción de la salud deben considerar social, comunitaria y política, integral, que permita un acceso equitativo a las respuestas eficaz para la salud (4).

América Latina y el Caribe (ALC), en noviembre del 2021, el número de muertes por enfermedades no transmisibles (ENT) es al menos el doble del acumulado de muertes por COVID19 estimado para la región. En ALC, los cambios sociales y económicos han dado lugar a factores de riesgo para el aumento de las ENT, la discapacidad y la muerte prematura. Estos factores de riesgo, están asociados con comportamientos o conductas modificables como fumar, dietas poco saludables, inactividad y consumo nocivo de alcohol. Además, la prevalencia de las ENT y la baja calidad de la prestación de los servicios de salud se concentran en las poblaciones vulnerables, lo que genera grandes desigualdades (5).

En Argentina, 2021 la falta de actividad física es la cuarta causa de muerte a nivel mundial, la cual se ve afectada por las pandemias. Según una encuesta realizada en siete ciudades. Además, el 44% de los encuestados manifiestan estar más tiempo acostado o sentado. Hoy en día, 1500 millones de personas en todo el mundo tienden a sentarse, lo que a largo plazo amenaza su salud física. Se estima que 5,3 millones de personas mueren cada año a causa de la inactividad. Por lo tanto, el descanso prolongado puede causar serios problemas de salud y afectar la respiración y la función muscular. También debilita la estructura de los huesos y supone un riesgo de desarrollar enfermedades no transmisibles, infecciones y depresión (6).

Fortalecer los sistemas de vigilancia epidemiológica e información en salud, detección temprana de epidemias y enfermedades crónicas no transmisibles, y evitar que evolucionen a enfermedades catastróficas; consolidación de estrategias de prevención y control -que necesitan ser fortalecidas en el marco del proceso de reforma-; MAIS

Implementación y su materialización en la atención diaria de pacientes con enfermedades agudas, especialmente portadores de enfermedades crónicas no transmisibles, para así asegurar la continuidad de la atención; construir eficazmente una red integral de servicios de salud. (6)

En Estados Unidos 2021 Se mostró que las personas han reducido su preferencia por opciones de alimentos saludables y educación nutricional debido al impacto económico negativo de la pandemia, los mercadillos, han dejado de abastecer de alimentos a la población. En este sentido, los supermercados y tiendas de abarrotes son la excepción porque les permite a las personas realizar compras, se ven influenciados por el valor de la compra y tienden a comprar alimentos baratos y de baja calidad. La situación actual de las personas durante el confinamiento ha provocado cambios graves en la alimentación, ya que se ve afectada por diferentes factores como la economía, el comportamiento, el trabajo lo que se traduce en un aumento de los malos hábitos, consumo elevado de azúcar (7).

La promoción de la salud se describe como un proceso cuyo propósito es fortalecer la habilidad y la capacidad de las personas para actuar, y los grupos o comunidades actúan colectivamente para controlar determinantes de la salud. Las recomendaciones posteriores de la OMS subrayan la importancia de la participación social en la toma de decisiones ha aumentado la necesidad de desarrollo nacional políticas integrales para solucionar los problemas de los grupos más vulnerables. La promoción de la salud es la piedra angular y la función de la atención primaria de salud pública básica; su desarrollo se basa en su eficiencia reducir la carga de enfermedad y reducir el impacto social y económico, alcanzando un amplio consenso sobre la relación entre promoción de la salud, desarrollo humano y económico. (8)

Entonces también la prevención es conocida por los servicios de salud en el Perú, en el que siempre se centran en el cuidado de las personas enfermas igualmente es importante realizar actividades preventivas para todos los ciudadanos, para que permanezcan sanos y libres de enfermedades, de tal forma se le da orientación a la población de cuidar tu salud desde antes para reducir un riesgo, y conseguir que toda la población entienda que es necesario cambiar sus hábitos para mejorar tu calidad de vida y la de quienes te rodean. (8)

En Perú, es importante brindar a las personas mayores los medios para un mejor control y mejora de su salud. Para lograr un envejecimiento exitoso, es decir, no

tener discapacidad, minimizar la enfermedad o estar completamente controlado, lo más importante es esforzarse siempre por mantener su autonomía y calidad de vida, y respetar siempre sus valores y preferencias. Por otro lado, las actividades preventivas para las personas mayores deben considerar no solo el riesgo de enfermedad, sino también los cambios funcionales provocados por la enfermedad, así como las condiciones que suelen experimentar las personas mayores que pueden empeorar su salud, como debilidad, caídas, y complicaciones iatrogénicas. Las actividades de prevención de enfermedades para adultos deben abordar todos estos factores. (9)

En el Perú 2020, La nueva normalidad de la pandemia COVID19 trajo consigo una serie de cambios no solo en el ecosistema empresarial sino también en el comportamiento del consumidor, cambiando necesidades, hábitos de consumo, expectativas de diversos productos y servicios, marcando una gran diferencia en los estilos de vida de las personas, el hogar se convirtió en trabajo, estudio, formación. Pasar más tiempo en casa fue una constante que continuó en 2021. Más del 70% de los peruanos dicen estar más conscientes de los alimentos que consumen por una pandemia. Las personas se han vuelto más preocupadas por satisfacer necesidades básicas a que cuidar su salud con una buena alimentación, la higiene personal y todos los hábitos saludables que influyen en ello. (10).

En Ancash, los profesionales de la salud se preocupan por realizar campañas de promoción de la salud y prevención de enfermedades, también en la mayoría los grupos vulnerables se esfuerzan por lograr el bienestar personal y reducir enfermedades y para conseguir la mejor calidad de vida para el individuo. En primer lugar, el acceso al seguro de salud es importante para garantizar que todos tengan acceso oportuno a la atención médica cuando la necesiten. En este sentido, la región ha logrado importantes avances en los últimos diez años. La tasa de cobertura ha pasado de 35,9% en 2007 a 80,9% en 2017, cifra incluso superior al resultado a nivel nacional. La tasa de cobertura ha aumentado de 42,3% a 75,5% en el mismo período. El aumento de la cobertura nacional y regional se debe principalmente a la implementación del Seguro Integral de Salud (SIS), que tiene como objetivo brindar un seguro a quienes no tienen seguro médico, dando prioridad a los pobres. (11)

Existen enormes diferencias de género en salud en nuestro país, edad, nivel socioeconómico y lugar de residencia. En Perú, al igual que otros países en camino de desarrollo, la política de cobertura universal no ha logrado los resultados esperados, han

no lograr la equidad en salud. Asimismo, la política sanitaria se basa en se utiliza principalmente para la asistencia médica restaurativa y se prefieren los métodos biomédicos. La gente aún no ha entendido que el concepto de salud va más allá de la ausencia de enfermedad y debe ser visto como un proceso sociopolítico y de derechos humanos universal, inseparable de otros procesos sociales, económicos, políticos y culturales en una sociedad. Esta visión holística e integral de la salud solo es posible si se resuelve desde la perspectiva de la promoción de la salud. Buscar una mayor equidad requiere desarrollo social, protección y promover las propias oportunidades y la calidad de vida de la sociedad en estas áreas. (12)

En el Centro Poblado en Tablazo Norte-La Unión, la investigación no pudo ser probada está relacionado con la prevalencia de riesgo cardiovascular entre los jóvenes, que dice la población está expuesta, considerando que, en la niñez o adolescencia y la adultez, desarrollan hábitos alimenticios inapropiados, alto consumo de grasas saturadas y estilo de vida sedentario. Además, los jóvenes han incrementado su uso de bebidas en los últimos años alcohólicas como principal herramienta de entretenimiento para festivales o reuniones. Esto es muy preocupante porque aumenta la aparición de factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares, ya que desde la niñez se debe de llevar un excelente estilo de vida para así evitar enfermedades en la edad adulta (13).

Frente a esta problemática no se escapan los adultos del Centro poblado La Peña de Querecotillo, Sullana, Se ubica en el norte del Perú con coordenadas de 04°50 '10" de latitud sur y 80°39 '01" de longitud oeste, a 65 metros sobre el nivel del mar ya 11 kilómetros de la ciudad de Sullana. Cuenta con pistas, colegios, vías de transporte, coliseo, plaza de armas donde los adultos jóvenes puedan hacer sus deportes. La mayoría de adultos trabajan todo el día y están llevando una inadecuada alimentación ya que consumen sus alimentos fuera de su casa y no tienen una hora establecida para almorzar, están teniendo problemas en cuanto a los estilos de vida.

También cuentan con su Centro de Salud que realiza actividades preventivas como lavado de manos, nutrición balanceada, manejo de residuos en casa, planificación familiar, en cuanto a las enfermedades más comunes son, enfermedades diarreicas, parasitosis intestinal, gastritis crónica, etc., en cuanto el covid19 la situación se encuentra no que exactamente controlada, pero si ha bajado la ola de pacientes y el flujo que había en los primeros días de pandemia. El 45% de la población ya está vacunada

lo cual es de gran satisfacción y tranquilidad, debido a ello estarán protegidos, es importante para promover la salud del adulto que es a ellos a los que más afecta y son los más vulnerables. Es de gran importancia este estudio para promover la salud de los adultos y así evitar enfermedades.

En el presente estudio, surge la necesidad de investigar acerca de los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud, estilos de vida y apoyo social del adulto en el centro poblado La Peña Querecotillo Sullana. Por lo tanto, deben considerarse como un proceso dinámico, que incluye no las acciones o el comportamiento personal, sino también el carácter social. Por lo tanto, deben considerarse como un proceso dinámico, que incluye no las acciones o el comportamiento personal, sino también el carácter social.

También es muy importante realizar investigaciones en el campo de la salud en el Perú y determinar la población de investigación de factores de riesgo. Incluir cambios de comportamiento destinados a promover la salud, comprender los estilos de vida de las personas para evitar que desarrollen enfermedades y aplicar los conocimientos relacionados con la salud es interesante porque es esencial para su bienestar. Porque el enfermero debe comprender, entender y orientar a las personas, para que comprendan las posibles razones por las que deben llevar un estilo de vida adecuado. La investigación tiene como objetivo brindar información que sea de gran utilidad y utilidad para que las personas mejoren sus conocimientos.

Asimismo, la investigación realizada nos permitirá a las instituciones Formadores para profesionales de la salud como la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, compartir los resultados e incorporar contenido de estilo de vida para garantizar profesionales con visión preventiva y promotora de la población adulta joven. Para ello se planteó el siguiente enunciado del problema:

¿Cuál es la relación de 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 Querecotillo, Sullana 2021?

Para dar respuesta al problema se planteó el siguiente objetivo general
Determinar la relación de los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilosde vida y apoyo social del adulto en el centro poblado La Peña Querecotillo Sullana,2021.

Así mismo para conseguir el objetivo general se plantearon los siguientes objetivos específicos

- Caracterizar los factores sociodemográficos del adulto en el centro poblado La Peña Querecotillo Sullana.
- Caracterizar las acciones de prevención y promoción del adulto en el centro poblado La Peña Querecotillo Sullana
- Caracterizar el comportamiento de la salud, estilo de vida y apoyo social del adulto en el centro poblado La Peña Querecotillo Sullana
- Explicar la relación de los factores sociodemográficos con el comportamiento de la salud, estilo de vida y apoyo social del adulto en el centro poblado La Peña Querecotillo Sullana.
- Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción con estilo de vida y apoyo social del adulto en el centro poblado La Peña Querecotillo Sullana.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedente Internacionales

Se encontraron los siguientes estudios relacionados a la presente investigación:

Campos N. (14), en su trabajo de investigación: Estilos de vida de adolescentes de establecimientos educacionales públicos de la región del bio-bio y factores relacionados. Chile, 2021. Tuvo como Objetivo Identificar los estilos de vida de adolescentes de algunos establecimientos educacionales públicos de la región del Bio-Bio y su relación con factores personales y del microsistema
Metodología: Estudio cuantitativo, transversal en 489 adolescentes de 7 establecimientos educacionales. Resultados: Solo el 10% obtuvo puntajes muy buenos de estilo de vida. Los hombres presentaron mejores puntajes de estilos de vida, así como en las dimensiones de actividad física, bienestar mental y alimentación. Conclusiones: Un bajo porcentaje de adolescentes presentó estilos de vida saludable. Los hombres y adolescentes de menor edad presentan mejores estilos de vida; el mayor apoyo social y la percepción de salud son factores que influyen favorablemente en los estilos de vida

Calpa A et al (15), en su investigación titulada “Promoción de estilos de vida saludables: estrategias y escenarios, 2020” Colombia, tuvo como objetivo analizar las estrategias de promoción de la salud para el fomento de Estilos de Vida Saludables en escenarios de familia, trabajo, comunidad, educación y sector sanitario, fue un estudio de tipo descriptivo a partir de la revisión y análisis de estudios originales primarios, los resultados fueron que se identificaron 10 Estilos de Vida Saludables como actividad física, alimentación saludable, prevención del consumo de sustancias lícitas, manejo del estrés, habilidades para la vida, sexualidad segura y prevención del consumo de sustancias ilícitas y tres estrategias de Promoción de la salud para el fomento de estilos de vida saludable, estas se basaron en información, educación, cambio de actitudes, concluyó que el desarrollo de estrategias que promueven estilos de vida saludables es incipiente en escenarios como el lugar de trabajo y la familia, lo cual genera una baja cobertura poblacional y demanda acciones interdisciplinarias

Ballesteros S. et al. (16), en su tesis titulada “Factores Sociodemográficos

Asociados A La Calidad De Vida Relacionada Con Salud Del Adulto Mayor, Zaragocilla- Cartagena, 2019.”. Tuvo como objetivo Determinar los factores sociodemográficos asociados a la Calidad de vida relacionada en Salud de los adultos mayores del barrio Zaragocilla de Cartagena, 2019. Metodología: Estudio analítico, se tomó una muestra de 455 personas, se empleó estadística descriptiva y análisis de regresión logística multivariado. Concluyó que predominó el sexo masculino en un 50,45%, tienen pareja estable 34,8%, escolaridad secundaria 34,8%, no tienen trabajo 43,2%.

Cárdenas L. y Tomalá A. (17), en su tesis titulada Comportamiento alimentario y estilos de vida durante la pandemia por Covid-19 2021 Ecuador. Objetivo: Describir los cambios generados en la conducta alimentaria y estilos de vida durante la pandemia Covid-19 en la población adulta. Metodología: tipo descriptiva, con diseño cualitativo, transversal Resultados: se evidenció que, durante el confinamiento la ingesta de alimentos ha sufrido cambios importantes, que se caracterizan por patrones de alimentación poco saludables, aumento en la ingesta de productos ultra procesados con baja calidad nutricional, aumento de peso y sedentarismo, disminución del consumo de alimentos frescos, reducción de actividad física, siendo resultado de cambios emocionales y factores de estrés. Conclusión: Los cambios en los patrones alimentarios durante el aislamiento pueden provocar cambios de peso debido a la reducción de actividad física, cambios en el consumo de alimentos y estrés relacionado con la adaptación a la realidad actual.

2.1.2. Antecedentes Nacionales

Huamán J. (18), en su tesis titulada Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento humano Ricardo Palma Chimbote 2019. Con el objetivo de Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto del Asentamiento Humano Ricardo Palma asociados al comportamiento de la salud: Estilos de vida y Apoyo social. Es de tipo cuantitativo, correlacional-transversal y no experimental. Concluyendo en los Factores sociodemográficos la mayoría son de sexo femenino, menos de la mitad tienen grado de instrucción secundaria; tienen estilos de vida saludables, reciben apoyo social y no tienen acciones adecuadas de prevención y promoción de

la salud.

Tantalean A. (19), en su trabajo de Investigación “Estilos de vida y su relación con el estado nutricional del adulto mayor, asentamiento humano La Victoria, distrito de la Banda de Shilcayo, setiembre 2019 – febrero 2020”, tuvo como Objetivo determinar la relación que existe entre los estilos de vida y el estado nutricional del adulto mayor en el Asentamiento Humano La Victoria del Distrito de la Banda de Shilcayo. Setiembre 2019 a febrero 2020. Su Metodología: fue de tipo no experimental de enfoque cuantitativo, descriptivo, de corte transversal. Concluyó que en a la dimensión de alimentación, el 28,0% (7) se encontró con un estilo de vida no saludable. En la dimensión de actividad y ejercicio, Se Concluyó como resultados que el 24,0% (6) de los adultos mayores en estudio no presentaban un estilo de vida saludable. se aprecia la relación significativa entre estilos de vida y estado nutricional de los adultos mayores.

Pujay E. (20), en su Investigación “Acciones de prevención y promoción de la salud relacionado con los estilos de vida de los adultos pescadores del desembarcadero pesquero artesanal - Salaverry, 2020”. tuvo como Objetivo: Explicar la relación entre las Acciones de Prevención y Promoción de la Salud y los Estilos de Vida de los Adultos. La Metodología: tipo cuantitativo explicativo, correlacional y de corte transversal. Se trabajó con una muestra de 130 adultos pescadores. En Conclusión y resultados: En cuanto a las acciones de prevención y promoción de la salud de los Adultos pescadores se tiene que la mayoría tiene un nivel bajo de prevención y promoción de la salud. En relación con los estilos de vida de los pescadores, un mayor porcentaje mantienen un estilo de vida saludable. En relación con las acciones de prevención y promoción de la salud y los estilos de vida se tiene que la mayoría a pesar de tener un nivel de promoción de la salud bajo presenta estilos de vida saludable. Aquí debe decir que si existe relación significativa

Galloso M. (21), en su investigación titulada Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida y apoyo social del adolescente. Asentamiento humano Ramal Playa _Chimbote, 2019 fue de tipo cuantitativa, de nivel correlacional transversal y diseño no experimental, tuvo como objetivo determinar los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de

vida y apoyo social en los adolescentes del Asentamiento Humano Ramal Playa. La muestra estuvo conformada por 90 adolescentes. Se utilizó la técnica de la entrevista y la observación. Concluyendo que La mayoría tienen un estilo de vida saludable, en el apoyo social la mayoría de adolescente, si tienen apoyo. En acciones de prevención y promoción tienen acciones inadecuadas.

Tarazona J (22), en su tesis titulada: “Nivel de satisfacción de los cuidados enfermeros en la Prevención y promoción de la salud relacionado con la Caracterización de estilos de vida de los adultos del centro Poblado de Huaracillo – Piura - Huacaybamba, 2019”. Tuvo como objetivo determinar el nivel de satisfacción del cuidado enfermero de los adultos del centro poblado Huaracillo – Piura - Huacaybamba. Fue de tipo cuantitativo, explicativo, diseño correlacional de doble casilla. Como resultados en los estilos de vida la mayoría (80%), tienen un estilo de vida no saludable y la otra cantidad considerable tienen un estilo de vida saludable. Conclusiones: existe relación estadísticamente significativa entre el cuidado enfermero en la prevención y promoción de la salud y los estilos de vida de los adultos del centro poblado de Huaracillo.

2.1.2. Antecedentes Regionales

Dioses R. (23), en su investigación Titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento humano Campo Polo Castilla - sector Sinchi Roca_Castilla_Piura, 2023”. Tuvo como Objetivo: Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto. Su Metodología: La muestra estuvo constituida por 180 adultos, se utilizó la técnica de la entrevista y observación. Se Concluye que la mayoría son de sexo femenino, edad de 60 a más, casados, más de la mitad son ama de casa, ingreso económico menor de 400 soles; de religión católica. La mayoría tienen estilo de vida saludable, apoyo social y acciones adecuadas de prevención y promoción de la salud. encontramos que si existe relación estadísticamente significativa.

Domínguez F. (24), en su Investigación Titulada “Promoción del estilo de vida saludable y factores personales biológicos del adulto mayor en el asentamiento humano Buenos Aires – Tambogrande –Piura, 2020”. Tuvo como Objetivo: determinar la asociación entre la promoción del estilo de vida saludable y los factores personales biológicos del adulto mayor. Su Metodología tipo

cuantitativo, descriptivo, correlacional, diseño de doble casilla, la muestra estuvo constituida por 164 adultos mayores, Se Concluye no significancia entre factor personal biológico y estilos de vida saludable, donde la hipótesis alterna se rechaza, aceptando la hipótesis nula si existe relación entre la variable enfermedades crónicas y estilos de vida, por lo que se sugiere tomar conciencia de las consecuencias que se presentan el no llevar un estilo vida saludable.

Chinguel M. Flores M. (25) en la investigación Titulada: Impacto en el estilo de vida del paciente adulto joven con insuficiencia renal crónica, en tratamiento de hemodiálisis en la clínica el Redentor – Piura 2020. El objetivo principal es comprender como es el impacto en el estilo de vida del paciente adulto joven con insuficiencia renal crónica en tratamiento de hemodiálisis en la clínica El Redentor- Piura 2020. Cuya metodología de tipo Cualitativa. Se concluye que la insuficiencia renal crónica terminal con tratamiento de hemodiálisis altera por completa la rutina de vida de los adultos jóvenes en los diferentes aspectos de su vida diaria.

2.2. Bases teóricas

El presente trabajo de investigación está conformado por una base teórica conceptual de Nola Pender.

El modelo de promoción de Nola Pender se basa en la educación que se debe brindar a las personas sobre cómo cuidarse ellas mismas y llevar estilo de vida saludable. Este modelo se propone integrar a las personas y enfermeras en el bienestar general de los cuidadores en sus comportamientos., y las enfermeras se proponen como principal motivación de estas acciones para lograr los mejores resultados. El modelo tiene como objetivo observar e identificar los aspectos cognitivo-conductuales que afectan el estado de salud de las personas. Por ello, Pender plantea la importancia de promover un estado de salud óptimo en lugar de medidas preventivas de salud. En conjunto, analizar el estilo de vida, las fortalezas, la adaptabilidad, el potencial y las habilidades de las personas. para tomar decisiones sobre su salud y su vida (26).

La obra de Pender, se sustenta en dos teorías, una a su vez enfatiza la importancia de los aspectos psicológicos en la conducta humana, razón por la cual se combina el aprendizaje cognitivo y conductual, y el segundo sustento teórico afirma que la conducta es conducta racional. Nola Pender, enfermera, autora de

“Promoción del modelo de desarrollo saludable” salud (MPS), indicando que el motivo de la conducta es la esperanza darse cuenta de la felicidad y la potencial humanidad. Se interesó por la creación. Un modelo de atención, la forma en que dará respuestas las personas toma decisiones sobre su atención médica (26).

Según Nola Pender, el modelo de promoción de la salud se centra en enseñar a las personas cómo cuidarse y tener un estilo vida saludable, el modelo fue propuesto para componer dos Individuos involucrados, así como personal de salud conductual, Orientado a las personas, los empleados estos comportamientos que apuntan a la motivación para el éxito óptimo, él modelo es diseñado para validar aspectos conductuales del impacto y las condiciones personales relacionadas con la salud, de la misma manera que lo formuló Nola Pender consideraciones que promueven una salud óptima, moviendo a las personas de postura holística y humanitaria, al individuo como un ser esencial que estudia los estilos de vida (27).

La comprensión de las teorías y modelos de enfermería tiene una amplia gama de un camino de discusión propicio para el desarrollo de la asignatura. La promoción de la salud propuesta por Nola pender es muy utilizada profesionales de enfermería, porque nos permite comprender los comportamientos humanos relacionados con la salud, y luego orienta la generación de comportamientos saludable (28).

Para comprender la promoción de la salud, es necesario comenzar con algunas consideraciones generales sobre el alcance de los conceptos de salud. Al referirnos al concepto actual de salud, los diferentes determinantes de las propiedades biológicas, sociales, ecológicas y de servicios son de gran trascendencia, porque las dinámicas que producen están íntimamente relacionadas y, en última instancia, determinan la salud de nuestra sociedad. De esta forma, se puede asumir que, si bien el cuidado de la enfermedad sí es relevante, sobre todo en términos de productividad y lo que significa para la persona que “recupera la salud”, trae una serie de restricciones importantes que hacen que las personas cuestionen su capacidad de respuesta. enfermedades, el estado actual de la salud de la población y su mayor valor que la prevención de enfermedades y la promoción de la salud (29)

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la promoción de la salud como "un proceso que permite a las personas fortalecer el control sobre su

salud". Utilizar métodos participativos para poner en práctica este concepto; individuos, organizaciones, comunidades e instituciones colaboran para crear las condiciones que aseguren la salud y el bienestar de todos. En pocas palabras, la promoción de la salud fomenta cambios ambientales que ayudan a promover y proteger la salud. Estos cambios incluyen cambios en las comunidades y sistemas, por ejemplo, planes para garantizar el acceso a los servicios de salud o políticas para establecer parques para la actividad física y la convivencia de las personas. La promoción de la salud implica una forma específica de cooperación: es poblacional, participativa, intersectorial, ambientalmente sensible y opera en múltiples niveles (30).

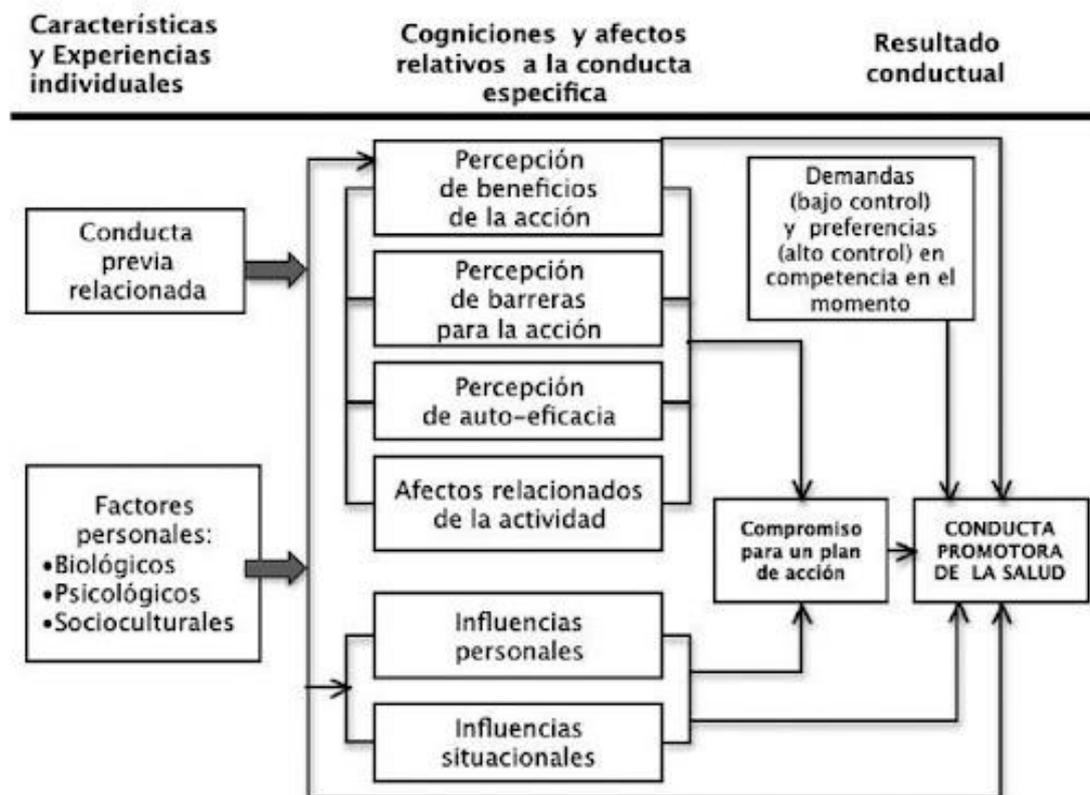
El enfoque de entornos saludables, es un método de promoción de la salud, que involucra un método multidisciplinario de promoción de la salud y prevención de enfermedades en lugares donde las personas participan en las actividades cotidianas o entornos sociales a través del "sistema integral", en el que los factores ambientales, organizacionales y personales interactúan para afectar la salud y la felicidad (31).

El modelo de promoción de la salud ampliamente utilizado por los profesionales de enfermería porque permite comprender los comportamientos humanos relacionados con la salud para orientar la generación de comportamientos saludables que tiene como objetivo crear un entorno saludable y se considera la comunidad o entorno local en el que deben existir oportunidades y condiciones desarrollo personal y colectivo, mejora de la calidad de vida y salud, empoderar a las personas para que desarrollen hábitos saludables, así como también abordar cuestiones relacionadas con el estilo de vida, como fomentar la práctica de la actividad física, alimentación saludable y recreación sana, uno de los retos es fortalecer los enfoques colectivos/sociales para la promoción de la salud, evitando la extralimitación con respecto a los estilos de vida (32).

Nola Pender, enfermera y autora del Modelo de mejora de la salud (MPS), expresa que el comportamiento está impulsado por el deseo de felicidad y el potencial humano. Quería crear un modelo de enfermería que brindara respuestas sobre cómo las personas toman decisiones sobre su atención médica. MPS tiene como objetivo ilustrar la naturaleza multifacética de las personas en sus interacciones con el medio ambiente mientras se esfuerzan por lograr el estado de

salud deseado; Enfatizar las conexiones entre las características, las experiencias personales, el conocimiento, las creencias y los aspectos situacionales relacionados con los comportamientos o comportamientos previstos relacionados con la salud (32).

Modelo de promoción de la salud de Nola Pender.



Conducta previa relacionada y los factores personales. El primer concepto se refiere a la experiencia previa que puede tener efectos directos e indirectos, probabilidad de involucrarse en comportamientos que promueven la salud. El segundo concepto describe los factores personales, categorizados en biológicos, psicológicos y socioculturales, que, según este enfoque, predicen un determinado comportamiento y están marcados por la consideración de la naturaleza de las metas conductuales (32).

Beneficios percibidos por la acción: se refiere a una evaluación de las propias debilidades del individuo que pueden dificultar el compromiso con la acción. Medidas de conductas y comportamiento real, los cuales son los resultados positivos esperados que surgirán como manifestaciones de comportamientos

saludables.

Barreras percibidas para la acción: Alude a las valoraciones negativas o desventajas personales que pueden dificultar el compromiso con la acción, la mediación de la conducta y la conducta real.

Autoeficacia percibida: Constituyen una de las ideas más fundamentales del modelo, ya que simbolizan una apreciación de la propia capacidad para realizar un determinado comportamiento, ya que la probabilidad de un acuerdo de acción es mayor, y el comportamiento existente.

Afecto relacionado con el comportamiento: está directamente relacionado con la emoción o respuesta, pensamientos positivos o negativos, favorables o desfavorables sobre el comportamiento.

Las influencias interpersonales: Cuando se percibe que las personas son más propensas a involucrarse en comportamientos que promueven la salud aquellos que son significativos para ellos esperan estos cambios, o incluso ofrecer ayuda o apoyo para lograrlo; finalmente, el último concepto de esta columna representa influencias situacionales en el entorno que pueden aumentar o disminuir el compromiso o la participación en comportamientos que promueven la salud.

Compromiso para un plan de acción: constituye un precedente para el resultado final previsto, a saber, comportamiento de promoción de la salud; los primeros se consideran aquellos comportamientos alternativos. El individuo tiene poco control debido a las contingencias ambientales, como el trabajo o las responsabilidades de cuidado. Por otra parte, las preferencias personales de la familia permiten el control relativamente alto de acción tomada para elegir algo

Conducta promotora de salud: este es el punto a la vista o expresión de acciones para resultados de salud positivos, como bienestar óptimo, realización personal y una vida productiva. Desde esta perspectiva, la promoción de la salud es una actividad clave en las diferentes áreas en las que se involucran los profesionales de enfermería, esta consideración sustenta el análisis de la pertinencia del trabajo realizado en torno al modelo descrito para identificar los intereses y hallazgos que orienten su uso.

Así mismo, Nola Pender hace mención a los conceptos meta paradigmáticos empleados en su teoría

Salud: es el estado de bienestar de una persona. En esta teoría, la salud no se describe completamente, pero podemos lograr la salud mediante el cuidado adecuado en todos los aspectos de la vida. Tiene un componente humanización e integralidad, en este metaparadigma, el ser humano es una existencia completa analizar estilo de vida, fortalezas, adaptabilidad, potencial. Todos tienen la capacidad de tomar la decisión correcta con ellos

Salud: es el estado de bienestar de una persona. En esta teoría, la salud no se describe completamente, pero podemos lograr la salud mediante el cuidado adecuado en todos los aspectos de la vida. Tiene un componente humanización e integralidad, en este metaparadigma, el ser humano es una existencia completa analizar estilo de vida, fortalezas, adaptabilidad, potencial. Todos tienen la capacidad de tomar la decisión correcta con ellos (33)

Persona: Se describe como una persona que tiene su propia la identidad a través de la cual se realiza la mencionada teoría como centro, por lo tanto, la investigación es el foco de los teóricos. Además, lo hace una indicación de que cada persona es exclusiva debido a sus propios estándares y diferentes patrones de percepción (33).

Entorno: Se refiere a aquellos factores sociales asociados con un el individuo afectado por conductas promotoras de salud, porque son factores cognitivos perceptuales, considerando, así como el medio ambiente afecta la salud de una persona de manera positiva o negativa, por lo que están en constante cambio (33).

Enfermería: Es el agente más importante porque es responsable de la motivación a una persona, para que pueda mantener su salud personal, es lo mismo responsable del cuidado y trato individuo (33).

Bases conceptuales

Adulto: es cualquier persona que ha dejado atrás la adolescencia y que aún no ha entrado en la edad adulta media o media. Las edades que se considera que tiene una persona en esta etapa varían de un autor a otro; sin embargo, suelen tener entre 19 y 40 años. Es ser, sea hombre o mujer, quien desde la apariencia física ha alcanzado un determinado sistema anatómico, ha completado biológicamente su desarrollo, ha adquirido conocimientos psicológicamente y ha alcanzado su intelecto, en materia sexual ha alcanzado la inteligencia genética (34).

Estilos de vida: es un conjunto de actitudes y conductas que las personas adoptan y desarrollan, individual o colectivamente, para satisfacer sus necesidades como seres humanos y lograr el desarrollo individual (35).

Responsabilidad en salud: Ser responsables de nuestra salud significa elegir decidir alternativas saludables correctas, no aquellas que impliquen riesgos para la salud. Esto significa reconocer que tenemos la capacidad de cambiar los riesgos inherentes a nuestro patrimonio y entorno social, es decir, podemos cambiar nuestros riesgos cambiando nuestro comportamiento. La única persona que es responsable y puede cambiar esto negativo y no saludable hacia comportamientos de felicidad / salud positivos ayuda a prevenir enfermedades, promover la salud individual y colectiva y / o mejorar la calidad ambiental) es el individuo. Esta es la persona que decide cómo cuidarse y si quiere mantenerse saludable. La motivación última es interna, es decir, proviene del propio individuo (36).

Prevención de la salud: se define la prevención como medidas diseñadas no solo para prevenir la aparición de la enfermedad, como reducir los factores de riesgo, ayuda a prevenir o minimizar la recurrencia de la enfermedad (37).

Promoción de la salud: La promoción de la salud consiste en medidas de mejora sobre las condiciones de vida saludables y el logro del bienestar una persona; se aplica al individuo, la familia y comunidad (38).

2.3. Hipótesis

- H1: Existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos asociados al comportamiento de la salud, estilos de vida y apoyo social del adulto del centro poblado La Peña de Querecotillo, Sullana 2021.
- H0: o existe relación estadísticamente significativa entre las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto del centro poblado La Peña de Querecotillo, Sullana 2021

III. METODOLOGÍA

3.1. Nivel, tipo y diseño de investigación

Nivel: El nivel de investigación será correlacional – transversal, dado que se busca determinar la relación entre dos o más variables y la recolección de la información será tomada en un solo periodo de tiempo (REF) (42).

Tipo Cuantitativo: El tipo de investigación es cuantitativo, con el objetivo de evaluar los datos numéricamente medibles (57,58). Son aquellas que pueden ser medidas en términos numéricos, descriptivo. Es concluyente en su propósito ya que trata de cuantificar el problema y entender qué tan generalizado está mediante la búsqueda de resultados proyectables a una población mayor (43).

El diseño de la investigación será no experimental, debido a que el investigador no manipula o influye en las variables de estudio, reportándolas en su contexto natural tal y como son (44).

3.2. Población y muestra

Población:

La población estuvo constituida por **400** adultos que residen en el en el centro poblado La Peña Querecotillo, Sullana.

Muestra:

El tamaño de muestra fue determinado con un nivel de confianza del 95% y un margen de error permisible del 5% aplicando la técnica de muestreo aleatoria simple se obtuvo una muestra de **135** adultos quienes residen en el Centro Poblado La Peña Querecotillo, Sullana.

Unidad de análisis:

Cada adulto del centro poblado La peña Querecotillo, Sullana que formaron parte de la muestra y respondieron a los criterios de la investigación

Los criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión

- Adultos que viven más de 3 años en el centro poblado La Peña de Querecotillo, Sullana.
- Adultos del centro poblado La Peña de Querecotillo, Sullana que aceptaron participar en el estudio.

- Adultos centro poblado La Peña de Querecotillo, Sullana que estuvieron aptos para participar en los cuestionarios como informantes sin importar nivel de escolarización, sexo y condición socioeconómica.

Criterios de exclusión

- Adultos del centro poblado La Peña de Querecotillo, Sullana, que presentaron algún trastorno mental.
- Adultos del centro poblado La Peña de Querecotillo, Sullana, que presentaron problemas de comunicación.
- Adultos del centro poblado La Peña de Querecotillo, que presentaron problemas psicológicos.

3.3. Variables, definición y operacionalización

FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS:

SEXO

Definición Conceptual.

El sexo es el conjunto de las peculiaridades que caracterizan los individuos de una especie dividiéndolos en masculinos y femeninos, y hacen posible una reproducción que se caracteriza por una diversificación genética (42).

Definición Operacional

Escala nominal

- Masculino
- Femenino

EDAD

Definición Conceptual.

La edad es una de las etapas en el cual transcurre la vida una persona. Cada 27 ser humano tiene una edad máxima de vivir. Asimismo, la edad media de las personas es mayor o menor dependiendo de los niveles de desarrollo de cada país. Cada edad tiene sus propias características y diferentes periodos de vida, la cual se dividen en cuatro etapas: infancia, juventud, madurez y vejez (43)

Definición Operacional

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

Grado de Instrucción

Definición Conceptual

El nivel de instrucción de una persona es el grado más elevado de estudios realizados o en curso, sin tener en cuenta si se han terminado o están provisional o definitivamente incompletos. Sin estudios: Personas que saben leer y escribir, pero no han terminado ningún tipo de estudios (44).

Definición Operacional

Escala Ordinal

- Sin nivel de instrucción
- Inicial/Primaria
- Secundaria Completa / Secundaria Incompleta
- Superior Universitaria
- Superior no universitaria

Religión

Definición Conceptual La religión es una actividad humana que está compuesta por prácticas y creencias lo cual es considerado sagrado o divino, tanto como colectivas y personales, de tipo espiritual existencial y moral. Hay religiones que están 28 organizadas de formas rígidas, mientras que otras integran tradiciones culturales que se practican (45).

Definición Operacional

- Católico
- Evangélico
- Otro

Estado civil

Definición Conceptual

El estado civil es la unión de las personas de sexos diferentes que tiene como finalidad procrear y dar la vida y asume una responsabilidad, se determina el concepto de la unión conyugal o de matrimonio en un término más amplio. Generalmente la formación de este vínculo se da en la etapa adulta, en las cuales las parejas buscan la continuación de sus vidas a través de sus hijos (46).

Definición Conceptual

- Soltero
- Casado

- Viudo
- Conviviente
- Separado

Ocupación

Definición Conceptual

Definición Conceptual

Es empleo o facultad que alguien ejerce y por el que percibe una retribución, Engloba sus labores concretas, las tareas que lo configuran, su formación, sus requerimientos de aptitud funcional, su adscripción 29 normativa (47).

Escala Ordinal

- Obrero
- Empleado
- Ama de casa
- Estudiante

Ingreso Económico

Definición Conceptual

Equivalen al total de las ganancias que percibe una persona presupuestariamente una entidad, sea pública, privada, individual o grupal. Es uno de los elementos indispensables en toda evaluación económica, sean o no monetarios, fruto del circuito de consumo-ganancia (48).

Definición Operacional Escala de razón

- Menor de 450 Nuevos soles
- De 450 a 650 Nuevos soles
- De 650 a 850 Nuevos soles
- De 850 a 1100 Nuevos soles
- De 1100 a más Nuevos soles

Sistema de seguro

Definición Conceptual

El SIS es un seguro integral de salud gratuito que tiene como finalidad proteger la salud de las personas que no cuentan con ningún seguro de salud, 30 priorizando a poblaciones vulnerables que están en situación de pobreza o extrema pobreza. El seguro integral de salud busca mejorar la salud de las poblaciones y ayuda a las

personas a realizar sus exámenes médicos periódicos en los puestos de salud u hospitales teniendo una buena calidad de vida (49).

Definición Operacional

- Es Salud
- SIS
- Otro seguro
- No tiene seguro

I. ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCION

Definición conceptual: Es todo un proceso que permite a las personas incrementar un control adecuado para el beneficio de su salud (50).

Definición operacional: indica cómo vamos a medir la variable (50).

Escala Nominal

- Inadecuado
- Adecuado

II. APOYO SOCIAL

Definición conceptual:

Red compuesta por familia, amigos, vecinos y miembros de la comunidad que está disponible para brindar ayuda psicológica, física y financiera en los momentos de necesidad (51).

Definición operacional:

El apoyo social es una variable cualitativa categorizada en dos grupos, los cuales serán generados a partir de una variación estadística mediante percentiles de los puntajes reportados por el adulto (51).

Escala Nominal

- Tiene apoyo social
- No tiene apoyo social

III. ESTILOS DE VIDA

Definición conceptual:

El estilo de vida se refiere a las formas particulares de manifestarse el modo y las condiciones de vida en que las personas integran el mundo que les rodea y que incluye hábitos de alimentación, higiene personal, ocio, modos de relaciones sociales, sexualidad, vida relacional y de familia y mecanismos de afrontamiento (52).

Definición operacional:

Forma y manera personal de vivir influenciado por factores externos, en donde están expuestos con mayor frecuencia la población infantil y sufrir los estragos de enfermedades crónicas como el sobrepeso y la obesidad, a causa de un caos social y mercantil donde a la población (52).

- Estilo de vida saludable
- Estilo de vida no saludable

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de información

Técnicas

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

Instrumentos

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

Instrumento N° 01

CUESTIONARIO SOBRE FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS

Elaborado por Delgado R, Díaz R, Reyna E. Modificado por; Reyna E, en Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación (Anexo N° 2).

Está constituido por 8 ítems distribuidos en 4 partes:

- Datos de Identificación, donde se obtuvo 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

Estuvo constituido por 72 ítems distribuidos en 8 ejes temáticos:

Está constituido por 72 ítems distribuidos en 8 ejes temáticos:

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

Para la confiabilidad del instrumento de **Acciones de Prevención Y Promoción** en nuestra localidad se obtendrá el coeficiente estadístico de Alfa de Cronbach con una muestra piloto del 10% del total de la muestra del estudio. Asimismo, se realizará validez de contenido mediante la evaluación por juicios de expertos. (Anexo N°3)

Control de calidad de los datos:

Evaluación Cualitativa:

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

Durante las reuniones se brindó a los jueces información respecto a la matriz de operacionalización de la variable y la propuesta del cuestionario, para su análisis y socialización, luego cada participante emitió observaciones al cuestionario propuesto, los cuales permitieron realizar ajustes necesarios a los enunciados y

categorías de respuestas de las preguntas relacionadas a la promoción y prevención de la salud en los adultos.

Evaluación Cuantitativa:

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

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

Dónde:

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

l : Es la calificación más baja posible.

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 interevaluador

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

Instrumento N°03

CUESTIONARIO DE APOYO SOCIAL

El instrumento tiene 4 dimensiones distribuidas en los siguientes:

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

Apoyo social: Se utilizó el cuestionario autoadministrado del Estudio de desenlace de estudios médicos de apoyo social (MOS), donde el instrumento original consta de 20 ítems, conformado en 4 dimensiones (Red de apoyo social, Apoyo social, Apoyo instrumental, Interacción social positiva y Apoyo afectivo) con una escala de Likert de 5 categorías.

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

(Anexo N°3)

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

La confiabilidad del instrumento fue reportada por el coeficiente de Alfa de Cronbach para los cuatros dimensiones y escala total. Presentó una alta confiabilidad para la escala total con 0.94 y por dimensiones: Apoyo emocional/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).

Instrumento N° 04

CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA

El instrumento tiene 6 subescalas, y cuenta con 52 ítems, distribuidos en los siguientes:

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

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

En la subescala nutrición: **9 ítems**

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

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

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

El instrumento de estilo de vida proviene del cuestionario Health Promoting Lifestyle Profile II (HPLP-II) en la versión original, el cual está compuesto por 52 ítems en una escala de Likert de 1 a 4 puntos (desde nunca hasta rutinariamente) en 6 dimensiones: Actividad física (8 ítem), Crecimiento espiritual (9 ítem), Manejo de

estrés (8 ítem), Nutrición (9 ítem), Relaciones interpersonales (9 ítem) y Responsabilidad hacia la salud (9 ítem).

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

La confiabilidad del instrumento estuvo dada en 4 dimensiones fue reportada mediante el índice de Alfa de Cronbach mostrando una buena confiabilidad por dimensiones: Responsabilidad hacia la salud ($\alpha=0.81$), Actividad física ($\alpha=0.86$), Nutrición ($\alpha=0.7$), Crecimiento Espiritual y Relaciones interpersonales ($\alpha=0.88$). (Anexo N°3)

3.5 Método de análisis de datos

Procedimientos de la recolección de datos

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

- Se informó y se pidió el consentimiento a los adultos del centro poblado La Peña de Querecotillo_Sullana, haciendo énfasis que los datos y resultados son totalmente confidenciales.
- Se coordinó la disponibilidad y el tiempo de la fecha de la aplicación del instrumento a cada adulto del centro poblado La Peña de Querecotillo_sullana
- Se realizó la lectura de las instrucciones de los instrumentos a los adultos del del centro poblado La Peña de Querecotillo_sullana
- El instrumento fue aplicado en un tiempo de 20 minutos, y resuelto de manera directa y personal.

Análisis y procesamiento de datos

Para la presente investigación se realizó el análisis descriptivo mediante tabla de frecuencias/ porcentaje y promedio/ desviación estándar según tipo de variable con sus respectivos gráficos. Asimismo, para el análisis correlacional con el fin de cada variable pertenecientes a los factores sociodemográficos asociado con el comportamiento de la salud. Se utilizó el estadístico Chi cuadrado según el tipo de corresponda, presentando el p-valor con un nivel de confianza del 95%. Para el procesamiento y análisis de datos fueron ingresados a una base de datos software estadístico IBM para ser exportados a una base de datos en el software SPSS Statistics 24.0.

3.6. Aspectos éticos

En toda investigación que se va a llevar a cabo, el investigador previamente deberá valorar los aspectos éticos de la misma, tanto por el tema elegido como por el método seguido, así como plantearse si los resultados que se puedan obtener son éticamente posibles, respetando la doctrina social de la iglesia como es la dignidad de las personas, además se tuvo en cuenta el reglamento de Integridad científica.

Protección a las personas: Son medidas que protegen los derechos de la vida integridad libertad y seguridad del beneficiario (53). Al realizarse esta investigación se tuvo en cuenta que la persona requiere dicho resguardo, el cual se estableció acorde al peligro en que sucedan y la posibilidad de que reciban un servicio o bien. En aquellas investigaciones que comúnmente se ejecutan con personas se debe tener en cuenta su dignidad como humanos, respetar la información que nos brindan siendo confiables, y confidenciales ya que así estaríamos acatando el cumplimiento de que sea privado y asegurando que su identidad no sea difundida. Este principio no sólo conlleva que la población que es escogida para la investigación participe con obligación alguna y disponga de información necesaria, sino que además implica el pleno respeto de sus derechos que son importantes y relevantes, particularmente, si se hayan en circunstancias vulnerables.

Libre participación y derecho a estar informado: Toda persona deberá ser informada y tendrá derecho a elegir su incorporación en cualquier tipo de investigación (53). Todas las personas que fueron participes de la investigación

en ciertas actividades, fueron notificados y enterados sobre el propósito y que finalidad tiene el desarrollar esta investigación, además no fueron obligados para que participen en ella, pues debe ser voluntario y libre de participar. Al seguirse este principio se respetó la decisión de la persona la cual fue consiente que los datos que proporcionará o brindará serán utilizados para un fin que los beneficiará y no los perjudicará de acuerdo a lo establecido en el proyecto ha realizado.

Beneficencia no maleficencia: Hace mención que en toda investigación debe asegurar el cuidado de la vida y el bienestar de la persona que participa en el estudio (53). En la investigación se tuvo en cuenta y se aseguró el confort de la persona que participó. Pues el comportamiento que el investigador tuvo fue el de evitar causar daño, reducir las posibilidades que existan efectos desfavorables, e incrementar aquel beneficio que se tiene en cuenta, la cual se logró realizar.

Integridad científica: Se define que el investigador debe proceder con rigor científico, asegurando la validez de sus métodos fuentes y datos (53). El ser integro o recto debe conducir tanto las actividades científicas del investigador, como también se debe extender a las actividades de enseñanza y al ejercicio profesional. El que un investigador sea integro es de gran relevancia ya que está en función de aquellas normas éticas de su carrera, pues se estaría evaluando cierto riesgo o beneficio que pueden influir en las personas que son participantes de la investigación. De igual modo, se debe mantener la transparencia científica al difundir los conflictos de atención o importancia que pueden alterar el curso del estudio o el anuncio de lo obtenido.

Justicia: Principio moral inclina a obrar y juzgar diciendo la verdad y dando a cada una lo que le corresponde (53). Como investigadora fui prudente, correcta y tomé en cuenta acciones precautorias para asegurar que mi capacidad, evite dar espacio o acepte actitudes que no son justas. Se reconoció que la imparcialidad y el ser justos brinda a las personas el derecho de obtener los resultados que se obtienen en la investigación. Se tuvo la responsabilidad y la obligación a brindar un trato equitativo con las personas que participaron en el proceso, o en el procedimiento y el servicio que estuvo relacionado con la investigación.

IV. RESULTADOS

4.1. Resultados

TABLA 1

FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021.

Sexo		
Masculino	45	33,3
Femenino	90	66,6
Total	135	100,0%
Edad		
	N	%
18 a 35 años	124	91,9
36 a 59 años	10	7,4
60 a más	1	0,7
Total	135	100,0%
Grado de instrucción		
	n	%
Primaria	2	1,5
Secundaria	27	20,0
Superior	106	78,5
Total	135	100,0%
Religión		
	n	%
Católico	109	80,7
Evangélico	13	9,6
Otras	13	9,6
Total	135	100,0%
Estado civil		
	n	%
Soltero	109	80,7
Casado	3	2,2
Viudo	2	1,5
Conviviente	18	13,3
Separado	3	2,2
Total	135	100,0%
Ocupación		
	n	%
Obrero	5	3,7
Empleado	16	11,9
Ama de casa	10	7,4
Estudiante	94	69,6
Otros	10	7,4
Total	135	100,0%
Ingreso económico		
	n	%
Menor de 400 nuevos soles	56	41,5
De 400 a 650 nuevos soles	22	16,3
De 650 a 850 nuevos soles	19	14,1
De 850 a 1100 nuevos soles	18	13,3

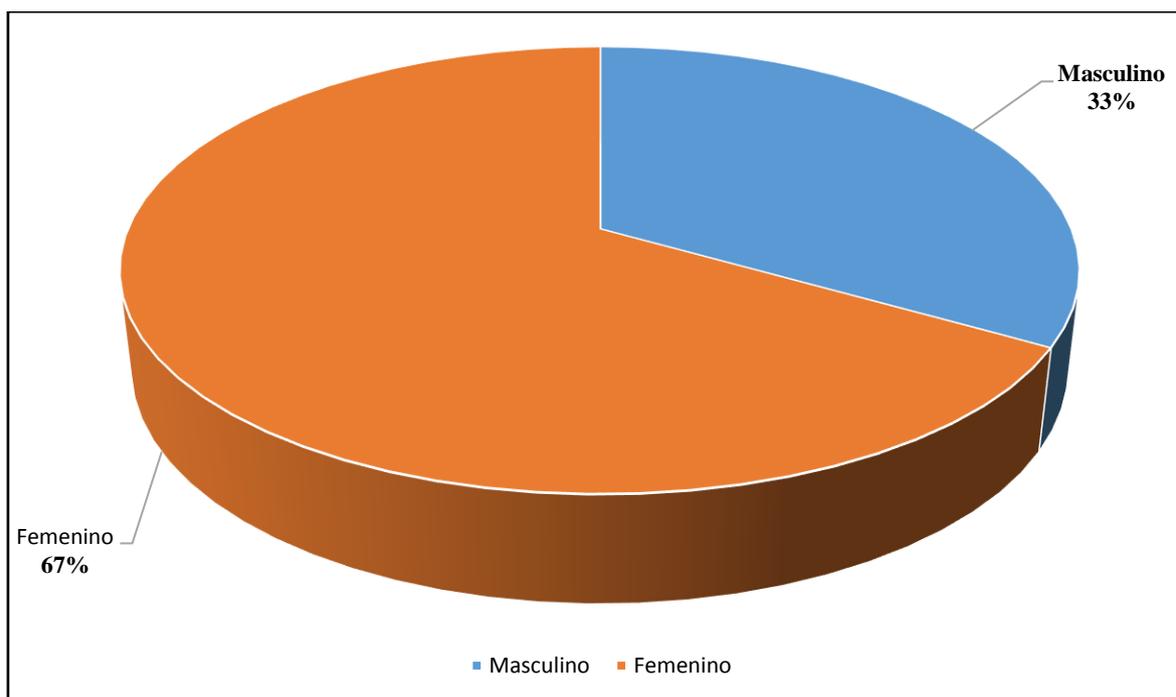
Mayor de 1100 nuevos soles	20	14,8
Total	135	100,0%
Seguro	n	%
Essalud	38	28,1
SIS	81	60,0
Otro seguro	3	2,2
No tiene seguro	13	9,6
Total	135	100,0%

Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez M. Aplicado al adulto. centro poblado La peña Querecotillo, Sullana 2021”

FIGURA 1

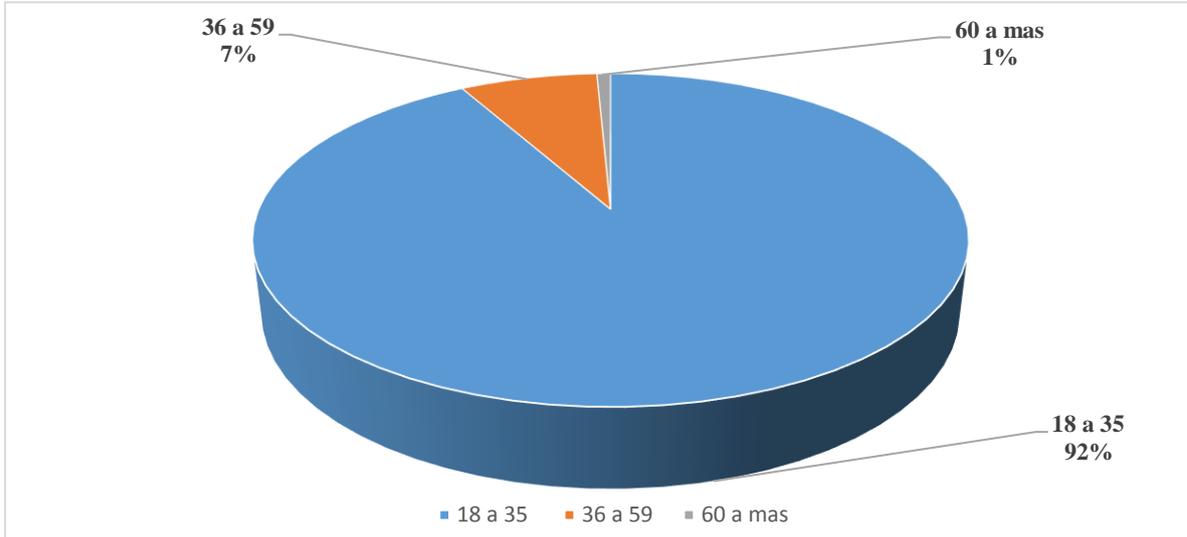
FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021.

SEXO DEL ADULTO EN EL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021



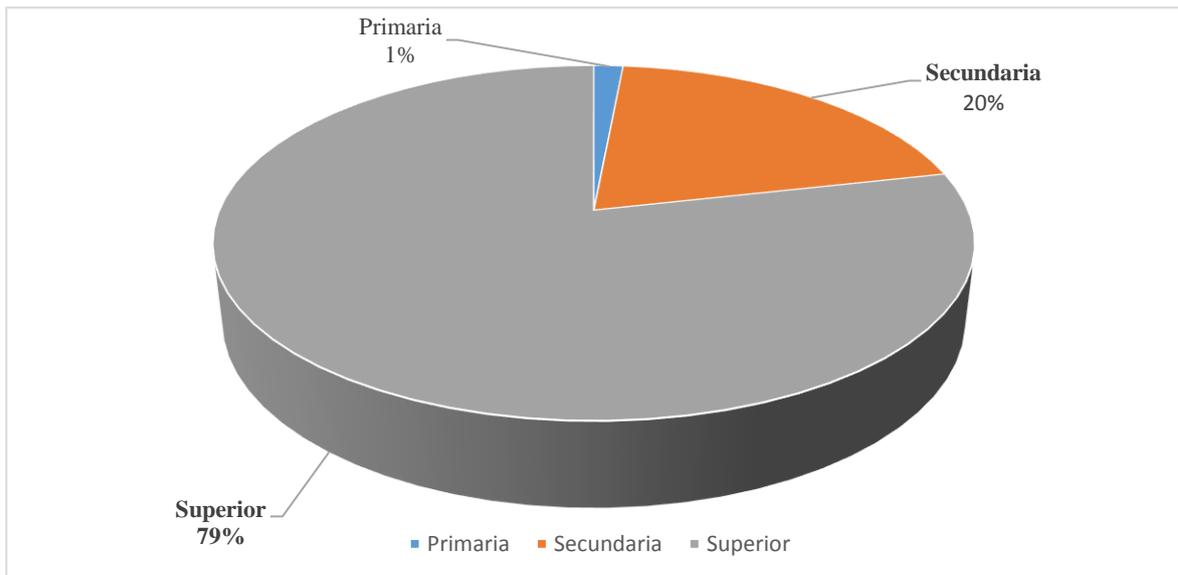
Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez M. Aplicado al adulto. centro poblado La peña Querecotillo, Sullana 2021”

EDAD DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021



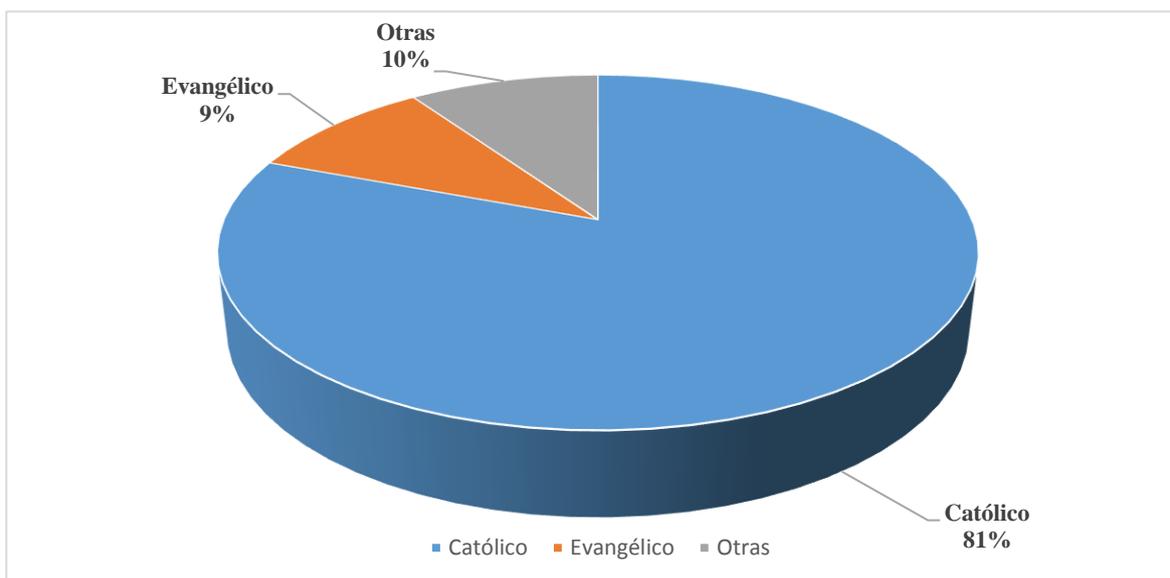
Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez M. Aplicado al adulto. centro poblado La peña Querecotillo, Sullana 2021”

GRADO DE INSTRUCCIÓN DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021



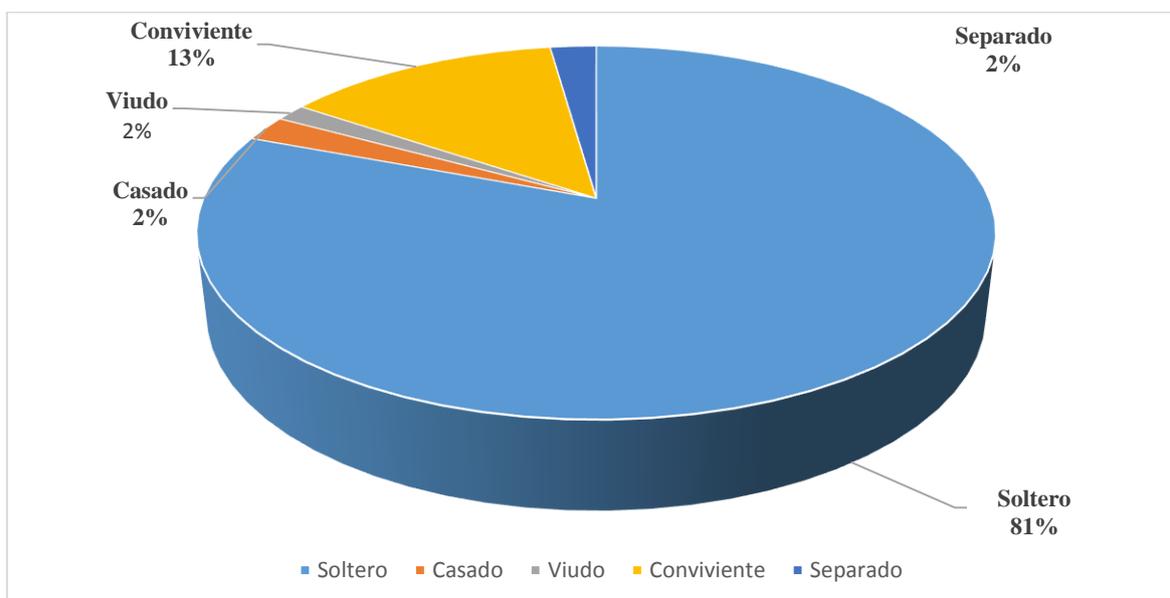
Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez M. Aplicado al adulto. centro poblado La peña Querecotillo, Sullana 2021”

RELIGIÓN DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021



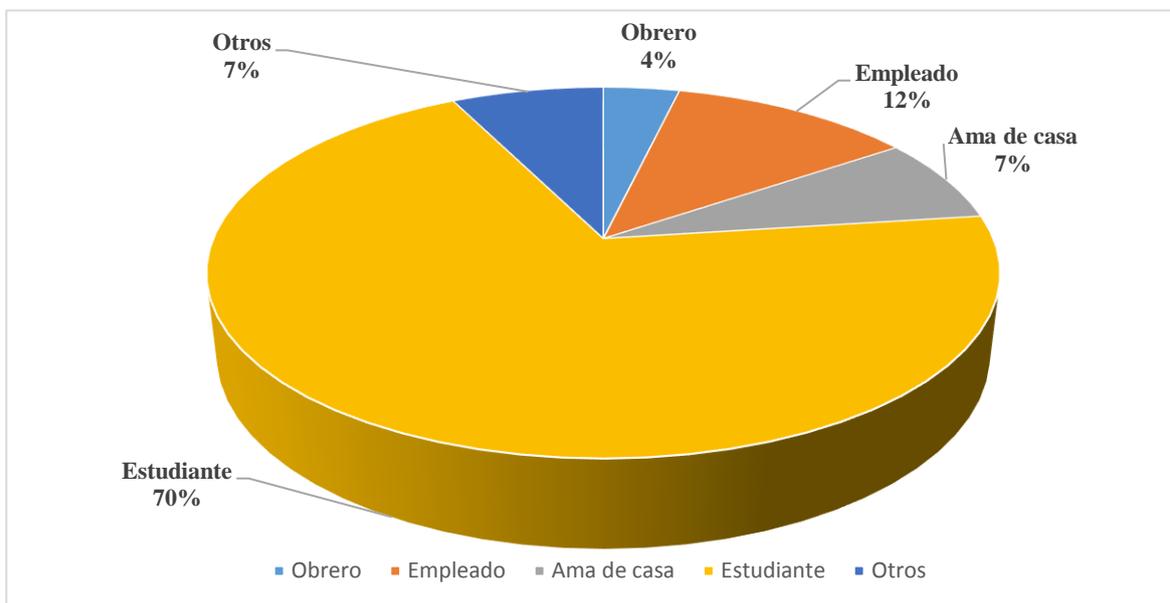
Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez M. Aplicado al adulto. centro poblado La Peña Querecotillo, Sullana 2021”

ESTADO CIVIL DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021



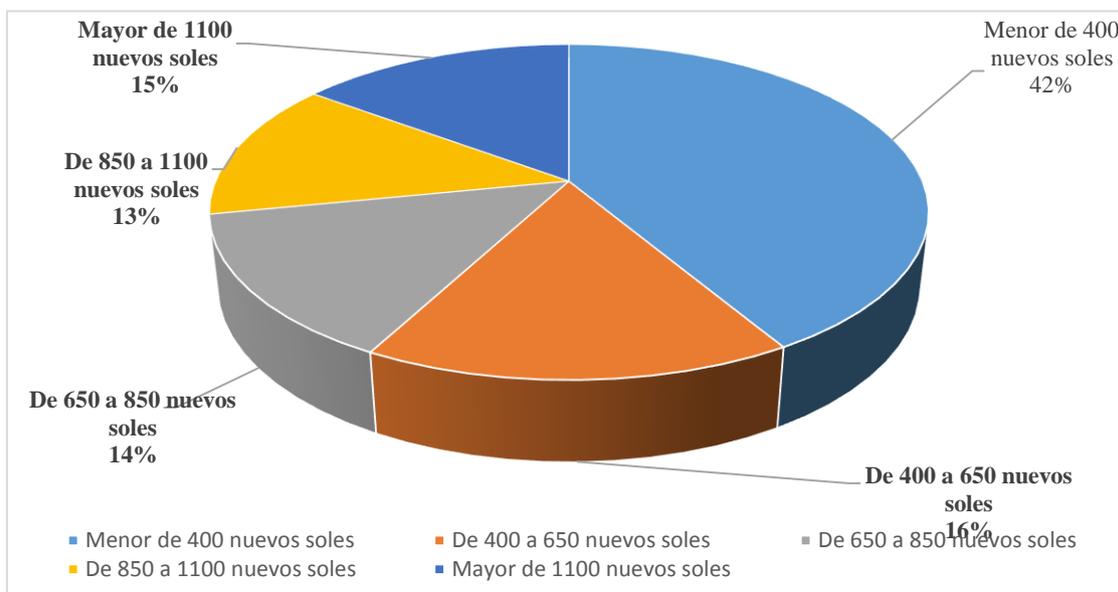
Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez M. Aplicado al adulto. centro poblado La Peña Querecotillo, Sullana 2021”

OCUPACIÓN DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021



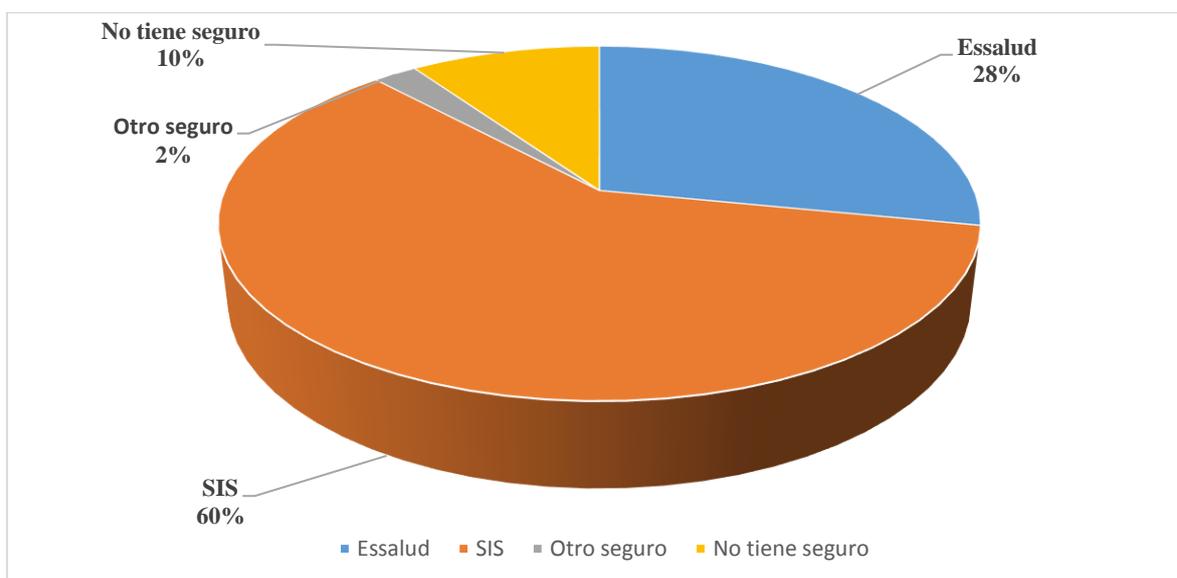
Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez M. Aplicado al adulto. centro poblado La Peña Querecotillo, Sullana 2021”

INGRESO ECONÓMICO DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021



Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez M. Aplicado al adulto. centro poblado La Peña Querecotillo, Sullana 2021”

TIPO DE SEGURO DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021



Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez M. Aplicado al adulto. centro poblado La peña Querecotillo, Sullana 2021”

TABLA 2

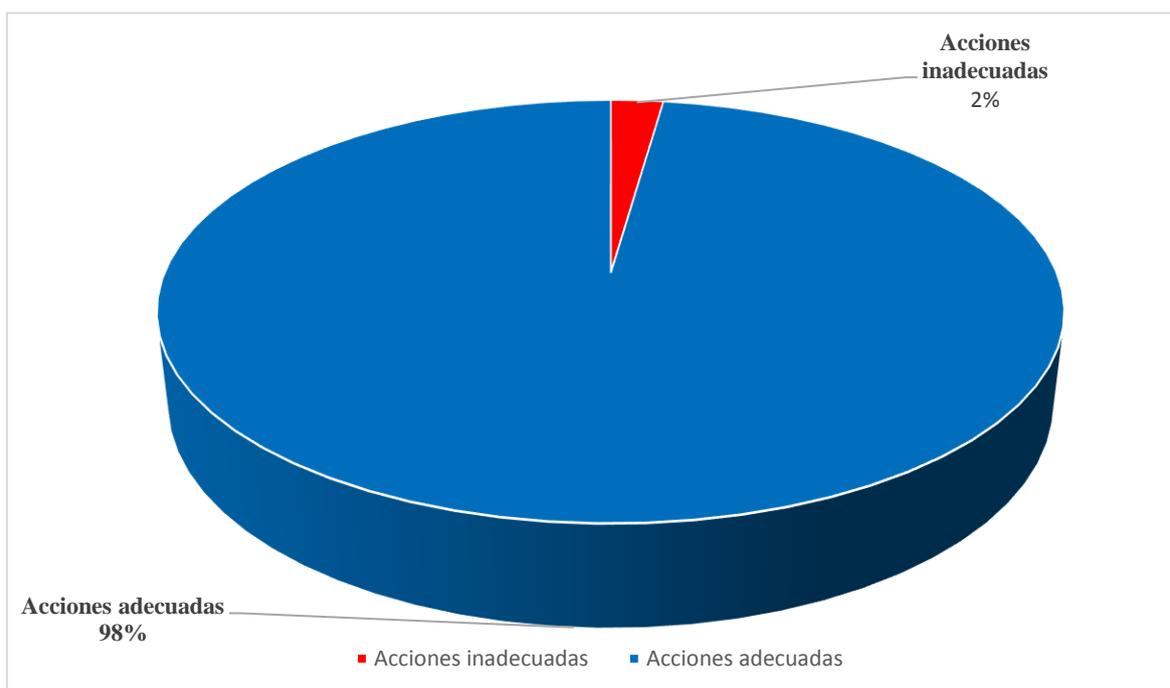
*PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO DEL CENTRO
POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021.*

Acciones de prevención y promoción	n	%
Acciones inadecuadas	3	2,2%
Acciones adecuadas	132	97,8%
Total	135	100,0%

Fuente: Cuestionario sobre Acciones de Prevención y Promoción, elaborado por Vílchez M. Aplicado al adulto. Centro Poblado La Peña Querecotillo, Sullana 2021.

FIGURA 2

*PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO DEL CENTRO
POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021.*



Fuente: Cuestionario sobre Acciones de Prevención y Promoción, elaborado por Vílchez M. Aplicado al adulto. Centro Poblado La Peña Querecotillo, Sullana 2021.

TABLA 3

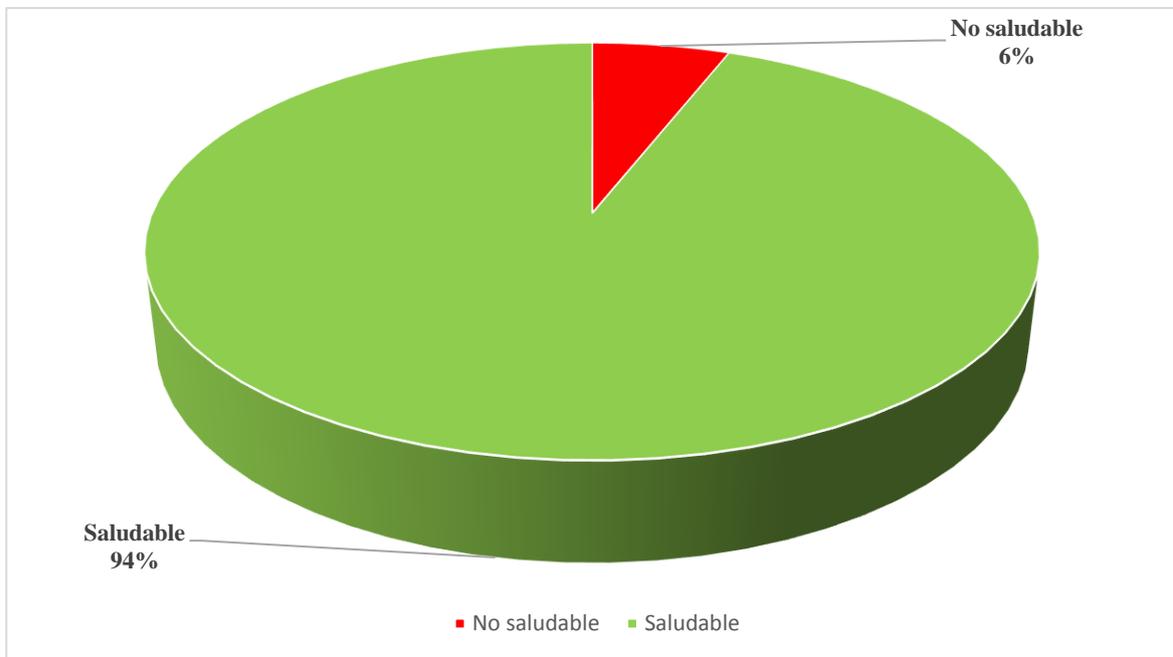
ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021.

Estilo de vida	N	%
No saludable	8	5,9
Saludable	127	94,1
Total	135	100,0

Fuente: Cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C. Aplicado al adulto. Centro Poblado Poblado La Peña Querecotillo, Sullana 2021.

FIGURA 3

ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021.



Fuente: Cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C. Aplicado al adulto. Centro Poblado Poblado La Peña Querecotillo, Sullana 2021.

TABLA 4

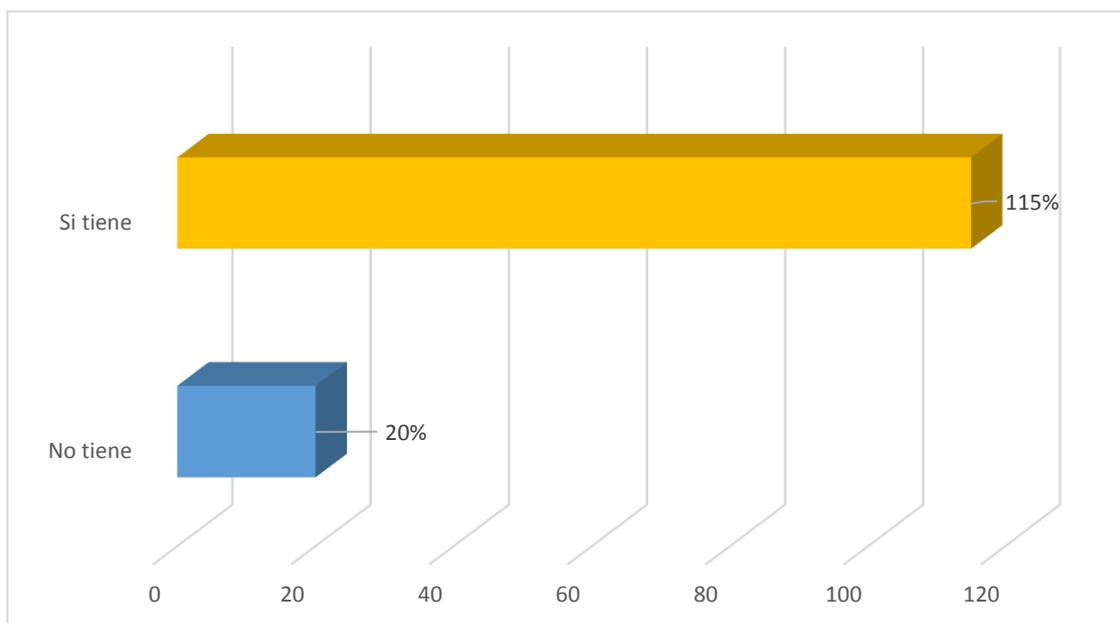
APOYO SOCIAL DE LOS ADULTOS DEL DEL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 2021.

Apojo social	n	%
No tiene	20	14,8
Si tiene	115	85,2
Total	135	100,0

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 al adulto. Centro Poblado La Peña_Querecotillo Sullana,2021.

FIGURA 4

APOYO SOCIAL DEL ADULTO EN EL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE QUERECOTILLO_SULLANA, 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 al adulto. Centro Poblado La Peña_Querecotillo Sullana,2021.

TABLA 5

*RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y EL ESTILO DE VIDA
Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO LA PEÑA DE
QUERECOTILLO_SULLANA, 2022.*

Factores sociodemográficos	Estilos de vida				Total		Chi
	No saludable		Saludable		N	%	
Sexo	N	%	n	%	N	%	
Masculino	2	1,5	43	31,9	45	33,3	x ² =0.266, gl=1, sig=0.606 No existe relación entre las variables
Femenino	6	4,4	84	62,2	90	66,7	
Total	8	5,9	127	94,1%	135	100,0%	
Edad	N	%	n	%	N	%	
18 a 35 años	8	5,9	116	85,9	124	91,9	x ² =0.754, gl=2, sig=0.686 No existe relación entre las variables
36 a 59 años	0	0,0	10	7,4	10	7,4	
60 a más	0	0,0	1	0,7	1	0,7	
Total	8	5,9	127	94,1	135	100,0	
Grado de instrucción	N	%	n	%	N	%	
Primaria	0	0,0	2	1,5	2	1,5	x ² =2.327, gl=2, sig=0.312 No existe relación entre las variables
Secundaria	0	0,0	27	20,0	27	20,0	
Superior	8	5,9	98	72,6	106	78,5	
Total	8	5,9	127	94,1	135	100,0	
Religión	N	%	n	%	N	%	
Católico	8	5,9	101	74,8	109	80,7	x ² =2.028, gl=2, sig=0.363 No existe relación entre las variables
Evangélico	0	0,0	13	9,6	13	9,6	
Otras	0	0,0	13	9,6	13	9,6	
Total	8	5,9	127	94,1	135	100,0	
Estado civil	N	%	n	%	N	%	
Soltero	6	4,4	103	76,3	109	80,7	x ² =1.407, gl=4, sig=0.843 No existe relación entre las variables
Casado	0	0,0	3	2,2	3	2,2	
Viudo	0	0,0	2	1,5	2	1,5	
Conviviente	2	1,5	16	11,9	18	13,3	
Separado	0	0,0	3	2,2	3	2,2	
Total	8	5,9	127	94,1	135	100,0	
Ocupación	N	%	n	%	N	%	
Obrero	0	0,0	5	3,7	5	3,7	x ² =2.641, gl=4, sig=0.620 No existe relación entre las variables
Empleado	0	0,0	16	11,9	16	11,9	
Ama de casa	0	0,0	10	7,4	10	7,4	
Estudiante	7	5,2	87	64,4	94	69,6	
Otros	1	0,7	9	6,7	10	7,4	
Total	8	5,9	127	94,1	135	100,0	
Ingreso económico	N	%	n	%	N	%	

Menor de 400 lejos soles	5	3,7	51	37,8	56	41,5	
De 400 a 650 lejos soles	0	0,0	22	16,3	22	16,3	
De 650 a 850 lejos soles	2	1,5	17	12,6	19	14,1	
De 850 a 1100 lejos soles	0	0,0	18	13,3	18	13,3	
Mayor de 1100 lejos soles	1	0,7	19	14,1	20	14,8	
Total	8	5,9	127	94,1	135	100,0	
Seguro	N	%	n	%	N	%	
Essalud	1	0,7	37	27,4	38	28,1	
SIS	3	2,2	78	57,8	81	60,0	x ² =16.039, gl=3, sig=0.001 Existe relación entre las variables
Otro seguro	0	0,0	3	2,2	3	2,2	
No tiene seguro	4	3,0	9	6,7	13	9,6	
Total	8	5,9	127	94,1	135	100,0	

Factores sociodemográficos	Apoyo social				Total		Chi
	No tiene		Si tiene				
	n	%	n	%	n	%	
Sexo							x ² =14.204, gl=1, sig=0.000 Existe relación entre las variables
Masculino	14	10,4	31	23,0	45	33,3	
Femenino	6	4,4	84	62,2	90	66,7	
Total	20	14,8	115	85,2	135	100,0	
Edad							x ² =2.083, gl=2, sig=0.353 No Existe relación entre las variables
18 a 35 años	20	14,8	104	77,0	124	91,9	
36 a 59 años	0	0,0	10	7,4	10	7,4	
60 a más	0	0,0	1	0,7	1	0,7	
Total	20	14,8	115	85,2	135	100,0	
Grado de instrucción							x ² =3.801, gl=2, sig=0.149 No Existe relación entre las variables
Primaria	0	0,0	2	1,5	2	1,5	
Secundaria	1	0,7	26	19,3	27	20,0	
Superior	19	14,1	87	64,4	106	78,5	
Total	20	14,8	115	85,2	135	100,0	
Religion							x ² =4.046, gl=2, sig=0.132 No Existe relación entre las variables
Católico	13	9,6	96	71,1%	109	80,7	
Evangélico	3	2,2	10	7,4%	13	9,6	
Otras	4	3,0	9	6,7%	13	9,6	
Total	20	14,8	115	85,2	135	100,0	
Estado civil							x ² =3.157, gl=4, sig=0.532 No Existe relación entre las variables
Soltero	18	13,3	91	67,4	109	80,7	
Casado	0	0,0	3	2,2	3	2,2	
Viudo	0	0,0	2	1,5	2	1,5	
Conviviente	1	0,7	17	12,6	18	13,3	
Separado	1	0,7	2	1,5	3	2,2	
Total	20	14,8	115	85,2	135	100,0	

Ocupación	n	%	n	%	n	%	
Obrero	1	0,7	4	3,0	5	3,7	x ² =2.255, gl=4, sig=0.689 No Existe relación entre las variables
Empleado	3	2,2	13	9,6	16	11,9	
Ama de casa	0	0,0	10	7,4	10	7,4	
Estudiante	14	10,4	80	59,3	94	69,6	
Otros	2	1,5	8	5,9	10	7,4	
Total	20	14,8	115	85,2	135	100,0	
Ingreso económico	n	%	n	%	n	%	
Menor de 400 nuevos soles	7	5,2	49	36,3	56	41,5	x ² =1.059, gl=4, sig=0.901 No Existe relación entre las variables
De 400 a 650 nuevos soles	3	2,2	19	14,1	22	16,3	
De 650 a 850 nuevos soles	3	2,2	16	11,9	19	14,1	
De 850 a 1100 nuevos soles	4	3,0	14	10,4	18	13,3	
Mayor de 1100 nuevos soles	3	2,2	17	12,6	20	14,8	
Total	20	14,8	115	85,2	135	100,0	
Seguro	n	%	n	%	n	%	
Essalud	6	4,4	32	23,7	38	28,1	x ² =1.938, gl=3, sig=0.585 No Existe relación entre las variables
SIS	10	7,4	71	52,6	81	60,0	
Otro seguro	1	0,7	2	1,5	3	2,2	
No tiene seguro	3	2,2	10	7,4	13	9,6	
Total	20	14,8	115	85,2%	135	100,0	

Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez M cuestionario de estilos de vida, elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C y cuestionario de apoyo social, elaborado por Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I, aplicado a los adultos. Centro Poblado La Peña _Querecotillo,Sullana 2021

TABLA 6

RELACIÓN ENTRE LA PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y EL ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO LA PEÑA_QUERECOTILLO, 2021

	Estilos de vida						Chi
	No saludable		Saludable		Total		
Acciones de prevención y promoción	N	%	N	%	N	%	
Acciones inadecuadas	3	2,2	0	0,0	3	2,2	x ² =48.707, gl=1, sig=0.000 Existe relación entre las variables
Acciones adecuadas	5	3,7	127	94,1	132	97,8	
Total	8	5,9	127	94,1	135	100,0	

Fuente: Cuestionario de prevención y promoción de la salud, elaborado por Vílchez M y cuestionario de estilo de vida, elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C, aplicada a los adultos. Centro Poblado La Peña_Querecotillo, Sullana 2021.

TABLA 7

RELACIÓN ENTRE LA PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y EL APOYO SOCIAL DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO LA PEÑA_QUERECOTILLO, 2021.

	Apoyo social				Total		Chi
	No tiene		Si tiene				
Acciones de prevención y promoción	N	%	N	%	N	%	
Acciones inadecuadas	3	2,2	0	0,0	3	2,2	x ² =17.642, gl=1, sig=0.000 Existe relación entre las variables
Acciones adecuadas	17	12,6	115	85,2	132	97,8	
Total	20	14,8	115	85,2	135	100,0	

Fuente: Cuestionario de prevención y promoción de la salud, elaborado por Vílchez M y cuestionario de apoyo social, elaborado por Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I, aplicada a los adultos. Centro Poblado La Peña_Querecotillo, Sullana 2021.

DISCUSION

Tabla N°1 Del 100 % de adultos del centro poblado la Peña, Querecotillo Sullana el 66.6% (90) son de sexo femenino, en la edad el 91,9 % (124) son entre 18 a 35 años de edad, en grado de instrucción el 78.5% (106) son superior, en la religión el 80.7 % (109) profesan de religión católica, en el estado civil el 78.5% (106) son solteros, en la ocupación el 69.6% (94) son estudiantes, en el ingreso económico el 41.5% (56) tienen un ingreso económico menor de 400 nuevos soles, en sistema de seguro el 60.0%(81) tienen el seguro SIS.

En el MPS de Nola pender se dice que en la conducta previa relacionada se refiere a la experiencia previa que puede tener efectos directos o indirectos, probabilidad de involucrarse en comportamientos que promueven la salud, también en los factores personales, categorizados en biológicos, psicológicos, y socioculturales, que según este enfoque predicen un determinado comportamiento y están marcados por la consideración de la naturaleza de las metas conductuales (32).

En la investigación realizada en el centro poblado la Peña Querecotillo, Sullana, la mayoría son de sexo femenino, esto es a causa que las mujeres permanecen más tiempo en el hogar ya que se dedican a los quehaceres y unas de ellas a cuidar a sus menores hijos Es así como la mujer de hoy no solo es sinónimo de elegancia, pues detrás de una mujer se esconde una gran capacidad, destreza, y saber. Esto la hace aún más comprometida con los roles y desafíos que enfrenta todos los días. Para empoderar a las mujeres, es importante que las mujeres se ayuden mutuamente, a través de la solidaridad, el apoyo mutuo, el respeto mutuo. Así mismo vemos que la mayoría son adultos jóvenes, debido a que la mayoría de adultos mayores fallecieron por la pandemia Covid19 por ser más vulnerables, es así que en el centro poblado el mayor porcentaje son de jóvenes.

En el grado de instrucción obtuvimos como resultado que la mayoría estudia superior, como sabemos hoy en día, hay más oportunidades de estudio, los jóvenes desde que están en la secundaria piensan en la universidad este es una ventaja muy importante para que tengan un excelente futuro sin pasar necesidades y así tengan una mejor calidad de vida. Obtener un título no solo te permite adquirir nuevos conocimientos y habilidades, sino que también te ayuda a

desarrollar tu potencial y ampliar tus horizontes, tanto a nivel personal como profesional.

La mayoría de jóvenes profesan de religión católica, son creyentes de Dios afirman que estos son los valores y creencias que les han inculcado desde que niños por eso adoran a los santos con mucha fe contribuyen a celebraciones de bautizos, comuniones, confirmaciones y matrimonios con el fin de inculcar a sus hijos los mismos valores que son parte de la religión católica, para que las tradiciones y costumbres no se pierdan.

En cuanto al estado civil, de los adultos jóvenes del Distrito de Querecotillo la mayoría son solteros ya que son muy jóvenes y están concentrados en estudiar y ser alguien en la vida, aunque uno de ellos decide acompañarse, pero poco tiempo después se terminan separando debido a que no se comprenden o algún otro problema.

En cuanto a la ocupación la mayoría son estudiantes, se esfuerzan a diario debido a que quieren tener su profesión y así defenderse y no depender de nadie, el estudio es fundamental en la vida de cualquier persona. Ya que el conocimiento es muy importante porque donde vayan podrán sobresalir y ser independientes.

Así mismo en el ingreso económico un porcentaje considerable gana mensualmente menos de 400 nuevos soles, esto se da debido a que aún estudian, solo se apoyan trabajando en la oportunidad que se les presente. Por otro lado, la mayoría están asegurados al SIS, debido a que son poblaciones vulnerables y de bajos recursos que se encuentran en pobreza.

Un estudio que se asemeja a la investigación realizada por Medina R. (54), en su investigación titulada Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo joven “la unión” sector 25 Chimbote, 2019 Del 100% (180) de los adultos del Pueblo joven la “Unión” sector 25_Chimbote. el 55,6% (100) son amas de casa; el 55,6% (100) tienen su ingreso económico menor de 400 soles el 66,7% (120) cuentan con SIS.

Otro estudio que se difiere a la investigación realizado por Haro M. (55) en su investigación titulada, factores sociodemográficos y acciones de prevención promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del asentamiento humano villa el sol sector 1-chimbote, 2019 El

30,8(58) son empleados; El 40,5% (77) tienen sueldo de 650 a 850 soles; el 42,2% (84) no tienen seguro

Se encontró un estudio que difiere a la investigación realizado por Febre L, (56) en su tesis titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo joven “La Unión” Sector 26 _Chimbote, 2019” donde encontró que más de la mitad son de sexo masculino y edades comprendidas de 36-59 años.

se concluye que la mayoría son de sexo femenino, esto es a causa que las mujeres permanecen más tiempo en el hogar ya que se dedican a los quehaceres, en cuanto a la edad la mayoría son jóvenes viven con sus padres. Así mismo en el grado de instrucción obtuvimos como resultado que la mayoría estudia superior, como sabemos hoy en día, hay más oportunidades de estudio, los jóvenes desde que están en la secundaria piensan en la universidad este es una ventaja muy importante para que así mejoren su calidad de vida y tengan un excelente futuro, en lo que es la religión, la mayoría son católicos, son creyentes de Dios y manifiestan que la fe es la que no se debe de perder nunca, estado civil, de los adultos jóvenes del Distrito de Querecotillo la mayoría son solteros, en la ocupación son estudiantes, debido a que quieren tener su profesión, en el ingreso económico se obtuvo que un porcentaje considerable gana mensualmente menos de 400 nuevos soles, lo cual no ayuda a todo el sustento de su familia, pero a pesar de eso ellos optan por comer saludablemente, beber suficiente agua, hacer ejercicio y realizar sus examen físico anual. La mayoría están asegurados al SIS, debido a que son poblaciones vulnerables y de bajos recursos que se encuentran en pobreza.

Sugerir Informar al personal de salud que trabaja de acuerdo con las siguientes normas técnicas MINSA, para facilitarles y ayudarlos a intervenir en la etapa primaria, Incluya a todos los adultos jóvenes para promover el estilo vida, porque desconocen los posibles riesgos para la salud. Es por esto que se deben considerar diferentes estrategias. Para así cada uno de ellos para que puedan tener conocimiento y puede modificar el mal comportamiento inapropiado y estén libres de cualquier enfermedad.

Tabla 2: Del 100% (135) de adultos del centro poblado La Peña Querecotillo Sullana 97.8% (132) tienen un nivel adecuado en las acciones de prevención y promoción el 2.2% (3) tienen un nivel inadecuado en las acciones de prevención y promoción.

El modelo presentado por Nola Pender nos enfatiza como la persona llega a efectuar una conducta promotora mediante la modificación de factores que influyen en su salud además nos ayuda a comprender los comportamientos humanos relacionados con su salud, y a su vez, está orientada para generar conductas saludables, nos proporciona un marco conceptual moderno para poder analizarlas problemáticas e identificar las necesidades de salud. Pues es crucial conocer las teorías del cambio de conductas en salud, ya que proporcionan algunos elementos fundamentales para comprender los mecanismos relacionados a los estilos de vida respecto con la salud y la manera de intervenir tienen conocimientos en cuanto a las acciones preventivas y de promoción de la salud, esto nos entender que tienen una buena dieta saludable, buenas conductas recreacionales, se entretienen jugando, disfrutando con sus familiares y amigos, aunque a la vez hay adultos que saben y no practican las acciones adecuadas lo cual es un factor problemático para la salud. A pesar de ello personal de salud que se encarga de concientizarlos brindándoles sesiones educativas de cómo llevar conductas saludables para el bienestar de cada individuo.

La buena alimentación es comer una dieta sana y equilibrada para que tu cuerpo obtenga los nutrientes que necesita. Los nutrientes son sustancias en los alimentos que nuestro cuerpo necesita para funcionar y crecer. Estos incluyen proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas, minerales y agua. Una buena nutrición es importante sin importar su edad. Le da energía y puede ayudar a controlar su peso. También puede ayudar a prevenir enfermedades como la osteoporosis, la presión arterial alta, las enfermedades cardíacas, la diabetes tipo 2 y ciertos tipos de cáncer. Pero a medida que envejece, su cuerpo y su rutina diaria cambian, al igual que la forma en que necesita mantenerse saludable. Por ejemplo, es posible que necesite menos calorías y aún necesite suficientes nutrientes. Algunos adultos mayores necesitan más proteínas (58).

La mayoría de los adultos del centro poblado La Peña tienen una buena dieta y nutrición porque se preparan y coordinan con las autoridades para

promover buenas alimentaciones saludables, también algunos grupos no son buenos alimentación saludable por motivos laborales y de escasos recursos, La alimentación es muy importante ya que proporciona energía y puede ayudar al control de peso y prevención de diversas enfermedades. Por tanto, es casi la totalidad come frutas y verduras, y una buena nutrición, proporcionando así una buena salud a su cuerpo, y fuera de las enfermedades infecciosas. Así mismo la higiene personal es un tema fundamental, la cual tiene relación con el bienestar y la salud de la persona, en forma, pueden ayudarnos en muchos aspectos de nuestra vida diaria, esto no solo es sinónimo de limpieza, sino también de salud. Es importante mantener una buena higiene para evitar la exposición a microorganismos y microorganismos de cualquier tipo. Por eso algunos grupos de los adultos mantienen una buena higiene aplicando la tecnología adecuada. Lavarse las manos con agua y jabón, y darse un baño corporal diariamente, cepillarse los dientes y mantener la higiene y el orden su ropa y también mantienen su hogar limpio y ventilado.

Las habilidades para la vida, concepto introducido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 1993, se han convertido en un referente para orientar las acciones de educación socioemocional en los escenarios educativos. Las habilidades para la vida consideradas esenciales por la Organización Mundial de la Salud se dividen en tres pilares, cada uno de los cuales corresponde a ciertas características, habilidades emocionales, como la empatía la cual es ponerse en los zapatos de los demás para comprenderlos mejor y responder solidariamente de acuerdo con las situación manejar las emociones y los sentimientos: una mejor comprensión de nuestros sentimientos significa escuchar lo que sucede dentro de nosotros y prestar atención a las circunstancias que nos suceden, manejo del estrés: identificar las fuentes de tensión y estrés en la vida diaria, saber reconocer sus diferentes manifestaciones y encontrar formas de eliminarlas, o al menos contrarrestarlas de manera saludable (59).

Así mismo las habilidades para la vida del adulto del centro poblado La Peña trajo consigo Ser positivo sobre esta dimensión, que les permite afrontar los retos de la vida. Todos los días entre amigos en su entorno hogareño, trabajo, otros lugares donde se encuentren y se desenvuelven, al adulto lo que hará con su

entorno le dará buena salud mental y calidad de vida llevando una vida llena de felicidad y libre de estrés.

La actividad física tiene múltiples beneficios para la salud de todas las personas, a cualquier edad, y para mujeres y hombres. Sin embargo, cada vez son más las personas que no hacen suficiente ejercicio, en gran parte porque hemos cambiado nuestro estilo de vida hacia un modelo más sedentario. Vivimos en una sociedad industrializada, y el desarrollo de la tecnología nos ha facilitado muchas tareas que antes requerían más esfuerzo; cuanto más viajamos en coche y otros medios de transporte, menos trabajo físico realizamos, más y más ocio. actividades no requieren movimiento, todo esto tiene un impacto considerable en la salud general de la población mundial y el aumento del número de personas que padecen problemas de salud como diabetes, enfermedades cardiovasculares o cáncer (60).

En la investigación en el centro poblado de Querecotillo, los jóvenes realizan sus deportes los que más practican son el vóley y futbol, es una ventaja muy importante ya que el ejercicio es fundamental para su bienestar ya que disminuye el riesgo de sufrir enfermedades, además salen a correr, montar bicicleta, ir a gimnasio, aunque existe adultos de la edad mayor los cuales son muy poco activos debido a que de la misma edad su cuerpo no les permite realizar ejercicio por lo mismo que están falto de energía y ganas, sabemos que la actividad física reduce el riesgo de enfermedades cardiovasculares, presión arterial alta, cáncer de colon y diabetes. Ayuda a controlar el sobrepeso, la obesidad y el porcentaje de grasa corporal. Fortalecer los huesos y aumentar la densidad ósea por eso es importante realizar ejercicio desde la temprana edad para así estar fuertes y sanos.

La salud oral completa implica más que cepillarse los dientes y usar hilo dental. Implica controlar las bacterias presentes en los tejidos duros y blandos de la cavidad oral y la capacidad de superar los desafíos diarios asociados con el estilo de vida actual. La higiene bucal juega un papel importante en la prevención de enfermedades bucodentales como la enfermedad periodontal, que plantea un conjunto de procesos inflamatorios e infecciosos que destruyen los tejidos de soporte de los dientes (encía, hueso y ligamentos periodontales), alterando así su fisiología y estética (61).

En la investigación del Centro poblado, los adultos mantienen una buena salud oral porque es muy importante para su higiene personal. Es de gran importancia que realice cuidados preventivos diarios como cepillado, uso de hilo dental y enjuague bucal y prevención de las encías Para parecer rosa, para evitar el mal aliento.

La salud mental y una cultura de paz es un estado de bienestar que permite que todos se den cuenta de su potencial y se enfrentan a las dificultades habituales, vivir, trabajar productivamente y contribuir a la comunidad. Por lo tanto, la falta de salud mental impide que las personas se den cuenta de que pueden superar las dificultades de la vida cotidiana y así puedan trazar sus proyectos de vida limitadamente. De ahí el desarrollo del país. Hay cinco zonas de salud a tener en cuenta al considerar los niveles de salud óptimos: salud física, salud emocional, salud social, salud mental y la salud intelectual, ya que son la base del desarrollo integral de las personas. (62).

Así mismo los adultos tienen buena salud mental y una cultura de paz la razón por la que están satisfechos porque ellos mismos, hacen las cosas como todos los demás, se sienten muy orgullosos de quienes son y del trabajo que hacen, es genial contribuir productivamente a tu comunidad. Los adultos tienen buena salud emocional, social y mental e intelectual, ya que son esenciales para el desarrollo del adulto.

Los adultos de Centro poblado La Peña ponen en práctica las medidas prevención, promoción de la salud y control de riesgos para promover el bienestar físico, mental y social de los servidores ante el coronavirus, mejorando así las medidas de higiene del hogar, como lavarse las manos, el uso adecuado de mascarillas; desinfección para higienizar los alimentos y mantener distancia para así evitar el contagio, y podamos mejorar la calidad de vida de los adultos.

Existen estudios similares a la investigación como lo realizado por Depaz M, (63) en su tesis titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo joven primavera Baja_Chimbote, 2019” donde encontró que la mayoría tiene acciones de prevención y promoción adecuadas.

Otro estudio semejante investigado por Medina E, (64). En su tesis titulada Factores Sociodemográficos y acciones de prevención y promoción

asociado al comportamiento de la salud: Estilos De Vida Y Apoyo Social Del Adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 25 _Chimbote, 2019. Del 100% (180) de los adultos del Pueblo Joven “La unión” sector 25 de Chimbote, el 57% (102), se encontró que más de la mitad tienen acciones de prevención y promoción de la salud inadecuadas y el 43% (78) y porcentaje considerable tienen acciones de prevención y promoción de salud adecuadas.

Así mismo un estudio que difiere a lo investigado por Ramos J, (65). En su tesis titulada Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto 2019. Del 100% (178) de los adultos del Pueblo Joven la Unión Sector 24, el 50,6% (90) llevan una adecuada prevención y promoción de la salud, sin embargo, el 49,4% (88) tienen una inadecuada prevención y promoción de la salud.

Recomendaciones y propuestas de mejora para los adultos del centro poblado, implementando estrategias de promoción y prevención que deben estar enfocadas a la alimentación saludable a través de charlas educativas y demostraciones que contiene suficientes alimentos nutritivos para ayudar a mantener un buen estilo de vida. Enfatizándoles que leer las etiquetas también es importante, así como los envasados de productos por valor nutricional y etiquetado. Establecido como un octágono por el gobierno con el propósito de evita o reduce el consumo de alimentos ricos en grasas para ciertos adultos, azúcar y sodio para prevenir enfermedades. Debido a que los adultos en especial los mayores y pueden contraer diferentes tipos de enfermedades.

Tabla N°3 Del 100% (135) de adultos del centro poblado La Peña Querecotillo Sullana el 94.1% (127) tienen un estilo de vida saludable, el 5.9% (8) tienen un estilo de vida no saludable.

De acuerdo al modelo presentado por Nola Pender un estilo de vida se refiere a la forma de vida de los individuos, familias y sociedades, que aborda variables psicológicas, sociales, culturales y económicas relacionadas con la salud. Los estilos de vida pueden ser saludables o no saludables y están relacionados con una variedad de comportamientos y comportamientos. Patrones de comportamiento, como la actividad física, la dieta, el manejo del estrés o el consumo de sustancias como el alcohol o el tabaco. Un estilo de vida saludable

puede ser un factor protector asociado con una mejor salud y bienestar; un estilo de vida poco saludable puede ser un factor de riesgo asociado con enfermedades y morbilidad (66).

Para tener un buen estilo de vida, debes desarrollar ciertos hábitos, hábitos y rutinas, pero lo principal que necesitas es tener una actitud positiva y enfocarte en lograr tus metas. Por eso es tan importante desarrollarlo, porque te permite evaluar tu estilo de vida actual y tomar decisiones, ayudándote a encontrar un cambio positivo que no sea aburrido, y te llene de energía y salud

Cuando nuestro cuerpo obtiene los nutrientes que necesita, su respuesta biológica siempre apunta a un resultado positivo. Esto también es evidente en las manifestaciones emocionales que transmitimos. Tener un estilo de vida saludable te ayudará a tener más confianza en ti mismo, te sentirás emocionado al enfrentar los desafíos de la vida diaria, reducirás el estrés y tu estado de ánimo mejorará. Esto está estrechamente relacionado con los cambios físicos que puede experimentar en una vida sana. Sentirte bien con tu apariencia te ayudará a sentirte mejor por dentro, lo que definitivamente te hará una persona más feliz.

El estilo de vida poco saludable aumenta de acuerdo a la probabilidad de que una persona desarrolle una enfermedad específica. Algunos factores de riesgo incluyen la edad, el estilo de vida (por ejemplo, fumar, o alcoholismo), antecedentes familiares y enfermedades previas (67).

Casi todos los adultos del centro poblado la Peña están llevando estilos de vida saludables, lo cual es una ventaja fundamental para su salud, ellos practican deporte, están llevando hábitos saludables en cuanto a su alimentación, y más aún desde que empezó la pandemia Covid19 muchos empezaron a preocuparse más por su alimentación para estar más fuertes, y puedan superar lo que se les presente, además tienen el conocimiento necesario de los riesgos que ocasiona al llevar hábitos inadecuados.

La adultez es un período de la vida particularmente vulnerable ya que el cuerpo continúa madurando y además tiene un proceso de desarrollo más rápido. Por ello, en esta etapa de la vida joven, la nutrición es especialmente importante para obtener los nutrientes necesarios que ayuden a facilitar un correcto crecimiento y desarrollo y prevenir enfermedades en el futuro, como la obesidad o la osteoporosis (68).

Cuando se habla de nuestra salud, debemos preguntarnos cuáles son las consecuencias y enfermedades que resultan de un estilo de vida no saludable. En el mundo actual, la mayoría de las personas llevan un estilo de vida no saludable por muchas razones: por su trabajo, porque no tienen tiempo, porque no les gustan las cosas naturales o por muchas profesiones que no tienen. reconozcan que solo causan enfermedades (enfermedades relacionadas con estilos de vida no saludables) que pueden prevenirse simplemente eligiendo estilos de vida saludables. Debemos de llevar estilos de vida saludables, y tenemos que encontrar formas de fortalecer estos entornos saludables poco a poco, desde lo doméstico hasta lo político, hoy la salud no es solo una responsabilidad del Ministerio de Salud sino también la responsabilidad de todos aquellos que consideran que la salud no sólo la ausencia de enfermedad, sino un sentimiento de comodidad y bienestar como persona integral (69).

En la dimensión de alimentación es de gran importancia llevar una dieta equilibrada, una dieta saludable está controlada por todos los alimentos incluidos en la pirámide nutricional, pero en una proporción adecuada y en cantidad suficiente (no mucha) para mantener las necesidades nutricionales del organismo, que se basa en el gasto energético que produce las actividades diarias. El valor energético diario de la dieta debe ser de 30 a 40 kcal por peso. Los carbohidratos deben representar el 50-55% de los nutrientes y los monosacáridos no deben exceder el 10%. Las grasas deben representar el 30% del valor energético total, distribuidas de la siguiente manera: 15-20% de grasas monoinsaturadas, 5% de grasas poliinsaturadas y no más de 7-8% de grasas saturadas. La ingesta de proteínas no debe superar el 10% de la dieta. Finalmente, se deben proporcionar al cuerpo alrededor de 20-25 gramos de fibra vegetal (70).

Los adultos del centro poblado La Peña llevan una adecuada alimentación, ingieren alimentos nutritivos, proteínas, lo cual ayuda a mantener los músculos fuertes, y estar llenos de energía, comen en sus horarios adecuados, ya que tienen muy en claro los beneficios de una buena alimentación, que ayuda a tener una excelente salud y así previene también enfermedades no transmisibles.

Otra dimensión importante es la actividad ejercicio: Generalmente se recomienda determinar unos 30 minutos de ejercicio físico al día, tiempo durante el cual una caminata enérgica es suficiente. Esto le permite quemar calorías

adicionales, fortalecer músculos, huesos, también ayuda a controlar la presión arterial, el colesterol, los niveles de azúcar en sangre, también ayuda a eliminar el estrés, le ayuda a dormir mejor a conseguir un estado relajado. Evite los cambios de humor, mejore la autoestima, la satisfacción personal. Esta también es una buena forma de desarrollar actividades sociales saludables mejorando así su estado de ánimo (71).

Los adultos si practican deporte, juegan vóley futbol, salen a correr se mantienen físicamente activos, lo que es de mucha satisfacción porque el ejercicio es muy importante, y así también reduce el riesgo de sufrir enfermedades, también ayuda a controlar el sobrepeso, además aumenta la energía.

La dimensión de estrés, es la respuesta automática y natural de una persona. nuestro cuerpo se enfrenta a amenazas o desafiante. Las estrategias para afrontar el estrés tienen como objetivo prevenir o controlar excesiva demanda del medio ambiente o del nuestro ellos mismos. En situaciones donde el estrés es inevitable, como exámenes o lesiones, el desafío es hacer frente a la situación. de la forma más saludable (72).

Muchos de los adultos si saben manejar el estrés, muchos de ellos salen a relajarse, divertirse, charlar con sus amistades, eso es muy positivo en cuanto para el desarrollo de su salud mental, cuando se sienten cansados, aplican las técnicas de reducir el estrés como la musicoterapia, la cual es una técnica de relajación, el yoga, Aromaterapia, entre otras; por eso es que los adultos del centro poblado La Peña se mantienen desestresados porque saben cómo relajarse y disminuir el estrés.

En la dimensión del apoyo interpersonal los jóvenes expresan su sentimientos a su vez necesitan ayuda de sus amigos y familiares para expresar sus inquietudes, preferencias, opiniones a otros, aquellos pueden proponer comportamientos negativos aquellos que es difícil admitir que no pueden cambiar la situación e interactuar con otros La relación entre personas es la actividad más compleja social, porque en su aspecto es a través de intermediarios para crearlos y profundizarlos en igualdad, respeto, confianza, acepta las diferencias, los sentimientos y la voluntad de seguir adelante. La aceptación de las diferencias, como respuesta positiva el amor la voluntad de avanzar hacia adelante, y así ir construyendo lazos sólidos beneficiosos socializando con los demás (73).

El adulto manifestó que no tiene problemas con otras personas, que tiene una buena relación personal con los pobladores de su comunidad, cuando se trata de la salud o de alguna emergencia que se les presente siempre se apoyan, organizan actividades para fondos económicos, También llevan a cabo sus fiestas patronales, sus intereses y deseos son sólo sugerencias para sus familiares de confianza o vecinos, quienes a veces obtienen apoyo de personas diferentes cuando enfrentan circunstancias difíciles. Es muy importante que establezcas buenas relaciones con otras personas porque construyes lazos emocionales, que son extremadamente importantes para el crecimiento personal y la felicidad.

La autorrealización es la más alta hallada en la cima de la jerarquía; Maslow describe la autorrealización como la necesidad de una persona de ser y hacer aquello para lo que nació, es decir, la realización del potencial personal a través de una actividad en particular; de esa manera una persona que Inspirado música tiene que hacer canciones, un artista tiene que pintar y un poeta tiene que escribir las necesidades de autorrealización, conciencia moral y total imparcialidad, lidiando con los conflictos y su resolución, recurriendo a la creatividad para cualquier tipo de actividad en la vida, superarse, querer dejar huellas, mostrar nuestro trabajo al mundo (73).

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

En la dimensión de Responsabilidad en salud que cada persona toma sus propias decisiones de buen comportamiento, por su propia salud para prevenir ciertos riesgos de enfermedad y mientras que otros eligen tomar decisiones negativas que ponen en peligro su salud. Para que puedan cambiar sus comportamientos negativos, es importante que primero elijan reflexionar, enfocarse en lo que quiero en la vida desde una perspectiva de salud, cambiar hábitos negativos (74).

Un estudio que se asemeja por Varas M, (75). Estilos de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro Urbanización la libertad, Chimbote 2018. Del 100% (250) de adultos maduros de la Urbanización la libertad-Chimbote 2018, el 84,4% (221) tenían un adecuado estilo de vida saludable y un 15,6% (39)

un estilo de vida no saludable.

Un estudio que difiere a la investigación Soriano A, (76). Muestra también resultados similares en su tesis titulada Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Shiqui – Cátac, 2020 logramos los resultados que se muestran: del 100% (150) de las personas adultas que participaron en este importante estudio de investigación el 76% (114) tiene un estilo de vida no favorable y un 24% (36) tiene un estilo de vida favorable.

Otro estudio que difiere investigado por Villajuan G, (77). 2018, en cuanto al estilo de vida, el 100% (200) en el adulto maduro. El 12,5% (25) tienen un estilo de vida saludable y el 87,5 % (175) tienen un estilo de vida no saludable.

Se concluir que los adultos son muy responsables en cuanto a su salud optan por comer los nutrientes necesarios para su organismo, la pandemia afecto mucho su economía, pero como tienen sus terrenos en las cuales siembran arroz, plátano, maíz, la cual es un apoyo muy importante, y ellos ponen en prioridad su alimentación, porque saben lo importante que es y los riesgos que lleva no llevar hábitos adecuados.

Ante ello, como hago una recomendación seria para promover los beneficios de comer alimentos de buena calidad para una buena nutrición a través de anuncios y publicidad, y los alimentos que contienen proteínas que son buenas para el cuerpo y los riesgos de no comer lo suficiente, para que así los adultos se sigan concientizando y lleven un estilo de vida saludable.

Tabla N°4 Del 100% (135) de adultos del centro poblado La Peña Querecotillo Sullana el 85.2% (115) si recibe apoyo social, el 14.8% (20) no recibe apoyo social

En la investigación realizada en el distrito de Querecotillo, la mayoría de adultos reciben apoyo social.

En el modelo de promoción de la salud los diversos componentes que influyen en el compromiso con el plan de acción, que es un precedente para lograr el resultado deseado, es decir el comportamiento promotor de la salud. Este deber también puede verse afectado por demandas y preferencias conflictivas inmediatas. El primero tiene en cuenta aquellos patrones alternativos de comportamiento sobre los que el individuo tiene poco control, porque el entorno cambia ante factores como el trabajo o las obligaciones de cuidado de la familia,

pero por otro lado, las preferencias personales permiten un grado relativamente alto de control sobre las actividades, el MPS identifica dimensiones y relaciones relacionadas con la creación o el cambio de comportamientos que promueven la salud con el objetivo de lograr resultados de salud positivos como el bienestar óptimo, la realización personal y una vida productiva (78).

El apoyo social percibido de una persona es una experiencia multifacética esto significa relaciones formales y relaciones con el personal de salud, informales, como familiares, amigos, etc.; estas relaciones forman parte de apoyo emocional de la persona que le permitirá aligerar su nivel estrés, ansiedad, depresión, desesperanza e incertidumbre; más allá del brindis apoyo instrumental que permite a la persona brindar dinero, ayuda en el hogar, cuidado del cuerpo y transporte, y apoyo informativos, que le permitirán acceder a información que puede mejorar sus conductas saludables (79).

El apoyo social ha sido un concepto central útil para los diferentes desarrollos sobre cómo las relaciones positivas y las redes sociales pueden ayudar a los humanos a encontrarse en un estado de relativa felicidad y superar los eventos estresantes que enfrentan en sus vidas (77).

Los adultos del centro poblado La peña se reencuentran con sus familiares, y cuando se sienten solos recurren a sus esposos, esposas, hijos o familiares en busca de apoyo para poder tomar un tiempo de descanso de las cosas que los agobian o atormentan, estas acciones ayuda a reducir el estrés y aliviar los efectos del dolor emocional, así mismo, en cuanto a la materialidad, mencionan que sus amigos o alguna organización les ayudaron a construir una casa (módulos) , protegiéndose así del frío y/o calor, cuando se dio el fuerte sismo, días después vino ayudas para las viviendas afectadas, finalmente mencionaron que algunos grupos de los jóvenes pertenecientes a los asentamientos se daban a conversar o realizar pequeños movimientos antes y después de las reuniones en determinadas ocasiones como un acto de ellos para relajarse y divertirse del estrés diario.

Estudios que se asemejan encontrados por Lloclla T, (81). En su investigación titulada Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 26 _Chimbote, 2019, el 79.5% (159) si reciben Apoyo Social.

Otro estudio que se asemeja a lo investigado por Garay M, (82). En su tesis titulada Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adolescente. asentamiento humano ramal playa _Chimbote, 2019. Del 100% (90) de los adolescentes del Asentamiento Humano Ramal el 67,8% (61) tiene apoyo social.

En cuanto a lo analizado, al apoyo social se obtuvo que mayoría de adulto reciben apoyo social. Se tuvo en cuenta las 4 dimensiones donde se ha contado con apoyo emocional también material, relaciones de ocio y apoyo afectivo, aquí podemos ver que esto puede influir positivamente en su salud ya que el adulto puede recurrir a alguien en quien confiar o apoyarse cuando tenga un problema o situación difícil. Aunque también existe un porcentaje considerable que no cuentan con el apoyo social lo cual puede causar que el adulto se sienta solo que puede generar depresión o ansiedad la cual puede originar situaciones que afecten su salud. Es importante que los adultos cuenten con ese apoyo por parte de sus familiares amigos o pareja.

Por ello se plantea como propuesta de mejora que las autoridades gestionen acciones para que el adulto reciba apoyo social en las diferentes dimensiones mencionadas. Realizar talleres para brindar apoyo emocional y afectivo a los adultos para su realización personal. Así mismo, se recomienda fortalecer los vínculos afectivos que deben tener las personas, como educar a los adultos para que sepan expresar sus sentimientos a padres, esposa, esposo e hijos. El abrazo es una forma muy básica de afecto (terapia de abrazo). Tiene receptores sensibles que envían señales a la corteza cerebral. Así que una caricia, un apretón libera una sustancia llamada oxitocina, que expresa cariño, ese sentimiento que nos acerca a otras personas como familiares y amigos.

Tabla N°5 En la prueba del chi cuadrado se obtuvo como resultado al relacionar los factores sociodemográficos y el estilo de vida, que existe relación estadísticamente significativa con el seguro ($\chi^2=16.039$, $gl=3$, $sig=0.001$), pero no hay relación con el sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico. A la prueba del chi cuadrado entre factores sociodemográficos y el apoyo social, se encontró que existe relación estadísticamente significativa con el sexo ($\chi^2=14.204$, $gl=1$, $sig=0.000$), sin

embargo, no hay relación con la edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación, ingreso económico y seguro.

El modelo de promoción de la salud tiene como objetivo identificar conceptos relevantes sobre los comportamientos de promoción de la salud e integrar los resultados de la investigación de una manera que facilite la generación de hipótesis comprobables. La teoría continúa refinándose y ampliándose en su capacidad para explicar la relación entre los factores que se cree que influyen en los cambios en los comportamientos de salud. El modelo se basa en educar a las personas sobre cómo cuidarse y llevar una vida saludable. “Tenemos que promover una vida saludable, que es fundamental antes de la atención porque menos personas se enferman, se gastan menos recursos, las personas ganan independencia y su futuro mejora (83).

El tipo de seguro en este estudio está relacionado con el estilo de vida, ya que brinda grandes beneficios sin costo alguno a los adultos que cuando están mal de salud acuden a un centro de salud para que un médico los derive al hospital de apoyo II Sullana, si el individuo se cuida, se alimenta adecuadamente, realizan ejercicio va a disfrutar de su salud y tendrá una vejez muy exitosa, el seguro prevé un estilo de vida saludable en el futuro, cuando los adultos acuden a un centro de salud para orientación, se les aconseja cómo llevar una vida saludable, Cuando los adultos o los niños se enferman, el SIS cubrirá todos los costos lo cual es muy beneficioso para ellos.

La Calidad de vida es un concepto multidimensional que depende de factores individuales, del entorno y de sus interacciones; tiene componentes similares para todas las personas; se mide por indicadores subjetivos (como la satisfacción con la salud u otras áreas de la vida) y metas (como el estatus socioeconómico); y se potencia a través de aspectos como la autodeterminación, el propósito de vida, los recursos y la pertenencia (84).

Un estudio que se asemeja investigado por Huamán J, (85). En su tesis titulada Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Ricardo Palma Chimbote, 2019 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 $P\text{-valor}=0,014$).

Otro estudio que difiere a lo investigado por Ramirez M, (86). En su investigación titulada Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven Primavera Baja Chimbote, 2019. Al analizar la relación entre los factores sociodemográficos, estilo de vida y el apoyo social se encontró que no existe relación significativa entre las variables. Al relacionar la variable edad con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi-cuadrado de independencia ($X^2 = 0,56$ $P = 0,7543 > 0,05$) y ($X^2 = 0,91$ $P = 0,6360 > 0,05$) encontramos que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Del análisis anterior, se puede concluir que los factores sociodemográficos, el estilo de vida y el apoyo social son críticos para que los adultos vivan mejor y disfruten de la salud. A esta población se le recomienda seguir practicando y enfatizando un buen estilo de vida, no ignorando sus hábitos de vida e inculcándolos a los demás. Asimismo, su buena práctica de apoyo continúa reforzándolo y mejorándolo, y lo promueven o fomentan entre todas las personas de la localidad para que pueda llegar a todas aquellas personas que necesitan mejorar y cuentan con apoyo social y un estilo de vida saludable.

Como propuesta de mejora al Centro poblado La Peña de Querecotillo El personal de salud debe realizar talleres sobre cómo organizar, planificar y hacer diferentes tipos de ejercicio según la edad del adulto y consulta el horario quien tenga tiempo libre, también debe realizar talleres de alimentación. La salud que pueden permitirse económicamente, los adultos deben de aprender sobre los alimentos nutritivos y las proporciones adecuadas permitirles tener una mejor calidad de vida.

Tabla 6: Los resultados de prevención y promoción de la salud con los estilos de vida, según la prueba del Chi cuadrado se obtuvo como resultado que

$\chi^2=48.707$, $gl=1$, $sig=0.000$, lo que indica que si existe relación entre las variables.

La autora del Modelo de Promoción de la Salud (MPS), enfermera Nola Pender, señaló que “la conducta está motivada por el deseo de alcanzar el bienestar y el potencial humano. Le interesó crear un modelo de enfermería que diera respuestas a cómo las personas hacen. Nos muestra los aspectos generales de aspectos importantes de las intervenciones que cambian el comportamiento humano, las actitudes y la motivación para promover la salud (87).

Un enfoque de promoción de la salud implica un tipo especial de cooperación. comienza con las diferentes necesidades de la población, promueve sus capacidades y fortalezas, es empoderadora, participativa, transversal, coyuntural y trabaja en varios niveles. Su objetivo es fomentar y crear entornos saludables, que aseguren la salud de la comunidad y también la educación para acceder a un entorno sano y seguro.

Un buen estilo de vida y una mayor prioridad en la edad adulta es importante porque asegura una vida larga y saludable, en el resultado obtenido en la prueba del chi cuadrado se demostró que si existe relación entre los estilos de vida y las medidas preventivas y promocionales, por lo tanto es importante mantener un estilo de vida saludable, sin olvidar la realidad, los adultos que participaron en el mencionado estudio siguen buenas prácticas saludables, consideran la importancia de una buena y sobre todo suficiente dieta libre de colesterol y triglicéridos, también se mueven en su tiempo libre, como los hombres que Usan su gimnasio comunitario para regenerarse y quemar calorías, saliendo a correr por las mañanas, practicando el deporte del voleibol, futbol. De igual forma, además de mantener la casa limpia, las mujeres hacen ejercicio en casa y algunas que tienen suficiente dinero van al gimnasio para hacer ejercicio y mantener una buena apariencia física

Se encontró un estudio que se asemeja a la investigación realizado por Palacios G, (88) en su trabajo de investigación titulado “Factores Sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo joven el Porvenir "A" Sector 7_Chimbote, 2019”, donde encontró que si existe relación estadísticamente significativa entre la promoción de la salud y estilo de vida.

Así mismo Existen estudios que defieren a la investigación como el de Gómez R, (89) en su tesis titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano 10 de Setiembre Sector II_Chimbote, 2019”, donde encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre estilos de vida y promoción y prevención de la salud.

En conclusión, se puede afirmar que es importante mantener buenas prácticas de salud para prevenir enfermedades a través de la promoción de la salud, por lo que es importante la cooperación con el centro de salud La Peña y las autoridades, quienes supervisan a los habitantes de la comunidad en cuestión y buscan el apoyo del MINSA u otros sectores de la salud para beneficiar positivamente la vida adulta y su entorno familiar porque ellos como familiares siguen las actividades que realizan. Por lo tanto, es importante agregar que cuando responden a esta oración, los miembros de la comunidad se sienten protegidos y valorados porque han escuchado sus oraciones para que puedan practicar buenas formas de vida y lograr mejores resultados. el tiempo pasa porque viven vidas más sanas con menos problemas de salud y mayor autoestima. Los hábitos saludables tienen, por tanto, un lado físico, que se visualiza a través de actitudes más saludables y positivas.

Tabla 7: En los resultados de prevención y promoción de la salud con apoyo social se encontró que $\chi^2=17.642$, $gl=1$, $sig=0.000$, determinando que si existe relación estadísticamente significativa entre las variables.

Se encontró un estudio que se asimila a la investigación realizada por Depaz M, (90) en su tesis titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven Primavera Baja_Chimbote, 2019”, donde encontró que si existe relación estadísticamente significativa entre las variables prevención y promoción de la salud y apoyo social.

Así mismo existe un estudio que difiere realizado por Galloso M, (91) en su tesis titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adolescente. Asentamiento Humano Ramal Playa_Chimbote, 2019” en el año 2020, donde encontró que no existe relación significativa entre las variables apoyo

social y promoción de la salud.

Así mismo, en los resultados encontrados plantea que si existe relación estadísticamente significativa en términos de acción prevención y promoción de la salud y apoyo social porque la mayoría de los adultos tienen parientes cercanos. Hable sobre los momentos difíciles de su vida, ya sea un problema de salud, alimento. El apoyo social es necesario para alcanzar la salud aplicando buenas prácticas de desarrollo y mejora. Las estrategias que buscan mejorar los asentamientos humanos muestran el apoyo social puede ser un factor en el logro bienestar fisiológico, psicológico y social

La promoción es el proceso de empoderar a las personas para que vivan sus vidas con un adecuado estilo de vida saludable. Los adultos de esta comunidad ayudan a llevar un mejor control de la salud y mejorarlos. Como modelo de apoyo social, describe la ayuda y la asistencia proporcionada a través de las conexiones sociales. Por lo tanto, los estudios han encontrado una asociación entre la prevención, promoción de la Salud, apoyo emocional, relaciones, ocio y entretenimiento. Estos son muy importantes porque los adultos podrán contar con buenos apoyos para su salud, los cuales están relacionados con su salud mental adulta, con un efecto reductor del impacto estresores que producen resultados negativos para la salud.

Del mismo modo, el apoyo emocional y la promoción de la salud van de la mano, porque el estado mental afecta mucho el estado de salud. Si una persona está bajo mucho estrés, problemas económicos y problemas familiares, es difícil que tenga un buen estilo de vida porque no querer participar en actividad física o comer adecuadamente. Tampoco podrá conciliar el sueño, va a presentar insomnios, lo cual afecta directamente la salud del adulto.

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

Como una propuesta para mejorar la salud de los adultos del centro poblado la peña se debe de incentivar a las autoridades y trabajadores de la salud para crear seguimiento de adultos que también carecen de apoyo social. Porque esto es muy importante para los adultos, emocional o material, necesitan ese tipo de apoyo y también necesitan concientizarlos y brindarles actividades educativas sobre buena nutrición y buena higiene para ayudarles en su estilo de vida saludable.

V. CONCLUSIONES

- Se caracterizó los factores Sociodemograficos del centro poblado La Peña_Querecotillo, Sullana la mayoría son de sexo femenino, casi la totalidad son adultos jóvenes, de grado de instrucción superior, profesan de religión católica, de estado civil solteros, de ocupación estudiantes, menos de la mitad tienen un ingreso económico menor de 400 nuevos soles, y la mayoría con seguro SIS.
- Se caracterizó las acciones de prevención y promoción de la salud, casi la totalidad de adultos tienen acciones adecuadas y un porcentaje mínimo acciones inadecuadas.
- Se caracterizó los estilos de vida, casi la totalidad de los adultos tienen estilo de vida saludable y un porcentaje mínimo estilos de vida no saludable. Asimismo, en el apoyo social casi la totalidad si tiene apoyo social y menos de la mitad no tiene apoyo.
- Se explicó la relación de los factores sociodemográficos asociados al comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto del centro poblado de La Peña_Querecotillo en donde al realizarse el chi cuadrado entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida, que si existe relación estadísticamente significativa con el seguro, pero no hay relación con el sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico. A la prueba del chi cuadrado entre factores sociodemográficos y el apoyo social, se encontró que existe relación estadísticamente significativa con el sexo, pero no hay relación con la edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación, ingreso económico y seguro
- Se explicó la relación de las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del Centro poblado de La Peña_Querecotillo, en donde 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 estadísticamente significativa entre ambas variables. En la prueba del chi cuadrado entre prevención y promoción de la salud y el apoyo social se encontró que, si existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

VI. RECOMENDACIONES

- Recomendar al centro de salud que haga campañas preventivas promocionales sobre los factores de riesgo de un estilo de vida no saludable para que así concientizar a los adultos, acerca de lo importante que es llevar un estilo de vida saludable, que se acerquen a los jóvenes a través de campañas de promoción de salud, sesiones educativas, publicidades por medios de comunicación, para que tengan conocimiento y de esa manera pueda tomar conciencia en optar por una buena decisión en cuanto a la importancia de alimentarse adecuadamente y así pueda llevar un estilo de vida saludable sin verse afectada su salud.
- Dar a conocer los resultados al establecimiento de salud del Centro poblado la Peña para que puedan coordinar estrategias de prevención y promoción de la salud en los estilos de vida para que el adulto pueda cambiar sus conductas no saludables.
- Fomentar futuras investigaciones en el centro poblado La Peña de Querecotillo para así comparar los resultados y ver en que va mejorando los estilos de vida del adulto y así seguir promocionando su salud para su bienestar de la población.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Panamericana de la Salud. PAHO. Promoción de la salud [Internet]. 2017 [citado 12 de septiembre de 2021]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>
2. Martha P. Necesidad de crear programas de prevención y promoción en el adulto medio que afronta el envejecimiento [Internet]. [citado 13 de septiembre de 2021]. Disponible en: <http://www.revmultimed.sld.cu/index.php/mtm/article/view/135/185>
3. Washington. Estrategia y plan de acción sobre la promoción de la salud en el contexto de los objetivos de desarrollo sostenible 2019 [Monografía internet] [Citado el 12 de agosto del 2022]. Recuperado a partir de: <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/51618/CD57-10-s.pdf>
4. Coronel J MN. La promoción de la salud: evolución y retos en América Latina [Internet]. [citado 13 de septiembre de 2021]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192017000700018&lng=es
5. Organización de las Naciones Unidas. Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo. Objetivos de Desarrollo Sostenible. New Cork: ONU; 2017 [citado 10 de setiembre del 2021]. Recuperado a partir de: <http://www.undp.org/content/undp/es/home/sustainable%20-development-goals.html>
6. Infobae. El sedentarismo afecta a 4 de cada 10 argentinos: cuáles son las consecuencias en la salud [Internet].; 2021 [citado el 06 de octubre del 2020]. Disponible en: <https://www.infobae.com/salud/2021/04/06/el-sedentarismo->

- [afecta-a-4-de-cada-10-argentinos-cuales-son-las-consecuencias-en-la-salud/](#)
7. Reyes M, Meza M. Cambios en los estilos de vida durante el confinamiento por COVID-19 2021 [Revista Científica] [citado el 2 de mayo del 2022]. Recuperado a partir de: <https://cienciaergosum.uaemex.mx/article/view/16875/12730>
 8. Minsa. Promocion de la salud [Internet].2020 [citado 13 de septiembre de 2021]. Disponible en: https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2016/09/1_PROMOCION-DE-SALUD.pdf
 9. Aliaga E, Cuba S, Mar M, Promoción de la salud y prevención de las enfermedades para un envejecimiento activo y con calidad de vida. Revista peruana de medicina experimental y salud pública 2019. [Citado el 13 septiembre del 2021]. Disponible en http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S172646342016000200017&script=sci_abstract Url:
 10. Aguirre H. El perfil del consumidor peruano 2021 [revista internet]. [citado el 2 de mayo del 2022]. Recuperado a partir de: <https://elperuano.pe/noticia/112471-el-perfil-del-consumidor-peruano-2021>
 11. Diario de Chimbote. Áncash: avances en salud – Instituto Peruano de Economía [Internet]. 2018 [citado 14 de septiembre de 2021]. Disponible en: <https://www.ipe.org.pe/portal/ancash-avances-en-salud/>
 12. Gómez R. ¿Qué se ha entendido por salud y enfermedad? [Artículo de Internet] 2018 [citado el 30 de abril de septiembre de 2022].
 13. Iphanaque G. Factores de riesgo a enfermedades cardiovasculares en el adulto joven del centro de salud de Tablazo Norte I-2 La Unión, marzo 2020. [internet]. [citado el 30 de abril de septiembre de 2022]. Recuperado a partir de: <https://repositorio.unp.edu.pe/handle/20.500.12676/2411>

14. Campos N. Estilos de vida de adolescentes de establecimientos educacionales públicos de la región del Bio Bio y factores relacionados. [internet]. [citado el 30 de abril de septiembre de 2022]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.udec.cl/jspui/handle/11594/6049>
15. Calpa A. Promocion de estilos de vida saludables: Estrategias y escenarios. [internet]. [citado el 30 de abril de septiembre de 2022]. Recuperado a partir de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772019000200139
16. Ballesteros, Lozano B, Machacon P. Factores Sociodemograficos Asociados A La Calidad De Vida Relacionada Con Salud Del Adulto Mayor, Zaragocilla-Cartagena, 2019. [Internet] 2019 [citado 21 sep 28] Disponible en: <https://repositorio.unicartagena.edu.co/bitstream/handle/11227/15331/TESIS%20CVR S%202019.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
17. Cárdenas L. Comportamiento alimentario y estilos de vida durante la pandemia por COVID-19 [Tesis Pregrado] [internet] ecuador 2021 [citado el 25 de abril del 2022]. Recuperado a partir de: <https://repositorio.unemi.edu.ec/bitstream/123456789/5469/1/propuesta20211010181556%20.pdf>
18. 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. [Tesis Pregrado] [internet] repositorio Uladech. [citado 2020 octubre 19] Recuperado a partir de: <http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20017/ADULTO FACTORES HUAMAN SANTIAGO JAVES AZUSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

19. Tantaleàn A. Estilos de vida y su relación con el estado nutricional del adulto mayor, asentamiento humano La Victoria, distrito de la Banda de Shilcayo, setiembre 2019 – febrero 2020. [internet]; 2021. citado 4 de octubre de 2021. Disponible en: <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/2434465>
20. Pujay E. Acciones de prevención y promoción de la salud relacionado con los estilos de vida de los adultos pescadores. [internet]; 2020. citado 4 de octubre de 2021. 64 disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/19919>
21. Galloso M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida y apoyo social del adolescente. Asentamiento humano Ramal Playa _Chimbote, 2019. [Tesis Pregrado] [internet] repositorio Uladech. [citado 2020 octubre 19] Recuperado a partir de: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20958/ADOLESCENTES_ESTILO_DE_VIDA_GALLOSO_GARAY_MARIANA_THELMA.pdf?sequence=3&isAllowed=y
22. Tarazona J. Nivel de satisfacción de los cuidados enfermeros en la prevención y promoción de la salud relacionado con la caracterización de estilos de vida de los adultos del centro poblado de Huaracillo-Pinra-Huacaybamba, 2019 [Tesis] Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. [citado 28 de septiembre 2021] Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19202/TARAZONA%20HUAYANAY%20JHERLIT.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
23. Dioses L. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Campo Polo Castilla - sector Sinchi Roca_Castilla_Piura, 2023. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2023. [citado 28 de septiembre 2021] Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/33013/APOYO_SOCIAL_DIOSES_RIVAS_SANDRA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

24. Domínguez F. “ Promoción del estilo de vida saludable y factores personales biológicos del adulto mayor en el asentamiento humano Buenos Aires – Tambogrande –Piura, 2020”. . [Tesis Pregrado] [internet] repositorio Uladech. [citado 2020 octubre 19] Recuperado a partir de: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/33211/FACTOR_ES_VIDA_DOMINGUEZ_PALOMINO_FABIAN.pdf?sequence=1&isAllowed=y
25. Chinguel M. Impacto en el estilo de vida del paciente adulto joven con insuficiencia renal crónica, en tratamiento de hemodiálisis en la clínica el Redentor – Piura 2020. [Tesis] Universidad Nacional “Pedro Ruiz Gallo” [citado 28 de septiembre 2021] Disponible en: <https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/8461/BC-4862%20CHINGUEL%20JULCAFLORES%20FLORES.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
26. Natalia V. Enfermería [Internet]. [citado 12 de octubre de 2021]. Disponible en: <https://nataliaarv.blogspot.com/2014/10/nola-j-pender.html>
27. Pender N, desarrollo del conocimiento en enfermería, Modelo de promoción de la salud, 2017 [Internet]. [citado 12 de octubre de 2021]. Disponible en: <http://teoriasenenfermeria.blogspot.com/2013/05/modelo-de-promocion-desalud-capitulo-21.html>
28. Meiriño L. El cuidado Nola pender. [Internet] Teorías de enfermería, 2012 [citado 12 de octubre de 2021]. Disponible en: <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/nola-pender.html>
29. Terris M. La promoción de la salud [Revista Internet]. [citado 12 de octubre de 2021]. Disponible en: <https://www.binasss.sa.cr/revistas/ts/63/art2.htm>
30. Organización Panamericana de la Salud. Promoción de la Salud [Internet]. [citado 12 de octubre de 2021]. Recuperado a partir de : <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>
31. Castillo O. Implementación de estrategia de entrono saludables [Internet]. [citado 12 de octubre de 2021] Recuperado a partir de.: <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/40379>

32. Aristizábal G. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. [Internet]. [Citado 10 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v8n4/v8n4a3.pdf>
33. De Arco, et al. Modelo de promoción de la salud en el lugar de trabajo: una propuesta. 2019 [Internet] [citado el 10 de mayo del 2023]. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/aven/v37n2/0121-4500-aven-37-02-227.pdf>
34. Rodriguez A. Lifeder.com. [Online]. [Citado 04 de octubre de 2021] . Disponible en: <https://www.lifeder.com/adulto-joven/>.
35. Martín E. Que es el estilo de vida [Internet] Bienestar y salud 2018 [citado 04 de octubre de 2021]. Disponible en: <https://www.consumoteca.com/bienestar-y-salud/estilo-de-vida/>
36. Edgar L. La Salud Como Responsabilidad Individual [Internet]. [citado 12 de octubre de 2021]. Disponible en: <http://www.saludmed.com/Salud/CptSalud/CptSaRes.html>
37. Vignolo J. Niveles de atención, de prevención y atención primaria de la salud. [Internet] Scielo, Prensa medica Latinoamericana 2011 [citado 04 de octubre 2021] Disponible en: <http://www.scielo.edu.uy/pdf/ami/v33n1/v33n1a03.pdf>
38. Zarate D. Promoción de la Salud en relación a la satisfacción del usuario externo en el puesto de salud de Chango Daniel Carrión enero a julio 2016 [Internet][citado 04 de octubre 2021] Disponible en: <http://repositorio.undac.edu.pe/bitstream/undac/934/1/TESIS%20DIANA%20M%C3%93NICA%20ZARATE%20CUSTODIO1.pdf>
39. Marroquín R. Metodología de la investigación. [Internet] Universidad nacional de educación Enrique Guzman y Valle programa de titulación, 2012 [Citado 17 de octubre 2021] Disponible en: http://www.une.edu.pe/Sesion04-Metodologia_de_la_investigacion.pdf
40. Webscolar. Definiciones de investigación cuantitativa. [Internet] 2010 [Citado 17 de octubre 2021] Disponible en: <https://www.webscolar.com/definiciones-de-investigacion-cuantitativa-por-varios-autores>
41. Dzul M. Aplicación basica de los metodos cientificos “Diseño no experimental”. [Internet] Universidad Autónoma del estado de Hidalgo, 2016 [Citado 17 de octubre 2021] Disponible en:

- [https://www.uaeh.edu.mx/docencia/VI Presentaciones/licenciatura en mercadotecnia/fundamentos de metodologia investigacion/PRES38.pdf](https://www.uaeh.edu.mx/docencia/VI_Presentaciones/licenciatura_en_mercadotecnia/fundamentos_de_metodologia_investigacion/PRES38.pdf)
42. Definiciones de la OMS - Sexo y Salud. [citado 29 de octubre de 2021]. Recuperado a partir de: http://sexosaludyenfermeria.blogspot.com/p/definicionesdelaoms_22.html
43. Rodríguez N. Envejecimiento: Edad, Salud y Sociedad. [Internet] 2018 [Citado 17 de octubre 2021] Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-74592018000200087
44. Eusko Jaurlaritza. Nivel de instrucción: Instituto Vasco de estadística oficial de la C.A de Euskady. San Sebastián 2004. [internet]; [Citado 17 de octubre 2022]. [Alrededor de 2 pantallas] Disponible en http://www.eustat.es/documentos/opt_0/tema_165/elem_2376/definicion.htmlaxzz2ZBVGztID
45. EcuRed. Religión. [Consultado el 29 de junio de 2021]. Disponible en: <https://www.ecured.cu/religi%c3%b3n>
46. Inei. Estado civil. Perú; 1993. [Consultado el 20 de mayo de 2020]. Disponible en: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/ib0044/C6-6.HTM
47. Pérez J, Gardey, A. Definición de ocupación - Qué es, Significado y Concepto. Definición de. Base de datos online. Ocupación. [Portada en internet]. 2017. [Citado 17 de octubre 2022]. [Alrededor de 3 pantallas]. Disponible en: <https://definicion.de/ocupacion/>
48. Valle M. Ingresos, costos y gastos NIF A-5 (41-70). Definición de ingreso económico. [Diapositiva en internet]. 2008. Citado 17 de octubre 2022]. Disponible desde el: [https://www.ecofinanzas.com/diccionario/I/INGRESO ECONOMICO.htm](https://www.ecofinanzas.com/diccionario/I/INGRESO_ECONOMICO.htm)
49. Ministerio de Salud. Seguro Integral de Salud. Quienes somos. 2011. [Consultado el 15 de mayo de 2022]. Disponible en: http://www.sis.gob.pe/Portal/quienes_somos/index.html
50. Equipo de Expertos. Promoción de la salud: definición, objetivos y ejemplos [Internet]. [citado 19 de octubre de 2021]. Disponible en:

<https://www.universidadviu.com/int/actualidad/nuestros-expertos/promocionde-la-salud-definicion-objetivos-y-ejemplos>

51. Aranda C, pando M: Conceptualización del apoyo social y las redes de apoyo social [Internet]. Mayo Clinic. 2021 [citado el 19 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es/healthy-lifestyle/adulthealth/multimedia/how-social-support-spurs-you/vid-20274646>
52. Aldave R. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío de ancomarca- independencia – huaraz, 2018. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]repositorio Uladech [citado 26 de octubre de 2020]. Recuperado a partir de: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/8093/ADULTOS_ESTILOS_VIDA_ALDAVE_VERAMENDI_ROSA_PAMELA.pdf?sequence=4&isAllowed=y
53. Universidad Católica Los Ángeles De Chimbote. Reglamento de integridad científica en la investigación. [En línea] Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2023. [Consultado.....]. Disponible desde el Url: <https://www.uladech.edu.pe/wpcontent/uploads/erpuniversity/downloads/transparencia-universitaria/estatuto-el-texto-unico-de-procedimientosadministrativos-tupa-el-plan-estrategico-institucional-reglamento-de-la-universidad-y-otras-normativas/reglamentos-de-la-universidad/reglamento-de-integridad-cientifica-en-la-investigacion-v001.pdf>
54. Medina R. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo joven “la unión” sector 25 Chimbote, 2019. [Tesis Pregrado] [Internet]. [citado el 19 de abril del 2022]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/21209/ADULTO_PREVENCION_MEDINA_TITO_RUTH_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y
55. Haro. M Factores sociodemográficos y acciones de prevención promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del asentamiento humano villa el sol sector 1-chimbote, 2019. [Internet]. [citado el 19 de abril del 2022]. Disponible en:

- http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26246/APOYO_SOCIAL_HARO_RAMIREZ_MIULLER.pdf?sequence=1&isAllowed=y
56. Febre L. “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo joven “La Unión” Sector 26 _Chimbote, 2019”. [Internet] repositorio Uladech [citado el 19 de abril del 2022]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19906/ADULTO_PREVENCION_FEBRE_LLOCLLA_TANIA_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y
57. Hernández B. Teoría de la enfermería, Modelo de promoción de la salud. [Internet]. 2013 [Consultado 14 octubre 2021]. Disponible en: <http://teoriasenfermeras.blogspot.com/2013/06/teoria-de-la-enfermeria-modelode.html>
58. Villa V. Hábitos alimenticios y estado nutricional en niños de 1 a 5 años de edad en el puesto de salud Condorillo Alto, Chíncha 2020. . [Tesis pregrado] [citado el 19 de abril del 2022] Recuperado a partir de: <http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/autonmadeica/1071/1/VANESA%20CORAZON%20VILLA%20ANAMPA%20%28TESIS%29.pdf>
59. Ginzburg N. Habilidades para la vida. [Internet] 2018 [Citado 17 de octubre 2021] Disponible en: <https://www.udea.edu.co/wps/wcm/connect/udea/c562925ac469-4d4a-ad8c-0b693303b36b/085+Habilidades+para+la+vida.pdf?MOD=AJPERES>
60. Ramirez B. Estudio de la actividad física de estudiantes de 8 año básico y 3 año medio del colegio salesianos de Concepción en clases no presenciales durante la pandemia COVID-19. [Internet] 2018 [Citado 17 de octubre 2021] Disponible en:

<http://repositorio.udec.cl/bitstream/11594/4912/1/Tesis%20Estudio%20de%20la%20actividad%20fisica.pdf>

61. Hernandez K. Conocimientos y actitudes en salud bucal de los padres de familia o encargados y su relación con caries de la infancia temprana en niños de san francisco Chinameca. [Internet] 2018 [Citado 17 de octubre 2021] Disponible en: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2021/05/1223286/17100385.pdf>
62. Perez G. Prevalencia de alteraciones en salud mental en pacientes entre 20 y 59 años que consultan en ucsf san José los sitios de mayo a junio del 2018. [Internet] 2018 [Citado 17 de octubre 2021] Disponible: <https://ri.ues.edu.sv/id/eprint/19227/1/tesis-salud-mental%20%283%29.pdf>
63. Varas M. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería] [Internet]. repositorio uladech. 2018 [citado 11 de junio de 2021]. Recuperado a partir de: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/21300/adulto_maduro_estilos_Varas_Vasquez_Mery_Estefany.pdf?sequence=1&isAllowed=y
64. Soriano A. Estilos de vida y factores Biosociocultural de los adultos del centro poblado de shiqui – cátaç, 2020 [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería] [Internet]. repositorio uladech. 2021 [citado 7 de abril de 2022]. Recuperado a partir de: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/16781/ADULTO_S_ESTILO_DE_VIDA_SORIANO_CORONEL_AMY_MINERVA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
65. Villajuan M. Estilos de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. pueblo joven Miraflores alto _ sector a _ Chimbote, 2018 [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería] [Internet]. 2020 [citado 10 de octubre de

- 2021]. Recuperado a partir de: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/17730/ADULTO_maduro_Villajuan_Grande_Maria_isabel.pdf?sequence=1&isAllowed=y
66. Campos C. Efectividad de intervención basada en modelo de Nola Pender en promoción de estilos de vida saludables de universitarios peruanos. [Internet]. [citado 7 de abril de 2022]. Recuperado a partir de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192019000400009
67. Alfred. Definición de Estilo de vida según autores [Internet]. [citado 7 de abril de 2022]. Recuperado a partir de: https://uploads.strikinglycdn.com/files/4821b7b9-4784-4125-872f-54ec03373737/definicion_de_estilo_de_vida_segun_autores.pdf
68. Avelino Y. Estilo de vida de los usuarios del programa del adulto mayor del hospital regional docente de Trujillo. [Internet]. 2016 [citado 7 de abril de 2022]. Recuperado a partir de: [https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/unitru/7874/Avelino_León_Yanet_Marisel\(FILEminimizer\).pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/unitru/7874/Avelino_León_Yanet_Marisel(FILEminimizer).pdf?sequence=1&isAllowed=y)
69. Gits. Importancia de la alimentación en el adulto joven. [Internet]. [citado 08 de abril de 2022]. Disponible en: <https://www.buenastareas.com/ensayos/Importancia-De-LaAlimentacion-En-Unadulto/1575831.html>
70. Gómez Estilo de vida saludables y no saludables [Internet]. [citado 08 de abril de 2022]. Recuperado a partir de: <https://tycalvo93.wordpress.com/2014/09/19/estilos-de-vida-saludables-y-no-saludables/>
71. Huther G. Biología del miedo, el estrés y sentimientos [Internet]. [citado 12 de abril de 2022]. Recuperado a partir de: <https://miriamherbon.com/project/biologia-del->

[miedo-estres-los-sentimientos/](#)

72. Perez Z. Influencia de las relaciones interpersonales en la autoestima, [Internet]. [citado 11 de junio de 2021]. Recuperado a partir de: [https://repositorio.una.ac.cr/bitstream/handle/11056/18187/Influencia de las relaciones interpersonales en la autoestima%2C la motivación estudiantes de II ciclo Escuela Francisco Morazán Quesada Perez Zeledon 2011.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.una.ac.cr/bitstream/handle/11056/18187/Influencia%20de%20las%20relaciones%20interpersonales%20en%20la%20autoestima%20la%20motivaci%C3%B3n%20de%20los%20estudiantes%20de%20II%20ciclo%20Escuela%20Francisco%20Moraz%C3%A1n%20Quesada%20Perez%20Zeledon%202011.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
73. Emilio La responsabilidad social en salud. [Internet]. [citado 12 de abril de 2022]. Recuperado a partir de: <https://saludconlupa.com/laboratorio/biblioterapia/la-responsabilidad-social-en-salud/>
74. Febre T. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 26 _Chimbote, 2019. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería] [Internet]. repositorio uladech. 2021 [citado el 12 de abril del 2022]. Recuperado a partir de: [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)
75. Varas M. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería] [Internet]. repositorio uladech. 2018 [citado 11 de junio de 2021]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/21300/adulto maduro estilos Varas Vasquez Mery Estefany.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/21300/adulto_maduro_estilos_Varas_Vasquez_Mery_Estefany.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
76. Soriano A. Estilos de vida y factores Biosociocultural de los adultos del centro poblado de shiqui – cátaç, 2020 [Tesis para optar el título profesional de licenciada

- en enfermería] [Internet]. repositorio uladech. 2021 [citado 7 de abril de 2022]. Recuperado a partir de: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/16781/ADULTOS_ESTILO_DE_VIDA_SORIANO_CORONEL_AMY_MINERVA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
77. Villajuan M. Estilos de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. pueblo joven Miraflores alto _ sector a _ Chimbote, 2018 [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería] [Internet]. 2020 [citado 10 de octubre de 2021]. Recuperado a partir de: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/17735/ADULTO_MADURO_VILLAJUAN_%20GRANDE_%20MARIA_%20ISABEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y
78. Gómez M. Estilos de vida saludable en estudiantes de enfermería en la universidad cooperativa de Colombia Artículo [citado el 12 de abril del 2022]. Recuperado a partir de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772014000100006
79. Garizábalo M, Rodríguez L, Cañón W. (2018). Soporte social enfocado a personas con diabetes: una necesidad desde enfermería. Revista Cuidarte, 2018; 10(1):697-700. [citado el 12 de abril del 2022]. Recuperado a partir de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2216-09732019000100100
80. Galván J. La importancia del apoyo social para el bienestar físico y mental de las mujeres reclusas. Artículo [citado el 12 de abril del 2022]. Recuperado a partir de: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S018533252006000300068#:~:text=El%20apoyo%20social%20ha%20sido,se%20enfrentan%20dura

[nte%20su%20vida.](#)

81. Lloclla T. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 26 _Chimbote, 2019. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería] [Internet]. repositorio uladech. 2021 [citado el 12 de abril del 2022]. Recuperado a partir de: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19906/ADULTO_PREVENCION_FEBRE_LLOCLLA_TANIA_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y
82. . Garay M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adolescente. asentamiento humano ramal playa _Chimbote, 2019. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería] [Internet]. repositorio uladech. 2021 [citado el 12 de abril del 2022]. Recuperado a partir de: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20958/ADOLESCENTES_ESTILO_DE_VIDA_GALLOSO_GARAY_MARIANA_THELMA.pdf?sequence=3
83. Meriño L. El cuidado [Revista]. [citado 13 de mayo del 2022] Recuperado a partir de: <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/nola-pender.html>
84. Prieto M. Factores sociodemográficos y de salud en el bienestar emocional como dominio de calidad de vida de las personas mayores en la Comunidad de Madrid. [Revista]. [citado 13 de mayo del 2022] Recuperado a partir de: <https://www.scielosp.org/article/resp/2008.v82n3/301-313/>
85. Huamán J. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto.

- Asentamiento Humano 10 de Setiembre Sector II_Chimbote, 2019[Tesis de licenciatura en internet] ULADECH; 2019 [citada el 10 de marzo del 2022] Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20017/ADULTO_FACTORES_HUAMAN_SANTIAGO_JAVES_AZUSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
86. Ramirez M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven Primavera Baja_Chimbote, 2019 [Tesis de licenciatura en internet] ULADECH; 2019 [citada el 10 de marzo del 2022] Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25657/ADULTO_ESTILO_DE_VIDA_DEPAZ_RAMIREZ_MELISSA_ARACELI.pdf?sequence=1&isAllowed=y
87. Bustamante C. Promoción de la salud bajo la perspectiva de Nola Pender en una comunidad urbana de Pereira [Tesis de licenciatura en internet] 2023 [citada el 10 de julio del 2023]. Recuperado a partir de: <https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/4967/Trabajo%20de%20Ogrado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
88. Palacios G. Factores Sociodemográficos Y Acciones De Prevención Y Promoción Asociado Al Comportamiento De La Salud: Estilos De Vida Y Apoyo Social Del Adulto. Pueblo Joven El Porvenir “A” Sector 7_Chimbote, 2019. [Tesis de licenciatura en internet]. [Ancash – Perú]: ULADECH; 2019 [citada el 10 de marzo del 2022]. Recuperado a partir de: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25798/ADULTO_ESTILOS_PALACIOS_PEREZ_GINA_NAOMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

y

89. Gómez R. Gómez R, (84) en su tesis titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano 10 de Setiembre Sector II_Chimbote, 2019. Tesis de licenciatura en internet]. [Ancash – Perú]: ULADECH; 2019 [citada el 10 de marzo del 2022]. Recuperado a partir de: <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3245274>
90. Depaz M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven Primavera Baja_Chimbote, 2019 [Tesis de licenciatura en internet] ULADECH; 2019 [citada el 10 de marzo del 2022] Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25657/ADULT_O_ESTILO_DE_VIDA_DEPAZ_RAMIREZ_MELISSA_ARACELI.pdf?sequence=1&isAllowed=y
91. Galloso M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adolescente. Asentamiento Humano Ramal Playa_Chimbote, 2019 [Tesis de licenciatura en internet] ULADECH; 2019 [citada el 10 de marzo del 2022] Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20958/ADOLESCENTES_ESTILO_DE_VIDA_GALLOSO_GARAY_MARIANA_THELMA.pdf?sequence=3&isAllowed=y

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 centro poblado La Peña_Querecotillo, Sullana 2021

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>Problema general: ¿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 los adultos en el centro poblado La Peña Querecotillo Sullana,2021</p>	<p>Objetivo general Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto el centro poblado La Peña Querecotillo Sullana,2021.</p> <p>Objetivos específicos Caracterizar los factores sociodemográficos del Centro poblado el centro poblado La Peña Querecotillo Sullana,2021. Caracterizar las acciones de prevención y promoción del adulto del centro poblado La Peña Querecotillo Sullana,2021. Caracterizar el comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto del centro poblado La Peña Querecotillo Sullana,2021. Explicar la relación de los factores sociodemográfico asociados al comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto del centro poblado La Peña Querecotillo Sullana,2021.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • H1: Existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos asociados al comportamiento de la salud, estilos de vida y apoyo social del adulto del centro poblado La Peña de Querecotillo, Sullana 2021. • H0: o existe relación estadísticamente significativa entre las acciones de prevención y 	<ul style="list-style-type: none"> • Factores sociodemográficos (Sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación, ingreso económico y si cuenta con Seguro) • Promoción y prevención de la salud (Acciones adecuadas, acciones inadecuadas) • Estilos de vida (Estilo de vida saludable, estilo de vida no saludable) 	<p>Diseño de la investigación: No experimental</p> <p>Tipo de la investigación: Cuantitativo</p> <p>Nivel de la investigación: Correlacional-transversal</p> <p>Población y muestra:</p> <p>Población: La población está constituida por 400 adultos que residen en el en el centro poblado La Peña Querecotillo, Sullana.</p> <p>Muestra: El tamaño de</p>

	<p>Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del centro poblado La Peña Querecotillo Sullana,2021.</p>	<p>promoción asociados al comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto del centro poblado La Peña de Querecotillo, Sullana 2021</p>	<p>Apoyo Social (tiene apoyo social, no tiene apoyo social)</p>	<p>muestra fue determinado con un nivel de confianza del 95% y un margen de error permisible del 5% aplicando la técnica de muestreo aleatoria simple se obtuvo una muestra de 135 adultos quienes residen en el Centro Poblado La Peña Querecotillo, Sullana.</p> <p>Técnica: entrevista</p> <p>Instrumento</p> <p>Cuestionario sobre factores sociodemográficos</p> <ul style="list-style-type: none"> -Cuestionario sobre acciones de promoción y prevención -Cuestionario de apoyo social -Escala de estilo de vida
--	--	---	--	--

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

ESTILOS DE VIDA

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

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

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

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



CUESTIONARIO DE APOYO SOCIAL

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

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

Escriba el n° de amigos íntimos y familiares cercanos

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

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

Resultado: (suma de los valores correspondientes)

Índice global de apoyo social: Todas las respuestas.

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

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

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

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

Interpretación:

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

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

El instrumento MOS es validado en versión español para Colombia para apoyo social (punto adicional un país socio cultural parecido al nuestro). Presentaron la consistencia interna (también llamada confiabilidad o fiabilidad del instrumento) mediante el alfa de Cronbach por dimensiones y escala global mostrando en la tabla2. Para la validez, utilizaron validez de consistencia interna utilizado en 2 etapas primero Análisis Factorial Exploratorio (Para evaluar si se mantienen todos los ítems originales por dimensiones o se excluye alguno) y luego un Análisis Factorial Confirmatorio (su mismo nombre lo dice confirma lo anteriormente realizado), reportando los índices de bondad de ajuste (esto se muestra en el instrumento de línea de investigación) de GFI=.805, AGFI=.752, RMSEA= .097, AIC=481,89, BIC=612,57. , mostrando valores significativos concluyendo que es válido el instrumento para 4 dimensiones.

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA

Autores Serrano-Fernández, M. J., Boada-Grau, J., Vigil-Colet, A., & Gil- Ripoll, C. (2016). Adaptación española de la escala HPLP-II con una muestra de empleados. *Universitas Psychologica*, 15 (4).

<http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.upsy15-4.aeem>

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

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

20.-Se me hace fácil demostrar preocupación, amor y cariño a otros.					
21.-Estoy consciente de lo que es importante para mí en la vida.					
22.- Busco apoyo de un grupo de personas que se preocupan por mí					
Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores.					
23.-Leo las etiquetas nutritivas para identificar el contenido de grasas y sodio en los alimentos empacados					
24.-Asisto a programas educativos sobre el cuidado de salud personal.					
25.-Alcanzo mi pulso cardiaco objetivo cuando hago ejercicios.					
26.- Mantengo un balance para prevenir el cansancio.					
27.- Me siento unido(a) con una fuerza más grande que yo.					
28.-Me pongo de acuerdo con otros por medio del diálogo					
29.-Tomo desayuno					
30.-Busco orientación o consejo cuando es necesario.					
31.-Expongo mi persona a nuevas experiencias y retos.					
32.- Discuto mis problemas y preocupaciones con personas allegadas					
33. Duermo lo suficiente					
34. Como de 6 a 11 porciones de pan, cereales, arroz, o pastas(fideos) todos					

los días					
35. Como solamente de 2 a 3 porciones de carne, aves, pescado, frijoles, huevos y nueces todos los días.					

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

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

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



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHORRILLOS

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

VALIDEZ DEL INSTRUMENTO

CUESTIONARIO DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD

Validez del instrumento:

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

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

Dónde:

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

l : Es la calificación más baja posible.

k : Es el rango de los valores posibles.

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

CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA

Validez del instrumento:

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

CUESTIONARIO DE APOYO SOCIAL

Validez del instrumento:

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

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

CUESTIONARIO DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD

Confiabilidad del cuestionario

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

CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA

Confiabilidad del cuestionario

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

CUESTIONARIO DE APOYO SOCIAL

Confiabilidad del instrumento:

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

PRUEBA PILOTO excel (1).xlsx - Excel

SE DETECTÓ UNA INSTALACIÓN NUEVA La nueva instalación de Microsoft Office LTSC Standard 2021 tiene características más recientes que la versión actual. ¿Desea activar la nueva instalación? Sí No, gracias

SOCIODEMOGRAFICAS										
n°	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	TOTAL	
1	1	1	1	4	1	1	2	1	4	15
2	2	2	1	2	1	1	5	3	4	18
3	2	2	2	4	2	1	4	3	4	23
4	2	1	1	4	1	1	4	3	4	20
5	1	3	3	2	2	4	5	3	4	24
6	2	2	4	2	2	4	4	3	4	25
7	2	2	4	2	1	5	3	4	23	
8	2	2	4	2	1	4	3	4	22	
9	2	2	4	2	1	2	3	4	20	
10	2	2	4	1	4	3	3	4	23	
11	0.16	0.36	0.41	0.24	1.89	1.16	0.36	0		
12										
13										
14										
15										
16										
17										
18										
19										
20										
21										
22										
23										
24										
25										
26										

Σ (Símbolo sumatoria)

α (alfa) = 0.52046883

k (numero de items) = 8

Vi (Varianza de cada ítem) = 4.58

Vt (Varianza total) = 8.41

$$\alpha = \frac{K}{K-1} \left[1 - \frac{\sum V_i}{V_t} \right]$$

ALFA DE CRONBACH
Análisis de la consistencia o confiabilidad de un instrumento

CUEST. ESTRATEG. DE APRENDIZ LEYENDA ESTRAT. APREND

17:26 24/03/2022

Anexo 05 Formato de Consentimiento Informado



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

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

La presente investigación en Salud se titula: **FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO. DISTRITO QUERECOTILLO_SULLANA, 2021.** y es dirigido por Palacios Cevallos Angie Gisela investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. El propósito de la investigación es: Determinar los factores sociodemográficos los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Distrito Querecotillo Sullana, 2021

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

Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través de su correo. Si desea, también podrá escribir al correo angiepalacios1519@gmail.com para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

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

Nombre: _____

Fecha: _____

Correo electrónico: _____

Firma del participante: _____

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

Anexo 06 Documento de Aprobación para la Recolección de la Información



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carta s/nº - 2020-ULADECH CATÓLICA

Sr(a).

Juan Flores Ramírez

Teniente Gobernador del centro poblado "La peña"

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, Palacios Cevallos Angie Gisela, con código de matrícula N°04121810321, de la Carrera Profesional de Ciencias de la Salud, ciclo VIII, quién solicita autorización para ejecutar de manera remota o virtual, el proyecto de investigación titulado "FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO EN EL CENTRO POBLADO LA PEÑA, QUERCOTILLO SULLANA, 2021", durante los meses de estudio del presente año.

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

Atentamente,

Angie Palacios Cevallos
DNI: 72556647
Angie



Juan Alberto Flores Ramirez
TENIENTE GOBERNADOR

Apellidos y nombre

DNI. N° 03636645

Anexo 07 Evidencias de Ejecución (Declaración Jurada, Base de Datos)

BASE DE DATOS-AVANCE POBLACION -ANGIE.xlsx - Excel (Error de activación de productos)

Archivo Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista ¿Qué desea hacer?

K7

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R
1																		
2																		
3																		
4		CUESTIONARIO SOBRE FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS DEL ADULTO																
5	N°	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8									
6	1	2	1	4	1	1	4	1	3									
7	2	1	1	4	1	4	4	1	1									
8	3	2	1	4	1	1	4	1	4									
9	4	1	1	4	1	1	4	5	2									
10	5	2	1	4	1	1	4	1	2									
11	6	2	1	4	1	1	4	1	1									
12	7	2	1	4	1	1	4	1	2									
13	8	1	2	3	1	1	4	2	4									
14	9	2	1	4	1	1	4	4	1									
15	10	2	1	4	1	1	4	1	4									
16	11	1	1	4	3	1	4	1	2									
17	12	1	1	4	2	1	4	4	2									
18	13	2	1	3	1	1	4	4	4									
19	14	2	1	4	1	1	5	1	2									
20	15	1	1	3	1	1	4	2	1									
21	16	1	1	4	3	1	2	5	1									
22	17	1	1	4	1	1	1	5	2									
23	18	1	1	3	1	1	4	1	2									
24	19	2	1	4	1	1	4	4	2									
25	20	2	1	4	1	1	4	1	1									
26	21	2	1	4	1	1	4	4	2									
27	22	1	1	4	2	1	2	3	1									
28	23	2	1	4	1	1	4	3	1									
29	24	1	1	4	1	1	4	1	4									
30	25	2	1	4	1	1	4	2	2									
31	26	2	3	2	2	2	3	2	1									
32	27	2	1	4	1	1	4	1	2									

SOCIODEMOGRAFICOS PROMOCION Y PREVENCION APOYO SOCIAL ESTILO DE VIDA MUJERES ...

BASE DE DATOS-AVANCE POBLACION -ANGIE.xlsx - Excel (Error de activación de productos)

Archivo Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista ¿Qué desea hacer?

A65 61

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R
1																		
2																		
3		Alimentación y nutrición								Higiene				Habilidades para la vida				
4	N°	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17
5	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3
6	2	2	2	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3
7	3	1	2	2	1	2	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4
8	4	1	2	2	2	3	3	3	2	4	4	4	2	4	4	4	3	3
9	5	2	2	3	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4
10	6	2	2	2	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
11	7	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
12	8	4	2	1	2	4	4	2	2	2	3	1	2	3	2	2	2	2
13	9	1	2	2	2	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4
14	10	2	2	2	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3
15	11	1	1	2	2	4	4	3	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4
16	12	2	2	3	2	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
17	13	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3
18	14	1	2	2	1	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	4	2
19	15	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
20	16	3	2	1	1	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4
21	17	2	1	2	2	3	2	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3
22	18	2	2	1	1	4	3	3	3	4	4	2	3	4	3	4	3	3
23	19	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
24	20	2	1	3	2	2	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4
25	21	2	2	4	1	2	1	1	2	1	3	1	1	3	1	1	1	2
26	22	1	1	1	1	2	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4
27	23	1	1	1	2	2	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4
28	24	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
29	25	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3

SOCIODEMOGRAFICOS PROMOCION Y PREVENCION APOYO SOCIAL ESTILO DE VIDA MUJERES ... Promedio: 98 Recuento: 75 Suma: 7350

BASE DE DATOS-AVANCE POBLACION -ANGIE.xlsx - Excel (Error de activación de productos)

Archivo Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista ¿Qué desea hacer?

A4

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P
1																
2		APOYO SOCIAL														
3	N°	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15
4	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
5	2	10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
6	3	3	4	3	4	4	2	3	3	2	4	3	4	4	3	4
7	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3
8	5	2	1	3	4	3	4	3	2	3	4	3	3	2	3	4
9	6	6	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4
10	7	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
11	8	5	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
12	9	2	4	4	4	4	2	4	2	2	2	2	4	2	4	4
13	10	8	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3
14	11	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
15	12	10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
16	13	10	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
17	14	5	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
18	15	6	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
19	16	5	1	3	3	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2
20	17	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
21	18	8	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
22	19	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
23	20	1	3	3	2	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4
24	21	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2
25	22	5	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2
26	23	6	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
27	24	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

SOCIODEMOGRAFICOS PROMOCION Y PREVENCION APOYO SOCIAL ESTILO DE VIDA MUE ...

14:08 22/06/2023

BASE DE DATOS-AVANCE POBLACION -ANGIE.xlsx - Excel (Error de activación de productos)

Archivo Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista ¿Qué desea hacer?

A64

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R
111	108	3	4	3	3	3	4	4	2	3	4	4	2	4	4	3	3	2
112	109	4	4	1	4	4	3	3	1	3	4	4	3	4	4	4	2	3
113	110	2	2	2	3	1	2	2	2	2	3	2	2	2	4	2	3	3
114	111	4	5	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4
115	112	3	4	1	3	3	2	1	4	3	4	2	3	4	4	2	3	2
116	113	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
117	114	2	2	3	3	2	2	2	2	4	4	3	2	3	3	3	3	2
118	115	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
119	116	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
120	117	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3
121	118	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2
122	119	3	2	2	3	3	2	2	2	2	4	3	2	3	4	2	2	3
123	120	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	1	4
124	121	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4
125	122	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
126	123	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
127	124	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
128	125	3	2	3	3	4	1	3	3	4	4	3	4	4	4	2	4	3
129	126	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
130	127	2	2	2	2	4	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
131	128	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
132	129	3	2	4	4	4	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	1
133	130	3	4	1	2	3	1	2	1	2	2	3	3	3	2	1	2	2
134	131	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
135	132	2	4	3	4	4	3	2	3	3	4	3	2	3	4	2	2	3
136	133	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3
137	134	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4
138	135	3	4	3	4	3	3	2	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3

SOCIODEMOGRAFICOS PROMOCION Y PREVENCION APOYO SOCIAL ESTILO DE VIDA MUE ...

14:09 22/06/2023

DECLARACIÓN JURADA

Yo, Angie Gisela Palacios Cevallos identificado (a) con DNI, N° 72556647 con domicilio real en el centro poblado La Peña, Distrito de Querecotillo, Provincia Sullana, Departamento Piura.

DECLARO BAJO JURAMENTO,

En mi condición de estudiante / bachiller con código de estudiante 0412181021 de la Escuela Profesional de Enfermería Facultad de Ciencias de la salud de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, semestre académico 2023-2:

Que los datos consignados en la tesis titulada Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto en el centro poblado la peña de Querecotillo_sullana, 2021

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

Doy fe que esta declaración corresponde a la verdad



Sábado 24 de junio de 2023

Angie Palacios Cevallos