



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE
CHIMBOTE**

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

**ESTILOS DE VIDA Y FACTORES
BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MADUROS DEL
ASENTAMIENTO HUMANO MARÍA ESTRELLA DEL
MAR- NUEVO CHIMBOTE, 2022**

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

AUTORA

MENDEZ ROCILLO, ANAKAREN CELESTE

ORCID: 0000-0001-6289-7229

ASESORA

REYNA MARQUEZ, ELENA ESTHER

ORCID ID: 0000-0002-4722-1025

CHIMBOTE-PERÚ

2023



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

ACTA N° 0184-092-2023 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **14:00** horas del día **24** 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: **ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO MARÍA ESTRELLA DEL MAR- NUEVO CHIMBOTE, 2022**

Presentada Por :
(0112092054) **MENDEZ ROCILLO ANAKAREN CELESTE**

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: ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO MARÍA ESTRELLA DEL MAR- NUEVO CHIMBOTE, 2022 Del (de la) estudiante MENDEZ ROCILLO ANAKAREN CELESTE, asesorado por REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 10% 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, 02 de Diciembre del 2023



Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

DEDICATORIA

Dedico esta tesis a DIOS. A mi hija que día a día me sostiene y mantiene fuerte para salir adelante y ser cada día mejor y mis padres quienes me dieron vida, educación, apoyo y consejería, a mi maestra quien sin su ayuda nunca hubiera podido hacer esta tesis. A todos ellos se los agradezco desde el fondo de mi alma.

AGRADECIMIENTO

A mis padres

En primer lugar, les agradezco a mis padres que siempre me han brindado su apoyo incondicional para poder cumplir todos mis objetivos personales y académicos. Ellos son los que con su cariño me han impulsado siempre a perseguir mis metas y nunca abandonarlas frente a las adversidades. También son los que me han brindado el soporte material y económico para poder concentrarme en los estudios y nunca abandonarlos.

A mi tutor

Le agradezco muy profundamente a mi tutor por su dedicación y paciencia, sin sus palabras y correcciones precisas no hubiese podido lograr llegar a esta instancia tan anhelada. Gracias por su guía y todos sus consejos, los llevaré grabados para siempre en la memoria en mi futuro profesional.

ÍNDICE GENERAL

	Pág.
Carátula	I
Acta de Sustentación	II
Constancia de Originalidad	III
Dedicatoria	IV
Agradecimiento	V
Índice General	VI
Lista de Tablas	VIII
Lista de Figuras	IX
Resumen	X
Abstract	XI
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
II. MARCO TEÓRICO	5
2.1. Antecedentes	5
2.2. Bases teóricas	11
2.3. Hipótesis	19
III. METODOLOGIA	20
3.1. Nivel, Tipo y Diseño de investigación	20
3.2. Población y muestra	20
3.3. Variables. Definición y Operacionalización	21
3.4. Técnicas e instrumentos de la recolección de información	25
3.5. Método de análisis	27

3.6. Aspectos éticos:	28
IV. RESULTADOS	29
DISCUSIÓN	37
V. CONCLUSIONES	55
VI. RECOMENDACIONES	56
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	57
ANEXO	
Anexo 01 Matriz de consistencia	67
Anexo 02 Instrumento de recolección de información	68
Anexo 03 Validez del instrumento	75
Anexo 04 Confiabilidad del instrumento	76
Anexo 05 Formato de Consentimiento informado	77
Anexo 06 Documento de aprobación para la recolección de la información	78
Anexo 07 Evidencias de ejecución (Declaración jurada, base de datos)	79

LISTA DE TABLAS

TABLA 1

	Pág.
ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO MARÍA ESTRELLA DEL MAR NUEVO CHIMBOTE DEL 2019. -----	41

TABLA 2

FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MADUROS ASENTAMIENTO HUMANO MARÍA ESTRELLA DEL MAR NUEVO CHIMBOTE DEL 2019.	42
---	----

TABLA 3

FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILO DE VIDA EN ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO MARÍA ESTRELLA DEL MAR NUEVO CHIMBOTE DEL 2019:.....	46
--	----

LISTA DE FIGURAS

	Pág.
FIGURA 1	
ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO MARÍA ESTRELLA DEL MAR NUEVO CHIMBOTE DEL 2019. -----	41
FIGURA 2	
FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MADUROS ASENTAMIENTO HUMANO MARÍA ESTRELLA DEL MAR NUEVO CHIMBOTE DEL 2019:-----	43
FIGURA 3	
FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILO DE VIDA EN ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO MARÍA ESTRELLA DEL MAR NUEVO CHIMBOTE DEL 2019:-----	46

RESUMEN

Los estilos de vida están influyendo en la salud del adulto maduro, por la conducta de factores externos, como la formación, posición social, nivel de ingreso, son elementos que escapan del control inmediato del adulto. Agrario (2022). El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo general determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella del Mar Nuevo Chimbote del 2022, asociados al comportamiento de la salud: Estilos de vida y apoyo social, cuya metodología fue de tipo cuantitativa, correlacional – transversal, la muestra fue constituida por 120 adultos maduros. Se utilizó la técnica de la entrevista. Se estableció la relación entre las variables de estudio, la cual se utilizó la prueba de independencia Chi² de Pearson con el 95% de confiabilidad y un nivel de significancia de $p < 0,05$. Obteniendo los respectivos resultados: el 86.7% tienen un estilo de vida saludable, el 75% son de sexo masculino, el 70.8% tienen grado de instrucción primaria, el 61.75% profesan la religión evangelica, el 44.2% con casados, el 88.3% su ingreso económico, es menor a 400 soles. En Conclusión, al realizar la prueba de Chi cuadrado se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales (sexo y religión), en cuanto a las variables grado de instrucción, estado civil e ingreso económico no cumplió con la condición para aplicar la prueba Chi cuadrado.

Palabra clave: adultos maduros, estilo de vida, salud

ABSTRACT

Lifestyles are influencing the health of the mature adult, due to the behavior of external factors, such as training, social position, income level, are elements that are beyond the immediate control of the adult. Agrario (2022). The general objective of this research work was to determine the relationship between lifestyle and biosociocultural factors in mature adults of the María Estrella del Mar Nuevo Chimbote Human Settlement in 2022, associated with health behavior: Lifestyles and social support, whose methodology was quantitative, correlational - cross-sectional, the sample consisted of 120 mature adults. The interview technique was used. The relationship between the study variables was established, using Pearson's Chi² independence test with 95% reliability and a significance level of $p < 0.05$. Obtaining the respective results: 86.7% have a healthy lifestyle, 75% are male, 70.8% have primary education, 61.75% profess the evangelical religion, 44.2% are married, 88.3% have economic income, is less than 400 soles. In Conclusion, when performing the Chi-square test, it was found that there is no statistically significant relationship between lifestyle and biosociocultural factors (sex and religion), in terms of the variables level of education, marital status and economic income, it did not meet the condition for apply the Chi square test.

Keyword: mature adults, lifestyle, health

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Actualmente los estilos de vida están influyendo en la salud del adulto maduro, por la conducta de factores externos, como la formación, la posición social, el nivel de ingreso, la cual son elementos que escapan del control inmediato del adulto, configurando un escenario más o menos favorable en el desarrollo de la salud, por la cual pone de relieve la importancia que hoy cumple el contexto social y económico frente al estado de salud de una persona, por la que aquellos agentes tienen un mayor peso condicionando a un déficit frente a la salud, recortando su esperanza de vida (1). Asimismo, los estilos de vida en el adulto maduro se ve marcado por patrones de comportamiento que han adquirido en lo largo de toda su vida, teniendo efectos sobre la salud, donde su influencia está marcada por las características personales con el entorno físico y social, como es el sedentarismo, el consumo de sustancias tóxicas, la mala alimentación, afectando tanto a la persona como en su entorno, de ahí se viene la reducción de la mejoría de la salud, por la cual es importante recalcar que para que los patrones de conductas mejoren los adultos son los únicos responsables para adquirir un estilo de vida saludable, por ende mejoraría su estado de salud (1).

Por ello, el estilo de vida hace referencia a la manera de vivir, a una serie de actividades, rutinas cotidianas o hábitos, como el número de comidas diarias, características de alimentación, horas de sueño, consumo de alcohol, cigarrillo actividad física entre otras. Al conjunto de estas prácticas se les nombra costumbres o comportamientos sostenidos las cuales conllevan o mantienen la salud y promueven la supervivencia (2).

Según la Organización Mundial de la Salud, entre los años 2020 y 2030 el porcentaje de la población, que son adultos maduros se duplicarán, aumentando en un 34%. Actualmente, la cantidad de adultos maduros es mayor al de niños menores de 5 años. Hoy en día la pauta de envejecimiento de la población es mucho más rápida que en el pasado, donde se conoce como envejecimiento de la población, la cual es el aumento de las enfermedades metabólicas, siendo consecuencias de múltiples factores que el adulto maduro atravesó a lo largo de su vida, siendo las conductas que desfavorecen su salud (3).

La Organización Mundial de la Salud recomienda que los adultos maduros se adopten un estilo de vida saludable a lo largo de todo el ciclo vital, con el fin de

preservar la vida, mantenerse sano, evitar la discapacidad y el dolor en la vejez. Por ello los adultos maduros para prevenir las enfermedades crónicas degenerativas, la cual deben realizar sus exámenes anuales y mantener el tratamiento adecuado de tal manera mejorar su condición de salud. La OMS desea ir más allá de la labor de sensibilización para promover acciones concretas y un cambio positivo. Asimismo, tiene como objetivo conseguir la participación de toda la sociedad, donde se brinde la oportunidad para mostrar cómo puede lograrse ese cambio y el modo en que las personas de edad contribuyen a un estilo de vida saludable en diferentes partes del mundo (4).

Por otro lado, en la Asamblea Mundial de la salud, 2022 aprobaron las recomendaciones relacionas con enfermedades no transmisibles en los adultos maduros, como es el cáncer, enfermedades cardíacas y pulmonares, diabetes, asimos relacionado a la salud mental y sus factores de riesgo, lo que se quiere un esfuerzo por acelerar los progresos hacia el logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible y la metas acordadas a nivel mundial, mediante el fortalecimiento de la acción y colaboración multisectorial con la finalidad de abordas la prevención de la salud (5).

Actualmente en China los adultos maduros tienen una conducta inadecuada en sus estilos de vida. También aumenta rápidamente la pauta de envejecimiento y enfermedades no transmisibles. Cada año 120 millones de los adultos maduros padecen de diferentes enfermedades transmisibles y no transmisibles. En los países de ingresos bajos y medianos el 80% de los adultos maduros vivirá. Es decir, la pauta de envejecimiento de la población es más rápida que en tiempos pasados. Actualmente, la mayoría de la población tiene una esperanza de vida igual o superior a los 60 años. Para el año 2050, se espera que la población a nivel mundial en ese nivel de edad llegue aproximadamente a los 2000 millones, un aumento de 900 millones con respecto a 2019 (6).

En América Latina y el Caribe la población en adultos maduros, aumenta en todos sus países. Se trata de un paso progresivo de envejecimiento de los habitantes, lo que conlleva al aumento del número de adultos maduros, así como en la masa de grupo etario en la población total. Se debe afrontar el reto de que se plantea el gran aumento de la proporción de la población de 60 años y más, el cual pasa del 8 % en el año 2000 al 14.1 % en el año 2025 y al 22.6% en el año 2050. En diferentes países, los futuro cambios serán relacionados con actual situación y con la futura evolución de los indicadores demográficos. Actualmente, el envejecimiento poblacional está aumentando en los países como Uruguay, Argentina,

Cuba, Chile, Trinidad y Tobago y Barbados. Más del 10 % de la población, en estos países, es mayor de 60 años (7).

En México en el año 2020, ha mostrado según datos epidemiológicos la prevalencia de sobrepeso y obesidad en adultos, convirtiéndose en un grave problema de salud pública, aunado a la seguridad alimentaria, donde el consumo de alimentos no recomendados tiene un alto porcentaje a comparación de los alimentos saludables, asimismo teniendo un 74,1% en varones con sobrepeso y obesidad, seguidamente estos adultos vienen acompañados con enfermedades crónicas degenerativas, hipercolesterolemia con un 26,6%, diabetes 15,7% y por ultimo hipertensión con una prevalencia de 11,5% en mujeres y 19,6% en varones, la cual estas cifras señalan una emergencia y necesidad de abordar sobre estos factores de riesgo siendo una prevención la alimentación saludable (8).

Seguidamente en el Perú conforme al cuadro estadístico que realizó el INEI, en el Perú, los adultos maduros presentan causas de riesgo para padecer enfermedades no transmisibles, por el consumo de tabaco y la obesidad; Según la Instituto Nacional de Estadística el 18,9% de los habitantes los adultos maduros sufren de diabetes. Por agrupación de las edades, entre los 75 a 79 años de edad, 11,2% fue diagnosticado por un médico que sufrió la enfermedad, seguido por los adultos de 65 a 69 años 8,8% y de 70 a 74 años de edad 8,6%. Posteriormente en la encuesta el 10,2% de adultos maduros fueron informados que padecían de diabetes. En el sector de la zona rural solo se encuentra el 3,3% con diabetes (9).

Seguidamente en el Perú, a raíz del contexto de la pandemia generada por la COVID-19, los adultos maduros se han visto afectados antes esta situación de manera social, psicológica y física, por la que han tenido que permanecer en casa al cuidado de los seres queridos, cumpliendo un rol importante, no obstante, los adultos ante esta circunstancia han contribuido de la mejor manera en los hábitos de sus hogares, pero por falta de conocimiento en salud y nutrición existe el aumento de adultos con sobrepeso y obesidad (10).

En los últimos años, en la Región Ancash, los estilos de vida de los adultos maduros se encuentran en una etapa en la que experimentan fisiológicamente un progresivo declive en las funciones orgánicas y psicológicas, diferente para cada persona. Evidentemente las personas adultas requieren de mayor atención medica que personas de menor edad porque son más vulnerables a enfermedades. La prevalencia de estos tipos de enfermedades afecta el proceso de envejecimiento de una persona y se deben en gran medida a factores de riesgo: consumo de tabaco, uso nocivo del alcohol, inactividad física, obesidad, perfil lipídico

alterado y dieta inadecuada. Sin embargo, la modificación de hábitos no saludables y el control de los factores de riesgo pueden, en la mayoría de los casos, evitar las manifestaciones clínicas de algunas enfermedades crónicas e impedir complicaciones que, sin control, pueden causar discapacidades que tienden a disminuir la calidad de vida de las personas mayores (11).

Por ello un adulto maduro con sobrepeso u obesidad es propenso a sufrir de diabetes, presión alta, enfermedades coronarias, cerebrales y afectar sus riñones, por lo que una correcta alimentación acompañada de ejercicios ayudará a prevenir enfermedades y tener una mejor calidad de vida (11).

Los adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella del Mar de Nuevo Chimbote, afirman que su estilo de vida, hoy en día han cambiado, de acuerdo a su alimentación, sus horas de descanso, su autorrealización, sus actividades de ejercicios y su higiene personal; así mismo, cabe mencionar que este grupo de personas, están siendo abandonados por sus familiares (habitando solos su vivienda) y no acuden al establecimiento de salud a realizarse sus chequeos, a pesar de que hay interés, pero no tienen los medios (aun teniendo dolencias corporales producto del estilo de vida que han tenido desde que nacieron).

Además de que el asentamiento humano (en mención), cuenta con pavimento, tiene agua, desagüe, alumbrado público, colegio, loza deportiva, iglesia evangélica, centro comunal, mercado; ofreciendo una mejor calidad de vida para su población en general. Sin embargo, en este pueblo joven la seguridad ciudadana es inestable, con robos, matanzas y venta de sustancias ilícitas, a pesar de la presencia del mecenazgo distrital y la policía. Cabe mencionar que dicho asentamiento humano se creó con la finalidad de dar la oportunidad de que grupos de personas formen familias, a partir de la obtención de vivienda que les permita desarrollarse como familia.

Para ello se formuló el siguiente problema ¿Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella del Mar de Nuevo Chimbote del 2022?

La presente investigación se justifica porque permite conocer e identificar de manera concreta y efectiva acerca del estilo de vida y los factores biosocioculturales en adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella del Mar de Nuevo Chimbote del 2022.

Por otra parte, la presente investigación me permitirá obtener el título profesional de Enfermera; así mismo, favorecerá proyectos estratégicos, charlas educativas respecto al

estilo de vida saludable en la persona a través de la información oportuna de prevención; lo que también permitirá a la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote y la Escuela Profesional de Enfermería, mejoren sus estándares de calidad establecidos por la Nueva Ley Universitaria, que exige que todos los egresados del sistema universitario se titulen mediante la presentación y sustentación de una tesis.

Para ello, se utilizó la metodología de investigación descriptiva correlacional, cuantitativa de doble casilla con muestra de 120 adultos maduros, bibliográfica-documental y de campo, como técnica de recojo de información la revisión bibliográfica y la aplicación de las encuestas, y como instrumentos fichas bibliográficas y un cuestionario de preguntas pertinentes cerradas. Así mismo, la información recogida fue organizada, estructurada y analizada en función de los objetivos específicos propuestos en la investigación

Se formulo el siguiente objetivo general; Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella del Mar de Nuevo Chimbote del 2022.

Para darle respuesta el objetivo general, se plantearon los siguientes objetivos específicos;

- Valorar el estilo de vida en adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella del Mar de Nuevo Chimbote del 2022.
- Identificar los factores biosocioculturales: Sexo, Grado de Instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico biosocioculturales en los adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella del Mar de Nuevo Chimbote del 2022.
- Establecer la relación estadística entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella del Mar de Nuevo Chimbote del 2022.

II. MARCO TEORICO

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedentes Internacionales:

Jara A, et al (12), en su estudio de investigación titulada: “Estilos de vida de los adultos maduros de la ciudad Concepción de Chile”, 2018, teniendo como objetivo determinar los estilos de vida de los adultos maduros de la Ciudad Concepción de Chile. La metodología fue no experimental, cuantitativa, de corte transversal, descriptivo correlacional. Como resultados obtuvieron los siguientes, los adultos maduros en un 33% sale regularmente de fiesta, el 21% fuma cigarrillos, el 44% consume alcohol, el 14% ingiere bebidas energéticas, el 12,5% fuma marihuana, el 6% consume pastillas para estudiar y 2,2% para dormir, el 38%, concluyendo que casi la totalidad tiene estilo de vida no saludable recortando su esperanza de vida.

Canova G (13). en su trabajo de investigación titulada: “Estilos de vida de los adultos maduros universitarios de Enfermería Santa María Colombia en el año 2018”, teniendo como objetivo analizar y determinar los estilos de vida de los maduros universitarios de Enfermería Santa María Colombia en el año 2018. La metodología fue no experimental, cuantitativa, de corte transversal, descriptivo correlacional. Como resultado obtuvo los siguientes, el 32.8% tiene estilo de vida saludable mientras el 67,2% estilo de vida no saludable, el 54% de sexo femenino, 84,2% de ingreso económico de 600 a 850. Concluye que más de la mitad tiene un estilo de vida no saludable.

Sandoval C, Hernán F (14). en su trabajo de investigación titulada: “Estilos de vida de los adultos de Boyacá, Colombia 2018”. Teniendo como objetivo determinar los estilos de vida de los adultos de Boyacá, Colombia 2018. La metodología utilizada fue no experimental, cuantitativa, de corte transversal, descriptivo correlacional. Como resultados obtuvieron los siguientes, el 38.5% presentó estilo de vida saludable, y el 61.5% presento un estilo de vida no saludable. Concluye que existen factores como abandono del domicilio familiar, interacción con personas de diferentes sitios de origen, cambio en hábitos nutricionales, actividades académicas y patrones de sueño y descanso, que interfieren en el intento por mantener una vida saludable.

Yaguachi R, et al (15). en su investigación titulada: “Estilo de vida, estado

nutricional y riesgo cardiovascular en trabajadores de la salud del Hospital Provincial Martín Icaza de Babahoyo, Los Ríos, Ecuador, 2021”. Cuyo objetivo fue determinar los estilos de vida, estado nutricional y riesgo cardiovascular que presentan los trabajadores de la salud. La metodología fue descriptiva, transversal. Los resultados obtenidos fueron que la mitad de la muestra presentó un inadecuado consumo de alimentos y alcohol, la mayoría consumía tabaco y tenía un buen manejo del estrés y sus características asociadas. Finalmente, el estilo de vida tuvo una calificación de malo con 33,1%, y el riesgo cardiovascular fue bajo con 88,5%. Concluyendo que la identificación temprana de los inadecuados estilos de vida permite promover hábitos saludables que ayuden a largo plazo prevenir enfermedades cardiovasculares.

Figueredo M, et al (16). en su investigación titulado: “Estilo de vida y riesgo cardiovascular y cardiometabólico en profesionales de salud del Hospital Regional en Encarnación, Paraguarí, 2018”. Cuyo objetivo fue determinar el estilo de vida y su relación con el riesgo cardiovascular y cardiometabólico de profesionales de la salud. La metodología utilizada fue estudio observacional, prospectivo, descriptivo de tipo transversal con componente analítico. Los resultados obtenidos fueron que el 79% de los profesionales de salud presentaron un estilo de vida poco y no saludable. Se encontró alto riesgo cardiometabólico (78%) y bajo riesgo cardiovascular a los 10 años (91%). El riesgo cardiovascular para toda la vida hallado fue $36 \pm 9\%$. Concluyendo que se encontró una asociación negativa, estadísticamente significativa entre el estilo de vida y el riesgo cardiovascular.

2.1.2. Antecedente Nacionales

Tumay F (17). en su trabajo de investigación titulada: “Estilo de Vida del Adulto del Pueblo Joven Santa Rosa, Lima 2019”, teniendo como objetivo determinar el estilo de vida del Adulto del Pueblo Joven Santa Rosa, Lima 2019. El diseño de la investigación fue no experimental, cuantitativa, de corte transversal, descriptivo correlacional. Como resultado obtuvo los siguientes, mayores resultados en la actividad física (58%), en la dimensión manejo del estrés, el 56% tienen un moderado manejo del estrés y el 22% alto manejo del estrés y 22% bajo manejo del estrés. En cuanto a la alimentación el 50% tienen una adecuada alimentación. Concluye que casi la totalidad tiene estilos de

vida no saludables, relacionados con la alimentación inadecuada, descanso inadecuado y falta de actividad física.

Olivas A (18). en su investigación titulada. “Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos que acuden al centro de salud Chilca 2021”. Tuvo como objetivo determinar la asociación entre estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos que acuden al Centro de Salud de Chilca. La metodología fue no experimental, descriptivo y transversal. Los resultados obtenidos fueron que el 89% tiene un estilo de vida saludable, y un 11% un estilo de vida no saludable. En cuanto los factores biosocioculturales se observa que el 49% son femenino, el 59% curso el nivel primario, el 66% son casadas y el 6% tiene un ingreso menor de 400 a 650 nuevos soles. Concluyendo que si existe relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales.

Tacza A, Ortiz K (19). en su investigación titulada: “Estilos de vida en pacientes con diabetes mellitus tipo 2 atendidos en el Centro de Salud Pedro Sánchez Meza, Chupaca-2021”. Cuyo objetivo fue determinar los estilos de vida en los pacientes con diabetes mellitus tipo 2 atendidos en el Centro de salud Pedro Sánchez Meza. Metodología fue cuantitativo, tipo básico, con diseño no experimental. Los resultados obtenidos fueron el 62,7% practican hábitos saludables favorables, lo que ayuda a controlar esta enfermedad degenerativa, asimismo, el 37,3% está representado por pacientes que tienen estilos de vida no saludables. En conclusión, la diabetes mellitus tipo 2 es una enfermedad crónica que produce daños sistémicos, por lo tanto, el mantener estilos de vida saludables evitarán futuras complicaciones.

Pérez J, Cabrera T (20). en su investigación titulada: “Estilo de vida y nivel de conocimiento de diabetes mellitus tipo II en adultos, P.S. San Rafael, Ica 2021”, cuyo objetivo fue determinar la relación entre los estilos de vida y el nivel de conocimiento de diabetes mellitus tipo II en adultos. La metodología fue cuantitativa, diseño no experimental de corte transversa y correlacional. Los resultados obtenidos fueron que el 19,7% tuvieron estilo de vida no saludables y el 62,3% un regular estilo de vida, en cuanto al nivel de conocimiento de diabetes mellitus tipo II, el 78,7% tenían un nivel de conocimiento moderado. Concluyendo que no existe relación entre los estilos de vida y el nivel de conocimiento de diabetes mellitus tipo II en adultos.

Pedroza D (21). en su investigación titulada “Sobrepeso y obesidad relacionado a los

estilos de vida de los usuarios del Centro de Salud de Parcona-ICA, setiembre- octubre 2021”. Cuyo objetivo fue determinar la relación entre el sobrepeso y obesidad con los estilos de vida de los usuarios del centro de salud de Parcona. La metodología utilizada fue descriptiva, prospectiva y transversal, correlacional. Los resultados obtenidos fueron que el 37,7% comprenden las edades de 26 a 39 años, el 68,9% son de sexo femenino, el 51,5% cuentan con secundaria. Asimismo, el IMC que predominó fue el 52,1% tiene sobrepeso, en cuanto al estilo de vida el 71% tiene un estilo de vida no saludable. Concluyendo que existe relación entre el sobrepeso y obesidad con los estilos de vida de los usuarios del centro de salud de Parcona.

2.1.3. Antecedentes Locales o regionales

Contreras M (22). en su trabajo de investigación titulada: “Estilos de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro del Asentamiento Humano 25 de mayo-Chimbote, 2018”, teniendo como objetivo determinar la relación estilo de vida y los factores biosocioculturales en el adulto maduro. Metodología de tipo cuantitativo de corte transversal, descriptivo correlacional. Como resultados obtuvo que la mayoría tiene un estilo de vida no saludable en relación a los factores biosocioculturales. Más de la mitad son de sexo femenino, con grado de instrucción primaria completa, profesan la religión católica, son amas de casa y tienen un ingreso económico de 500 a 1000 soles. Concluyendo que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables el estilo de vida y sexo, grado de instrucción, religión.

Calderón J (23). en su trabajo de investigación titulada: “Estilo de vida y factores biosocioculturales, de los adultos maduros de la Universidad San Pedro Chimbote, 2018”, teniendo como objetivo determinar el estilo de vida y factores biosocioculturales, de los adultos maduros de la universidad San Pedro Chimbote, 2018. El diseño de la investigación fue no experimental, cuantitativa, de corte transversal, descriptivo correlacional. Como resultado obtuvo los siguientes, que el 3.3% de comerciantes tiene de estilo de vida no saludable. En los factores biosocioculturales presenta un 46.4% son adultos maduros, un 48% con secundaria completa, un 74% son católicos, un 16.3% son solteros y un 50.4 % tienen ingreso económico de 100 a 599 soles. Concluye que más de la mitad tienen estilo de vida no saludable.

Silva A (24). en su trabajo de investigación titulada: “Estilo de vida y los factores socioculturales de la mujer adulta mayor en la urbanización Bellamar II etapa – Nuevo Chimbote 2018”. teniendo como objetivo determinar el estilo de vida y los factores socioculturales de la mujer adulta en la urbanización Bellamar II etapa – Nuevo Chimbote 2016. El diseño de la investigación fue no experimental, cuantitativa, de corte transversal, descriptivo correlacional. Como resultado obtuvo los siguientes, presentando un estilo de vida no saludable y un porcentaje significativo presentan estilo de vida saludable. Respecto a los factores socioculturales, más de la mitad tiene un grado de instrucción entre secundaria completa e incompleta; con un ingreso económico de 100 a 599 soles mensuales.

Pimentel M, Varas M (25). en su estudio titulado: “Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Urbanización La Libertad_Chimbote, 2018. Cuyo objetivo fue determinar la relación entre estilo de vida y factores biosocioculturales e el adulto maduro. Metodología fue de tipo cuantitativo, corte transversa, descriptivo correlacional. Obtuvo como resultado la mayoría son de sexo femenino, profesan la religión católica, menos de la mitad tienen el grado de instrucción secundaria completa, estado civil convivientes, ocupación empleados, ingreso económico de 600 a 1000 nuevos soles. Concluyendo que no existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y sexo, grado de instrucción, estado civil, ocupación e ingreso económico, por la cual se aceptó la hipótesis alterna.

Rafael M (26). en su investigación titulada: “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la comunidad Unidos Venceremos, Huashao – Yungay, 2018”, tuvo como objetivo determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de la comunidad Unidos Venceremos. La metodología fue cuantitativo, descriptivo correlacional. Como resultados obtuvo que menos de la mitad tienen primaria incompleta, estado civil solteros, de ocupación obrero con un ingreso económico entre 100 a 599 soles, más de la mitad son de sexo masculino. Concluyendo que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables estilo de vida y factores biosocioculturales.

2.2. Bases teóricas

La presente investigación se argumenta bajo las bases teóricas de estilo de vida de Marc Lalonde y Nola Pender, donde dan a conocer sus puntos de vista respecto a los estilos de vida de la persona (27).

Marc Lalonde considera a los estilos de vida como un influyente determinante en la salud y que puede ser modificable por las actividades para la promoción, prevención y mantenimiento de la salud. Los determinantes del estilo de vida relacionado con la salud son diversos, y su estudio puede abordarse desde dos perspectivas bien distintas: La primera, en la que se valoran factores que podríamos denominar individuales y en la que los objetos de estudio son fundamentalmente aspectos biológicos, factores genéticos y conductuales, así como características psicológicas individuales. La segunda perspectiva parte de aspectos sociodemográficos y culturales, y desde ella se estudia la influencia de factores como el contexto social, económico o el medio ambiente, es decir, diferentes elementos del entorno (27).

Los estilos de vida se encuentran entrelazadas con conductas de salud como: **Biología Humana:** Es el aspecto de la salud, Físicas o mentales, herencia genética, maduración y envejecimiento, sistema interno del cuerpo (Sistema esquelético cardiovascular, endocrino, etc.), las morbilidades y mortales como (diabetes, artritis, osteoporosis y el cáncer) Así mismo otras enfermedades genéticas (Malformaciones congénitas).

MODELO DE MACK LALONDE



Fuente: Modelo Mack Lalonde implantado en el año de 1977

Medio ambiente: Tiene en cuenta los elementos ambientales, materia orgánica, la destrucción del ambiente, con la proporción del viento y agua, son los que determinan las condiciones en que vive la sociedad con el medio ambiente.

Estilo de vida: Es la conducta que define a cada individuo que bien resulta ser positivo o negativo y que a través de esto influye significativamente en la salud, así mismo estilo de vida es tomar decisiones que toma cada persona ante alguna situación que se presenta en la vida.

Sistema sanitario: Es un determinante que menos influye en la salud ya que adquiere recursos económicos para el mantenimiento de la salud del individuo y la familia. Los servicios de inmunización, procesos de anticoncepción, tratamiento mediante antibióticos, control de enfermedades primarias, son de suma importancia para la mejoría de la calidad de vida o estilo de vida (28).

Según Lalonde M (29) Los estilos de vida son un conjunto de comportamientos de un grupo social, determinado en un tiempo histórico, conectado íntimamente con las formas, condiciones de vida y patrones culturales de los grupos sociales. Determinó la importancia de los hábitos de vida y sus determinantes sobre la salud de las personas, definiendo que el estilo de vida, en el ámbito de las ciencias de la salud. Estos determinantes de la salud hacen referencia a factores personales, económicos, ambientales y sociales que se encargan de determinar la salud.

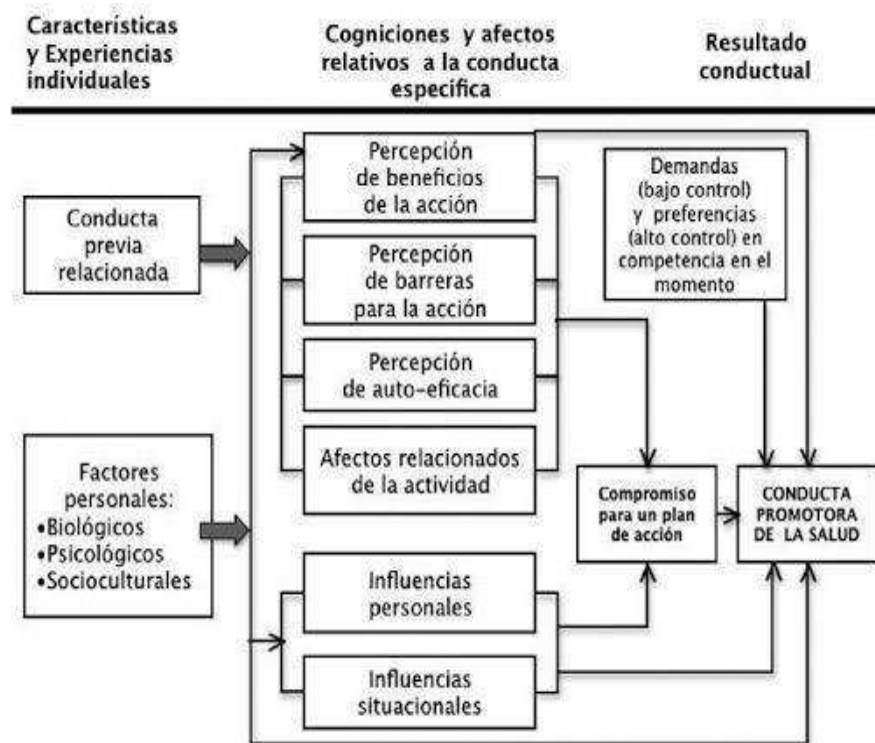
Así también Lalonde M. Expresa que la agregación sobre las decisiones de las personas, por el cual el individuo tiene control auto-riesgos (Self – riesgos), que han sido impuestos y creados por el estilo de vida poco saludable; es decir, que éstos contribuyen o causan una enfermedad o la muerte. Los estilos de vida son una manera individual de la vida, la manera de vivir de las personas, relacionándose cercanamente con el hemisferio conductual y motivacional del individuo, es decir, se refiere a la forma individual en la que la persona es realizada de manera social mediante condiciones firmes y particulares. Actualmente, se estima que el grupo familiar, particularmente con condiciones similares de vida, va a poseer estilos de vida propios los cuales determinaran la salud del grupo familiar y sus integrantes, concibiéndose también el nivel de estilo de vida familiar (30).

Seguidamente, la teórica, Nola Pender, N (31). Enfermera de profesión, estadounidense, autora del Modelo de Promoción de la Salud (MPS), donde este modelo se caracteriza por enfatizar medidas preventivas que debe tomar la persona para evitar enfermedades.

En 1975, la Dra. Pender publicó un modelo conceptual de conductas para la salud preventiva, que constituyó una base para estudiar el modo en que los individuos toman las decisiones sobre el cuidado de su propia salud dentro del contexto de enfermería.

Según Nola Pender considera el estilo de vida como acciones y comportamiento del individuo que de la cual pueden ser de forma positiva o negativa y que a través de esto damos a conocer nuestro ser. Considera también a los estilos de vida como un patrón multidimensional de actividades que llevan a cabo las personas en el pasar de los días. Mediante su teoría dio a conocer tres categorías significantes y relevantes: Características y experiencias individuales, Cognición y motivación específica del comportamiento y el resultado de la conducta (32).

MODELO DE PROMOCION DE LA SALUD DE NOLA PENDER



Fuente: Modelo de Promoción de la Salud de Pender 1996. En Cid PH, Merino JE, Stiepvich JB21

Pender N., considera el estilo de vida como un patrón multidimensional de acciones que la persona realiza a lo largo de la vida (33).

Nola Pender identifica en el individuo factores cognitivos-preceptuales que son modificados por las características situacionales, personales e interpersonales (29).

El modelo de promoción de la salud propuesto por Pender, es uno de los modelos más predominantes en la promoción de la salud en enfermería; se dividen en factores cognitivos-perceptuales, entendidos como aquellas concepciones, creencias, ideas que tienen las personas sobre la salud (30).

Por consiguiente, tenemos el modelo de Nola Pender, que expone las características y experiencia individuales, así como los comportamientos y conductas que lleva cada individuo para el beneficio de su salud (34).

En el esquema podemos evidenciar tres componentes, en la primera columna de la izquierda las características y experiencia individuales que tiene cada persona y consta de dos conceptos la conducta previa relacionada y los factores personales donde está involucrado el aspecto biológico, psicológicos y socioculturales esto hace referencia a experiencias que han sucedido anteriormente y que aún están afectando la conducta de promoción de la salud (34).

En la segunda columna habla acerca de las cogniciones y se relacionan con los conocimientos adquiridos y afectos de su propia conducta, como primer punto de esta columna nos habla de los beneficios que se han adquirido mediante acciones, el segundo hace referencia a los obstáculos que existe para realizar una acción, esto quiere decir que han aparecido problemas, barreras, brechas que han evitado tener un compromiso con respecto a la salud interviniendo los efectos relacionados de la actividad como las influencias personales y situacionales. Por último, en la tercera columna se encuentra el componente del resultado conductual, siendo este el compromiso para la acción es decir la conducta promotora de salud (35,36).

Asimismo, presenta sus metaparadigmas en su teoría de la promoción de la salud. El modelo se basa en la educación de las personas sobre cómo cuidarse y llevar una vida saludable (37).

Salud: La definición de salud tiene más importancia que cualquier otro enunciado general.

Persona: Es el individuo y el centro de la teorista. Cada persona está definida de una forma única por su propio patrón cognitivo-perceptual y sus factores variables.

Entorno: Se representan las interacciones entre los factores cognitivo- preceptuales y los factores modificantes que influyen sobre la aparición de conductas promotoras de salud.

Enfermería: Es la persona que se encarga de los cuidados sanitarios, principalmente de motivar a los usuarios para que mantengan su salud personal.

Es por ello que mediante esta investigación y la teoría que propone Nola Pender se quiere que el adulto maduro, adopte conductas que aporte beneficio hacia su salud, donde adquiera conocimientos, acerca de los factores de riesgo, si realiza malos hábitos saludables, poniendo en riesgo su bienestar, de tal manera comprenda la importancia de implementar conductas saludables en su cotidiana vida con el fin de proteger su estado de salud.

Según la Organización Mundial de la salud la promoción de la salud es una estrategia que permitirá a que el individuo tenga un mayor control de su propia vida, donde involucra aspectos políticos en el cual promulgan leyes que respaldan la salud, mediante facilitadores y educadores donde la persona adquiere conocimientos y pueda tener un compromiso y mejoren su calidad de salud. Por ello la promoción de salud se ha convertido en una pieza clave para los profesionales de salud, donde incorpora los factores sociales, y va más allá de la prevención y la educación sino de la conducta que adopta cada individuo (38,39).

Por consiguiente, las dimensiones de los estilos de vida consideradas son las siguientes:

Dimensión de alimentación saludable: El mantener una alimentación saludable favorecerá a la persona ya que los: alimentos a base de hierro, potasio, calcio, vit. y minerales nos brindan energías, fuerzas y nos permite mantener un adecuado estado de salud y nutrición (40).

Dimensión física: Es la base corporal que incluye tomar en cuenta y en práctica cuidados necesarios para nuestra salud y nuestro bienestar físico es por aquello que tenemos que tomar en cuenta un: (adecuado hábito alimenticio, realización activa de actividad física y sobre todo tenemos que invertir tiempo y energía (41).

Dimensión social: Es la habilidad de poder interrelacionarnos con los demás

mediante una comunicación asertiva, empática y positiva. Es de suma importancia mantener una Constante interrelación con la sociedad, gratitud, respeto y amabilidad (42).

Dimensión responsabilidad en salud: Es la libertad que ejercemos para nuestro mismo cuidado, cada uno con sus distintas capacidades y situación personal, es por aquello que podemos tomar y actuar sobre el control de nuestra salud, es importante lo siguiente: La autovaloración, respeto, actitud positiva (43).

Dimensión de autorrealización: Mediante esta dimensión nos encargamos de satisfacer nuestras necesidades en forma positiva s por aquello que ante esto se tiene que tener en cuenta: El desarrollo de potencialidades, integración a sistemas e individualización, conciencia, honestidad, confianza y libertad (44).

Dimensión de manejo de estrés: Mediante esta dimensión se quiere establecer estrategias para un debido control ante situaciones de estrés espor aquello que se tiene que tener en cuenta lo siguiente: Mantener reacciones normales, asistir a terapias de relajación, maso terapias, etc. (45).

Un adulto maduro es aquel individuo que se encuentra en la última etapa de vida aquellas que tienen 60 años a mas, se caracteriza por unaprevalencia de enfermedades crónicas no trasmisibles como la diabetes hipertensión, cáncer, obesidad, sobrepeso, enfermedad del corazón etc.; las personas mayores se vuelven más vulnerables y experimentan cambios en su metabolismo. La piel pierde elasticidad, los huesos se vuelven más frágiles y el funcionamiento cognitivo puede verse afectado. Las personas de avanzada edad suelen también perder el apetito conllevándoles a una situación de desnutrición la ingesta de vitaminas proteínas y líquidos disminuye provocando deshidratación gastritis, anemia, entre otras enfermedades y trastornos (46).

Para la OMS los estilos de vida es la raíz de la calidad de vida definiéndola como aquella percepción que la persona tiene lugar a su existencia, cultura y valores en que vive y en relación a sus objetivos. La OMS recomienda que las personas adultas madura adopten un estilo de vida adecuado o saludable con el objetivo de poder mantener su vida (mantenerse sano en todo su ciclo vital) (47).

Ante estas situaciones el rol de enfermera en la actualidad si cumple adecuadamente con el rol a los adultos maduros ya que tienen una preocupación para la realización de distintos exámenes para determinar cuál es el estado nutricional o físico de las

personas de este grupo etario; por la cual promueve mediante la educación y la consejería estrategias para la prevención y conservación de la salud. A todo esto, es relevante la preocupación ya que los adultos maduros no pueden acudir a un centro de salud por distintos motivos que puedan presentar en su hogar (viven solos, no se preocupan en su salud, trabajan, etc. (48).

Seguidamente, el estilo de vida se refleja en la conducta de las personas en cuanto a su alimentación; lo cual es influido por el grupo familiar al que pertenecen, dado que, este grupo es parte fundamental de la calidad de vida saludable que tienen y tendrá el individuo. Así también, el estilo de vida influye en la salud y puede ser modificable a través de actividades de promoción de la salud o prevención primaria (49, 50).

En lo concerniente a los factores circunstanciales y/o ambientales, también tienen influencia sobre la salud humana, porque la salud está relacionada con el medio que nos rodea. Según la OMS pone énfasis en los efectos patológicos directos, las sustancias químicas, la radiación y algunos agentes biológicos, así como los efectos en la salud y el bienestar derivados del medio físico, psicológico, social y estado en general; incluida la vivienda, el desarrollo urbano, el uso del terreno y el transporte (51).

Con respecto a los factores biológicos, tenemos a la edad y al sexo. En cuanto a la edad, como una categoría que refiere al tiempo en que se vive, está implícita en la cosmovisión de los seres humanos de cualquier cultura, es parte de un referente que se mide o se enmarca en la experiencia vivida colectiva y se manifiesta físicamente por sí en el ritmo biológico por el que pasamos todos los seres vivos, en el caso de los seres humanos inminentemente relacionado a la concepción del tiempo. Así también, la edad hace mención o está referida al tiempo que ha transcurrido desde el nacimiento de un ser vivo, la noción de edad brinda también la posibilidad de segmentar la vida humana en diferentes períodos temporales, como: infancia, adolescencia, adultez, etc. (52, 53).

Es así que nuestra profesión que se centra en el cuidado en un nivel multifactorial, con una visión holística, también es de suma importancia en el cuidado de la persona, y contribuye en promover la salud y prevenir enfermedades, dando un cuidado integral, promoviendo las prácticas saludables, en todas las etapas de vida de una manera individual y colectiva, logrando la empatía y analizando el contexto de la persona, familia y/o comunidad y brindar las estrategias necesarias de salud para contribuir en el mejoramiento de la salud siendo la educación para la salud el proceso de

aprendizaje por medio el cual la persona, o un grupo de individuos, aprenden conductas que propician la promoción, el sostenimiento y la recuperación de la salud (54).

Salud: Abarca el bienestar físico, mental y social de cada persona en cada una de las etapas de su vida (en el que se desarrollan); influye en su desempeño social como en el trabajo, estudio o practicar un deporte, lo cual les permite tener la estabilidad física y mental como para que se desempeñen de manera eficiente, teniéndose en cuenta que el Estado fomenta la salud a través del derecho a ella y la inversión en hospitales y postas médicas (55).

Sistemas de salud: Consiste en la gestión administrativa, de cómo opera el sector salud para atender la demanda de la población en general, es el proceso a seguir las personas para ser atendidas en un nosocomio desde el momento de realizar las colas para obtener citas y ser atendidos; cuyo sector es financiado por el Estado a través de que destinan a este sector un porcentaje de PBI (previo decreto de la salud como un derecho) (56).

Determinantes de la salud: Engloba al conjunto de factores sociales, políticos y ambientales que influyen en la salud del individuo el cual desarrolla a lo largo de su vida; estos determinantes ayudan a identificar el estado de salud actual que tienen las personas para ser controladas (según los síntomas que presenten y su diagnóstico), así también, prevén posibles males futuros a tiempo para dar una nueva oportunidad a las personas con tendencias de desarrollar enfermedades crónicas (57).

2.3 Hipótesis de la investigación

HO: No existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en los adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote, 2022.

H1: Existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en los adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote, 2022.

III. METODOLOGÍA

3.1. Nivel, tipo y diseño de investigación:

El nivel de investigación fue 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 (58).

La presente investigación fue de tipo cuantitativa, con el objetivo de evaluar los datos numéricamente medibles ya que son magnitudes numéricas que pueden ser tratadas mediante herramientas del campo de la estadística. Por eso la investigación cuantitativa se produce por la causa y efecto de las cosas (58).

El diseño de la investigación fue no experimental, debido a que el investigador no manipulará o influirá en las variables de estudio reportándolas en su contexto natural tal y como son (58).

3.2. Población y muestra:

Población: Estuvo conformada por 450 adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote, 2022.

Muestra: Se utilizó el muestreo aleatorio simple. Estuvo conformado por 120 adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote, 2022.

Unidad de análisis: Cada adulto maduro del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote, que formaron parte de la muestra y respondieron a los criterios de investigación.

Criterios de Inclusión

- Adulto maduro que viven más de tres años en el Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote.
- Adulto maduro de ambos sexos del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote, que aceptaron participar en el estudio.
- Adulto maduro que aceptaron participar en el estudio del Asentamiento

Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote de ambos sexos.

Criterios de Exclusión

- Adulto maduro que tenga algún trastorno mental del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote.
- Adulto maduro que presente problemas de comunicación del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote.
- Adulto maduro que tuvieron alguna alteración patológica del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote.

3.3. Variables. Definición y Operacionalización

Variable	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Categorías o valoración
Variable 1 Estilo de vida	Es un conjunto de comportamientos o actitudes que desarrollan las personas,	Actividad y ejercicio Manejo del estrés Apoyo interpersonal Autorrealización Responsabilidad en salud	NUNCA (N): 1 A VECES (V): 2 CASI SIEMPRE ©: 3 SIEMPRE (S): 4	Nominal	Estilo de vida saludable: 75 - 100 puntos Estilo de vida no saludable: 25 - 74 puntos
Variable 2 Factores Biosocioculturales	Viene a ser las características físicas y psicológicas de un sujeto: grupo étnico, edad, sexo, peso, talla, estado general de salud, estado de nutrición, actividad física.	• Factores Biológicos	Sexo	De razón	<ul style="list-style-type: none"> Datos de identificación, en donde se colocó los nombres de forma abreviada. (1 ítems). Factores biológicos, donde se consignó la edad y el sexo. (2 ítems). Factores culturales, donde se consideró la religión. (3 ítems). Factores sociales, se determinó el estado civil, la ocupación y el ingreso económico. (4 ítems).
		• Factores Culturales	Grado de instrucción Religión	Nominal	
		• Factores Sociales	Estado civil Ingreso económico	Ordinal	

3.4. Técnicas e instrumentos de la recolección de datos:

Técnicas

En el presente trabajo de investigación se utilizó la entrevista (encuesta) y la observación para la aplicación de los instrumentos.

Instrumentos

En el presente trabajo de investigación se utilizó 2 instrumentos para la recolección de datos que se detallan a continuación:

Instrumento No 01

Escala del Estilo de vida

Instrumento elaborado en base al Cuestionario de estilo de vida promotor de salud, de Walker E, Sechrist K y Pender N (21), modificado por Delgado, R; Díaz, R; Reyna, E. (40), para medir el estilo de vida a través de sus dimensiones: alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud. (Ver anexo N° 01) Está constituido por 25 ítems distribuidos en seis dimensiones que son las siguientes: Alimentación: Ítems 1, 2, 3, 4, 5, 6 constituidas por interrogantes sobre la alimentación que consume el adulto.

Actividad y Ejercicio: Ítems 7 y 8, constituidas por interrogantes sobre la regularidad de ejercicio que realiza el adulto.

Manejo del Estrés: Ítems 9, 10, 11, 12 constituidas por interrogantes sobre las actividades que realiza para manejar situaciones de estrés.

Apoyo Interpersonal: 13, 14, 15, 16 constituidas por interrogantes sobre las redes sociales que mantiene el adulto y le proporcionan apoyo.

Autorrealización: 17, 18,19 constituidas por interrogantes sobre actividades que mejoran su satisfacción personal.

Responsabilidad en Salud: 20, 21, 22, 23, 24, 25 constituidas por interrogantes sobre actividades que realiza el adulto para favorecer su salud.

Cada ítem tiene el siguiente criterio de calificación

NUNCA: N = 1

A VECES: V= 2

CASI SIEMPRE : C =3

SIEMPRE: S = 4

En el ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es N=4; V=3; F=2; S=1

Los puntajes obtenidos para la escala total resultan del promedio de las diversas respuestas a los 25 ítems, de la misma manera se procede en cada sub escala.

Control de Calidad de los datos:

Validez externa:

Se aseguró la validez externa por juicio de expertos presentando el instrumento a cuatro (4) expertos en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindaran mayor calidad y especificidad a los instrumentos.

Validez Interna

Para realizar la validez interna se realizó ítem por ítem o ítem total a través de la prueba piloto a una muestra similar a la población en estudio.

Confiabilidad

Fue medida y garantizada mediante la prueba de Alpha de Crombach. (Anexo 4)

Instrumento N°02

Cuestionario sobre factores biosocioculturales del adulto maduro.

Elaborado por Delgado, R.; Díaz, R.; Reyna, E. (40), modificado por; Reyna E, en Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación. (Ver anexo N° 02)

Está constituido por 8 ítems distribuidos en 4 par:

- Datos de Identificación, donde se obtuvo las iniciales o seudónimo de los adultos entrevistados (1 ítems).
- Factores Biológicos, donde se determinó la edad y el sexo (2 ítems).
- Factores Culturales, donde se determina la escolaridad y la religión (02 ítems)
- Factores Sociales, donde se determinó el estado civil, la ocupación y el ingreso económico (3 ítems).

Control de Calidad de los datos:

Validez externa:

Se asegurará la validez externa por juicio de expertos presentando el instrumento a cuatro (4) expertos en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindaran mayor calidad y especificidad a los instrumentos. (Anexo 3)

Validez Interna

Para realizar la validez interna se realizará ítem por ítem o ítem total a través de la prueba piloto a una muestra similar a la población en estudio.

Confiabilidad

Fue medida y garantizada mediante la prueba de Alpha de Crombach (52). (ANEXOS)

3.5. Método de análisis:

Procedimiento para la recolección de datos:

Para la recolección de datos se consideró los siguientes aspectos:

- Se informó y solicitó el consentimiento a los adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote, 2022, haciendo hincapié que los datos recolectados y resultados obtenidos mediante su participación son estrictamente confidenciales.
- Se coordinó con los adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote, 2022, su disponibilidad y el tiempo para la fecha de la aplicación de los dos instrumentos
- Se procedió a aplicar los instrumentos a cada adulto mayor del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote.
- Se realizó lectura del contenido o instrucciones de la escala y del cuestionario para llevar a cabo las respectivas entrevistas.
- Los instrumentos fueron aplicados en un tiempo de 20 minutos, las respuestas fueron marcadas de manera personal y directa.

3.5.1. Análisis y procesamiento de datos:

Los datos fueron procesados en el paquete SPSS/info/software versión 18.0, se presentaron los datos en tablas simples y de doble entrada luego se elaboró sus respectivos gráficos.

Para establecer la relación entre variables de estudio se utilizó la prueba de independencia de criterios Chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de $p < 0.0$

3.6. Aspectos éticos:

Para todas las actividades de investigación realizadas se tomó en cuenta el reglamento de integridad científica de la ULADECH

- a.** Respeto y protección de los derechos de los intervinientes, su dignidad, privacidad y diversidad cultural.
- b.** Protección a la libertad de elección y respeto de la autonomía de cada participante a través de su manifestación voluntaria, inequívoca e informada de participación.
- c.** Libre participación por propia voluntad y a estar informado de los propósitos y finalidades de la investigación en la que participan de tal manera que se exprese de forma inequívoca su voluntad libre y específica.
- d.** Búsqueda de beneficencia, no maleficencia, asegurando el bienestar de los participantes a través de la aplicación de los preceptos de no causar daño, reducir efectos adversos posibles y maximizar los beneficios.
- e.** Difusión responsable de la investigación con veracidad y justicia.
- f.** Respeto y cumplimiento de normativa nacional e internacional.
- g.** Rigor científico e integridad.
- h.** Integridad científica que permita la objetividad, imparcialidad y transparencia durante la investigación y con los hallazgos encontrados.
- i.** Justicia a través de un juicio razonable y ponderable que permita la toma de precauciones y limite los sesgos, así también, el trato equitativo con todos los participantes.

IV. RESULTADOS

TABLA 1

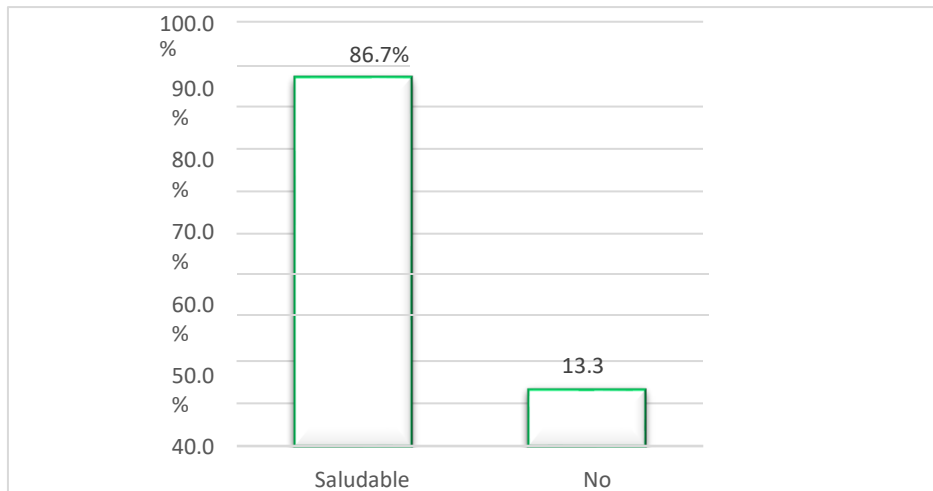
ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO MARÍA ESTRELLA DEL MAR_NUEVO CHIMBOTE, 2022.

ESTILO DE VIDA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
	N	%
Saludable	104	86,7
No saludable	16	13,3
Total	120	100,0

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender, modificado por: Delgado R, Reyna, E, Díaz R. Aplicado a los adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar_Nuevo Chimbote, 2022.

FIGURA 1

ESTILO DE VIDA EN ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO MARÍA ESTRELLA DEL MAR_NUEVO CHIMBOTE, 2022.



Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender, modificado por: Delgado R, Reyna, E, Díaz R. Aplicado a los adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar_Nuevo Chimbote, 2022.

TABLA 2
FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MADUROS DEL
ASENTAMIENTO HUMANO MARÍA ESTRELLA DEL MAR_NUEVO CHIMBOTE,
2022.

Factor Biológico		
Sexo	N	%
Masculino	90	75,0
Femenino	30	25,0
Total	120	100,0
Factores Culturales		
Grado de instrucción	N	%
Analfabeto	27	22,5
Primaria	85	70,8
Secundaria	7	5,8
Superior	1	0,8
Total	120	100,0
Factores Sociales		
Religión	N	%
Católico(a)	32	26,7
Evangélico(a)	74	61,7
Otras	14	11,7
Total	120	100,0
Factores Sociales		
Estado Civil	N	%
Soltero(a)	21	17,5
Casado(a)	53	44,2
Viudo(a)	33	27,5
Conviviente	13	10,8
Separado(a)	00	0,0

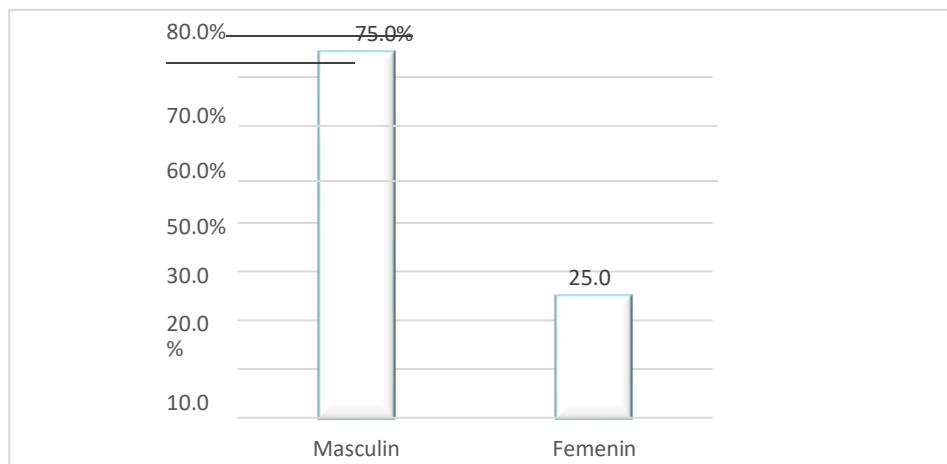
Total	120	100,0
Ingreso económico	N	%
Menor de 400	106	88,3
De 400 a 650	10	8,3
De 650 a 850	1	0,8
De 850 a 1100	1	0,8
Mayor de 1100	2	1,7
Total	120	100,0

Fuente: Cuestionario sobre factores biosocioculturales elaborado por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar_Nuevo Chimbote, 2022

FIGURA DE LA TABLA 2

FIGURA 2.1.

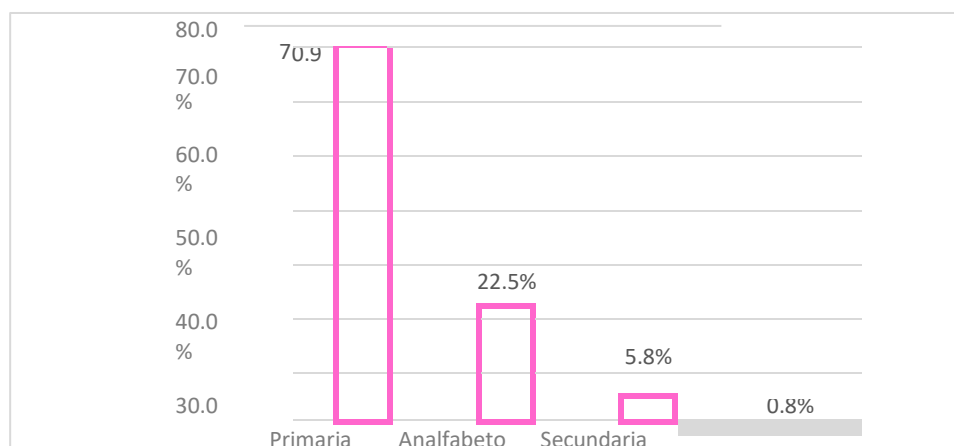
SEXO DE ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO
MARÍA ESTRELLA DEL MAR_NUEVO CHIMBOTE, 2022.



Fuente: cuestionario sobre factores biosocioculturales elaborado por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar_Nuevo Chimbote, 2022.

FIGURA 2.2

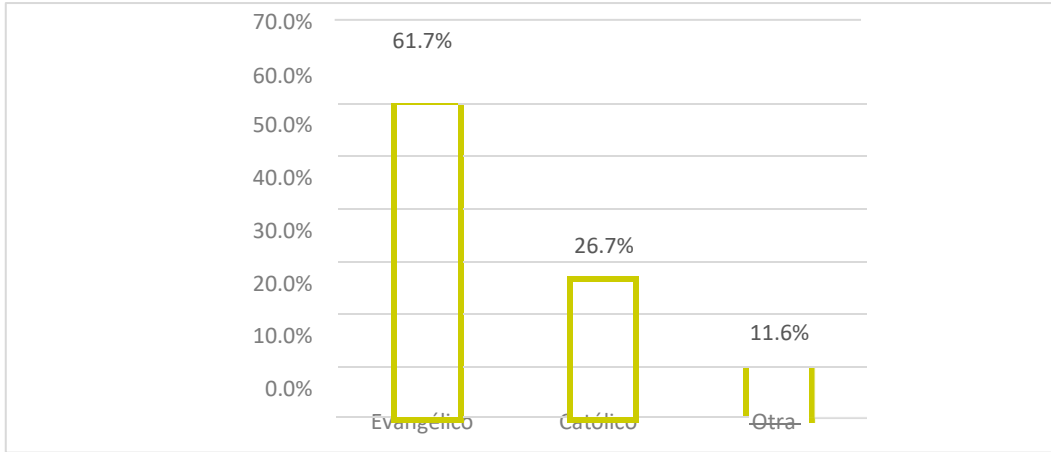
GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO
HUMANO MARÍA ESTRELLA DEL MAR_NUEVO CHIMBOTE, 2022



Fuente: cuestionario sobre factores biosocioculturales elaborado por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar_Nuevo Chimbote, 2022

FIGURA 2.3

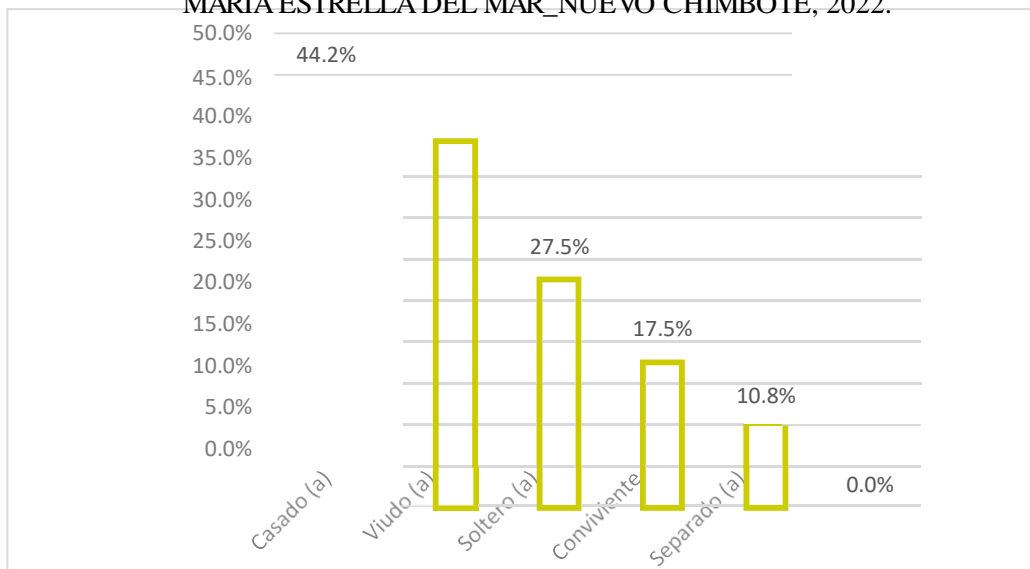
**RELIGIÓN DE LOS ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO
MARÍA ESTRELLA DEL MAR_NUEVO CHIMBOTE, 2022**



Fuente: cuestionario sobre factores biosocioculturales elaborado por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar_Nuevo Chimbote, 2022.

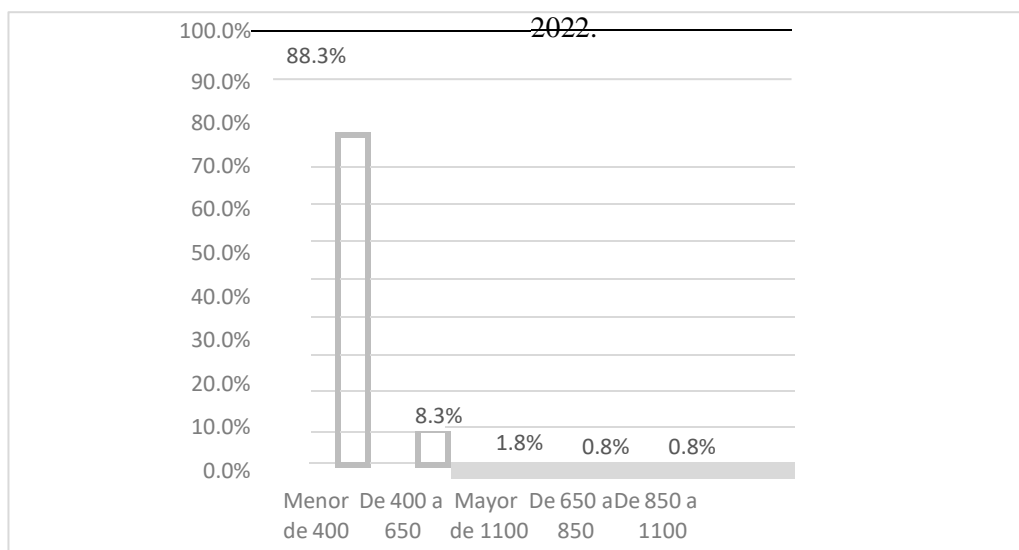
FIGURA 2.4:

**ESTADO CIVIL DE LOS ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO
MARÍA ESTRELLA DEL MAR_NUEVO CHIMBOTE, 2022.**



Fuente: cuestionario sobre factores biosocioculturales elaborado por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar_Nuevo Chimbote, 2022.

FIGURA 2.5: INGRESO ECONÓMICO DE LOS ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO MARÍA ESTRELLA DEL MAR_NUEVO CHIMBOTE,



Fuente: cuestionario sobre factores biosocioculturales elaborado por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar_Nuevo Chimbote, 2022.

TABLA 3

RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES BIOSOCIOCULTURALES Y EL ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO MARÍA ESTRELLA DEL MAR_NUEVO CHIMBOTE, 2022.

Sexo	Estilo de vida				Total		CHI CUADRADO
	Saludable		No saludable		n	%	
	N	%	n	%	n	%	
Masculino	79	65,8	11	9,2	90	75,0	X²=0,961; gl= 1; p=0,327 > 0,05 No existe relación significativa entre las variables.
Femenino	25	20,8	5	4,2	30	25,0	
Total	104	86,7	16	13,3	120	100,0	

Fuente: Cuestionario sobre factores biosocioculturales elaborado por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar_Nuevo Chimbote, 2022.

Grado de Instrucción	ESTILO DE VIDA						CHI CUADRADO
	Saludable		No saludable		Total		
	N	%	n	%	n	%	
Analfabeto	22	18,3	5	4,2	27	22,5	No cumple la condición para aplicar la prueba chi cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5.
Primaria	74	61,7	11	9,2	85	70,8	
Secundaria	7	5,8	0	0,0	7	5,8	
Superior	1	0,8	0	0,0	1	0,8	
Total	104	86,7	16	13,3	120	100,0	

Fuente: Cuestionario sobre factores biosocioculturales elaborado por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar_Nuevo Chimbote, 2022.

Religión	Estilo de vida				Total		CHI CUADRADO
	Saludable		No saludable		N	%	
	N	%	N	%			
Católico (a)	22	18,3	10	8,3	32	26,7	$X^2 = 0,299; gl=1;$ $p = 0,584 > 0,05$
Evangélico (a)	69	57,5	5	4,2	74	61,7	
Otros	13	10,8	1	0,8	14	11,7	No existe relación significativa entre las variables.
Total	104	86,7	16	13,3	120	100,0	

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar_Nuevo Chimote, 2022

Estado Civil	ESTILO DE VIDA						CHI CUADRADO
	Saludable		No saludable		Total		
	n	%	N	%	n	%	
Soltero (a)	17	14,2	4	3,3	21	17,5	No cumple la condición para aplicar la prueba chi cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5.
Casado (a)	45	37,5	8	6,7	53	44,2	
Viudo (a)	30	25,0	3	2,5	33	27,5	
Conviviente	12	10,0	1	0,8	13	10,8	
Separado (a)	0	0	0	0	0	0	
Total	104	86,7	16	13,3	120	100,0	

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar_Nuevo Chimote, 2022.

Ingreso Económico	Estilo de vida				Total		CHI CUADRADO
	Saludable		No saludable		N	%	
	N	%	n	%			
Menor de 400	95	79,2	11	9,2	106	88,3	No cumple la condición para aplicar la prueba chi cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5.
De 400 a 650	5	4,2	5	4,2	10	8,3	
De 650 a 850	1	0,8	0	0,0	1	0,8	
De 850 a 1100	1	0,8	0	0,0	1	0,8	
Mayor a 1100	2	1,7	0	0,0	2	1,7	
Total	104	86,7	16	13,3	120	100,0	

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar_Nuevo Chimbote, 2022

DISCUSIÓN

Tabla 1:

En cuanto al Estilo de Vida en Adultos Maduro del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote, 2019. Del 100,0% (120) de adultos maduros que participaron en el estudio el 86,7% (104) tiene un estilo de vida saludable y el 13,3% (16) no saludable.

Con respecto a los estilos de vida en los adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella del Mar, se concluyó que la mayoría tiene un estilo de vida saludable y la minoría un estilo de vida no saludable, por la cual se puede determinar que la mayoría de adultos maduros realizan acciones que favorecen su estado de salud, la cual les permite contribuir con la prevención de enfermedades, a través de la educación, información y conductas saludables, de tal manera contribuye en la calidad de vida del adulto maduro.

Seguidamente, para comprender de una mejor manera los estilos de vida de los adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella del Mar, lo definiremos mediante las dimensiones del estilo de vida, responsabilidad hacia la salud, actividad física, nutrición, crecimiento espiritual y relaciones interpersonales, la cual nos permitirá conocer mejor el comportamiento de los adultos maduros de dicha comunidad.

El estilo de vida los hábitos de vida o forma de vida es el conjunto de comportamientos o actitudes que desarrollan las personas que pueden ser saludables o poco saludables. El estilo de vida son formas generales de la vida basada en la interacción entre las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones individuales de conducta determinados por factores socioculturales y características personales (59).

El estilo de vida saludable, es la forma como cada uno decide vivir, son las cosas que cada individuo decide hacer para su salud. Depende mucho de lo que hagamos como a la hora de levantarnos, la hora en que descansamos, el tipo de alimentos que consumimos, la clase de actividad física que practicamos, la forma de relacionarnos con los demás y la actitud que asumimos frente a los problemas. Todo esto hace que tengamos o no un estilo de vida saludable (52).

El resultado del estudio se asemeja a lo encontrado por: Tumay F (17) Quien investigo sobre: Estilo de Vida del Adulto del Pueblo Joven Santa Rosa, Lima 2019. Con una muestra de 100% (116) adultos que participaron en el estudio, el 73% (85)

conservan un estilo de vida saludable, y un 27% (31) no saludable.

Seguidamente, Pedroza D (21) en su investigación titulada “Sobrepeso y obesidad relacionado a los estilos de vida de los usuarios del Centro de Salud de Parcona-ICA, setiembre-octubre 2021, difiere con la investigación cuyo resultado fueron el 71% tiene un estilo de vida no saludable y el 29% un estilo de vida saludable.

El estilo de vida los hábitos de vida o forma de vida es el conjunto de comportamientos o actitudes que desarrollan las personas que pueden ser saludables o poco saludables. El estilo de vida son formas generales de la vida basada en la interacción entre las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones individuales de conducta determinados por factores socioculturales y características personales (59).

El estilo de vida saludable, es la forma como cada uno decide vivir, son las cosas que cada individuo decide hacer para su salud. Depende mucho de lo que hagamos como a la hora de levantarnos, la hora en que descansamos, el tipo de alimentos que consumimos, la clase de actividad física que practicamos, la forma de relacionarnos con los demás y la actitud que asumimos frente a los problemas. Todo esto hace que tengamos o no un estilo de vida saludable (52).

La responsabilidad en salud son los actos de manera individual que tiene consecuencia para la salud propia y colectiva, implicando asumir moralmente sobre la salud, y que nuestro comportamiento no resulte nocivo para el mantenimiento de la salud, donde está presente el carácter proactivo y reflexivo de acción responsable, la cual se construya la base en salud y la mejora de su calidad de vida (67).

Con respecto a la responsabilidad en la salud en los adultos maduros en estudio menos de la mitad realiza una dieta baja en grasa saturadas, limita el consumo de alimentos azucarados, asimismo se realizan chequeos médicos preventivos, y acuden al establecimiento ante un malestar que presenten, la cual muestran una preocupación por su salud, por ello las conductas saludables hacen que mejoren su calidad de vida, repercutiendo también a sus demás familiares de tal manera se convierta en un hábito colectivo, enfocándose en el bienestar de la salud.

Asimismo, los adultos maduros ya por su edad y métodos de crianza optan por usar la medicina tradicional por medio de hierbas curativas como, el paico, hierva buena, orégano, muña que son usados para aliviar las molestias estomacales; romero lo utilizan para aliviar el dolor de pecho (dolor del corazón); manzanilla lo usan como relajante

cuando padecen de dolor de cabeza y el eucalipto es típico para aliviar las molestias producidas por la gripe.

De tal manera, menos de la mitad de adultos maduros no practican una responsabilidad hacia la salud, la cual aquellas acciones que estén tomando los adultos con respecto a las conductas no saludables, va repercutir a la larga en la salud como también en los miembros de la familia, ya que cuando existe una educación en salud, el entorno familiar también se involucra en ello, esto dependerá de los factores sociales y culturales, ya que cada adulto maduro actuara de acuerdo a los patrones, experiencias que le ha designado la sociedad y depende de ello obtendrá un beneficio o no para su salud.

La actividad física es cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, trayendo importantes beneficios para la salud del corazón, cuerpo y mente, asimismo contribuye en la prevención de enfermedades no transmisibles, como la diabetes, cáncer, enfermedades del corazón y pulmón, asimismo la actividad física reduce los síntomas de la depresión y la ansiedad, como mejora las habilidades de razonamiento, aprendizaje y juicio (68).

Con respecto a la actividad física, la mitad practica ejercicios, como la caminata, andar en bicicleta, entre otras actividades, por ello es importante recalcar que la actividad física en los adultos maduros ayudara a mejorar la flexión y extensión de los músculos y prevenir lesiones osteomusculares y prevenir enfermedades crónicas degenerativas, como mejorar el proceso metabólico de cada persona.

Asimismo, la mitad de adultos maduros no realiza alguna actividad física, por lo que refieren que en esta etapa de su vida mayormente están en el trabajo, tienen que mayor carga laboral y refieren que no les alcanza el tiempo, de tal manera la inactividad física, trae consecuencia en la salud como el aumento de la probabilidad de contraer enfermedades crónicas, afectando de tal manera la salud mental del adulto maduro, por la cual es necesario un organización e implementar una rutina que les permita ejercitar cuerpo y mente, la cual será de beneficio para su salud. Un artículo realizado por Paredes E, et al (69) en el año 2020, refiere que la práctica regular de la actividad física, en los adultos maduros se considera una estrategia fundamental para prevenir enfermedades no trasmisibles, tales como el sobrepeso y la obesidad, de tal manera que la inactividad física constituye un factor de riesgo de mortalidad mundial, por ende se

quiere que los adultos maduros tomen las medidas necesarias e implementen una rutina de actividad física, para el bienestar de su salud.

Por ello la actividad física, en los adultos maduros es potencialmente significativa, por ello se debe sacar provecho, y puedan tener una vejez satisfactoria, por consiguiente, la inactividad trae consecuencias alarmantes en la salud, por la cual se quiere que la práctica de actividades reduzca factores de riesgo y aumente la calidad de vida en mente y cuerpo, sobre todo que ayudara a eliminar las toxinas, a eliminar el estrés, ansiedad, el enfado, así como es importante realizar la actividad física por las mañanas para iniciar el día y las labores de manera activada, promoviendo la salud física en la familia, a su vez optando por un estilo de vida saludable.

Seguidamente la nutrición es un elemento fundamental de la buena salud, la cual es el proceso en el que interactúan diferentes factores inherentes al organismo del ser vivo y externos a este, por la cual es el consumo de una dieta suficiente y equilibrada, donde el cuerpo realiza el mecanismo de digestión, absorción, asimilación y excreción, permitiendo a que el organismo realice el funcionamiento adecuado (70).

En cuanto a la nutrición en los adultos maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote, 2019, más de la mitad se cuida en el consumo excesivo de frutas, asimismo revisan la información nutritiva de los alimentos para evitar el consumo en exceso de ello, por otro lado, los adultos maduros asisten a programas educacionales referidos a temas de salud, asimismo la mayoría de adultos consume carbohidratos en exceso, teniendo en cuenta que el exceso de consumo de algún alimento trae consecuencias como la ganancia de peso, o el riesgo de contraer enfermedades metabólicas, de tal manera se quiere que el adulto adquiera conductas saludables en cuanto la alimentación y mantenga un equilibrio en su salud.

Un artículo realizado por Hoyos S (71) en el año 2022, con respecto a la nutrición nos refiere que la base de una buena nutrición, una dieta suficiente y equilibrada combinada con el ejercicio físico regular, constituye los pilares fundamentales en los adultos para disfrutar una buena salud, donde la educación como medida de prevención, donde trata de inculcar a la población los conocimientos básicos para entender, la forma que nos alimentamos tiene consecuencias muy importantes sobre la salud, por ello es necesario que los adultos se plantean un plan alimenticio de manera que contribuyan en el cuidado de su salud física y mental.

Asimismo, en cuanto a los adultos maduros en estudio tienen que comprender la importancia que es una alimentación balanceada, para que de tal manera logren mantener un equilibrio en la nutrición como la alimentación, y asimismo puedan prevenir enfermedades crónicas en el futuro, por ende, mejora su salud mental y física.

El crecimiento espiritual forma parte de la vida, se manifiesta por la justicia, perseguir las metas y objetivos en base a la fe, y semejanza a Cristo, por lo que se quiere que la persona construya y edifique sus pensamientos con la finalidad que logre todo lo que se propone (72).

Con respecto al crecimiento espiritual, la mayoría de adultos maduros en estudio, han sabido tener un manejo en cuanto al crecimiento espiritual, la cual existe un buen manejo de la salud mental de los adultos maduros, teniendo en cuenta que es indispensable para el desarrollo de vida, ya que permite mantener relaciones personales significativas, como también ayuda a actuar de forma madura, con autocontrol, responsabilidad y autonomía, por ende aporta en el desarrollo personal del adulto maduro.

Asimismo, el manejo del estrés en nuestra población estudiada es casi nulo ya que ellos no conocen sobre técnicas de relajación o como pueden liberarse del estrés afectando a su salud seriamente, debido a las constantes preocupaciones que tienen ellos en temas como en la protección de su salud y problemas familiares.

Respecto al apoyo interpersonal en nuestra población estudiada los adultos maduros nos indican que para realizar las labores fáciles del hogar como mantener algunas cosas en su lugar, observar a los niños de casa, tienen como costumbre practicar esta actividad de ayudarse mutuamente. Esta práctica es una rutina que se practica desde sus antepasados como un arraigo cultural.

En los resultados encontrados tenemos que existe un mayor porcentaje de adultos maduros que tienen un estilo de vida saludable esto se puede explicar porque estas personas han adaptado buenas costumbres para aplicarlas en su día a día y es posible que el ingreso económico que perciben sea un factor importante para mantener un buen estilo de vida ya que hay estudios que los demuestran.

Como propuesta de mejora, se sugiere que, mediante los dirigentes de la comunidad y el servicio de salud cercano a ello, puedan fomentar la alimentación saludable, incentivar a realizar actividad física, mediante la educación que se brinde a los adultos,

con la finalidad que los adultos maduros adquieran beneficio de ello y contribuyan en el cuidado de su salud, e implementen los estilos de vida saludables en su cotidiana vida.

Es por ello que Nola Pender considera el estilo de vida como acciones y comportamiento del individuo que de la cual pueden ser de forma positiva o negativa y que atreves de esto damos a conocer nuestro ser.

Para Marc Lalonde, Los determinantes del estado de salud de la población han estado sometidos a las contingencias históricas de la especie humana, abarcan desde factores ambientales, biológicos, conductuales, sociales, económicos, laborales, culturales y, por supuesto los servicios sanitarios como respuesta organizada y especializada de la sociedad para prevenir la enfermedad y restaurar la salud.

Pender, alude que el estilo de vida es un patrón multidimensional de tareas o acciones que el individuo ejecuta en todo el transcurso de su existencia y que se concibe directamente hacia la salud, es por ello que, equilibra a la persona en elementos cognitivo-perceptuales, que son transformados por las particularidades situacionales, personales e interpersonales, lo cual resulta como la participación en comportamientos favorecedoras de la salud, cuando existe una pauta para la acción no se limita a advertir la conducta preventiva de los padecimientos, sino que se amplía para englobar las conductas que benefician la salud.

Frente a ello teniendo en cuenta los resultados obtenidos en la investigación con respecto a los estudios encontrados, se determina que existe una similitud entre los estilos de vida de la provincia con la capital por lo que existe una serie de patrones y comportamiento frente a la salud, por lo cual conlleva a que el sector salud continúe trabajando y poniendo en práctica las estrategias para que el adulto maduro continúe en mejorar su estado de salud, seguidamente existe estudio que la mayor parte de su población no tiene estilo de vida saludable, en comparación con los resultados del estudio, siendo impactante ya que nos da a entender que aún falta mayor conocimiento para poder optar hábitos saludables.

Tabla N° 02:

En Cuanto a Los Factores Biosocioculturales en Adultos Maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote, 2019. Del 100% de adultos maduros el 75,0%(90) fue de sexo masculino, 70,8(85) con grado de instrucción

primaria, el 61,7%(74) de religión evangélico, el 44,2%(53) de estado civil casado y el 88,3%(106) con ingreso económico menor a 400.

En nuestra población estudiada los adultos maduros nos indican que para realizar las labores fáciles del hogar como mantener algunas cosas en su lugar, observar a los niños de casa, tienen como costumbre practicar esta actividad de ayudarse mutuamente. Esta práctica es una rutina que se practica desde sus antepasados como un arraigo cultural.

En los resultados encontrados tenemos que existe un mayor porcentaje de adultos maduros que tienen un estilo de vida saludable esto se puede explicar porque estas personas han adaptado buenas costumbres para aplicarlas en su día a día y es posible que el ingreso económico que perciben sea un factor importante para mantener un buen estilo de vida ya que hay estudios que los demuestran.

El resultado difiere al estudio por Pimentel M, Varas M (25), en su investigación titulado; estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro, la cual tuvo como resultado que la mayoría son de sexo femenino, profesan la religión católica, menos de la mitad tienen grado de instrucción secundaria completa.

Asimismo, se asemeja al estudio por **Calderón J** (23) en su investigación titulada: Estilo de vida y factores biosocioculturales, de los adultos maduros asimismo, el manejo del estrés en nuestra población estudiada es casi nulo ya que ellos no conocen sobre técnicas de relajación o como pueden liberarse del estrés afectando a su salud seriamente, debido a las constantes preocupaciones que tienen ellos en temas como en la protección de su salud y problemas familiares.

En nuestra población estudiada los adultos maduros nos indican que para realizar las labores fáciles del hogar como mantener algunas cosas en su lugar, observar a los niños de casa, tienen como costumbre practicar esta actividad de ayudarse mutuamente. Esta práctica es una rutina que se practica desde sus antepasados como un arraigo cultural.

En los resultados encontrados tenemos que existe un mayor porcentaje de adultos maduros que tienen un estilo de vida saludable esto se puede explicar porque estas personas han adaptado buenas costumbres para aplicarlas en su día a día y es posible que el ingreso económico que perciben sea un factor importante para mantener un buen estilo de vida ya que hay estudios que los demuestran.

De lo analizado anteriormente se sugiere que, mediante los dirigentes de la comunidad y el servicio de salud cercano a ello, puedan fomentar la alimentación

saludable, incentivar a realizar actividad física, mediante la educación que se brinde a los adultos, con la finalidad que los adultos maduros adquieran beneficio de ello y contribuyan en el cuidado de su salud, e implementen los estilos de vida saludables en su cotidiana vida.

La mayoría de adultos maduros en estudio tienen grado de instrucción primaria, la cual indica que se pueden ver afectado en distintos temas que presenta la vida, como uno de ellos es no poder acceder a un empleo, y trayendo consigo problemas emocionales, a nivel personal, familiar y económico, he ahí la importancia de poder culminar los estudios, la cual a estas alturas resulta difícil tomar una decisión de retomar los estudios, ya que casi la totalidad son padres de familia y por ende tienen que cumplir dicho rol, probablemente quedándose sin poder culminar los estudios y con poca oportunidad en la sociedad.

De tal manera es importante que los adultos maduros inculquen a sus hijos, para que ellos puedan mejorar su nivel educativo, para que luego estudien una carrera técnica o universitaria, y sean alguien en la vida, por la cual mejoren su condición de vida por ende su salud.

La religión son las creencias y prácticas de lo sagrado tanto de forma individual y colectiva, espiritual o moral. Las religiones hacen referencia cuando se quiere manifestar el fenómeno religioso que comparten los individuos de diferentes culturas (62).

Los resultados evidencian que más de la mitad profesan la religión evangélica, una religión bastante pegada a la biblia con ciertas deficiencias porque ellos tienen en su mente religiosa que no es bueno consumir medicinas, ni realizarse operaciones, ni mucho menos realizar planificación familiar, pero como son adultos maduros eso no es inconveniente lo que sí es problema es que muchas veces se niegan a recibir tratamientos farmacológicos por algún problema degenerativo pero esto se presenta de manera opcional, la parte favorable de esta religión es que se les impide tomar, beber, consumir bebidas nocivas o asistir a eventos donde se baile o festeje lo que les aparta de consumir estas sustancias que degenera la salud del adulto maduro.

Una de sus creencias religiosas también es alejarse del pecado evitando que un hombre o mujer se unan sin estar casados, es por eso que prefieren casarse para formar un hogar o muchas veces ya con un hijo deciden dar este paso.

El estado civil es la condición individual que caracteriza a todos los individuos en donde se vinculan a través de lazos matrimoniales con otras personas del sexo contrario y con quienes crea lazos que son reconocidos jurídicamente (64).

Con respecto al estado civil menos de la mitad de los adultos maduros son casados, la cual se ha convertido muy importante para la sociedad, ya que permite el surgimiento de una nueva generación, y crea una red de apoyo y colaboración entre la pareja, favoreciendo de tal manera la supervivencia, no solo en lo material sino en lo psicológico, espiritual, asimismo es indispensable para el estado de salud por el beneficio que aporta en la salud mental, pese a los distintos problemas que se puede suscitar.

El Ingreso económico hace referencia a las entradas que muestra una persona o familia para subsistir económicamente, este subsidio se obtiene mediante el trabajo de una persona o pensión (65).

En el ingreso económico si se evidencia un problema por el insuficiente ingreso económico que el adulto maduro percibe, esto es a causa que la mayoría no tienen un puesto de trabajo fijo sino eventuales, percibiendo 400 soles al mes, porque trabajaron de manera independiente o en lugares como albañilería, pesquera ilegal, vender ciertos productos que no generaron aportes, lo que es desfavorable para el adulto como para su familia, asimismo, algunos adultos maduros tienen hijos con un trabajo estable que se preocupan por su salud y no les hacen faltar nada lo que le produce tener un estilo de vida saludable.

De acuerdo a lo anteriormente escrito, y a los problemas que se identificó en los adultos maduros, se sugiere que los adultos que no hayan terminado, puedan inscribirse en cursos que les ayuden a poder crear un empleo y logren ayudarse económicamente para mantener su hogar, de tal manera logren mejorar su calidad de vida, y obtengan mejores oportunidades.

Asimismo, se sugiere a las autoridades brindar oportunidades a los adultos que requieran mejorar las condiciones laborales, de tal manera obtengan los beneficios necesarios y mejoren su condición de vida y por ende su salud.

En el ingreso económico si se evidencia un problema por el insuficiente ingreso económico que el adulto maduro percibe, esto es a causa que la mayoría no tienen un puesto de trabajo fijo sino eventuales, percibiendo 400 soles al mes, porque trabajaron

de manera independiente o en lugares como albañilería, pesquera ilegal, vender ciertos productos que no generaron aportes, lo que es desfavorable para el adulto como para su familia, asimismo, algunos adultos maduros tienen hijos con un trabajo estable que se preocupan por su salud y no les hacen faltar nada lo que le produce tener un estilo de vida saludable.

Con respecto al estado civil menos de la mitad de los adultos maduros son casados, la cual se ha convertido muy importante para la sociedad, ya que permite el surgimiento de una nueva generación, y crea una red de apoyo y colaboración entre la pareja, favoreciendo de tal manera la supervivencia, no solo en lo material sino en lo psicológico, espiritual, asimismo es indispensable para el estado de salud por el beneficio que aporta en la salud mental, pese a los distintos problemas que se puede suscitar.

El Ingreso económico hace referencia a las entradas que muestra una persona o familia para subsistir económicamente, este subsidio se obtiene mediante el trabajo de una persona o pensión (65).

De acuerdo a lo anteriormente escrito, y a los problemas que se identificó en los adultos maduros, se sugiere que los adultos que no hayan terminado, puedan inscribirse en cursos que les ayuden a poder crear un empleo y logren ayudarse económicamente para mantener su hogar, de tal manera logren mejorar su calidad de vida, y obtengan mejores oportunidades.

Frente a ello teniendo en cuenta los resultados obtenidos en la investigación con respecto a los estudios encontrados, se determina que existe una similitud entre los estilos de vida de la provincia con la capital por lo que existe una serie de patrones y comportamiento frente a la salud, por lo cual conlleva a que el sector salud continúe trabajando y poniendo en práctica las estrategias para que el adulto maduro continúe en mejorar su estado de salud, seguidamente existe estudio que la mayor parte de su población no tiene estilo de vida saludable, en comparación con los resultados del estudio, siendo impactante ya que nos da a entender que aún falta mayor conocimiento para poder optar hábitos saludables

Asimismo, se sugiere a las autoridades brindar oportunidades a los adultos que requieran mejorar las condiciones laborales, de tal manera obtengan los beneficios necesarios y mejoren su condición de vida y por ende su salud

Según Lalonde, en los últimos años, dada la situación de la salud de la población, que es insatisfactoria, el sistema de salud ha tenido importantes cambios orientados al fortalecimiento de la Atención Integral de la Salud, trasladando la prioridad de la atención a la promoción de la salud y a la prevención de la enfermedad

Tabla 3:

Del 100% (120) de los entrevistados, respecto a la relación Sexo y Estilo de vida, se evidencia que, del 75% equivalente al sexo masculino; el 65.8% tienen un estilo de vida saludable mientras que el 9.2% su estilo de vida es no saludable, así mismo el 25% equivalente al sexo femenino; el 205 tienen un estilo de vida saludable y el 4.2% tienen un estilo de vida no saludable.

Al relacionar Sexo y Estilo de vida, se evidencia que, No existe relación significativa entre las variables $X^2=0,961$; $gl= 1$; $p=0,327 > 0,05$

En la investigación con respecto a la relación de la variable sexo, con el estilo de vida, no existe relación estadísticamente significativa entre las variables, la cual el sexo es una de las variables de los factores biosocioculturales que influye de manera significativa ante el estilo de vida, ya que el ser varón o mujer adquirirán distintos comportamientos, como el ser varón adoptan comportamientos influidos por normas y expectativas asociadas a la masculinidad, como por ejemplo el consumo de bebidas alcohólicas, tabaco, agravando la salud del varón.

En cuanto al sexo femenino y los estilos de vida, también se influenciado en cuanto al cuidado de su salud, como existen mujeres que toman conductas favorables para con su salud, como existen mujeres que no, la cual ante el resultado se puede inferir ya que el sexo es un factor que se influenciado en el comportamiento que tome cada persona para con su salud, por la cual cada género determinará su función y respuesta para su bienestar.

La OMS indica que diez de los mayores riesgos para la salud se relaciona de forma directa con la alimentación. En efecto, la alimentación esta muy relacionada con la salud, tanto físico como psicológica, la esperanza de vida y con la calidad de dicha esperanza.

Por ello, los malos estilos de vida, tienen consecuencias relevantes tanto físicas (trastornos metabólicos y alteración de $4e7n$ el peso) como psicológicas derivadas por

carencias de principales nutrientes básicos y necesarios para un adecuado funcionamiento.

Del 100% (120) de los entrevistados, respecto a la relación Grado de Instrucción y Estilo de vida, se evidencia que, del 22.5% equivalente a los encuestados refieren que son analfabetos, del cual el 18.3% tienen un estilo de vida saludable, mientras que el 4.2.% su estilo de vida es no saludable. Por otro lado, del 70.8% tienen grado de instrucción primaria, de los cuales el 61.7% tiene un estilo de vida saludable y el 9.2% un estilo de vida no saludable. También del 5.8% tienen grado de instrucción secundaria, el 5.8% tienen un estilo de vida saludable. Por último, del 0.8% tienen grado de instrucción superior, el 0.8% tienen un estilo de vida saludable

Al relacionar la variable grado de instrucción y estilo de vida, no cumple la condición para aplicar la prueba chi cuadrado más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5.

En lo referente al grado de instrucción podemos decir que aún se tiene un porcentaje considerable de personas con nivel de instrucción primario, el 70.8%; probablemente porque sus padres no contaron con los recursos económicos suficientes para poder darles una educación, a su vez muchos de ellos se dedicaban a trabajar en la agricultura, con el fin de mantener sus familias que formaron a corta edad, así como también trabajar para poder ayudar a sus hermanos y padres.

Asimismo, los resultados de la investigación difieren al estudio realizado por Ordiano C (74) en el año 2018, concluyendo que haciendo uso del Chi cuadrado; el grado de instrucción relacionado con el estilo de vida ($X^2=16,17$, $P=0,013$) si existe relación estadísticamente significativa entre las variables; pero se asimila con la investigación con el mismo estudio la religión ($X^2=9,995$, $P=0,07$), relacionado con el estilo de vida concluyendo que no existe relación estadísticamente significativa.

Con respecto a los resultados encontrados en las investigaciones se puede determinar que la dinámica en los estilos de vida depende de los factores sociodemográficos y de la cultura que uno adquiera en la comunidad donde uno vive, por lo tanto, es indispensable mejorar en cuanto como persona, como género, y poder adquirir hábitos saludables, mejorando así la calidad de vida.

Por consiguiente, los factores biosocioculturales son el grupo de rasgos o

características de la persona que describen su forma de vida, donde son susceptibles a cualquier adversidad, como también pueden predisponer de factores modificables como no modificables, y ello está relacionado a los aspectos biológicos, sociales y culturales, por la cual pueden influenciar de manera positiva o negativamente en el comportamiento de la persona (75).

Del 100% (120) de los entrevistados, respecto a la relación Religión y Estilo de vida, se evidencia que, del 26.75 de los que profesan la religión católica, el 18.3% tienen un estilo de vida saludable y el 8.3% su estilo de vida es no saludable. Del 61.7% que profesan la religión evangélica, el 57.5% tienen un estilo de vida saludable y el 4.2% su estilo de vida es no saludable. Así mismo, del 11.7% que profesan otra religión, el 10.8% tienen un estilo de vida saludable y el 0.8% su estilo de vida es no saludable

Al relacionar la variable religión y estilo de vida, no existe relación significativa entre las variables $X^2=0.299$; $gl=1$; $p=0.584 > 0.05$

Seguidamente, la religión y el estilo de vida no existe relación estadísticamente significativa entre las variables, teniendo en cuenta que la mayoría de adultos en estudio profesan la religión evangélica, sabiendo que aquella religión se rige a reglas estrictas, por ello de cierta forma la religión influye en la salud del adulto maduro, por la propia creencia que adquieren y ello le conlleva a tener ciertos hábitos que pueden ser saludables o no saludables para su salud.

El resultado de la investigación difiere al estudio realizado por Acero R (73) en el año 2018, concluyendo con las variables de religión y estilo de vida ($X^2=1,642$, $P=0,01$), la cual obtuvo que si existen relación estadísticamente significativa.

Realizando el análisis respectivo sobre estas variables: Grado de instrucción y Religión relacionado con los estilos de vida, se puede observar que el estilo de vida que implica tener conocimientos sobre una adecuada vida saludable no tiene el efecto de conciencia en personas con bajo nivel grado de instrucción mayor razón si hay un porcentaje considerable de analfabetos en esta zona, de tal manera no se acercan a un centro de salud a realizarse chequeos periódicos para prevenir enfermedades cuyo riesgo aumenta al tener una edad adulta, insertado esto en la práctica de la religión que resulto ser en mayor porcentaje evangélico, la misma practica y creencia de esta religión hace que los adultos descuiden de su vida personal.

Del 100% (120) de los entrevistados, respecto a la relación Estado Civil y Estilo de vida, se evidencia que, del 17.5% solteros, el 14.2% tienen un estilo de vida saludable y el 3.3% su estilo de vida es no saludable. Del 44.2% que son casados, el 37.5% tienen un estilo de vida saludable y el 6.75% su estilo de vida es no saludable. Del 27.5% son viudos, el 25% tiene un estilo de vida saludable y el 2.5% su estilo de vida es no saludable. Y por último, del 10.8% son convivientes, el 10% tiene un estilo de vida saludable y el 0.85 un estilo de vida no saludable.

Al analizar el estado civil con el estilo de vida no se pudo determinar si existe o no relación estadísticamente significativa, pero teniendo en cuenta del punto de vista de la realidad, el estado civil no influye directamente frente al estilo de vida, ya que el adulto maduro puede adquirir comportamientos distintos sin importar en el estado civil en que se encuentre, donde puede o no verse afectado en su salud, por la cual el adulto debe enfocarse en mejorar su hábitos tal vez iniciando de la alimentación, actividad física medidas preventivas para mejorar la salud.

Con respecto al estado civil menos de la mitad de los adultos maduros son casados, la cual se ha convertido muy importante para la sociedad, ya que permite el surgimiento de una nueva generación, y crea una red de apoyo y colaboración entre la pareja, favoreciendo de tal manera la supervivencia, no solo en lo material sino en lo psicológico, espiritual, asimismo es indispensable para el estado de salud por el beneficio que aporta en la salud mental, pese a los distintos problemas que se puede suscitar.

También tienen un estilo de vida no saludable, que al relacionarlo resulto ser significativa, demostrándose que el estado civil tiene de alguna manera influencia o está relacionado a su estilo de vida y que se deba fundamentalmente al cuidado mismo de la persona, y a su vez gran parte de ellos están viudos, respecto a su ocupación siempre están ocupándose de algo, la mayoría tiene oficios múltiple para poder completar la canasta familiar y de este modo comprar alimentos ricos en nutrientes y poder elevar su estilo de vida

Del 100% (120) de los entrevistados, respecto a la relación Ingreso Económico y Estilo de vida, se evidencia que, del 88.3% perciben menos de 400 soles, de los cuales el 79.2% tienen un estilo de vida saludable y el 9.2% su estilo de vida es no saludable; también del 8.3% perciben de 400 a 65500soles, de los cuales el 4.2% tienen un estilo de

vida saludable al igual que no saludable, del 0.8% perciben 650 a 850 soles, el 0.8% tienen un estilo de vida saludable al igual que los que perciben 850 a 1100 soles, y por ultimo del 1.7% que perciben mayor a 1100 soles, el 1.7% tienen un estilo de vida saludable.

Asimismo, el ingreso económico, no se pudo determinar si existe o relación estadísticamente significativa entre las variables, pero desde el punto de vista de la realidad, el ingreso económico es importante para poder manejar y cubrir las necesidades básicas tanto de alimentación, educación, salud, vivienda entre otros, por lo cual si el adulto maduro se ve afectado en sus ingresos repercutirá directamente en la salud tanto físico como mental influyendo en el proceso de salud enfermedad. Por la cual se ve reflejado en los adultos maduros afectando el consumo limitado e alimentos nutritivos, convirtiéndose en un factor condicionante para el mal manejo de los estilos de vida.

Desde el punto de vista de la realidad, el ingreso económico es importante para poder manejar y cubrir las necesidades básicas tanto de alimentación, educación, salud, vivienda entre otros, por lo cual si el adulto maduro se ve afectado en sus ingresos repercutirá directamente en la salud tanto físico como mental influyendo en el proceso de salud enfermedad. Por la cual se ve reflejado en los adultos maduros afectando el consumo limitado e alimentos nutritivos, convirtiéndose en un factor condicionante para el mal manejo de los estilos de vida.

Luego concerniente al ingreso económico, casi la mayoría de los adultos tienen un ingreso por debajo del sueldo mínimo lo que es insuficiente, porque con ello solamente alcanza para alimentos básicos y no para tener todos los alimentos sanos, nutritivos, además no pueden realizarse chequeos periódicos de salud por falta de dinero.

Entendemos por ingresos económicos a todas las ganancias que ingresan al conjunto total del presupuesto de una entidad, ya sea pública o privada, individual o grupal. En términos más generales, los ingresos son los elementos tanto monetarios como no monetarios que se acumulan y que generan como consecuencia un círculo de consumo-ganancia

Respecto al ingreso económico, el 88.3% de esta población recibe menos de 400 soles mensual, Este ingreso económico que reciben los adultos no es suficiente para cubrir sus

gastos y tener una calidad de vida, ya que en esta etapa del adulto mayor, que se dedica a oficios múltiples es porque no es suficiente lo que percibe en jubilación y aun cuentan con personas por mantener, pues aún siguen laborando.

En el ingreso económico si se evidencia un problema por el insuficiente ingreso económico que el adulto maduro percibe, esto es a causa que la mayoría no tienen un puesto de trabajo fijo sino eventuales, percibiendo 400 soles al mes, porque trabajaron de manera independiente o en lugares como albañilería, pesquera ilegal, vender ciertos productos que no generaron aportes, lo que es desfavorable para el adulto como para su familia, asimismo, algunos adultos maduros tienen hijos con un trabajo estable que se preocupan por su salud y no les hacen faltar nada lo que le produce tener un estilo de vida saludable.

Se dice del Ingreso económico en general, que las personas que tienen mayores ingresos viven más tiempo y gozan de una mejor salud que las personas de bajos ingresos. Esta relación persiste, independientemente del sexo, la cultura o la raza, aunque las causas de la enfermedad y la muerte pueden variar. Parece ser que el ingreso económico y la posición social son los factores determinantes más importantes de la salud.

De acuerdo a lo anteriormente escrito, y a los problemas que se identificó en los adultos maduros, se sugiere que los adultos que no hayan terminado, puedan inscribirse en cursos que les ayuden a poder crear un empleo y logren ayudarse económicamente para mantener su hogar, de tal manera logren mejorar su calidad de vida, y obtengan mejores oportunidades.

Seguidamente, tenemos a los adultos maduros, que se encuentran susceptibles en adquirir o padecer cualquier enfermedad, donde el entorno, las condiciones de vida los estilos de vida influyen en la salud y calidad de vida, siendo la pobreza, el envejecimiento de la población, contribuyen a que la incidencia y prevalencia de las enfermedades no transmisibles y sean cada vez más casos en este grupo etario, por la cual es necesario crear una sensibilización para el grupo etario, de tal manera que se pueda abordar de manera sistemática las diversas barreras que se encuentran en los adultos maduros, y puedan así tomar conciencia en cuanto mejorar sus estilos de vida y por ende su calidad en salud (76).

Como propuesta de mejora, con respecto a los adultos maduros se sugiere a las

autoridades de la salud, y a los gobernadores municipales que deben sensibilizar a la comunidad de adultos maduros para mejorar su estilo de vida, como también un punto de suma importancia generar puestos de trabajo con mayor rentabilidad y de tal manera puedan mejorar su condición de vida sin limitaciones

V. CONCLUSIONES

Después de analizar y discutir los resultados del presente trabajo llegamos a la siguiente conclusión

- La mayoría de la población adulto maduro del asentamiento humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote, presentaron estilos de vida saludables y menos de la mitad, estilo de vida no saludables.
- Se identificó a los factores biosocioculturales: La mayoría de los adultos maduro, con grado de instrucción primaria, profesan la religión evangélica y tienen un ingreso económico familiar de menos de 400 nuevos soles y más de la mitad son de estado civil casados.
- Al realizar la prueba Chi cuadrado entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales no existe relación estadísticamente significativamente entre las variables.

VI. RECOMENDACIONES

- Informar a las autoridades del establecimiento de salud y a los actores de la comunidad del establecimiento de salud de la zona, los resultados obtenidos para que puedan intervenir en cuanto a la promoción de la salud, frente a los estilos de vida, con el objetivo de concientizar a los adultos maduros la importancia de adquirir conductas favorecedoras de la salud.
- Se recomienda a los adultos maduros, que por medio de las campañas de salud o sesiones educativas en cuanto a la promoción de la salud y prevención de enfermedades puedan acudir a adquirir los conocimientos necesarios, de tal manera contribuya como un aporte para mejorar sus estilos de vida para sus hijos, familia y comunidad.
- A los municipios distritales que son el principal promotor de fomentar buenas prácticas, a modo de estrategias para la buena conducta de los adultos, mediante las prácticas de la alimentación saludables y de tal manera mejoren su condición de salud de dicha comunidad y población en general.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. Agrario C. Estilos de vida y estado de salud [Internet]. 2021 [citado el 21 de agosto de 2022] URL disponible en: <https://envejeceractivos.com/estilos-de-vida/>
2. Alcaldía de Medellín. Guía de Estilos de vida Saludable. [Internet]. Colombia, 2021 [citado 21 de agosto de 2022]. URL disponible en: [https://www.medellin.gov.co/irj/go/km/docs/pccdesign/SubportaldelCiudadano_2/Plan
d
eDesarrollo_0_19/ProgramasyProyectos/Shared%20Content/Estilos%20de%20vida%
20
saludable/Gu%C3%ADa%20Estilos%20de%20Vida/Gui%CC%81a%20Estilos%20de
%20vida%20saludables.pdf](https://www.medellin.gov.co/irj/go/km/docs/pccdesign/SubportaldelCiudadano_2/Plan%20deDesarrollo_0_19/ProgramasyProyectos/Shared%20Content/Estilos%20de%20vida%20saludable/Gu%C3%ADa%20Estilos%20de%20Vida/Gui%CC%81a%20Estilos%20de%20vida%20saludables.pdf)
3. Organización Mundial de la Salud. Envejecimiento y Salud. [Internet]. 2021 [citado el 21 de agosto de 2022]. URL disponible en: [https://www.who.int/es/news-room/fact-
sheets/detail/ageing-and-health](https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health)
4. Comisión Económica para América Latina y el Caribe CEPAL. Envejecimiento, personas mayores y Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible: Perspectiva regional y de derechos humanos. [Libro en internet]. 2018 [Consultado 01 de marzo 2022]. Disponible en: https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/44369/1/S1800629_es.pdf
5. Organización Mundial de la Salud. 75ava Asamblea Mundial de la Salud. [Internet]. 2022 [citado el 22 de agosto de 2022]. URL disponible en: [https://www.who.int/es/news/item/27-05-2022-seventy-fifth-world-
health-assembly---daily-update--27-may-2022](https://www.who.int/es/news/item/27-05-2022-seventy-fifth-world-health-assembly---daily-update--27-may-2022)
6. Pérez J y Abellán A et al. “Un perfil de las personas mayores en España, 2020. Indicadores estadísticos básicos”. [Informe en internet]. Madrid. 2020 [Consultado 01 de marzo 2022]. Disponible en: [http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/enred-
indicadoresbasicos2020.pdf](http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/enred-indicadoresbasicos2020.pdf)
7. Boletín del Programa Iberoamericano de Cooperación sobre adultos mayores (OISS). Objetivos de desarrollo sostenible para las personas adultas mayores en la región.

- [Página de internet]. Julio 2018 [Consultado 01 de marzo 2022]. Disponible en: https://oiss.org/wp-content/uploads/2000/01/BOLETIN_18-ODS-1707def.pdf
8. Subdirección de Políticas Intersectoriales en Salud. Estrategia de promoción de estilos de vida y entornos saludables [Internet]. México, 2020 [citado el 16 de agosto de 2022]
URL disponible
en:
https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/732661/Criterios_Operativos_2022_-_Estilos_de_Vida_Saludables_Salud_Escolar_DGPS_DEDES_16_FEB_2022.pdf
 9. Adulta. [Internet]. Perú,2022. [citado el 15 de agosto de 2022]. URL disponible en: <https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/boletin-adulto-mayor-ene-mar-2022.pdf>
 10. UNICEF. Un año de pandemia, un año de accione en Perú [Internet]. 2022 [citado el 15 de agosto de 2022]. URL disponible en: <https://www.unicef.org/peru/coronavirus/un-ano-pandemia-covid-ano-accion-peru>
 11. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Ancash Rsltado definitivos. [Internet]. Perú, 2018 [citado e 15 de agosto de 2022]. URL disponible en: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1552/02_TOMO_01.pdf
 12. Jara A, Riquelme S. Estilos de vida de los adultos maduros de la ciudad Concepción de Chile, 2018. [Tesis]. Chile, 2018 [Consultado 01 de abril 2022]. Disponible en: https://www.revhipertension.com/rlh_5_2018/factores_que_afectan_el_estado.pdf
 13. Canova G. Estilos de vida de los adultos maduros universitarios de Enfermería Santa Maria Colombia en el año 2018. [Tesis]. Colombia, 2018 [Consultado 02 de abril 2022].
Disponible
en:
https://www.revhipertension.com/rlh_5_2018/factores_que_afectan_el_estado.pdf
 14. Sandoval C, Hernán F. Estilos de vida de los adultos de Boyacá, Colombia 2018. [Tesis]. Colombia, 2018 [Consultado 05 de abril 2022]. Disponible
en: <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/enred-indicadoresbasicos2020.pdf>
 15. Yaguachi R, Troncoso L, Correa k, Poveda C. Estilo de vida, estado nutricional y riesgo cardiovascular en trabajadores de la salud del Hospital Provincial Martin Icaza

- de Babahoyo, Los Ríos, Ecuador, 2021. [Internet]. Ecuador, 2021: Universidad Católica de Guayaquil [citado el 15 de agosto de 2022]. URL disponible en: <https://revista.nutricion.org/index.php/ncdh/article/view/145>
16. Figueredo M, Cudas M, Chamarro L, Achucarro D, Martínez V. Estilo de vida y riesgo cardiovascular y cardiometabólico en profesionales de salud del Hospital Regional en Encarnación, Paragua,2018. [Internet]. Paraguay, 2018:
 17. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Situación de la población Adulta. [Internet]. Perú,2022. [citado el 15 de agosto de 2022]. URL disponible en: <https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/boletin-adulto-mayor-ene-mar-2022.pdf>
 18. UNICEF. Un año de pandemia, un año de accione en Perú [Internet]. 2022 [citado el 15 de agosto de 2022]. URL disponible en: <https://www.unicef.org/peru/coronavirus/un-ano-pandemia-covid-ano-accion-peru>
 19. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Ancash Rslutado definitivos. [Internet]. Perú, 2018 [citado e 15 de agosto de 2022]. URL disponible en: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitaes/Est/Lib1552/02 TOMO 01.pdf
 20. Jara A, Riquelme S. Estilos de vida de los adultos maduros de la ciudad Concepción de Chile, 2018. [Tesis]. Chile, 2018 [Consultado 01 de abril 2022]. Disponible en: https://www.revhipertension.com/rlh_5_2018/factores_que_afectan_el_estado.pdf
 21. Canova G. Estilos de vida de los adultos maduros universitarios de Enfermería Santa Maria Colombia en el año 2018. [Tesis]. Colombia, 2018 [Consultado 02 de abril 2022]. Disponible en:
https://www.revhipertension.com/rlh_5_2018/factores_que_afectan_el_estado.pdf
 22. Sandoval C, Hernán F. Estilos de vida de los adultos de Boyacá, Colombia 2018. [Tesis]. Colombia, 2018 [Consultado 05 de abril 2022]. Disponible en: <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/enred-indicadoresbasicos2020.pdf>
 23. Yaguachi R, Troncoso L, Correa k, Poveda C. Estilo de vida, estado nutricional y riesgo cardiovascular en trabajadores de la salud del Hospital Provincial Martin Icaza de Babahoyo, Los Ríos, Ecuador, 2021. [Internet]. Ecuador, 2021: Universidad

- Católica de Guayaquil [citado el 15 de agosto de 2022]. URL disponible en: <https://revista.nutricion.org/index.php/ncdh/article/view/145>
24. Figueredo M, Cudas M, Chamarro L, Achucarro D, Martínez V. Estilo de vida y riesgo cardiovascular y cardiometabólico en profesionales de salud del Hospital Regional en Encarnación, Paragua,2018. [Internet]. Paraguay, 2018: Universidad Nacional de Itapúa [citado el 15 de agosto de 2022]. Rev. virtual Soc. Parag. Med. Int. URL disponible en: <https://www.revistaspmi.org.py/index.php/rvspmi/article/view/50/49>
 25. Tumay F. Estilo de Vida del Adulto del Pueblo Joven Santa Rosa, Lima 2019. [Tesis]. Lima, Perú, 2018 [Consultado 03 de abril 2022]. Disponible en: https://oiss.org/wp-content/uploads/2000/01/BOLETIN_18-ODS-1707def.pdf
 26. Olivas A. Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos que acuden al centro de salud Chilca 2021[Internet]. Perú,2021: Universidad Peruana del Centro [tesis para optar el grado de licenciada de enfermería] [citado el 15 de agosto de 2022] URL disponible en: <https://repositorio.upecen.edu.pe/bitstream/handle/UPECEN/283/TESIS%20-%20AGUSTIN%20BENIGNO%20OLIVAS%20ALVAREZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
 27. Tacza A, Ortiz K. Estilos de vida en pacientes con diabetes mellitus tipo 2 atendidos en el Centro de Salud Pedro Sánchez Meza, Chupaca-2021 [Internet]. Perú, 2021: Universidad Continental [tesis para optar el grado de licenciada en enfermería] [citado el 15 de agosto de 2022].URL disponible en: https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/10599/1/IV_FCS_504_T E Tacza Ortiz 2021.pdf
 28. Pérez J, Cabrera T. Estilo de vida y nivel de conocimiento de diabetes mellitus tipo II en adultos, P.S. San Rafael, Ica 2021. [Internet]. Perú, 2021: Universidad Autónoma de Ica [tesis para optar el título profesional de enfermería]. [citado el 15 de agosto de 2022]. URL disponible en: <http://repositorio.autonomaica.edu.pe/handle/autonomaica/1139>
 29. Pedroza D. Sobrepeso y obesidad relacionado a los estilos de vida de los usuarios del

- Centro de Salud de Parcona-ICA, setiembre-octubre 2021 [Internet]. Perú, 2021: Universidad Nacional San Luis Gonzaga [tesis para optar el grado de licenciada en enfermería] [citado el 15 de agosto de 2022]. URL disponible en: <https://164.68.119.42/handle/20.500.13028/3574>
30. Contreras M. Estilos de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro del Asentamiento Humano 25 de mayo- Chimbote, 2018 [Internet]. Perú,2022: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote [tesis para optar el grado de licenciada de enfermería]. [citado el 15 de agosto de 2022]. URL disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/27724>
31. Calderón J. Estilo de vida y factores biosocioculturales, de los adultos maduros de la Universidad San Pedro Chimbote, 2018. [Tesis]. Chimbote, Perú, 2018 [Consultado 04 de abril 2022]. Disponible en: https://www.revhipertension.com/rlh_5_2018/factores_que_afectan_el_estado.pdf
32. Silva A. Estilo de vida y los factores socioculturales de la mujer adulta mayor en la urbanización Bellamar II etapa – Nuevo Chimbote 2018. [Tesis]. Chimbote, Perú, 2018 [Consultado 05 de abril 2022]. Disponible en: https://www.revhipertension.com/rlh_5_2018/factores_que_afectan_el_estado.pdf
33. Pimentel M, Varas M. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Urbanización La Libertad_Chimbote, 2018. [Internet]. Perú, 2021: Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI [tesis para optar el grado de licenciada de enfermería] [citado el 15 de agosto de 2022]. URL disponible en: <http://190.223.196.26:8080/handle/123456789/1154>
34. Rafael M. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la comunidad Unidos Venceremos, Huashao – Yungay, 2018 [Internet]. Perú, 2018: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote [Tesis para optar el grado de Licenciada de enfermería] [citado el 15 de agosto de 2022].URL disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/7794>
35. Ministerio de Salud y Protección Social. Plan decenal de salud pública PDSP 2022 – 2031. [Informe de internet]. Perú, 2022 [Consultado 15 de marzo 2022]. Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/ED/PSP/documento-plan-decenal-salud-publica-2022-2031.pdf>

36. De la Guardia M y Ruvalcaba J. La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria. [Artículo en internet]. Madrid, 2020 [Consultado 15 de marzo 2022] vol.5 no.1. Disponible en:
https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2529-850X2020000100081
37. Acevedo, G. La salud y sus determinantes. La salud pública y la medicina preventiva. [página de internet]. [Consultado 20 de marzo 2022].
Disponible en:
<http://preventivaysocial.webs.fcm.unc.edu.ar/files/2014/04/MPyS-1-Unidad-1-Determinantes-de-la-Salud-V-2013.pdf>
38. De la Guardia M, Ruvalcaba J. La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria. Journal of Negative and No Positive Results, 2020, vol. 5, no 1, p. 81-90. [Consultado 15 de marzo 2022]. Recuperado a partir de:
https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2529-850X2020000100081
39. Villar M. Determinantes de la salud: Importancia de la prevención. [artículo en internet] [Consultado 15 de marzo 2022]. Disponible en:
<http://www.scielo.org.pe/pdf/amp/v28n4/a11.pdf>
40. Obregón D. La OMS y el paradigma global: Los determinantes sociales de la salud o la retórica de la inclusión. [página de internet]. 2020 [Consultado 20 de marzo 2022].
Disponible en:
<https://revistas.udea.edu.co/index.php/fnsp/article/view/341524/20802201>
41. Natalia A. Enfermería: Nola J. Pender [Internet]. 2014 [citado el 6 de septiembre del 2019]. URL disponible en: <https://nataliaarv.blogspot.com/2014/10/nola-j-pender.html>
42. Lagoueyte M. El cuidado de enfermería a los grupos humanos. [Internet]. Rev la Univ Ind Santander Salud. Colombia,2015, vol. 47(2):209-213. [citado el 6 de septiembre del 2019] URL disponible en:
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-08072015000200013
43. Aristizábal G, Blanco B, Sánchez A, Ostiguín R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. [Internet]. Enfermería Univ. Mexico, 2018 vol.8 no.4 [citado el 6 de septiembre del 2019] URL disponible en:
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-

70632011000400003

44. Herrera A y Machado P et al. El profesional de enfermería en la promoción de salud en el segundo nivel de atención. Revista Eugenio Espejo [Artículo de internet]. Ecuador, Riobamba, 2022 [Consultado 20 de marzo 2022]. Vol. 16, núm. 1, pp. 98-111. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/5728/572869632012/html/>
45. Albuquerque M, Freire R, Lumini J, Ferreira M, Martins T, Ciqueto H. Una mirada sobre la promoción de salud y la prevención de complicaciones: diferencias de contextos. Rev Latino-Am Enferm [Internet]. 2016 [citado el 5 de octubre del 2019];Vol. 24. URL disponible en: www.eerp.usp.br/rlae
46. Ministerio de Salud, Instituto Nacional de Salud. “Programa de entrenamiento en salud pública dirigido a personal del servicio militar voluntario” unidad temática 2: promoción de la salud. Perú, 2017;Vol. 1(Promoción de la salud):Pág. 64. [citado el 5 de octubre del 2019] URL disponible en: www.minsa.gob.pe
47. Carranza R y Rodríguez T et al. Efectividad de intervención basada en modelo de Nola Pender en promoción de estilos de vida saludables de universitarios peruanos. Revista Cubana de Enfermería [Artículo de internet]. Perú, Lima, 2019 [Consultado 20 de marzo 2022]. Vol. 35. Disponible en: <http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/2859/500>
48. Jara V y Riquelme N. Estilo de vida promotor de salud y factores de riesgo en estudiantes universitarios. Revista Enfermería 21 [Artículo de internet]. 2018 [Consultado 20 de marzo 2022]. Volumen 8 N° 2. Disponible en: <https://www.enfermeria21.com/revistas/aladefe/articulo/276/estilo-de-vida-promotor-de-salud-y-factores-de-riesgo-en-estudiantes-universitarios/>
49. Sandoval E. Estilo de vida y estado nutricional del adulto mayor en Fanupe Barrio Nuevo – Morrope 2017. (Tesis en internet). Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Enfermería. Universidad Señor de Sipán, facultad de ciencias de la salud escuela profesional de enfermería. Perú, Pimentel, 2018 [Consultado 20 de marzo 2022]. Disponible en: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/5918/Sandoval%20Siesquen%20Elvis%20Alex.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
50. Marriaga I. Determinantes sociales y COVID-19: cambios necesarios en la formación y

- práctica del profesional sanitario. Revista Médica Hondureña [Artículo de internet]. Honduras, Ocotepeque, Sinuapa. 2022 [Consultado 20 de marzo 2022]. Vol 90, Núm 1. Disponible en: <file:///C:/Users/HP/Downloads/RMH-Opinion-Determinantes-sociales-y-COVID-19-numero-1-2022.pdf>
51. Gil M, Pons M et al. Modelos teóricos de promoción de la salud en la práctica habitual en atención primaria de salud. Gaceta Sanitaria [Artículo de internet]. 2019 [Consultado 20 de marzo 2022]. Vol. 35. Núm. 1. Disponible en: <https://www.gacetasanitaria.org/es-modelos-teoricos-promocion-salud-practica-articulo-S0213911119302158>
 52. Hanco B. Estilo de vida y estado nutricional del adulto mayor beneficiario del programa nacional de asistencia solidaria pensión 65 - Atuncolla 2019. [Tesis en internet]. Tesis para optar el título de Licenciada en Enfermería. Universidad Nacional del Altiplano, facultad de enfermería, escuela profesional de enfermería. Perú, Puno, 2022 [Consultado 20 de marzo 2022]. Disponible en: http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/17880/Hanco_Quelcca_Brighth_Maytee.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 53. REGLAMENTO DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA EN LA INVESTIGACIÓN - VERSIÓN 001 [Internet]. Chimbote; 2023 [fecha de acceso 31 de marzo del 2023]. disponible en: <https://www.uladech.edu.pe/wpcontent/uploads/erpuniversity/downloads/transparencia-universitaria/estatuto-el-texto-unico-de-procedimientos-administrativos-tupa-el-plan-estrategico-institucional-reglamento-de-la-universidad-y-otras-normativas/reglamentos-de-la-universidad/reglamento-de-integridad-cientifica-en-la-investigacion-v001.pdf>
 54. Peralta A y Pacuruca N et al. Estilo de vida relacionado con la salud del adulto mayor con enfermedades crónicas no transmisibles. Revista Estudiantil CEUS [Artículo de internet]. Ecuador, Cuenca, 2019 [Consultado 24 de marzo 2022]. Vol. 1, No. pp. 1-6. Disponible en: <https://ceus.ucacue.edu.ec/index.php/ceus/article/view/15>
 55. Macedo L. Estilo de vida y salud. [Internet]. Peru, 2021: Universidad Nacional Autónoma de México [citado el 15 de agosto de 2022]. URL disponible: <https://tutoria.unam.mx/sites/default/files/2021-08/PIT-%20Estilo%20de%20vida%20Agosto%202021.pdf>

56. Cajachagua M y Vargas C et al. Estilos de vida asociados a la adherencia al tratamiento en pacientes hipertensos. [Artículo de internet]. Venezuela, 2021 [Consultado 24 de marzo 2022]. Vol 40, número 4. Disponible en: https://www.revistaavft.com/images/revistas/2021/avft_4_2021/10_estilos_asociados.pdf
57. Salazar M. Estilos de vida en pacientes de hospitales de EsSalud de la región de Huánuco 2018. [Tesis en internet]. Tesis para optar el título Segunda Especialidad en Psicología de la Clínica y de la Salud, Facultad de Psicología, 2018 [Consultado 24 de marzo 2022]. Disponible en: https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/11595/Salazar_sm.pdf?sequence=3&isAllowed=y
58. Calpa A y Santacruz G et al. Promoción de estilos de vida saludables: estrategias y escenarios. [Tesis en internet]. Universidad de Caldas. 2018 [Consultado 24 de marzo 2022]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/3091/309162719011/309162719011.pdf>
59. Universidad Libre. El autocuidado y los hábitos saludables: La clave para una vida sana. [Página de internet]. 2020 [Consultado 24 de marzo 2022]. Disponible en: <https://www.unilibre.edu.co/bogota/pdfs/2020/agenda-salud-cuidado.pdf>
60. Olivas A. “Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores que acuden al centro de salud Chilca 2021”. [Tesis en internet]. Tesis para optar el título profesional de Licenciado en Enfermería. Universidad Privada del Centro, facultad de ciencias de la salud escuela académica profesional de enfermería. Perú, Huancayo, 2021 [Consultado 24 de marzo 2022]. Disponible en: <https://repositorio.upecen.edu.pe/bitstream/handle/UPECEN/283/TESIS%20-%20AGUSTIN%20BENIGNO%20OLIVAS%20ALVAREZ.pdf;jsessionid=04C8209AE0A8EA3915CEA390216F7B96?sequence=1>
61. Organización Mundial de la salud – OMS. La OMS insta a acelerar la adopción de medidas para proteger la salud humana y combatir la crisis climática en un momento de agravamiento de los conflictos y la fragilidad. [Página en internet]. Perú, 2022 [Consultado 24 de marzo 2022]. Disponible en: <https://mexico.un.org/es/176964-la-oms- insta-acelerar-la-adopcion-de-medidas-para-proteger-la-salud-humana-y-combatir->

la

62. Promoción Integral de la Salud - Red Promotoras de salud. [Internet]. 2019 [citado el 05 de noviembre de 2019]. URL disponible en:
<https://promocionintegraldelasalud.wordpress.com/promocion-de-la-salud/>
63. Organización Panamericana de la Salud. Las funciones esenciales de la salud pública en las Américas. [Página de internet]. 2020 [Consultado 24 de marzo 2022]. Disponible en:
<https://www.who.int/es/news/item/06-04-2022-who-urges-accelerated-action-to-protect-human-health-and-combat-the-climate-crisis-at-a-time-of-heightened-conflict-and-fragility>
64. Ministerio de Salud. La salud en el bicentenario. [Página de internet]. 2021 [Consultado 24 de marzo 2022]. Disponible en:
<https://www.incn.gob.pe/wpcontent/uploads/2021/08/MINSA-Salud-en-el-Bicentenario.pdf>
65. Antoñanzas A, Gimeno L. Los determinantes sociales de la salud y su influencia en la incidencia de la COVID-19. [Internet]. España, 2022 [citado el 15 de agosto de 2022]. Rev. Clin Med Fam vol. 15 n°1. URL disponible en:
https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1699-695X2022000100004
66. Arias J. Diseño y metodología de la investigación. [Texto de internet]. Perú, Arequipa. 2021 [Consultado 29 de marzo 2022]. Disponible en:
[file:///C:/Users/HP/Downloads/Arias-Covinos
Dise%C3%B1o_y_metodologia_de_la_investigacion.pdf](file:///C:/Users/HP/Downloads/Arias-Covinos%20Dise%C3%B1o_y_metodologia_de_la_investigacion.pdf)
67. Organización Mundial de la Salud. Día Mundial de la Salud “Promoción de la salud y educación emocional” [Internet]. 2022 [citado el 20 de agosto de 2022]. URL disponible en:
<https://www.who.int/es/campaigns/world-health-day/2022>
68. Calderón R, Sánchez M. repercusión de factores socioculturales en la salud reproductiva de las mujeres de la Universidad de Guayaquil [Internet]. Ecuador, 2020: Universidad Estatal de Milagro. [citado el 20 de agosto de 2022]. URL disponible en:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192020000100101#:~:text=Los%20factores%20socioculturales%20son%20costumbres,cultura%20material%2C%20valores%20y%20actitudes.
69. Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. Conceptos fundamentales para la

- transversalización del enfoque género. [Internet]. Perú, 2018. [citado el 20 de agosto de 2022]. URL disponible en: <https://www.mimp.gob.pe/files/direcciones/dcteg/Folleto-ConceptosFundamentales.pdf>
70. Marín A. Religión [Internet]. 2020 [citado el 18 de agosto de 2022]. URL disponible en: <https://economipedia.com/definiciones/religion.html>
71. MINEDU. Resolución ministerial. Grado de Instrucción [Internet]. Perú, 2022. [citado el 2 de agosto de 2022]. URL disponible en: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/2789373/RM%20043-2022-MINEDU.pdf.pdf>
72. Ministerio de Justicia y Derechos Humanos. Código Civil [Internet]. Perú, 2019 [Citado el 20 de agosto de 2022]. 16ava edición oficial. URL disponible en: https://spijlibre.minjus.gob.pe/content/publicaciones_oficiales/img/Codigo-Civil.pdf
73. Centro Nacional de Planeamiento Estratégico. Nivel de ingresos y gastos en el Perú y el impacto de la COVID-19. [Internet]. Perú, 2021 [citado el 20 de agosto de 2022]. URL disponible en: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/2301833/CEPLAN%20%20Nivel%20de%20ingresos%20y%20gastos%20en%20el%20Peru%20y%20el%20impacto%20de%20la%20COVID-19.pdf>
74. Domínguez J. código de ética para la investigación. [página de internet]. 2019. [Consultado 29 de marzo 2022]. Disponible en: <https://www.uladech.edu.pe/images/stories/universidad/documentos/2019/codigo-de-etica-para-la-investigacion-v002.pdf>
75. Luis I, Torres Y, Álvarez A. Responsabilidad personal con la salud. Conocimientos y percepciones de diferentes actores sociales [Internet]. Cuba, 2020 [citado el 22 de agosto de 2022]. Rev. Finlay vol 10. URL disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2221-24342020000300280
76. Organización Mundial de la Salud. Actividad física [Internet] 2020 [citado el 21 de agosto]. URL disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
77. Paredes E, Pérez M, Lima J. Actividad física en adultos: recomendaciones, determinantes y medición [Internet]. Colombia, 2020 [citado el 20 de agosto de 2022] Rev haban cienc

- méd vol. 19. URL disponible en:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2020000500013
78. Ortiz C. Aspectos generales de la alimentación y nutrición [Internet]. 2022 [citado el 20 de agosto de 2022]. URL disponible en:
<https://revista.nutricion.org/index.php/ncdh/issue/view/13/20>
79. Hoyos S. Nutrición y dieta sana. [Internet]. España, 2022 [citado el 21 de agosto de 2022].
80. Recursos en la red. En: AEPap (ed.). URL disponible en:
https://www.aepap.org/sites/default/files/237_248_nutricion_y_dieta_sana_libro_18_congreso_aepap_2022.pdf
81. Mac J. Llaves del Crecimiento Espiritual [Internet] 2018 [citado el 10 de octubre del 2020]. URL disponible en: <https://www.portavoz.com/libros/pdfs/9780825418365.pdf>
82. Acero R. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales de la Mujer Adulta. Pariacoto, 2015 [Internet] [Tesis post grado]. Perú: Universidad Nacional del Santa; 2018 [citado el 29 de septiembre del 2020]. URL disponible en:
<http://repositorio.uns.edu.pe/bitstream/handle/UNS/3297/48969.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
83. Ordiano C. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Queshcap – Huaraz, 2018. [Internet] [Tesis pre grado] Huaraz, Perú: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2018. URL Disponible en:
http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/7783/ESTILO_DE_VIDA_ADULTOS_ORDEANO_FIGUEROA_CAROLINA_MAGDALENA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
84. Diestra J. factores biosocioculturales y su relación con el estilo de vida en el personal profesional del Policlínico PNP –Ica. [Internet]. Perú,218: Universidad César Vallejos- Escuela de post grado] [grado de maestría]. [citado el 20 de agosto de 2022]. URL disponible en:
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/35749/taype_cm.pdf?sequence=1&isAllowed=y
85. Gonzales R. Comportamiento de las enfermedades crónicas no transmisibles en adultos mayores[Internet]. Cuba, 2018 [citado el 24 de agosto de 2022] Rev. Finlay. URL disponible en: <http://revfinlay.sld.cu/index.php/finlay/article/view/564/1664>

ANEXOS

ANEXO 1: Matriz de consistencia

Título: Estilos de vida y factores biosocioculturales en Adultos Maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote del 2022.

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	METODOLOGIA
<p>¿Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en Adultos Maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote del 2022?</p>	<p>Objetivo General:</p> <p>Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en Adultos Maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote del 2022.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Valorar el estilo de vida en Adultos Maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote del 2022. • Identificar los factores biosocioculturales: Sexo, Grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico biosocioculturales en Adultos Maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote del 2022. • Establecer la relación estadística entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en Adultos Maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote del 2022. 	<p>HO: No existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en los Adultos Maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote, 2022.</p> <p>H1: Existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en los Adultos Maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote, 2022.</p>	<p>Variable 1</p> <p>Factores biosocioculturales (edad, grado de instrucción, ocupación, ingresos económicos)</p> <p>Variable 2</p> <p>Estilos de vida</p> <p>Dimensiones:</p> <p>Alimentación Manejo de estrés Actividad ejercicio Apoyo interpersonal Autorrealización Responsabilidad en salud</p>	<p>Tipo de investigación:</p> <p>Es de tipo cuantitativo.</p> <p>Nivel de investigación</p> <p>descriptiva.</p> <p>Diseño de la investigación:</p> <p>De una sola casilla.</p> <p>Población Universo:</p> <p>La población muestral estuvo constituida por 120 Adultos Maduros del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote del 2022.</p> <p>Unidad de análisis:</p> <p>Cada Adulto Maduro del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar de Nuevo Chimbote del 2022.</p>

ANEXO 02: Instrumento de recolección



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE
CHIMBOTE FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
CUESTIONARIO SOBRE ADULTOS MADUROS**

Elaborado por Dra. Vílchez

Reyes Adriana DATOS DE

IDENTIFICACIÓN:

Apellidos y nombre: _____

A) FACTORES BIOLÓGICOS

- 1. ¿Cuál es su sexo?** a) Masculino b) Femenino
2. ¿Cuál es su edad? a) 20-35 años b) 36-59 años c) 60 a más

B) FACTORES CULTURALES:

- 1. ¿Cuál es su grado de instrucción?**
a) Analfabeto b) Primaria c) Secundaria d) Superior
2. ¿Cuál es su religión? a) Católico b) Evangélico c) Otras

C) FACTORES SOCIALES:

- 1. ¿Cuál es su estado civil?**
a) Soltero b) Casado c) Viudo d) Conviviente e) Separado
2. ¿Cuál es su ingreso económico?
a) Menor de 400 nuevos soles b) De 400 a 650 nuevos soles
c) De 650 a 850 nuevos soles d) De 850 a 1100 nuevos soles
e) Mayor de 1100 nuevos soles

**Muchas gracias, por su
colaboración**

CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA

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 sintoma extraño.

3.-Sigo un programa de ejercicios planificados

4.-Siento que estoy creciendo y cambiando en una forma positiva.

5.-Elogio fácilmente a otras personas por sus éxitos.

6.- Limito el uso de azúcares y alimentos que contienen azúcar (dulces)

7.-Leo o veo programas de televisión acerca del mejoramiento de la salud.

8.-Hago ejercicios vigorosos por 20 o más minutos, por lo menos tres veces a la semana (tales como caminar rápidamente, andar en bicicleta, baile aeróbico, usar la maquina escaladora)

Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores.

9.-Tomo algún tiempo para relajarme todos los días					
10.-Creo que mi vida tiene un Propósito					
11.-Mantengo relaciones significativas y enriquecedoras					
12.-Hago preguntas a los profesionales de la salud para poder entender sus instrucciones.					
13.-Acepto aquellas cosas de mi vida que yo no puedo cambiar.					
14.-Miro adelante hacia al futuro.					
15.-Paso tiempo con amigos íntimos.					
16.-Como de 2 a 4 porciones de fruta todos los días.					
17.-Busco una segunda opinión, cuando pongo en duda las recomendaciones de mi proveedor de servicios de salud.					
18.-Tomo parte en actividades físicas de recreación (tales como: nadar, bailar, andar en bicicleta).					
19.-Me siento satisfecho y en paz conmigo (a)					

20.-Se me hace fácil demostrar preocupación, amor y cariño a otros.					
21.-Estoy consciente de lo que es importante para mí en la vida.					
22.- Busco apoyo de un grupo de personas que se preocupan por Mi					

CUESTIONARIO MOS DE APOYO SOCIAL

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

1. Aproximadamente, ¿Cuántos amigos íntimos o familiares cercanos tienen Vd.?
(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 Vd. dispone de cada uno de los siguientes tipos de apoyo cuando lo necesita? (Marque con un círculo uno de los números de cada fila)

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

ANEXO 03: Validez del instrumento

Para la validez de la Escala del Estilo de Vida, se aplicó la fórmula R de Pearson en cada uno de los ítems; obteniéndose:

$$r = \frac{N \sum Xy - \sum X \sum y}{\sqrt{[N \sum x^2 - (\sum x)^2] [N \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

	R-Pearson	
Ítems	10.35	
Ítems	20.41	
Ítems	30.44	
Ítems	40.10	(*)
Ítems	50.56	
Ítems	60.53	
Ítems	70.54	
Ítems	80.59	
Ítems	90.35	
Ítems	100.37	
Ítems	110.40	
Ítems	120.18	(*)
Ítems	130.19	(*)
Ítems	140.40	
Ítems	150.44	
Ítems	160.29	
Ítems	170.43	
Ítems	180.40	
Ítems	190.20	
Ítems	200.57	
Ítems	210.54	
Ítems	220.36	

Si $r > 0.20$ el instrumento es válido. (*) Se creyó conveniente dejar ítems por su importancia en el estudio

ANEXO 04: Confiabilidad del instrumento

Resumen del procesamiento de los casos

	N°	%
Casos validos	27	93.1
Excluidos (a)	2	6.9
Total	29	100

a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N° de elementos
0.794	25

ANEXO 05 Formato de consentimiento informado



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

CONSENTIMIENTO INFORMADO:

TÍTULO:

**ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS
MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO MARÍA ESTRELLA DEL
MAR_NUEVO CHIMBOTE, 2022.**

Yo, accedo
participo de manera voluntaria en el presente estudio, señalo conocer el propósito de
la Investigación. Su participación consiste en responder con claridad y de forma oral a
los ítems propuestos.

El investigador se compromete a guardar secreto y anonimato de los datos, los
resultados se informarán de modo general, guardando en reserva la identidad de las
personas entrevistadas. Por lo cual acepto mi participación firmando el presente
documento.

.....

FIRMA

Anexo 06 Documento de aprobación para la recolección de la información

"Año de la unidad, la paz y el desarrollo



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

Sr. Giménez Franco David

Secretario general del AA.HH. María Estrella Del Mar

Solicito: Solicito autorización para aplicar encuestas en las
madres de la comunidad.

Yo, **Anakaren Celeste Méndez Rocillo**, egresada de la Universidad Católica Los Angeles de Chimbote, identificada con DNI: 46195536, me dirijo a Ud. solicitando autorización para realizar mi proyecto de tesis titulada: **ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO MARIA ESTRELLA DEL MAR- NUEVO CHIMBOTE, 2022.**

Para ello, solicito me permita visitar a las casas de las familias para la ejecución de mi encuesta.

Sin más que expresas, quedo a la espera de su respuesta.

Saludos cordiales

Nuevo Chimbote, 12 de junio del 2023.

Ana Karen Méndez Rocillo
DNI: 46195536



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

DECLARACIÓN JURADA

Yo, Anakaren Celeste Mendez Rocillo, identificado (a) con DNI, 46195536, con domicilio real en (Calle, Av. Jr.) Bellamar II etapa E4 Lt 15, Distrito Chimbote, Provincia Santa, Departamento Ancash,

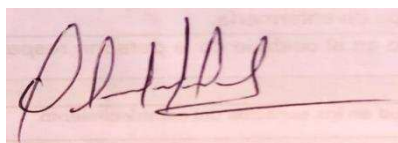
DECLARO BAJO JURAMENTO,

En mi condición de (estudiante/bachiller) de Estudiante, con código de estudiante 0112092054 de la Escuela Profesional de Enfermería, Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, semestre académico 2023-1:

1. Que los datos consignados en la tesis titulada__ ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO MARÍA ESTRELLA DEL MAR- NUEVO CHIMBOTE, 2022.

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

Doy fe que esta declaración corresponde a la verdad



Firma del estudiante/bachiller

DNI: 46195536

Chimbote, 1 de agosto de 2023

Huella Digital

BASE DE DATOS

ENTRADA01	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	P29	P30	P31	P32	P33	P34	P35	P36	P37	P38	P39	P40	P41	P42	P43	P44	P45	P46	P47	P48	P49	P50	P51	P52	P53	P54	P55	P56	P57	P58	P59	P60	P61	P62	P63	P64	P65	P66	P67	P68	P69	P70	P71	P72	P73	P74	P75	P76	P77	P78	P79	P80	P81	P82	P83	P84	P85	P86	P87	P88	P89	P90	P91	P92	P93	P94	P95	P96	P97	P98	P99	P100	P101	P102	P103	P104	P105	P106	P107	P108	P109	P110	P111	P112	P113	P114	P115	P116	P117	P118	P119	P120	P121	P122	P123	P124	P125	P126	P127	P128	P129	P130	P131	P132	P133	P134	P135	P136	P137	P138	P139	P140	P141	P142	P143	P144	P145	P146	P147	P148	P149	P150	P151	P152	P153	P154	P155	P156	P157	P158	P159	P160	P161	P162	P163	P164	P165	P166	P167	P168	P169	P170	P171	P172	P173	P174	P175	P176	P177	P178	P179	P180	P181	P182	P183	P184	P185	P186	P187	P188	P189	P190	P191	P192	P193	P194	P195	P196	P197	P198	P199	P200	P201	P202	P203	P204	P205	P206	P207	P208	P209	P210	P211	P212	P213	P214	P215	P216	P217	P218	P219	P220	P221	P222	P223	P224	P225	P226	P227	P228	P229	P230	P231	P232	P233	P234	P235	P236	P237	P238	P239	P240	P241	P242	P243	P244	P245	P246	P247	P248	P249	P250	P251	P252	P253	P254	P255	P256	P257	P258	P259	P260	P261	P262	P263	P264	P265	P266	P267	P268	P269	P270	P271	P272	P273	P274	P275	P276	P277	P278	P279	P280	P281	P282	P283	P284	P285	P286	P287	P288	P289	P290	P291	P292	P293	P294	P295	P296	P297	P298	P299	P300	P301	P302	P303	P304	P305	P306	P307	P308	P309	P310	P311	P312	P313	P314	P315	P316	P317	P318	P319	P320	P321	P322	P323	P324	P325	P326	P327	P328	P329	P330	P331	P332	P333	P334	P335	P336	P337	P338	P339	P340	P341	P342	P343	P344	P345	P346	P347	P348	P349	P350	P351	P352	P353	P354	P355	P356	P357	P358	P359	P360	P361	P362	P363	P364	P365	P366	P367	P368	P369	P370	P371	P372	P373	P374	P375	P376	P377	P378	P379	P380	P381	P382	P383	P384	P385	P386	P387	P388	P389	P390	P391	P392	P393	P394	P395	P396	P397	P398	P399	P400	P401	P402	P403	P404	P405	P406	P407	P408	P409	P410	P411	P412	P413	P414	P415	P416	P417	P418	P419	P420	P421	P422	P423	P424	P425	P426	P427	P428	P429	P430	P431	P432	P433	P434	P435	P436	P437	P438	P439	P440	P441	P442	P443	P444	P445	P446	P447	P448	P449	P450	P451	P452	P453	P454	P455	P456	P457	P458	P459	P460	P461	P462	P463	P464	P465	P466	P467	P468	P469	P470	P471	P472	P473	P474	P475	P476	P477	P478	P479	P480	P481	P482	P483	P484	P485	P486	P487	P488	P489	P490	P491	P492	P493	P494	P495	P496	P497	P498	P499	P500	P501	P502	P503	P504	P505	P506	P507	P508	P509	P510	P511	P512	P513	P514	P515	P516	P517	P518	P519	P520	P521	P522	P523	P524	P525	P526	P527	P528	P529	P530	P531	P532	P533	P534	P535	P536	P537	P538	P539	P540	P541	P542	P543	P544	P545	P546	P547	P548	P549	P550	P551	P552	P553	P554	P555	P556	P557	P558	P559	P560	P561	P562	P563	P564	P565	P566	P567	P568	P569	P570	P571	P572	P573	P574	P575	P576	P577	P578	P579	P580	P581	P582	P583	P584	P585	P586	P587	P588	P589	P590	P591	P592	P593	P594	P595	P596	P597	P598	P599	P600	P601	P602	P603	P604	P605	P606	P607	P608	P609	P610	P611	P612	P613	P614	P615	P616	P617	P618	P619	P620	P621	P622	P623	P624	P625	P626	P627	P628	P629	P630	P631	P632	P633	P634	P635	P636	P637	P638	P639	P640	P641	P642	P643	P644	P645	P646	P647	P648	P649	P650	P651	P652	P653	P654	P655	P656	P657	P658	P659	P660	P661	P662	P663	P664	P665	P666	P667	P668	P669	P670	P671	P672	P673	P674	P675	P676	P677	P678	P679	P680	P681	P682	P683	P684	P685	P686	P687	P688	P689	P690	P691	P692	P693	P694	P695	P696	P697	P698	P699	P700	P701	P702	P703	P704	P705	P706	P707	P708	P709	P710	P711	P712	P713	P714	P715	P716	P717	P718	P719	P720	P721	P722	P723	P724	P725	P726	P727	P728	P729	P730	P731	P732	P733	P734	P735	P736	P737	P738	P739	P740	P741	P742	P743	P744	P745	P746	P747	P748	P749	P750	P751	P752	P753	P754	P755	P756	P757	P758	P759	P760	P761	P762	P763	P764	P765	P766	P767	P768	P769	P770	P771	P772	P773	P774	P775	P776	P777	P778	P779	P780	P781	P782	P783	P784	P785	P786	P787	P788	P789	P790	P791	P792	P793	P794	P795	P796	P797	P798	P799	P800	P801	P802	P803	P804	P805	P806	P807	P808	P809	P810	P811	P812	P813	P814	P815	P816	P817	P818	P819	P820	P821	P822	P823	P824	P825	P826	P827	P828	P829	P830	P831	P832	P833	P834	P835	P836	P837	P838	P839	P840	P841	P842	P843	P844	P845	P846	P847	P848	P849	P850	P851	P852	P853	P854	P855	P856	P857	P858	P859	P860	P861	P862	P863	P864	P865	P866	P867	P868	P869	P870	P871	P872	P873	P874	P875	P876	P877	P878	P879	P880	P881	P882	P883	P884	P885	P886	P887	P888	P889	P890	P891	P892	P893	P894	P895	P896	P897	P898	P899	P900	P901	P902	P903	P904	P905	P906	P907	P908	P909	P910	P911	P912	P913	P914	P915	P916	P917	P918	P919	P920	P921	P922	P923	P924	P925	P926	P927	P928	P929	P930	P931	P932	P933	P934	P935	P936	P937	P938	P939	P940	P941	P942	P943	P944	P945	P946	P947	P948	P949	P950	P951	P952	P953	P954	P955	P956	P957	P958	P959	P960	P961	P962	P963	P964	P965	P966	P967	P968	P969	P970	P971	P972	P973	P974	P975	P976	P977	P978	P979	P980	P981	P982	P983	P984	P985	P986	P987	P988	P989	P990	P991	P992	P993	P994	P995	P996	P997	P998	P999	P1000	P1001	P1002	P1003	P1004	P1005	P1006	P1007	P1008	P1009	P1010	P1011	P1012	P1013	P1014	P1015	P1016	P1017	P1018	P1019	P1020	P1021	P1022	P1023	P1024	P1025	P1026	P1027	P1028	P1029	P1030	P1031	P1032	P1033	P1034	P1035	P1036	P1037	P1038	P1039	P1040	P1041	P1042	P1043	P1044	P1045	P1046	P1047	P1048	P1049	P1050	P1051	P1052	P1053	P1054	P1055	P1056	P1057	P1058	P1059	P1060	P1061	P1062	P1063	P1064	P1065	P1066	P1067	P1068	P1069	P1070	P1071	P1072	P1073	P1074	P1075	P1076	P1077	P1078	P1079	P1080	P1081	P1082	P1083	P1084	P1085	P1086	P1087	P1088	P1089	P1090	P1091	P1092	P1093	P1094	P1095	P1096	P1097	P1098	P1099	P1100	P1101	P1102	P1103	P1104	P1105	P1106	P1107	P1108	P1109	P1110	P1111	P1112	P1113	P1114	P1115	P1116	P1117	P1118	P1119	P1120	P1121	P1122	P1123	P1124	P1125	P1126	P1127	P1128	P1129	P1130	P1131	P1132	P1133	P1134	P1135	P1136	P1137	P1138	P1139	P1140	P1141	P1142	P1143	P1144	P1145	P1146	P1147	P1148	P1149	P1150	P1151	P1152	P1153	P1154	P1155	P1156	P1157	P1158	P1159	P1160	P1161	P1162	P1163	P1164	P1165	P1166	P1167	P1168	P1169	P1170	P1171	P1172	P1173	P1174	P1175	P1176	P1177	P1178	P1179	P1180	P1181	P1182	P1183	P1184	P1185	P1186	P1187	P1188	P1189	P1190	P1191	P1192	P1193	P1194	P1195	P1196	P1197	P1198	P1199	P1200	P1201	P1202	P1203	P1204	P1205	P1206	P1207	P1208	P1209	P1210	P1211	P1212	P1213	P1214	P1215	P1216	P1217	P1218	P1219	P1220	P1221	P1222	P1223	P1224	P1225	P1226	P1227	P1228	P1229	P1230	P1231	P1232	P1233	P1234	P1235	P1236	P1237	P1238	P1239	P1240	P1241	P1242	P1243	P1244	P1245	P1246	P1247	P1248	P1249	P1250	P1251	P1252	P1253	P1254	P1255	P1256	P1257	P1258	P1259	P1260	P1261	P1262	P1263	P1264	P1265	P1266	P1267	P1268	P1269	P1270	P1271	P1272	P1273	P1274	P1275	P1276	P1277	P1278	P1279	P1280	P1281	P1282	P1283	P1284	P1285	P1286	P1287	P1288	P1289	P1290	P1291	P1292	P1293	P1294	P1295	P1296	P1297	P1298	P1299	P1300	P1301	P1302	P1303	P1304	P1305	P1306	P1307	P1308	P1309	P1310	P1311	P1312	P1313	P1314	P1315	P1316	P1317	P1318	P1319	P1320	P1321	P1322	P1323	P1324	P1325	P1326	P1327	P1328	P1329	P1330	P1331	P1332	P1333	P1334	P1335	P1336	P1337	P1338	P1339	P1340	P1341	P1342	P1343	P1344	P1345	P1346	P1347	P1348	P1349	P1350	P1351	P1352	P1353	P1354	P1355	P1356	P1357	P1358	P1359	P1360	P1361	P1362	P1363	P1364	P1365	P1366	P1367	P1368	P1369	P1370	P1371	P1372	P1373	P1374	P1375	P1376	P1377	P1378	P1379	P1380	P1381	P1382	P1383	P1384	P1385	P1386	P1387	P1388	P1389	P1390	P1391	P1392	P1393	P1394	P1395	P1396	P1397	P1398	P1399	P1400	P1401	P1402	P1403	P1404	P1405	P1406	P1407	P1408	P1409	P1410	P1411	P1412	P1413	P1414	P1415	P1416	P1417	P1418	P1419	P1420	P1421	P1422	P1423	P1424	P1425	P1426	P1427	P1428	P1429	P1430	P1431	P1432	P1433	P1434	P1435	P1436	P1437	P1438	P1439	P1440	P1441	P1442	P1443	P1444	P1445	P1446	P1447	P1448	P1449	P1450	P1451	P1452	P1453	P1454	P1455	P1456	P1457	P1458	P1459	P1460	P1461	P1462	P1463	P1464	P1465	P1466	P1467	P1468	P1469	P1470	P1471	P1472	P1473	P1474	P1475	P1476	P1477	P1478	P1479	P1480	P1481	P1482	P1483	P1484	P1485	P1486	P1487	P148
-----------	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	------

MENDEZ_ROCILLO_ANAKAREN_CELESTE_tesis.pdf

INFORME DE ORIGINALIDAD

10%

INDICE DE SIMILITUD

14%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

6%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.uladech.edu.pe

Fuente de Internet

10%

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias < 4%

Excluir bibliografía

Apagado