



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

**ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES  
DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA -  
INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023.**

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

**AUTORA**

**MALDONADO MILLA SONIA MIRIAM**

**ORCID: 0009-0007-2093-781X**

**ASESORA**

**REYNA MARQUEZ, ELENA ESTHER**

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

**HUARAZ – PERÚ**

**2024**



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**ACTA N° 0023-092-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS**

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **18:00** horas del día **25** de **Enero** del **2024** 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:

**VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA** Presidente  
**ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO** Miembro  
**JAVES AGUILAR MARIA DEL PILAR** Miembro  
**Mgtr. REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER** Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA - INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023.**

**Presentada Por :**  
(0812031007) **MALDONADO MILLA SONIA MIRIAM**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **13**, 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:

**VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA**  
Presidente

**ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO**  
Miembro

**JAVES AGUILAR MARIA DEL PILAR**  
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: ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA - INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023. Del (de la) estudiante MALDONADO MILLA SONIA MIRIAM, asesorado por REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 18% 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, 23 de Febrero del 2024



Mgtr. Roxana Torres Guzman  
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

## **DEDICATORIA**

A Dios, por ser mi guía y apoyarme en los momentos más difíciles, brindándome fortaleza y voluntad para alcanzar las metas deseadas.

A mis padres, por confiar y apoyarme en todo momento sus enseñanzas y consejos me mantuvieron firme para lograr el objetivo, en especial a ti mamá.

A mi hijo Adhrian por ser mi fuerza, el motivo de superación y logro ante todo lo que me propongo. Sin él mi vida no tendría sentido.

**MALDONADO MILLA SONIA MIRIAM**

## **AGRADECIMIENTO**

A Dios por ser la luz que guía mi camino, por darme día a día las fuerzas, voluntad, fe y salud para ser mejor persona y culminar mis metas trazadas.

Al apoyo brindado por los asesores, en la elaboración del presente informe que me permitirá obtener el grado de licenciada en enfermería.

A la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote Sede – Huaraz, Escuela profesional de Enfermería, por brindarme la formación académica y afianzar mis conocimientos con una sólida formación en base al perfil del profesional de enfermería.

**MALDONADO MILLA SONIA MIRIAM**

## ÍNDICE GENERAL

<b>CARÁTULA</b> .....	<b>I</b>
<b>ACTA DE SUSTENTACIÓN</b> .....	<b>II</b>
<b>CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD</b> .....	<b>III</b>
<b>DEDICATORIA</b> .....	<b>IV</b>
<b>AGRADECIMIENTO</b> .....	<b>V</b>
<b>LISTA DE FIGURAS</b> .....	<b>VIII</b>
<b>RESUMEN</b> .....	<b>IX</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>X</b>
<b>I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b> .....	<b>11</b>
<b>II. MARCO TEÓRICO</b> .....	<b>15</b>
2.1. Antecedentes.....	15
2.2. Bases teóricas .....	18
2.3. Hipótesis.....	22
<b>III. METODOLOGÍA</b> .....	<b>23</b>
3.1. Nivel, tipo y diseño de la investigación .....	23
3.2. Población y muestra .....	24
3.3. Variables, Definición y Operacionalización.....	24
3.4. Técnica e instrumentos de recolección de información .....	26
3.5. Método de análisis de datos .....	28
3.6. Aspectos éticos .....	29
<b>IV. RESULTADOS</b> .....	<b>31</b>
<b>DISCUSIÓN</b> .....	<b>40</b>
<b>V. CONCLUSIONES</b> .....	<b>59</b>
<b>VI. RECOMENDACIONES</b> .....	<b>60</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	<b>61</b>
Anexo 01 Matriz de consistencia.....	68
Anexo 02 Instrumento de recolección de información .....	69
Anexo 03 Validez del instrumento.....	72
Anexo 05 Confiabilidad del instrumento.....	74
Anexo 04 Formato de Consentimiento informado.....	76
Anexo 05 Documento de aprobación para la recolección de la información .....	77
Anexo 06 Evidencias de ejecución (Declaración jurada, base de datos).....	78

## Lista de tablas

	<b>Pág.</b>
<b>TABLA 1:</b> ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA - INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023.....	31
<b>TABLA 2:</b> FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA - INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023.....	32
<b>TABLA 3:</b> FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA - INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023 .....	37
<b>TABLA 4:</b> FACTORES CULTURALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA - INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023 .....	38
<b>TABLA 5:</b> FACTORES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA - INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023.....	39

## Lista de figuras

	<b>Pág.</b>
<b>FIGURA 1:</b> ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA - INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023.....	31
<b>FIGURA 2:</b> SEXO DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA - INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023 .....	33
<b>FIGURA 3:</b> EDAD DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA, INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023 .....	33
<b>FIGURA 4:</b> GRADO DE INSTRUCCIÓN DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA - INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023 .....	34
<b>FIGURA 5:</b> RELIGIÓN DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA - INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023.....	34
<b>FIGURA 6:</b> ESTADO CIVIL DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA - INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023.....	35
<b>FIGURA 7:</b> OCUPACIÓN DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA, INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023.....	35
<b>FIGURA 8:</b> INGRESO ECONÓMICO DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA - INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023 .....	36



## Resumen

A nivel mundial, los estilos de vida están en constante cambio debido a la adaptación que tiene el individuo durante su vida cotidiana que mantienen relación con los factores biológicos, sociales y culturales (1). Por ello, se planteó el siguiente objetivo determinar la relación que existe entre las variables estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Llupa. La metodología fue descriptivo, cuantitativo, correlacional con una muestra de 186, se aplicó dos instrumentos, el cuestionario sobre factores biosocioculturales y la escala de estilos de vida. Los datos se procesaron SPSS para establecer la relación entre variables, donde se utilizó la prueba de independencia Chi-cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de  $P < 0.05$ . Resultados: el 72,1% (134) tienen estilos de vida no saludable, el 55,9% (104) son de sexo masculino; el 39,2% (73) son adultos mayores; el 36,56% (68) tienen primaria completa e incompleta; el 75,81% (141) profesan la religión católica y el 41,94% (78) son convivientes. Conclusión: la mayoría de los adultos entrevistados poseen estilos de vida no saludable y un mínimo porcentaje poseen estilos de vida no saludable, respecto a los factores biosocioculturales se halló que más de la mitad son de sexo masculino y profesan la religión católica; menos de la mitad son adultos mayores, tienen grado de instrucción primaria incompleta, son convivientes, tienen otra ocupación (agricultor) y con un ingreso económico entre 100 a 500 nuevos soles; la mayoría profesa la religión católica. Se realizó la prueba de Chi-cuadrado donde se encontró que si existe relación significativa entre el grado de instrucción y el estilo de vida y no se encontró relación estadísticamente significativa entre los factores biosocioculturales: sexo, edad, religión, estado civil, ingreso económico y ocupación con el estilo de vida.

**Palabras claves:** Adultos Factores, Biosocioculturales, Estilos de vida.

## Abstract

Worldwide, lifestyles are constantly changing due to the adaptation that the individual has during their daily lives that are related to biological, social and cultural factors (1). Therefore, the following objective was set to determine the relationship that exists between lifestyle variables and biosociocultural factors of adults in the town of Llupa. The methodology was descriptive, quantitative, correlational with a sample of 186, two instruments were applied, the questionnaire on biosociocultural factors and the lifestyle scale. The data were processed by SPSS to establish the relationship between variables, where the Chi-square independence test was used with 95% reliability and significance of  $P < 0.05$ . Results: 72,1% (134) have unhealthy lifestyles, 55,9% (104) are male; 39,2% (73) are older adults; 36,56% (68) have completed or incomplete primary school; 75,81% (141) profess the Catholic religion and 41,94% (78) are cohabitants. Conclusion: the majority of the adults interviewed have unhealthy lifestyles and a minimum percentage have unhealthy lifestyles. Regarding the biosociocultural factors, it was found that more than half are male and profess the Catholic religion; Less than half are older adults, have incomplete primary education, are cohabitants, have another occupation (farmer) and have an income between 100 and 500 nuevos soles; the majority profess the Catholic religion. The Chi-square test was carried out where it was found that there is a significant relationship between the level of education and lifestyle and no statistically significant relationship was found between the biosociocultural factors: sex, age, religion, marital status, economic income and occupation with lifestyle.

**Keywords:** Biosociocultural Factors, Lifestyles, Adults.

## I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El estilo de vida es una forma utilizada por personas, grupos y naciones, que se forman en un contexto geográfico, económico, político, cultural y religioso específico. Un estilo de vida se refiere a las características de los habitantes de una región en un tiempo y lugar especial. Incluye los comportamientos y funciones del día a día de las personas en el trabajo, las actividades, la diversión y la dieta (1).

Según el informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2) nos informa que más 41 millones de muertes son generados por las enfermedades en el mundo; igual 71% de víctimas por año. La mayoría de muertos cuentan con 30 a 60 años de edad, la mayor parte fallecen con males cardiovasculares igual a 17,9 millones y 9 millones con cáncer al año; 3,9 con males de respiración y 1,6 millones con diabetes. Por este motivo el organismo mundial propuso una agenda al 2030; y para ejecutarla, brindará la ayuda necesaria a los países que lo requieran, en la ejecución de Programas para prevenir y controlar las enfermedades, por con siguiente habrá mayor desarrollo económico y los países tendrán un progreso de las naciones, solucionando sus problemas de salud con un mejor conocimiento.

En México, menciona que el ser humano mantiene relaciones sociales que se ve influenciada por el fenómeno de la globalización que conlleva a crear sociedades con intereses políticos y sociales, basado en los vínculos globales de creación, con la asignación de nuevos roles y funciones de cada persona, independientemente de los efectos psicosociales y socioemocionales que pueden afectar el estilo de vida. Existe condiciones sociales que generan pensamientos y emociones positivas para las personas creando un desarrollo orientado a la satisfacción de las necesidades individuales y colectivas desde la práctica que permite potencializar sus actitudes y aptitudes como buscar las soluciones más adecuadas a las necesidades personales (3).

Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) (4) la esperanza de vida al nacer de los habitantes está relacionado con la salud del ser humano evidenciado al pasar la edad poblacional, desde al 2015 a 2020, que supervisará hasta 76.5 años varones y mujeres 79.7 años. Teniendo las mujeres de 5.5 promedio de vida más que los varones,

elevándose en toda la población a 79.8 en el lapso de 2045 a 2050; siendo en la EVN más en las mujeres.

El Censo Nacional del 2017 realizado por el INEI (5) en la Región de Ancash, muestran que diversas causas generaban la calidad de vida en el adulto mayor, tales como: el estado de bienestar personal, vivienda adecuada de forma personal y familiar, el nivel de educación alcanzado, el sistema sanitario, el ingreso económico, las relaciones interpersonales. Asimismo, tienen deficiencias y carencias con relación a los factores indicados y mayormente en sus niveles de economía.

El Gobierno Regional de Ancash, a través de la Gerencia Regional de Desarrollo Social, lideró la reunión de trabajo y Primer Encuentro Regional de Centros Integrales de Atención al Adulto Mayor, rumbo al Bicentenario 2021. La actividad se realiza con la finalidad de mejorar su calidad de vida y propiciar su plena integración al desarrollo social, económico, político y cultural. Actualmente existe una Ordenanza Regional que conforma el Consejo Regional del Adulto Mayor, presidido por el gobernador regional, Ing. Henry Borja Cruzado, con la asistencia técnica de la Gerencia de Desarrollo Social, que orienta sus acciones a diseñar y ejecutar políticas públicas al servicio de los adultos mayores (6).

La Municipalidad Distrital de Independencia (7) nos informa que el centro poblado de Llupa se encuentra ubicado en la ciudad de Huaraz a 3511 msnm, cuenta con servicios básicos como agua potable, desagüe y energía eléctrica. Medio de transporte autos, combis y bicicleta como también se puede llegar mediante caminatas, cuenta con una iglesia católica y una plaza de armas, el 15 de setiembre de todos los años le rinden homenaje a su patrón Santa Cruz que tiene una duración de 5 días donde se realizan diferentes actividades como misas, bailes, quema de fuegos artificiales. La actividad más significativa de los adultos es la agricultura, dedicados a los sembríos de maíz, habas, papa y crianza de animales menores como cerdos, gallinas, cuyes, conejos, abejas; así como tienen ocupaciones en la construcción de viviendas; algunos ocupan cargos como ambulantes y obreros, en caso de las mujeres se dedican a la crianza de los hijos y la labor en el hogar.

El centro poblado de Llupa, cuenta con una posta de Salud que pertenece a la Microred de Nicrupampa que está a cargo de dos enfermeras, una obstetra y un técnico de enfermería, donde los pobladores acuden para realizar sus controles o chequeos rutinarios. La vivienda en su gran mayoría son rústicos (adobe, piedras, etc.) y también en su minoría

de material noble (ladrillo) cuentan con una loza deportiva donde acuden con sus familias los fines de semana, cuentan con el Seguro Integral de Salud (SIS). Los adultos de esta localidad están expuestos a diferentes problemáticas de la salud como la artritis, artrosis, infecciones respiratorias agudas, lumbalgia, también está la prevalencia de las enfermedades no transmisibles que están relacionados con los estilos de vida y el escaso conocimiento que tienen para cuidar su salud que son el principal factor para adquirir estas enfermedades.

Por lo expuesto anteriormente, se considera necesario plantear la siguiente pregunta de investigación:

¿Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Llupa - Independencia - Huaraz, 2023?

Se justifica en la práctica, porque los resultados nos permitirán realizar futuras investigaciones ampliando y profundizando el estudio de las variables; ya que estas investigaciones añaden conocimientos sobre los estilos de vida y los factores biosocioculturales. De tal forma, son de mucha utilidad para los profesionales de la salud, sirve también para poder realizar campañas estratégicas que promuevan un mejor cambio de vida para los adultos y, además, dar renombre a la institución por la labor que se realiza.

Así mismo se justifica teóricamente, abordando temas vinculados a los estilos de vida y factores biosocioculturales, siendo las dos variables estudiadas en los adultos del centro poblado de Llupa, donde las fundamentaciones teóricas de estas variables incrementan los conocimientos a ellos. Además, tiene una razón de ser porque los resultados obtenidos pueden ser utilizados como referencia para los estudiantes de la salud y fomentar la mejor en la salud de la población. Además es necesario para el puesto de Salud de Llupa, las conclusiones las recomendaciones planteadas podrán ayudar en dar a conocer los factores de riesgo y ayudará a concientizar sobre la problemática de la salud que se presenta y con ello se podrán tener en cuenta los datos obtenidos para realizar planes de salud pública que motivan formas de vida, saludables, teniendo en cuenta que si se logra una corrección de los factores de riesgo se tendrá un prolongación y mejora en los periodos de vida en las personas.

En conclusión, la investigación sobre estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Llupa - Independencia – Huaraz, 2023 tiene importancia para la mejora de la atención en salud, aplicando técnicas para prevenir y tratar con

efectividad, guiando la ejecución de la política y programa de salud pública, promoviendo saludables estilos de vida.

Para dar respuesta a la interrogante se formuló el siguiente objetivo general:  
Determinar la relación que existe entre el estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Llupa - Independencia - Huaraz, 2023.

Valorar el estilo de vida de los adultos del centro poblado de Llupa, Independencia - Huaraz, 2023.

Identificar los factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Llupa - Independencia - Huaraz, 2023.

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes

#### 2.1.1. Antecedente Internacionales

Toapaxi (8) en su tesis titulada “Influencia Estilos de vida en el estado de salud de los Adultos en Centro de Salud – Ecuador, 2020”. El objetivo fue indagar el estilo de vida del adulto según sus características demográficas y socioeconómicas. Método: Diseño transversal, nivel descriptivo. Resultado: 15 % con calidad de vida saludable y el 32% con estilo de vida no saludable, concluyendo: el determinante importante es la alimentación carencial, por lo que el autor recomienda intervenir en la nutrición y los estilos de vida.

Cornejo (9) en su tesis titulada “Estilo de vida del adulto mayor: Evaluación de los niveles de autonomía e independencia. 2018”. Tuvo como objetivo, contribuir a la reflexión crítica con los conceptos sobre el envejecimiento, su autonomía e independencia para favorecer un estilo de vida saludable. La metodología fue cualitativa-descriptiva, su población y muestra estuvo constituido por los adultos mayores, para la recolección de datos se empleó las fichas de observación e historiales clínicos. Resultados: los adultos mayores mantienen su funcionalidad al realizar sus actividades por sí solos, siendo su desarrollo personal óptimo. Concluyendo que los adultos mayores por medio de un adecuado sistema de afrontamiento mejoran su funcionalidad teniendo niveles óptimos de autonomía e independencia facilitando un estilo de vida saludable.

Vera (10) en su tesis titulada “Estilos de vida de los comerciantes de verduras del mercado feria libre el Arenal, Cuenca – Ecuador, 2018”. Tuvo como objetivo fue determinar el estilo de vida de los comerciantes de verduras que laboran en el Mercado el Arenal, en el sector de la Feria Libre, en la ciudad de Cuenca. La metodología fue de tipo de cuantitativo, descriptivo de corte trasversal, con una muestra de 60 comerciantes. Resultados: el 100% se alimentan tres veces al día; en actividad física el 87%; en manejo del estrés 62%; en apoyo interpersonal 90%; en autorrealización 95%; en responsabilidad en salud 77%; en higiene 85%; en recreación 52%, tienen momentos de entretenimiento con su familia; en nivel socioeconómico se encuentra en el nivel medio bajo con 55%. Conclusiones: los

comerciantes de verdura la Feria Libre el Arenal tienen un buen estilo de vida (97%).

### 2.1.2 Antecedentes Nacionales

Yanahuanca (11) en su tesis titulada “Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto en el caserío Cabeza\_Huancabamba\_Piura, 2022”. Tuvo como objetivo, determinar la relación entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales del adulto. La metodología fue de tipo cuantitativo, descriptivo no experimental con doble casilla; con una muestra 118 adultos. Resultados: estilo de vida no saludable 73%, el 64% es de sexo femenino de 36 a 59 años con el 39%, menos de la mitad tiene secundaria con 42%, la mayoría profesa religión católica 92%, con ingresos económicos de 400 a 650 soles 26%. Conclusión: si existe una relación estadística entre estilos de vida y factores biosocioculturales en edad, estado de civil e ingreso económico. Pero no existe relación significativa entre las variables de sexo, instrucción, religión y ocupación.

Álvarez (12) en su tesis titulada “Estilos de Vida y factores biosocioculturales en el adulto que acude a la Clínica Arthromeds\_Lima 2022”. Tuvo como objetivo describir los estilos de vida y factores biosocioculturales en el adulto. La metodología fue de tipo cuantitativo, corte transversal de nivel descriptivo, con una muestra de 268 adulto, se aplicó dos instrumentos. Resultados: el 99,2% no cuentan un estilo de vida saludable, mientras los factores biosocioculturales el 80,22% son los de sexo masculino, el 58,96% están en la edad entre 35 a 59 años, más de la mitad con 47,76% secundaria completa, el 42,1% tienen un ingreso económico menor a 100 soles. Conclusiones: No existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y el sexo, edad, grado de instrucción, ocupación, religión e ingreso económico.

Girón (13) en su tesis titulada: “Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto del A.H nuevo Catacaos I Etapa\_Catacaos\_Piura, 2022”. Tuvo como objetivo, determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales. La metodología fue de tipo cuantitativo de corte transversal y diseño descriptivo, con una población muestral de 293 adultos; se empleó la técnica de encuesta y el instrumento fue el cuestionario. Resultados: el mayor porcentaje no tiene estilos de vida, el sexo femenino 61%, entre 36-59% años 60%, el 47%



secundaria completa, católicos 87%, más de la mitad son casados, ingreso económico es de 600 a 1000 soles y con un 52% empleados. Además, no tienen un estilo de vida saludable 84,3%. Conclusiones: no hay relación significativa entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales.

### **2.1.3. Antecedentes Locales**

Silvestre (14) en su estudio titulado: “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Mallquibamba-Carlos Fermín Fitzcarrald, 2020”. Tuvo como objetivo, determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos. El enfoque cuantitativo diseño correlacional, de corte transversal muestra igual a 110 adultos. La mayoría son católicos, casados, la mayoría mujeres con edades de 36 a 59 años, al 5% percibe 100 soles mensualmente, hay pocos analfabetos y su ocupación es del hogar. Conclusión: no hay relación directa entre las variables de estudio.

Sifuentes (15) en su tesis titulada “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío Ucu Wellap-Huaraz-Ancash, 2022”. Tuvo como objetivo determinar los estilos de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del caserío Ucu Wellap. La metodología fue cuantitativo descriptivo correlacional, la muestra fue de 120 adultos. Resultados y conclusión: La mayoría tiene estilo de vida no saludable, en cuanto a los Factores Biosocioculturales, se encontró que la mayoría tienen una edad comprendida entre 36-59 años, más de la mitad son de sexo femenino, la gran mayoría tiene grado de instrucción secundaria incompleta, la mayoría profesan la religión católica y son casados, en cuanto a la ocupación se dedican a la labor doméstica de su casa y la mayor cantidad de personas refieren que tienen un ingreso económico de 100 a 599 soles.

Trujillo (16) su tesis titulada “Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Quenuayoc –Independencia – Huaraz – Ancash, 2021”. Tuvo como objetivo, determinar la relación entre el estilo de vida y factores biosocioculturales de las personas adultas del centro poblado de Quenuayoc – Independencia – Huaraz. Su metodología cuantitativa, descriptivo, con muestra 148 adultos, utilizó la técnica de la entrevista mediante dos cuestionarios. Concluye que en casi su totalidad cuenta con estilo de vida no salubre, en cuanto a los factores biosocioculturales se halló más de la mitad son de sexo femenino, de religión

católica, secundaria completa, ocupación ama de casa, estado civil casados y tienen ingresos menores a 400 nuevos soles. Si existe una relación estadística significativa entre el factor social e ingreso económico con el estilo de vida.

## 2.2. Bases teóricas

La investigación se fundamenta con las bases teóricas de Marc Lalonde y Nola Pender, estas teorías están vinculadas a los factores en relación a los estilos de vida del ser humano.

En su modelo “Determinantes de la Salud” del autor Marc Lalonde (1974) expuso su estudio, se enfocó en cuatro las cuales es para el beneficio colectivo y comunitario, marcando una gran diferencia en el cuidado hacia la persona, así mismo propuso un modelo conceptual para analizar problemas y determinar necesidades en relación a la salud. También menciona que los estilos de vida, es el elemento principal en el campo de la salud, si el estilo es beneficioso obtendrá una cualidad de vida adecuada, si es menos la persona tendrá un estilo de vida inadecuado y vulnerable a distintas enfermedades no transmisibles y enfermarse (17).

Según Marc Lalonde, el estado de salud de una determinada comunidad está afectado por 4 determinantes, que se menciona en la siguiente imagen:



**Fuente:** Determinantes de la salud, Informe de Lalonde, 1974

Los comportamientos de Salud, considerados como estilo de vida, que son grupo de la toma de decisiones con relación a su salud relacionado a la situación sedentaria, alimentos, consumo de droga, horario, uso de servicios higiénicos. Estas situaciones influyen en la vida del ser humano influyendo en la salud mental y física, que influye

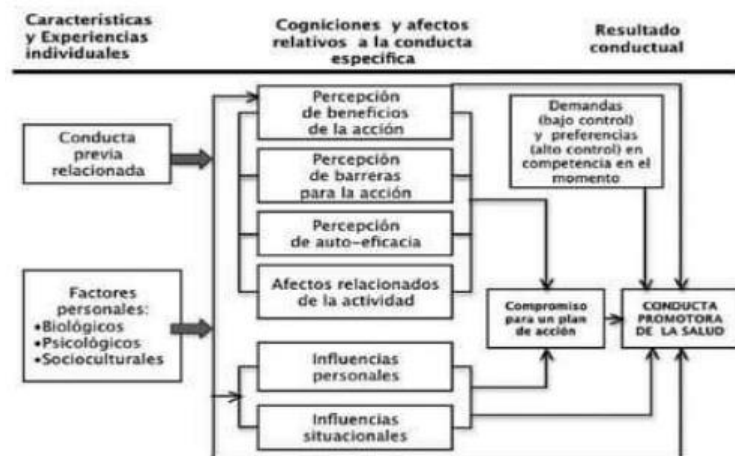
en el cuerpo humano debido a la biología, destacándose la herencia genética y el proceso vejez. La salud se relaciona con el entorno ambiental y los factores de la salud humana teniendo por control con la distorsión sociocultural, química, psicosocial, biológica y física.

Es responsabilidad de enfermería dentro de la práctica médica en el sistema de salud, el tiempo de espera y la burocracia asistencial como recursos adversos. Para Marc Lalonde, un estilo de vida consiste en decisiones y actividades físicas que realiza el adulto mayor; en casos de no tener determinaciones positivas y no mejoran sus hábitos, puede generar en la persona afectos negativos, como a enfermedad, el continuo malestar y posteriormente el deceso. Por lo tanto, la base del bienestar personal es el estilo de vida. Además, el estilo de vida son acciones y decisiones permanentes buscando un bienestar físico, social y mental; como los ejercicios, alimentación balanceada, reflexiones acerca de pensamientos positivos, que favorecen una situación saludable.

Según su modelo de la promoción de la Salud la teorista Nola Pender, define como actividades para el desarrollo del bienestar de la persona, en este modelo surge como propuesta añadir a enfermería para adecuarlo a la carrera profesional para poder motivar a mejorar a través de la promoción de la salud, comportamientos, saludables, actitudes, etc., para que motive a las personas para que se comprometan a mejorar sus hábitos de vida (18).

Se entiende como estilo de vida al grupo de hábitos y patrones de comportamiento que se interrelacionan con la salud dando sentido a la satisfacción y la mejora personal, por otra parte, la familia influye con los buenos hábitos dando sostenibilidad económica, que se refleja en una vida responsable en el contexto de una sana interacción, buena alimentación, buen manejo del estrés, adecuada autorrealización, que se conocen como saludables prácticas que enriquecen la vida adulta (19).

## Esquema del modelo de la promoción de salud de Nola Pender



Fuente: modelo de promoción de salud de pender 1996 en Cid. PH merino JE Stieповich JB

En el diagrama, se puede observar como integrantes elementos de izquierda a derecha; la primera presenta la características y experiencias personales humanas, abarcando la conducta previa referida a experiencias previas, que tienen efectos en forma directa e indirecta en las conductas de calidad de salud y la segunda se refiere al factor personal, categorizado como psicológico, personal y sociocultural; y en función del enfoque son considerados como predictores del comportamiento (20).

El modelo se centra en la segunda columna, relacionados con el afecto y los conocimientos humanos y se compone de seis definiciones: La primera se refiere a la apreciación positiva, por recibido una acción valorada; el segundo: Alude a la apreciación negativa; la tercera: Alude a la autoeficiencia adoptada; que comprende las 18 competencias de la misma persona en la ejecución de una conducta; el cuarto: Se relaciona con la conducta sea negativa o positiva relativo a un comportamiento, desfavorable o favorable; el quinto: Trata de la influencia interpersonal referente a la adopción de otras personas en la salud (20).

La sexta definición se refiere a las disminuciones que pueden producir las incidencias para sumar o disminuir su cooperación en salud de los componentes enunciados, relacionados por comprometerse en un programa de acción, que es la definición establecida en la tercera columna constituyendo el precedente para el producto final que se propuso alcanzar, como la que promueve la salud. En este caso podría influenciar, además, la contraposición de preferencias y demandas prontas. Entonces, el paradigma de promoción saludable impulsa las dimensiones y relaciones que contribuyen a modificar el comportamiento promotor de salud, siendo el punto de orientación para el logro efectivo de una vida propia y productiva. Por lo tanto, la salud

personal está sujeto a su conducta y la praxis supeditada a la salud y la mala práctica tiene como factores influyentes a los factores culturales, económicos y sociales que conduce la persona; por ello será de importancia poner la práctica la 19, promocionar de la salud que ayuda a empoderarse de conductas humanas de salud y además consolida cambios saludables en la conducta (21).

### **2.2.1. Bases conceptuales de la investigación**

El estilo de vida, es definido como una forma individual de las vivencias de cada persona, igualmente con el medio ambiente están vinculados por factores físicos, laborales y/o sociales, que dependen tanto de la persona asimismo del entorno que nos rodea. Hoy por hoy, se cree que la familia es un equipo particular con condiciones de vidas parecidas (22).

Salud, es la condición absoluta del bienestar tanto como físico, mental y social. El concepto de la salud no es solamente la ausencia de la enfermedad. Sino que es positivo, es tener la actitud gozosa en la vida y la aceptación alegremente de sus responsabilidades (23).

Factor biosociocultural, es el proceso social que comprende hábitos de comportamientos, tradiciones y conductas de la persona o población en general, que le orienta a la satisfacción, la carencia o las necesidades humanas con el fin de obtener el bienestar, de tal manera hace referencia al proceso relacionado con lo biológico, social y, además, que implica la cultural del usuario, dentro de ello se considera la edad, sexo, religión, ocupación, grado de instrucción y el ingreso económico (24).

Factor biológico, hace referencia que cada persona es diferente muy particulares, dentro de ello abarca la edad y el sexo, ya que esto va definir a cada persona, también, la biología es el estudio de la anatomía tanto interno como externo, por lo tanto, estudia los comportamientos y evolución de ser vivo, con la finalidad de conocer el origen de los seres vivos y el proceso de desarrollo (25).

Factor Social, comprende el estado civil de la persona, la relación que presenta dentro de la familia y las conductas. Igualmente, se refiere a la crisis económica y el crecimiento descontrolado demográfico que existe en cada país. Además, dentro de ellos están los roles de cada integrante de la familia y el estatus social. De tal manera abarca la ocupación o empleo del individuo (26).

### 2.3. Hipótesis

- **H<sub>1</sub>**: Existe relación estadística significativa entre el estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Llupa - Independencia - Huaraz, 2023.
- **H<sub>0</sub>**: No existe relación estadística significativa entre el estilo de vida y factores biosocioculturales del centro poblado de Llupa - Independencia - Huaraz, 2023.

### III. METODOLOGÍA

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

##### Nivel de la investigación:

Descriptivo correlacional, porque se describió fenómenos, hechos o acontecimientos en el campo del conocimiento, teniendo en cuenta una circunstancia temporal y geográfica determinada, que delimite su alcance. La recolecta de datos fue de forma asistemática con objetividad donde se aplicó técnicas e instrumentos como la encuesta y el cuestionario entre las variables y /o explicativas (27).

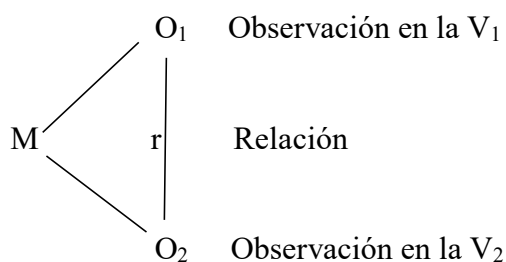
##### Tipo de la investigación:

Cuantitativo, porque se empleó datos estadísticos y numéricos donde se estudió el comportamiento de la variable de una determinada población con bases teóricas para un amplio conocimiento científico sin acercarnos a la solución de problemas inmediatos.

##### Diseño de la investigación:

Correlacional no experimental y transversal, porque se empleó las tablas de contingencia, para conocer la relación de las variables, donde se seleccionó la muestra de un grupo de personas y se recopiló los datos en una tabla de doble casilla establecido en la primera casilla y los factores de riesgo en la segunda casilla (28).

El diagrama es:



Donde:

M = Muestra de estudio

O<sub>1</sub> = Observación en la Variable 1

r = Correlación

O<sub>2</sub> = Observación en la Variable 2

### 3.2. Población y muestra

#### **Población**

La investigación tuvo como población 360 adultos que residen en el centro poblado de Llupa entre hombres y mujeres.

#### **Muestra**

La muestra estuvo conformada por 186 adultos, la cual fue determinada por el muestreo no probabilístico llamado por conveniencia.

**Unidad de análisis:** Cada adulto del centro poblado de Llupa, Independencia - Huaraz, que formó parte de la muestra y cumpliendo con los criterios de la investigación.

#### **Criterios de inclusión y exclusión**

##### **Criterios de Inclusión:**

- Adultos que participaron en la investigación firmando el consentimiento.
- Adultos de ambos sexos que pertenecen al centro poblado de Llupa, Independencia - Huaraz.
- Adultos que tuvieron la disponibilidad para rellenar la encuesta.

##### **Criterios de Exclusión:**

- Adultos que presente algún trastorno mental.
- Adultos que padezcan problemas de comunicación.
- Adultos que tengan alguna alteración patológica.

### 3.3. Variables, Definición y Operacionalización

**Primera Variable:** Estilos de vida

**Definición Conceptual:** Los estilos de vida son un grupo de patrones de conducta de la persona relativo a su salud a los cuales ejerce un control relativo a su sistema alimentario, higiene personal, actividad física y hábitos negativos que podrían perjudicar su salud (29).

**Segunda Variable:** Factores biosocioculturales de los adultos

**Definición conceptual:** Patrones de conducta que cuenta la persona y estas características se puede modificar. Estos son comprenden el nivel educativo, edad, sexo, religión, ocupación, estado civil y situación económica (30).



### 3.3.1 Operacionalización de Variables

VARIABLE	DEFINICIÓN OPERATIVA	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	CATEGORIAS O VALORACIÓN
Variable 1 Estilos de vida	La variable fue medida mediante un cuestionario tipo Likert de 25 ítems a los adultos (previamente validado) esto nos permitió conocer en sus diferentes dimensiones si llevan un estilo de vida saludable o un estilo de vida no saludable.	Alimentación Actividad y ejercicio Manejo del estrés Apoyo interpersonal Autorrealización Responsabilidad en salud	Estilo de vida saludable Estilo de vida no saludable	Nominal	Estilo de vida saludable: 75 – 100 puntos Estilo de vida no saludable: 25 – 74 puntos
Variable 2 Factores biosocioculturales	La variable fue medida a través de un cuestionario a los adultos (previamente validado) esto nos permitió conocer los diferentes factores biosocioculturales	Factores biológicos Factores culturales Factores sociales	Sexo Edad Grado de instrucción Religión Estado civil	Nominal Razón Ordinal Nominal Nominal	Masculino Femenino 20-35 años 36-59 años 60 a más Analfabeto Primaria Secundaria Superior Evangélico Católico Otros Casado Viudo Soltero Conviviente Separado

			Ocupación	Nominal	Obrero Empleado Ama de casa Estudiante otros
			Ingreso económico	De razón	Menor de 400 soles de 400 a 650 soles de 650 a 850 soles de 850 a 1100 soles Mayor de 1100 soles

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

#### Técnicas de recolección de datos:

En la investigación se empleó la entrevista y la observación donde se aplicó las encuestas sobre los estilos de vida y los factores biosocioculturales a todos los adultos del centro poblado de Llupa.

#### Instrumentos:

Se utilizó dos cuestionarios: la escala de los estilos de vida y el cuestionario de los factores biosocioculturales para la recolección de la información.

#### Instrumento 1:

##### Escala de los estilos de vida

Para la recolección de datos se empleó la escala de los estilos de vida, promotor de la salud, elaborado por Walker, Sachrist y Pender, modificado por las investigadoras de línea que pertenecen a la escuela profesional de enfermería ULADECH Católica, Delgado, R; Reyna E, y Diaz R, para fines de la presente investigación, consiste de seis dimensiones y se subdivide por 25 ítems donde midió y evaluó los estilos de vida mediante las siguientes dimensiones: alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud.

Dichas dimensiones están estructuradas de la siguiente manera:

- Alimentación 1,2,3,4,5,6

- Actividad y ejercicio            7,8
- Manejo del estrés                9,10,11,12
- Apoyo interpersonal            13,14,15,16
- Autorrealización                17,18,19
- Responsabilidad en salud    20,21,22,23,24,25

Cada ítem tiene el siguiente criterio de calificación

NUNCA:            N = 1

A VECES:         V = 2

FRECUENTEMENTE:        F = 3

SIEMPRE:         S = 4

Los puntajes obtenidos en la escala total del promedio resultan de las distintas respuestas de los 25 ítems, de la misma forma fue el resultado de cada sub escala donde se obtuvo como resultado de dos categorías, las cuales son: saludable es de 75 – 100 puntos; y no saludable es de 25 – 74 puntos.

### **Instrumento 2:**

#### **Cuestionario de los factores biosocioculturales de los adultos:**

Este instrumento fue elaborado por las investigadoras de línea de la escuela profesional de enfermería de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote ULADECH: Delgado R, Reyna E, y Díaz R, que estuvo constituido por 8 ítems divididos en 4 partes que incluye los datos de la identificación, factores biológicos, culturales y sociales.

Se estructura de la siguiente manera:

- Datos de identificación: Datos completos o iniciales de la persona entrevistada (1 ítems)
- Factores biológicos: Comprende el sexo y la edad (2 ítems)
- Factores sociales: Comprende el estado civil, la ocupación y el ingreso económico (3 ítems)
- Factores culturales: Comprende la escolaridad y la religión (2 ítems)

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

**Validez externa:**

Se aseguró mediante el juicio de 3 expertos del área de investigación, quienes con sus sugerencias fueron brindados con mayor calidad y especificidad a los instrumentos de medición (31).

**Validez interna:**

En cuanto a la validez interna de la escala de estilo de vida se aplicó la fórmula de persona en cada uno de los ítems. Se obtendrá un  $r > 0.20$ , lo cual nos indicaron que el instrumento es válido (31).

**Confiabilidad**

De un total de 29 encuestados realizados a nivel piloto que se realizó midiendo la confiabilidad del instrumento que se obtuvo para la escala total con un índice de confiabilidad alfa de Cronbach de 0.794, lo cual nos indicó que la escala permitió medir el estilo de vida adulto siendo confiable.

**3.5. Método de análisis de datos**

Procedimiento para la recolección de datos:

Para la recolección de datos de la siguiente investigación se consideró lo siguiente:

- Se le solicitó e informó del consentimiento informado a cada adulto.
- Se realizó la coordinación con los adultos para la fecha y hora oportuna para aplicar el instrumento.
- Se aplicó el instrumento a cada adulto.
- Se leyó a cada adulto el contenido del instrumento.
- El tiempo aproximado para el llamado del instrumento, fue de 20 minutos.

**Análisis y procedimiento de los datos**

Es importante destacar que el análisis y procesamiento de los datos deben ser realizados por un investigador con experiencia en la utilización de técnicas estadísticas y en la interpretación de los resultados. Asimismo, es fundamental seguir las normas éticas y de integridad científica en todo el proceso de la investigación, se realizó un análisis descriptivo mediante tablas de frecuencia-porcentaje y promedio-desviación estándar con sus respectivos gráficos según el tipo de variables.

De tal manera para el análisis correlacional cuya finalidad fue que cada variable pertenezca a los factores asociados con el comportamiento de la salud. Donde se utilizará el Chi cuadrado según el tipo que corresponda, presentando el valor con un nivel de confianza del 95%; siendo la variable de estudio estilos de vida categorizado a través de la variación estadística haciendo uso de los porcentuales. Igualmente, para el procesamiento y análisis de datos que fueron ingresados a una base de datos software estadístico IBM para ser exportados a una base de datos en el software SPSS v. 25.0. y se presentaron en tablas simples, frecuencia y porcentajes para su respectivo análisis.

### **3.6. Aspectos éticos**

El informe de investigación fue sujeto bajo los principios éticos que rigen de la actividad investigadora que tuvo en cuenta el reglamento de integridad científica de Uladech católica (2023) versión 2:

Los principios éticos son considerados como modelos y medidas que ordenan las acciones humanas que permitieron modificar los talentos espirituales, las normas generales y universales que ayudan a cubrir las necesidades humanas de desarrollo personal y profesional (32).

- Respeto y protección de los derechos de los intervinientes, se protegió la dignidad, privacidad y diversidad cultural de los participantes, en la investigación se preservó y defendió la integridad de los participantes, se manejó cuidadosamente la intimidad y respeto en todos los aspectos su culturalidad.
- Cuidado del medio ambiente, se debe de proteger el entorno teniendo en cuenta la protección de especies, preservando de la biodiversidad y naturaleza, durante la entrevista se cuidó y conservó el entorno, se respetó las especies que habitan en el lugar evitando daños.
- Libre participación por propia voluntad, información de los propósitos y finalidades de la investigación en la que participaron de tal manera que se exprese de forma inequívoca su voluntad libre y específica para su participación, en el estudio primero se contactó a los habitantes se le informó las finalidades y objetivos de la investigación y se les invitó a participar donde ellos libres y autónomos aceptaron y otros también se negaron a participar donde se respetó su decisión.
- Beneficencia, no maleficencia, durante la investigación y con los hallazgos encontrados asegurando el bienestar de los participantes a través de la aplicación de

los preceptos de no causar daño, reduciendo efectos adversos posibles y maximizando los beneficios, en la investigación se alivió el daño haciendo el bien otorgando beneficios y oportunidades en beneficio de los participantes por encima de los intereses del estudio.

- Integridad y honestidad se permitió la objetividad imparcialidad y transparencia en la difusión responsable, los resultados obtenidos en el estudio fueron veraces y reales porque se trabajaron bajo principios sin alterar ningún resultado para no afectar la realidad de la población.
- Justicia mediante un juicio razonable y ponderable que permitió la toma de precauciones y limite los sesgos, así también, el trato equitativo con todos los participantes, se mantuvo durante las entrevistas un trato justo y digno con todos los adultos respetando su religión, raza y género.

#### IV. RESULTADOS

**TABLA 01**

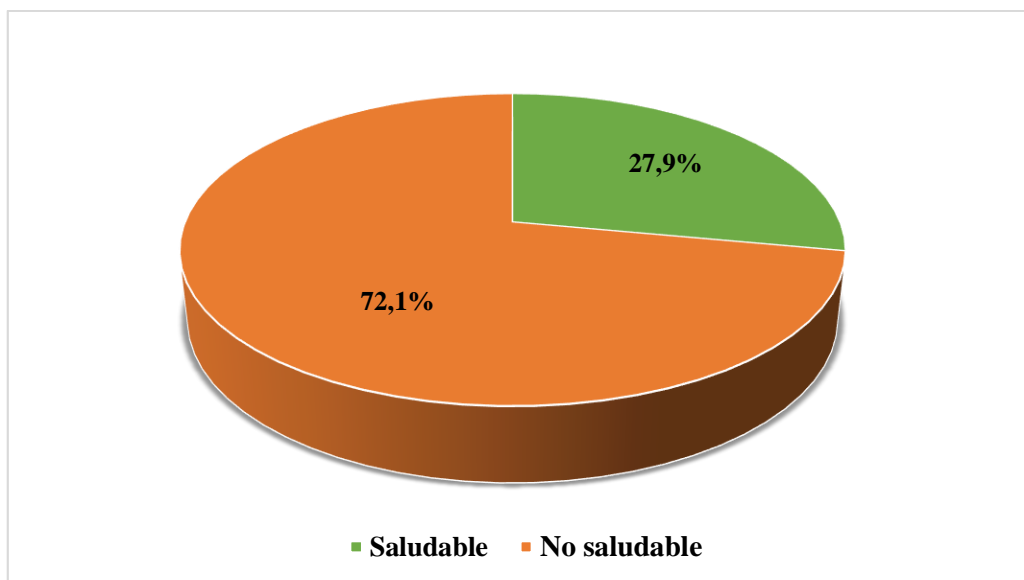
*ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA -  
INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023*

<b>Estilo de vida</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Saludable	52	27,9
<b>No saludable</b>	<b>134</b>	<b>72,1</b>
<b>TOTAL</b>	<b>186</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Escala de estilos de vida, elaborado por Walker, Sechrist y pender y modificado por Díaz R; Reyna E; Delgado R (2008), aplicado a los adultos del centro poblado de Llupa - Independencia - Huaraz, 2023.

**FIGURA 01 DE LA TABLA 01**

*ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA -  
INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023*



**Fuente:** Escala de estilos de vida, elaborado por Walker, Sechrist y pender y modificado por Díaz R; Reyna E; Delgado R (2008), aplicado a los adultos del centro poblado de Llupa - Independencia - Huaraz, 2023.

**TABLA 02**  
**FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS ADULTOS DEL CENTRO**  
**POBLADO DE LLUPA - INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023**

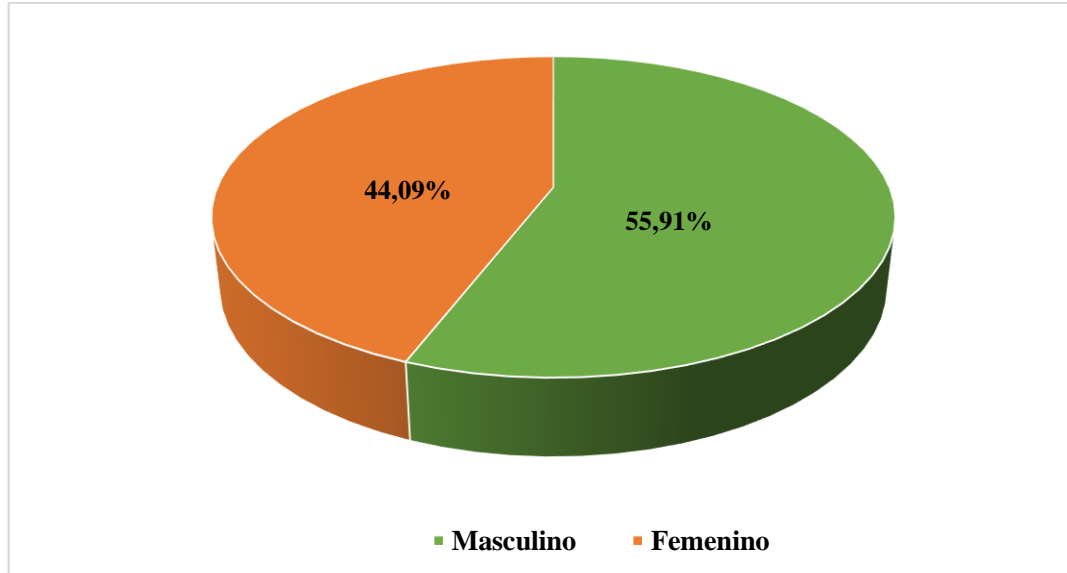
FACTORES BIOLÓGICOS		
Sexo	n	%
<b>Masculino</b>	<b>104</b>	<b>55,91</b>
Femenino	82	44,09
<b>Total</b>	<b>186</b>	<b>100,00</b>
Edad (años)	n	%
18 - 29 años	55	29,57
30 - 59 años	58	31,18
<b>60 a más</b>	<b>73</b>	<b>39,25</b>
<b>Total</b>	<b>186</b>	<b>100,00</b>
FACTORES CULTURALES		
Grado de instrucción	n	%
Analfabeto	25	13,44
<b>Primaria</b>	<b>68</b>	<b>36,56</b>
Secundaria	52	27,96
Superior	41	22,04
<b>Total</b>	<b>186</b>	<b>100,00</b>
Religión	n	%
<b>Católico</b>	<b>141</b>	<b>75,81</b>
Evangélico	35	18,82
Otra religión	10	5,38
<b>Total</b>	<b>186</b>	<b>100,00</b>
FACTORES SOCIALES		
Estado civil	n	%
Soltero	27	14,52
Casado	55	29,57
Viudo	19	10,22
<b>Conviviente</b>	<b>78</b>	<b>41,94</b>
Separado	7	3,76
<b>Total</b>	<b>186</b>	<b>100,00</b>
Ocupación	n	%
Obrero	34	18,28
Empleado	30	16,13
Ama de casa	37	19,89
Estudiante	25	13,44
<b>Otros</b>	<b>60</b>	<b>32,26</b>
<b>Total</b>	<b>186</b>	<b>100,00</b>
Ingreso económico	n	%
Menor de 400 soles	44	23,66
<b>De 400 a 650 nuevos soles</b>	<b>70</b>	<b>37,63</b>
De 650 a 850 nuevos soles	32	17,20
De 850 a 1100 nuevos soles	23	12,37
Mayor de 1100 nuevos soles	17	9,14
<b>Total</b>	<b>186</b>	<b>100,00</b>

**Fuente:** Cuestionario de los factores biosocioculturales de los adultos, elaborado Delgado R, Reyna E, y Díaz R. (2008), aplicado a los adultos del centro poblado de Llupa - Independencia - Huaraz, 2023.



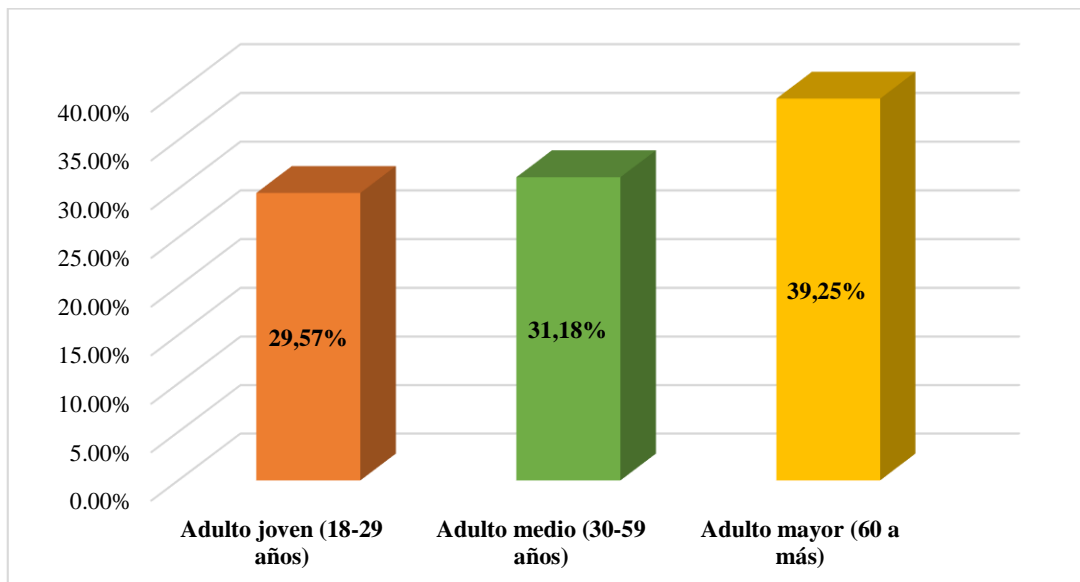
## FIGURAS DE LA TABLA 02

FIGURA 2: SEXO DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA – INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023



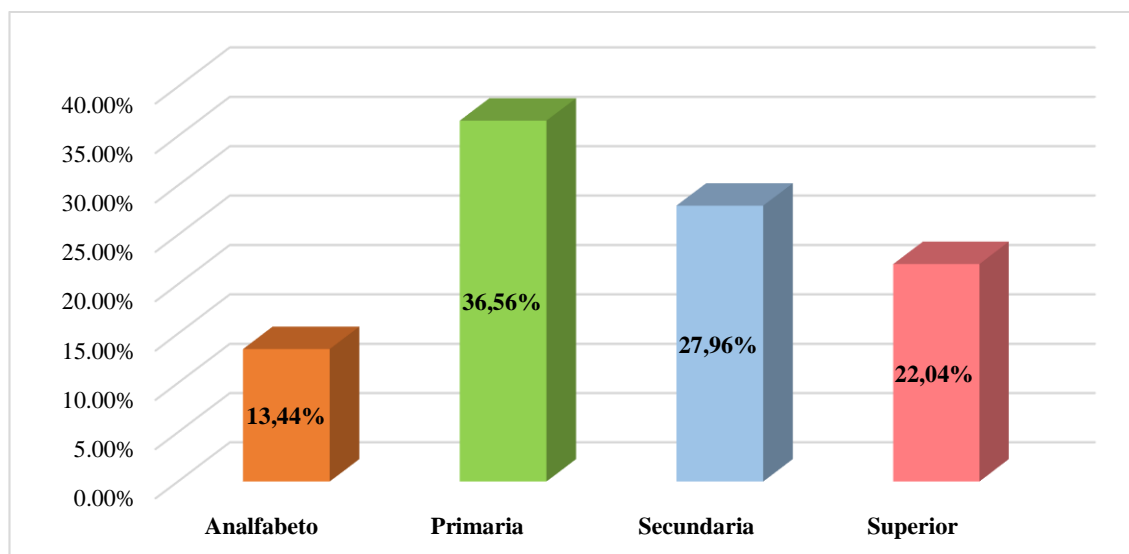
**Fuente:** Cuestionario de los factores biosocioculturales de los adultos, elaborado Delgado R, Reyna E, y Díaz R. (2008), aplicado a los adultos del centro poblado de Llupa – Independencia - Huaraz, 2023.

FIGURA 3: EDAD DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA – INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023



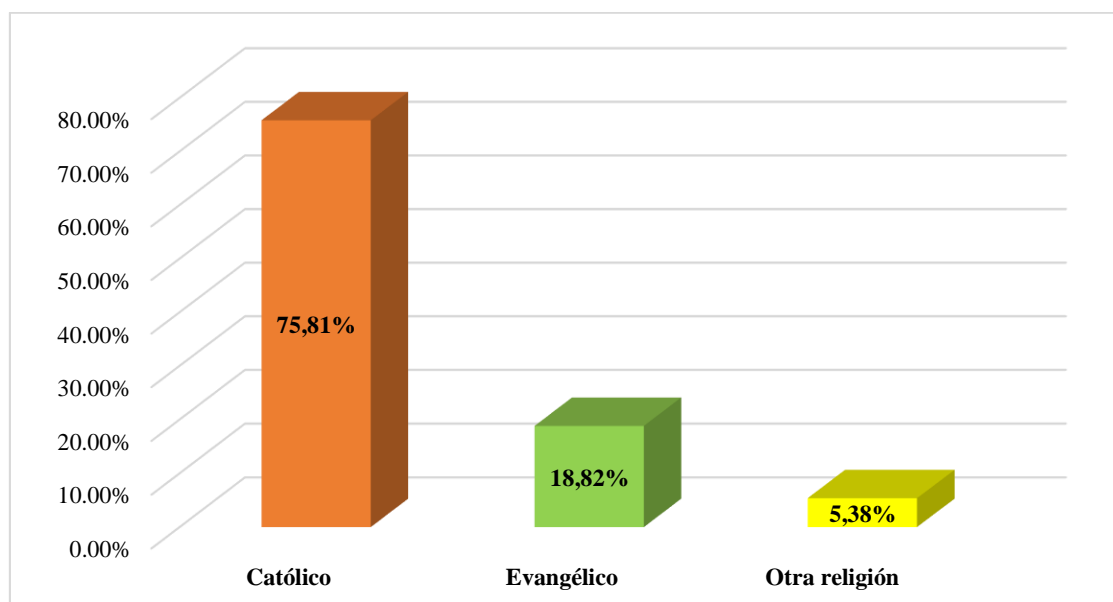
**Fuente:** Cuestionario de los factores biosocioculturales de los adultos, elaborado Delgado R, Reyna E, y Díaz R. (2008), aplicado a los adultos del centro poblado de Llupa - Independencia - Huaraz, 2023.

*FIGURA 4: GRADO DE INSTRUCCIÓN DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA - INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023*



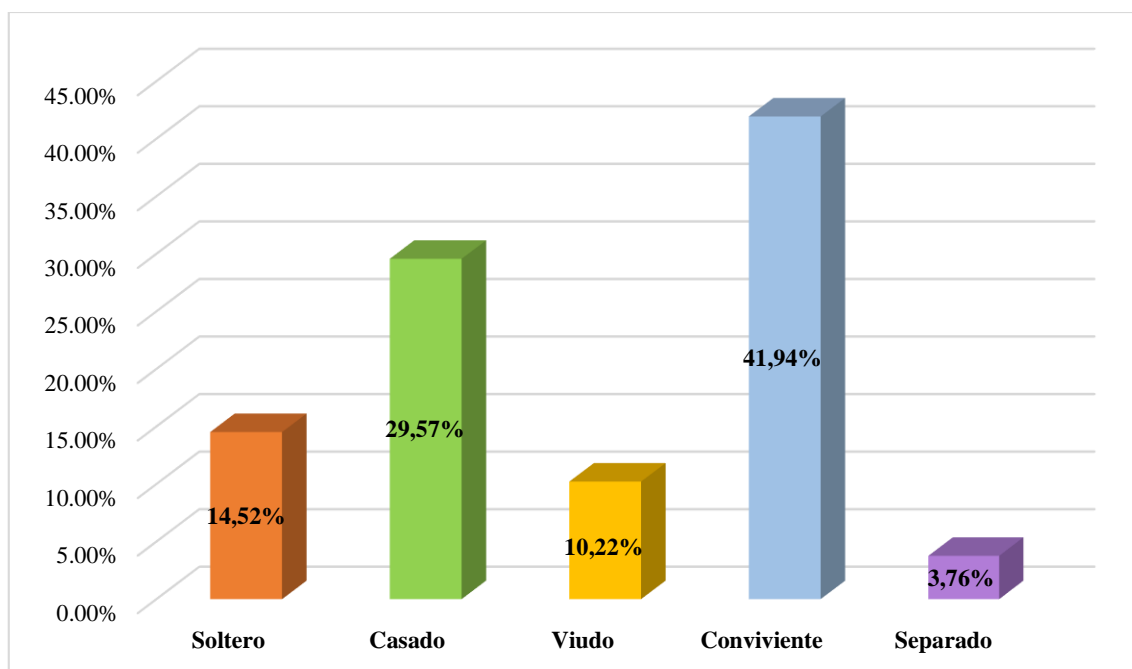
**Fuente:** Cuestionario de los factores biosocioculturales de los adultos, elaborado Delgado R, Reyna E, y Díaz R. (2008), aplicado a los adultos del centro poblado de Llupa – Independencia - Huaraz, 2023.

*FIGURA 5: RELIGIÓN DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA, INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023*



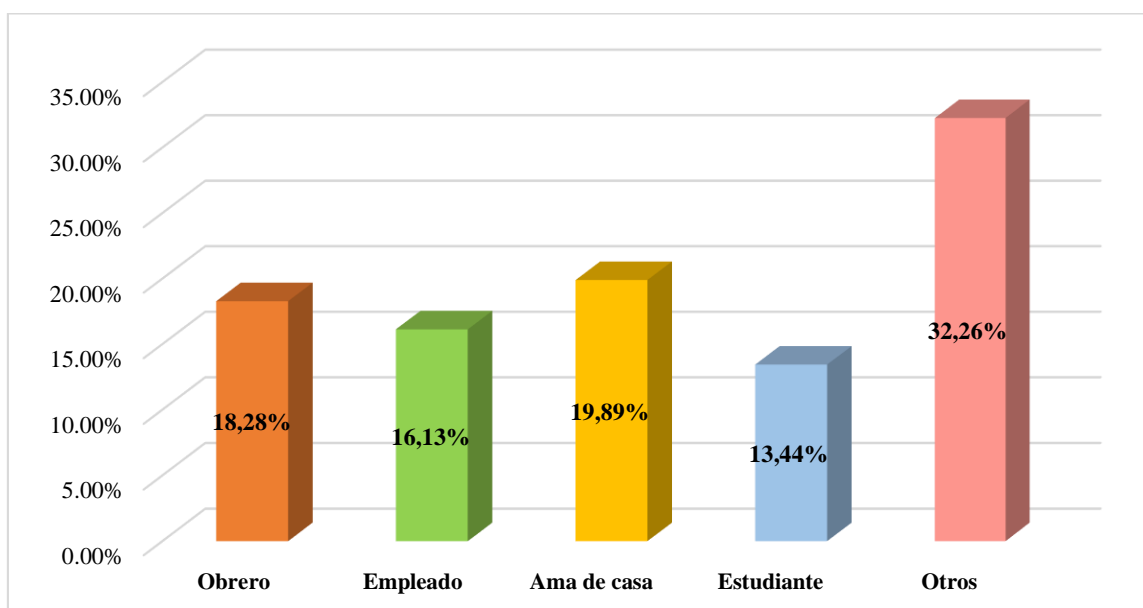
**Fuente:** Cuestionario de los factores biosocioculturales de los adultos, elaborado Delgado R, Reyna E, y Díaz R. (2008), aplicado a los adultos del centro poblado de Llupa - Independencia - Huaraz, 2023.

*FIGURA 6: ESTADO CIVIL DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA - INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023*



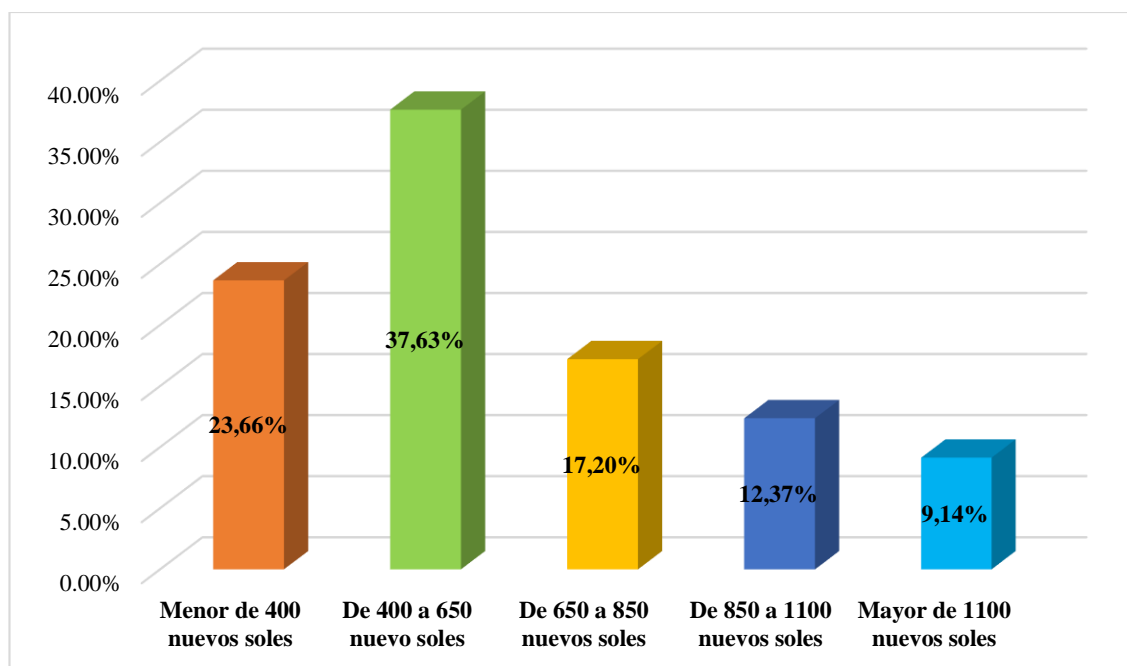
**Fuente:** Cuestionario de los factores biosocioculturales de los adultos, elaborado Delgado R, Reyna E, y Díaz R. (2008), aplicado a los adultos del centro poblado de Llupa - Independencia – Huaraz, 2023.

*FIGURA 7: OCUPACIÓN DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA - INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023*



**Fuente:** Cuestionario de los factores biosocioculturales de los adultos, elaborado Delgado R, Reyna E, y Díaz R. (2008), aplicado a los adultos del centro poblado de Llupa - Independencia – Huaraz, 2023.

*FIGURA 8: INGRESO ECONÓMICO DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA - INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023*



**Fuente:** Cuestionario de los factores biosocioculturales de los adultos, elaborado Delgado R, Reyna E, y Díaz R. (2008), aplicado a los adultos del centro poblado de Llupa - Independencia - Huaraz, 2023.

**RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES BIOSOCIOCULTURALES Y EL ESTILO  
DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA -  
INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023**

**TABLA 03**

*FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO  
POBLADO DE LLUPA - INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023*

Sexo	Estilo de vida				Total		PRUEBA CHI CUADRADO  $x^2= 1.6680$ ; 1gl P=3.8415 > 1.66  No existe relación significativa entre las variables.
	Saludable		No Saludable				
	N	%	n	%	n	%	
<b>Masculino</b>	<b>33</b>	<b>17,7</b>	<b>71</b>	<b>38,2</b>	<b>104</b>	<b>55,9</b>	
Femenino	19	19,3	63	33,9	82	44,1	
<b>Total</b>	52	27,9	134	72,1	186	100	

Edad (años)	Estilo de vida				Total		PRUEBA CHI CUADRADO  $x^2= 1.5386$ ; 2gl P=5.9915 > 1,53  No existe relación significativa entre las variables.
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
18-29 años	12	6,5	43	23,1	55	29,6	
30 – 59 años	17	9,1	41	22,1	58	31,2	
<b>60 a más años</b>	<b>23</b>	<b>12,3</b>	<b>50</b>	<b>26,9</b>	<b>73</b>	<b>39,2</b>	
<b>Total</b>	52	27,9	134	72,1	186	100	

**Fuente:** Escala de estilos de vida elaborado por Walker, Sechrist, Penter. Modificado por: Díaz E, Reyna E, Delgado R. y Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Delgado, R.; Díaz, R.; Reyna, E., modificado por; Reyna E. aplicado a los adultos del centro poblado de Llupa - Independencia - Huaraz, 2023.

**TABLA 04**

*FACTORES CULTURALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO  
POBLADO DE LLUPA - INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023*

Grado de instrucción	Estilo de vida				Total		PRUEBA CHI CUADRADO $x^2= 18.7501$ ; 4gl P=9.4877 < 14.3
	Saludable		No Saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Analfabeto	14	7,5	11	5,9	25	13,4	Si existe relación significativa entre las variables.
<b>Primaria</b>	<b>8</b>	<b>4,3</b>	<b>60</b>	<b>32,3</b>	<b>68</b>	<b>36,6</b>	
Secundaria	19	10,2	33	17,8	52	28,0	
Superior	11	5,9	30	16,1	41	22,0	
<b>Total</b>	<b>52</b>	<b>27,9</b>	<b>134</b>	<b>72,1</b>	<b>186</b>	<b>100</b>	
Religión	Estilo de vida				Total		PRUEBA CHI CUADRADO $x^2= 5.7232$ ; .3gl P=7.8147 > 5.7232  No existe relación significativa entre las variables.
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
<b>Católico</b>	<b>30</b>	<b>16,1</b>	<b>111</b>	<b>59,7</b>	<b>141</b>	<b>75,8</b>	
Evangélico	18	9,7	17	9,2	35	18,9	
Otra religión	4	2,1	6	3,2	10	5,3	
<b>Total</b>	<b>52</b>	<b>27,9</b>	<b>134</b>	<b>72,1</b>	<b>186</b>	<b>100</b>	

**Fuente:** Escala de estilos de vida elaborado por Walker, Sechrist, Penter. Modificado por: Díaz E, Reyna E, Delgado R. y Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Delgado, R.; Díaz, R.; Reyna, E., modificado por; Reyna E. aplicado a los adultos del centro poblado de Llupa - Independencia - Huaraz, 2023.

**TABLA 05**

*FACTORES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO  
POBLADO DE LLUPA - INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023*

Estado civil	Estilo de vida				Total		PRUEBA CHI CUADRADO  $x^2= 3.6659$ ; 4gl P=9.4877 > 3.6659  No existe relación significativa entre las variables.
	Saludable		No Saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Soltero	6	3,2	21	11,2	27	14,4	
Casado	12	6,4	43	23,1	55	29,5	
Viudo	8	4,3	11	6,0	19	10,3	
<b>Conviviente</b>	<b>24</b>	<b>12,9</b>	<b>54</b>	<b>29,1</b>	<b>78</b>	<b>42,0</b>	
Separado	2	1,1	5	2,7	7	3,8	
<b>Total</b>	52	27,9	134	72,1	186	100	
Ocupación	Estilo de vida				Total		PRUEBA CHI CUADRADO  $x^2= 1.3698$ ; 5gl P=11.07 > 1.3698  No existe relación significativa entre las variables.
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Obrero	11	5,9	23	12,5	34	18,4	
Empleado	8	4,3	22	11,8	30	16,1	
Ama de casa	12	6,4	25	13,4	37	19,8	
Estudiante	6	3,2	19	10,2	25	13,4	
<b>Otros</b>	<b>15</b>	<b>8,1</b>	<b>45</b>	<b>24,2</b>	<b>60</b>	<b>32,3</b>	
<b>Total</b>	52	27,9	134	72,1	186	100	
Ingreso económico	Estilo de vida				Total		PRUEBA CHI CUADRADO  $x^2= 5.923$ ; 3gl P=7.8147 > 5.923  No existe relación significativa entre las variables.
	Saludable		No Saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Menor de 400 nuevos soles	12	6,4	32	17,2	44	23,6	
<b>De 400 a 650 nuevos soles</b>	<b>21</b>	<b>11,3</b>	<b>49</b>	<b>26,4</b>	<b>70</b>	<b>37,7</b>	
De 650 a 850 nuevos soles	8	4,3	24	12,9	32	17,2	
De 850 a 1100 nuevos soles	6	3,2	17	9,1	23	12,3	
Mayor de 1100 nuevos soles	5	2,7	12	6,5	17	9,2	
<b>Total</b>	52	27,9	134	72,1	186	100	

**Fuente:** Escala de estilos de vida elaborado por Walker, Sechrist, Penter. Modificado por: Díaz E, Reyna E, Delgado R. y Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Delgado, R.; Díaz, R.; Reyna, E., modificado por; Reyna E. aplicado a los adultos del centro poblado de Llupa - Independencia – Huaraz, 2023.

## DISCUSIÓN

### Tabla 01:

En la presente investigación respecto a los estilos de vida de los adultos del centro poblado de Llupa - Independencia – Huaraz, se obtuvo del 100% (186) de adultos entrevistados, el 27,9% (52) mantienen un estilo de vida saludable y el 72,1% (134) mantienen un estilo de vida no saludable.

Se encontró en el estudio que la mayoría de los adultos que habitan en el centro poblado de Llupa mantienen un estilo de vida no saludable e inadecuado debido a que desarrollan comportamientos y prácticas dañinas para su bienestar producen múltiples trastornos que van complicar la calidad de vida a un futuro. En el estudio, el estilo de vida se dividió en seis dimensiones relacionadas con la alimentación o nutrición, la actividad y el ejercicio, el manejo del estrés, el apoyo interpersonal, la auto actividad y la responsabilidad por la salud.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) (33), mencionan que el estilo de vida está basado en la interacción del individuo con las situaciones y los patrones personales que define la conducta social, cultural y características propias. También influye las costumbres que adquirimos en nuestra vida cotidiana que puede ser favorable o perjudicial para la salud tanto físico como psicológico, la práctica del ejercicio de forma continua, una alimentación adecuada y saludable, disfrutar del tiempo libre, actividades de socialización, mantener la autoestima alta, el consumo de sustancias tóxicas (alcohol, drogas), el tabaquismo, el sedentarismo.

Marc Lalonde ha creado un modelo que hacen referencia a los factores determinantes de la salud. Donde menciona que el estilo de vida es primordial dentro de en la incidencia de la enfermedad a nivel global, alcanzando un total de 37% frente al 27% asociado a factores genéticos. Todos los factores mencionados son considerados modificables si un individuo realiza cambios innovadores dentro del marco conceptual para estudiar el problema e identificar las necesidades de salud de los individuos utilizando un conjunto de acciones dirigidas al cuidado y acepta el cambio sin afectar otros agentes, utilizando medios para satisfacer y mejorar la calidad de vida (34).

Respecto a la dimensión de alimentación o nutrición, se encontró que la mayoría de los adultos mantienen una inadecuada y desequilibrada alimentación el consumo de



frutas y verduras es escaso, el número de comidas durante el día es de una a dos veces al día, la toma de líquidos es mínima solo cuando se exponen a realizar actividades en sus terrenos de cultivo, los alimentos que más consumen son los tubérculos, trigo, maíz, habas, cebada, acelga, espinaca, betarraga, olluco, habas. Los alimentos de origen animal que consumen es la carne de oveja, pato, gallina, conejo, cuy, pero solo en ocasiones especiales como la celebración de algún cumpleaños, fiestas patronales o algunas veces lo comercializan.

En la dimensión de actividad y ejercicio se obtiene que la mayoría de los adultos en su vida diaria realizan labores campesinas en sus terrenos de cultivo para dirigirse a este lugar caminan distancias largas, otros adultos se dedican al comercio con productos que cosechan y animales que crían donde para acudir a la ciudad lo hacen caminando y en ocasiones en transporte público, con relación a las mujeres se dedican a la crianza de los hijos y el cuidado del hogar. Otras actividades que realizan diariamente que incluya el manejo del cuerpo en los adultos corresponde a realizar deporte como el futbol y voleibol los fines de semana un periodo de una 1 hora en el campo deportivo que cuentan en el centro poblado.

La mitad de los adultos declaran estar estresados, angustiados, afligidos, decaídos y apenados por la pérdida de un ser querido durante la pandemia (COVID 19) que ha provocado que se encuentren mal de salud, también está la poca economía que perciben mensualmente que no les permite adquirir servicios y bienes de calidad para gozar de una vida plena. Mencionan que cuando atraviesan por esa situación buscan ayuda en sus amigos y vecinos para superar esa situación, también organizan fiestas y campeonatos en fechas especiales para compartir con la comunidad para distraerse.

En cuanto al apoyo interpersonal se obtiene que la mayoría de los adultos enfrentan sus preocupaciones, intranquilidades y deseos de forma personal, porque temen que los demás los critiquen y juzguen, manifiestan que mantienen buena relación con familiares, amigos y vecinos, pero no, para estar contando sus intimidades o problemas.

En la dimensión de autorrealización se tiene que la mayoría generalmente no se sienten satisfechos con lo realizado en su vida porque soñaban con tener bienes o un capital. La gran parte de la población solo cursó el nivel primario sin culminarlo por tal motivo se sienten incapaces de conseguir un trabajo estable, tener una economía

favorable que le permite gozar de una comodidad accesible que permita que sus hijos se desarrollen personalmente y profesionalmente para que puedan alcanzar sus metas.

Por último, tenemos la dimensión de responsabilidad en salud donde se tiene que más de la mitad de los adultos no asisten a ningún hospital ni centro de salud para realizarse sus chequeos rutinarios; si presentaran alguna complicación en su salud lo tratan de forma natural con plantas medicinales, pero si se complica su estado de salud se automedican. Escasamente participan en campañas de salud o sesiones educativas, el consumo de alcohol y tabaco es frecuente en esta población principalmente en los varones.

Los estilos de vida no saludables es el conjunto de prácticas y rutinas que adquiere la persona para adecuarse a su entorno siendo perjudiciales para su salud, estas se encuentran relacionadas con la mala nutrición, la poca higiene personal, la inactividad física, el manejo de estrés a largo tiempo, el consumo frecuente de cigarrillos y alcohol que está causando un deterioro general exponiéndose enfermedades a largo plazo (35).

El estilo de vida no saludable en los adultos está relacionado con la falta de interés que tienen para actuar adecuadamente en favor de su salud, el consumo de comida rápida es habitual, se evidencia la falta de actividad física porque no cuentan con tiempo para hacerlo de forma consecutiva, aunque los fines de semana se dan el tiempo de realizar algún deporte si no se encuentran en época de cosecha. Existe riesgo de estabilidad emocional generado por el estrés, angustia, apartamiento, ansiedad, problemas para conciliar el sueño si estas manifestaciones se complican puede traer consecuencias negativas para su salud.

Las repercusiones de llevar un estilo de vida no saludable son dañinas para la salud porque produce enfermedades no transmisibles; diabetes, cardiovasculares, renales y respiratorios, obesidad y cualquier tipo de cáncer que van aumentar en la mortalidad, desde la niñez. También el consumo de alcohol, tabaquismo, el sedentarismo y el consumo de comida rápida ocasionan la hipertensión y la obesidad.

La Organización de las Naciones Unidas (ONU) (36), mencionan que las enfermedades no transmisibles están en incremento en los últimos años representando un 86% de muertes a nivel mundial que corresponden a las enfermedades cardiovasculares, el cáncer, las enfermedades respiratorias crónicas y la diabetes que tiene relación al estilo de vida que llevan el individuo y como prevención se plantea la

disminución de factores comunes como el consumo nocivo de alcohol, inactividad física, la alimentación poco saludable.

Estos resultados se asemejan con el autor Yajahuanca (11) su tesis titulada: “Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto en el caserío Cabeza\_ Huancabamba \_ Piura, 2022” donde se obtuvo el 27,0(32) poseen estilos de vida saludable y el 73,0 (86) estilos de vida no saludable. Los resultados se relacionan con la investigación porque la mayoría de los adultos realizan prácticas y comportamientos poco saludables que ponen en riesgo su salud y bienestar, con alimentos inadecuados, los horarios de trabajo impiden, no realizan actividad física, se consideran sedentarios, no acuden a sus chequeos y se automedican.

El autor Villajuan, M. (37), en su investigación titulada: “Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto. Pueblo Joven Miraflores Alto\_Sector A\_Chimbote, 2018”, un 12,5% (25) tienen un estilo de vida saludable y un 87.5% (175) no saludable.

Los resultados se asemejan con la investigación, porque la mayoría de los adultos poseen estilos de vida no saludable, porque practican malas conductas y comportamientos que tienen en su vida actual, se enfocan principalmente la desorganización de ingesta de alimentos en horas inapropiados, el no consumir alimentos o ingerir alimentos carbohidratados, su consumo de frutas y verduras es mínimo, no se dedican a los ejercicios porque se dedican al hogar, algunos tienen variados trabajos, otros presentan bajos recursos, la mala conducta de los hijos conlleva a tener mucho estrés y preocupación que afecta su tranquilidad.

Estos resultados difieren con los resultados obtenidos con la del autor Díaz A. (38) en su investigación titulada: “Estilos de vida y cuidados preventivos en la hipertensión arterial del adulto mayor, Centro de Salud Carlos Protzel, 2018” donde se encontró que el 76% (140) adultos mayores presentan un estilo de vida saludable y el 24% (45) adultos mayores presentan un estilo de vida no saludable.

Por lo tanto, este estudio difiere con los resultados obtenidos en la investigación, porque la mayoría presenta estilos de vida saludable porque consumen alimentos balanceados que contengan frutas, cereales, carnes, vegetales, etc. Los adultos mayores realizan ejercicios como movimientos del cuerpo consideran importante su salud, acuden también a puestos de salud para sus chequeos, su consumo de medicamentos es previa

prescripción médica, son responsables con su salud, su entorno familiar le apoya y protege.

Existe un mínimo porcentaje de la población que mantienen estilos de vida saludable que nos indican que tienen una alimentación adecuada y equilibrada, practican deportes de manera permanente, se relacionan con los demás, superan sus preocupaciones y problemas, este porcentaje toma en cuenta en las indicaciones del personal de salud, se comprometen en participar activamente en las charlas y sesiones demostrativas que organizan en ocasiones el puesto de salud o la municipalidad, crear un comportamiento modificable traerá infinidad de beneficios que permitirá gozar de óptimas condiciones en las futuras etapas de la vida.

En cuanto a los resultados obtenidos en el estudio permiten conocer a profundidad la problemática y necesidades de los adultos del centro poblado de Llupa que da como respuesta que poseen estilos de vida no saludable porque desarrollan comportamientos y conductas inadecuadas para su salud que expone a padecer de múltiples enfermedades, se encuentra la alimentación desordenada e inadecuada, la falta de actividad física y el consumo de sustancias nociva. Manifiestan sentirse solos y preocupados por la situación que atraviesan porque algunos perdieron a un integrante de su familia en la pandemia del COVID-19, no reciben apoyo emocional ni económico de ninguno de sus familiares por lo que se sienten preocupados y estresados, refieren no ser responsables con su salud porque lo tratan de forma natural, si se complican se automedican, cuando tienen alguna enfermedad temen ir a un hospital o centro de salud, es fundamental modificar los comportamientos y costumbres de los adultos de esta población para mejorar su vida actual para que no afecte su etapa de la vejez, que pone en riesgo su calidad de vida.

Por ello, se les recomienda a los adultos del centro poblado de Llupa mejorar su calidad de vida evitando las prácticas dañinas que afectan su salud, crear conciencia en la población para mejorar sus estilos de vida, crear campañas de salud y sesiones educativas dirigidas a la población en todas las etapas de vida para la detección oportuna de enfermedades, promover estilos de vida saludable principalmente en mantener una alimentación balanceada, crear técnicas para el control y manejo del estrés, fomentar la realización de actividad física, buscar apoyo profesional si tenemos algún problema de salud.

## **Tabla 02:**

La presente tabla muestra los siguientes resultados de los factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Llupa, en los factores biológicos, la mayoría son masculinos con 55,9% (104) y un 39,2% (73) comprende la edad de 60 años a más. Tenemos los resultados de los factores culturales, donde el 36,6% (68) de los adultos entrevistados tienen primaria completa e incompleta; el 75,8% (141) son católicos. Respecto a los factores sociales; 42,0% (78) convivientes, 32,3% tienen como ocupación otras actividades y el 37,7% (70) están con ingreso de 400 a 650 nuevos soles.

Por tanto, estos resultados de investigación indican que los adultos del centro poblado de Llupa tienen como dominante al sexo masculino sobre el sexo femenino. Se menciona también que durante la entrevista realizada se encontró en los hogares a varones debido a que viven solos, sin sus hijos porque ellos decidieron formar una nueva familia o están fuera de casa también son viudos o separados.

En Llupa la edad predominante de los adultos es de 60 a más años, siendo una población con mayores adultos que tienen una condición biológica y social vulnerable, porque se exponen continuamente a riesgos que están determinados por los recursos personales, económicos, entorno familiar, comunitario y el libre acceso a los servicios públicos.

Tener un grado de instrucción permitirá fortalecer el carácter de la persona, conseguir habilidades básicas para enfrentar distintas situaciones en su vida cotidiana, para aprender valores y experiencias para su desarrollo social. Permitirá que la persona se adapte a los avances tecnológicos y la interconexión, experimentando un sistema educativo con más oportunidades. Es importante la educación porque permite asegurar la correcta alfabetización de los individuos para enfrentarse a la educación media y superior, aquella que determinará su futuro para elegir las conductas adecuadas y correctas para evitar tener complicaciones en su vida, el que posee más conocimientos tiene la opción de elegir en su vida sin dejarse influenciar por la sociedad (39).

El grado de instrucción de los adultos con primaria completa e incompleta indican que abandonaron su formación estudiantil para ayudar a su familia, antes no era prioridad los estudios, se destinaban en el cuidado de los animales y la agricultura otros por carencia de económica, complicado acceso geográfico, en el caso de las mujeres se

comprometían a temprana edad saliendo muchas veces embarazadas, incluso huyendo de sus casas porque sufrían de maltratos por parte de sus padres.

Con respecto a la religión, la mayoría de los adultos son de religión católica, declaran que su cultura fue difundida por sus antecesores que cooperan en los festejos que realiza la congregación, asistiendo constantemente a las ceremonias religiosas, todos los domingos realizado por el sacerdote de Llupa, patrocinan en las actividades como la peregrinación en semana santa, la catequesis que participan sus hijos para cumplir con los sacramentos, la población lo hace con fe y devoción.

Investigando el estado civil de los adultos, la mayor parte es conviviente mencionan que es por decisión propia, voluntaria y libre que optaron con sus parejas porque gozan de los mismos derechos que una pareja que contraen matrimonio, también es la costumbre que inculcaron sus padres. Son personas que llevan una relación afectiva singular, pública, notoria, estable y permanente con otra, con quien convive y comparte un proyecto de vida en común en bienestar de su familia.

El desempeño ocupacional está formado por un conjunto de mecanismos que tiene el ser humano que permite la adaptación al entorno consiguiendo así satisfacer sus propias necesidades, los requerimientos sociales de su comunidad de pertenencia, favoreciendo a si la integración y la participación activa en la sociedad en la cual pertenece que constituye un elemento capital en el bienestar psicológico y social del individuo, permitirá a la persona que se sienta útil y capaz de realizar actividades con el fin de conseguir un ingreso para sustentar a sus familiares (40).

En la gran mayoría de los adultos, su ocupación, es la agricultura, porque se consideran personas que aman y respetan a la naturaleza, prefieren cultivar los productos que lo utilizan para venderlos en los mercados y como uso personal. Al dedicarse a esta ocupación, ellos son sus propios jefes por lo que mencionan no trabajar bajo presión, pero si aprovechar el clima y su terreno de cultivo para conseguir mejores cosechas.

Su ingreso económico es vital para la supervivencia de los individuos porque se consumen bienes y servicios que es principalmente de su trabajo. Los insumos que tienen las familias se basa esencialmente en comprar bienes y servicios como alimentos, vestido, vivienda, transporte, salud, educación, entretenimiento y para pagar impuestos que se da mensualmente, pero los gastos pueden ser más que los ingresos que tienen los

individuos, generando un déficit al adquirir mejores bienes. Una economía que funciona bien considera y responde a las demandas primarias de las familias y posibilita la justa distribución de los factores de producción, facilitando que sus miembros logren alcanzar una calidad de vida que les permita cubrir sus necesidades fundamentales (41).

Los pobladores de Llupa declaran que su ingreso económico que perciben mensualmente es de 100 a 500 soles por los productos que venden o por las otras ocupaciones que tienen, en el caso de las mujeres se evidencia que no cuentan con un ingreso porque solo se dedican a la casa, las cabezas de familias se dedican a la construcción de viviendas, como ayudantes, es un trabajo temporal, también elaboran sillas o mesas que luego lo venden a precio módicos para poder recuperar lo invertido, también comercializan sus productos que cosechan para generar ingresos extras.

Estos resultados se asemejan con la del autor Trujillo (16) en su tesis titulada “Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto del centro poblado de Quenuayoc – Independencia – huaraz – Ancash, 2021”, donde se halló el 93.24 % (131) de los adultos son católicos, el 34.46% (51) son de estado civil conviviente. Los resultados obtenidos se asemejan porque tienen la mayor parte de su población con estudios que profesan la religión católica debido a que siguen las costumbres de sus padres y abuelos, ellos manifiestan que siguen esa religión por fe y devoción, también se obtuvo que la mayoría de los adultos son convivientes.

Asimismo, la mayoría de los adultos son de sexo masculino que pertenecen a la edad del adulto mayor, algunos de ellos culminaron la primaria y otros solo estudiaron la primaria incompleta, ellos manifiestan que no alcanzaron un grado de instrucción más alto porque no tuvieron los recursos suficientes y vivían en zonas alejadas, se dedican a la agricultura como trabajo mensual perciben un ingreso económico de 400 a 650 soles. Ellos manifiestan que prefieren la religión católica porque sus padres les inculcaron esa religión. La mayoría de los adultos mantienen una relación de convivencia por mutuo acuerdo, la ocupación que realizan es la agricultura porque tienen terrenos de cultivo, su ingreso económico no es suficiente porque son varios integrantes en su hogar.

Se recomienda coordinar con el profesional de la salud a cargo del centro poblado, la comunidad y Autoridades, intensificar las visitas a domicilio a cargo del personal de salud con la finalidad registrar las necesidades de los pobladores, promocionar talleres

de trabajo para cada edad, con un objetivo de generar sus propios ingresos, ejecutar ferias para la venta de sus productos, programar estudios en los adultos e incentivar a la población para que culmine sus estudios y le pueda permitir conseguir mejores oportunidades como mejorar la calidad de vida y familiar.



### **Tabla 03:**

En la siguiente presentación se relacionan los factores biológicos que contienen (sexo y edad) y el estilo de vida, en el sexo 55,9% (104) hace referencia al sexo masculino de los cuales el 17,7% (33) de los varones tienen un estilo saludable y el 38,2% (71) son varones no saludables. Por otro lado, se halló el 39,2% (73) encuestados comprenden la edad de 60 años a más, teniendo que el 12,3% (23) de los adultos mayores tienen un estilo de vida saludable y el 26,9% (50) de los adultos mayores tienen estilos de vida no saludable.

Utilizando el estadístico Chi-Cuadrado de Independencia ( $\chi^2 = 3.6658$ ;  $1gl$  y  $p > 9.4877$ ) encontramos que no existe relación estadísticamente entre las siguientes variables sexo y estilo de vida, donde predomina el sexo masculino por la mayoría de ellos que se dedican a la agricultura, con largas jornadas de trabajo que no influye en el modo de vida del individuo porque ya mantiene establecido sus patrones conductuales que si son modificables si la persona lo decide.

El sexo conforma parte de la salud integral y de la personalidad del individuo, porque permite desarrollar la salud integral y de la personalidad del individuo, porque permite desarrollar el aspecto físico y emocional porque durante nuestra vida surgen múltiples necesidades básicas como el deseo de contacto, de intimidad, de expresión emocional, de placer y de amor. Por ello el individuo debe ser responsable con su cuidado ser consciente de las decisiones que tome con el fin de beneficiarse o afectarse como un impacto en tu vida. Sin embargo, esto no influye en el estilo de vida del individuo porque vienen hacer costumbres y rutinas que se adopta desde la niñez que implica mantener una vida saludable con el fin de gozar de buenas condiciones para el futuro (42).

Por esta razón, no se encontró ninguna conexión porque el género no afecta el estilo de vida, los genitales son una parte física de un individuo y el género no juega un papel importante en el comportamiento humano o el automatismo. Cada uno tiene comportamientos específicos que están impulsados por el impacto actual de la tecnología que promueve hábitos beneficiosos o perjudiciales para el medio ambiente y la salud.

Nola Pender en su modelo de promoción de la salud explica el comportamiento del individuo y sus diversos factores cognitivos y perceptivos que se transforman por los rasgos situacionales, propios e interpersonales, siendo estos positivos para la salud

siguiendo el patrón establecido para la acción a realizar en favor de la persona. La educación en el cuidado del individuo debe de ser correcto para permitirle llevar una vida saludable y conservar su salud (43).

Una variedad de factores cognitivos y perceptivos que dependen del comportamiento individual y de las características situacionales, personales e interpersonales que mantiene patrones establecidos de comportamiento humano saludable y beneficioso. Debe ser justo cuidar de las personas para puedan vivir una vida sana y mantenerse saludable.

Muchas actividades de estilo de vida están asociadas con los sistemas de salud, incluidos los comportamientos como beber, fumar, dieta, ejercicio, manejo del estrés, higiene personal y recreación que forman parte de una personalidad del género, hay hombres que eligen comportamientos saludables basándose en patrones familiares o en decisiones propias. El género no define el comportamiento y la experiencia humana, sino que es una construcción intelectual que las personas utilizan para asumir riesgos y confiar en su propio bienestar.

Utilizando el estadístico Chi - Cuadrado de Independencia ( $\chi^2= 1.5386$ ; 2gl y  $p > 5.99$ ) se encontró que no existe relación estadísticamente entre la variable edad y estilo de vida.

En cuanto a la falta de relación estadística entre la variable edad y hábitos de vida, se puede concluir que las personas mayores son menos proclives a seguir hábitos de vida saludables porque los hábitos se forman y se vuelven más difíciles de cambiar con la edad. Se trata de ser capaz de controlar tus propios pensamientos, evitar ser criticados por los demás y desarrollar buenos hábitos para poder vivir una vejez saludable sin correr riesgos. Sin embargo, la edad no afecta el estilo de vida de los adultos de Llupa.

Los resultados del autor Trujillo (16) son similares al actual estudio “Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto del centro poblado de Quenuayoc – Independencia – Huaraz – Ancash, 2021” que no encontró relación estadísticamente significativa entre el sexo. Tan poco se encontró relación estadísticamente entre el estilo de vida y la edad.

Se observa que los resultados obtenidos en este estudio son similares en cuanto a que no existe relación estadística entre el sexo y estilo de vida, independientemente de

si la persona es hombre o mujer. Para llevar una vida saludable y no saludable se hace lo mismo independientemente del género, Depende de tu decisión ajustar o cambiar tus hábitos en beneficio de tu salud.

De manera similar a los resultados obtenidos en el presente estudio, donde no hubo relación estadística entre diferentes edades y estilos, los individuos parecen tener personalidades independientes de la edad que tienen implicaciones cuando son niños se dejan llevar por personas mayores. Es importante tener hábitos saludables que no pongan en riesgo tu salud y, a medida que crezcas, tu influencia se comunicará a través de las redes sociales y te abrirá nuevas experiencias.

Cuando ejecutamos el estudio de la variable edad y estilo de vida encontramos que no existe relación estadísticamente, por la edad no influye en los comportamientos y prácticas del ser humano, pero si se considera fundamental que se trabaje desde la etapa de la niñez un modo que permite gozar de una mejor calidad de vida para prevenir futuras complicaciones.

Se observa los resultados obtenidos del estudio cuando se tiene claro que no encontró relación estadísticamente significativa entre las variables (sexo y el estilo de vida) y las variables (edad y estilo de vida) Esto se debe a que el sexo o la edad no afectan el estilo de vida saludable de una persona. El estilo de vida, como sabemos, son comportamientos y actitudes que adoptamos en cada etapa de la vida. Las decisiones que tomamos sobre nuestra salud dependen de nosotros. Si eres negativo, tienes más probabilidades de desarrollar enfermedades como diabetes, hipertensión arterial y colesterol que sólo afectarán a tu calidad de vida en un futuro.

Se recomienda que los funcionarios de salud de Llupa realicen campañas de información y sensibilización que permitan a toda la población mejorar y cambiar su estilo de vida para concienciarlos sobre las causas y consecuencias de un estilo de vida saludable que podría tener efectos nocivos para la salud también deben participar instituciones epidemiológicas y educativas para que las personas aprendan sobre un estilo de vida saludable a través de las clases y lleguen a través de ellas a sus familiares.

#### **Tabla 04:**

Se presenta la relación entre los factores culturales (grado de instrucción y religión) y el estilo de vida de los adultos Llupa, siendo el 36,6% (68) con educación primaria completa e incompleta, donde el 4,3 % (8) sigue un estilo de vida saludable y un 32,3 % (60) sigue un estilo no saludable. Por otro lado, en cuanto a nuestra religión, el 75,8 % (141) sigue el catolicismo, el 16,1 % (30) siguen un estilo de vida saludable y el 59,7 % (141) mantienen estilos de vida no saludable

Se muestra la relación de los factores culturales que comprende (grado de instrucción y religión) y el estilo de vida de los adultos del centro poblado de Llupa, donde se encontró que el 36,6% (68) tienen un grado de instrucción primaria completa e incompleta, teniendo que el 4,3% (8) presentan estilos de vida saludable y 32,3% (60) presentan estilos de vida no saludable. Por otro lado, tenemos a la religión observando que el 75,8% (141) profesan la religión católica donde se evidencia que el 16,1% (30) mantienen estilos de vida saludable y el 59,7% (141) mantienen estilos de vida no saludable.

Se presenta la relación entre factores culturales (grado de educación y religión) y el estilo de vida. Al vincular el grado de instrucción con el estilo de vida empleando el Chi – Cuadrado de Independencia ( $\chi^2 = 18.7501$ ; 4gl y  $p < 14.3265$ ) se describió que existe relación estadísticamente con las variables

La asociación entre salud y educación si mantiene relación, debido a que la educación se ha explicado como un determinante social que permite ser modificado si el individuo lo decide por el bien de su salud. La evidencia científica sugiere que los niños, niñas y las personas jóvenes sanas tienen más probabilidades de aprender de forma efectiva cuando tienen mejor salud. Cuando se sienten bien y conectados con su entorno tienen menos probabilidades de adoptar conductas de riesgo y más probabilidades de tener resultados. Mantener un ambiente saludable puede mejorar directamente la salud de las personas porque favorece el aprendizaje efectivo y contribuir a desarrollar personas adultas sanas, calificadas y productivas. La educación también está asociada con la alfabetización en salud definida como el entendimiento que las personas tienen sobre su salud y sobre cómo acceder a los servicios sanitarios (44).

En Lluca se encontró la relación entre la variable del nivel del grado de instrucción y el estilo de vida de los adultos, lo que muestra que el nivel de educación es importante para una persona que se actualiza constantemente, permitiéndole adquirir nuevos conocimientos saludables. Los analfabetos tienen conocimientos experienciales heredados de familiares, amigos y de sus propias vivencias, pero lo consideran apropiado. El nivel de educación determina la conducta de búsqueda de bienestar de las personas y la abstinencia de conductas que afectan su salud.

La falta de educación afecta el estado de salud de una persona. Esto se debe a que una persona desinformada no puede afrontar situaciones ni relacionarse con temas de interés para su entorno o que suceden en la sociedad. Realmente repelan a muchas personas debido al nivel intelectual, como el rechazo a personas por el mínimo nivel intelectual que tienen.

En su modelo de promoción de la salud Nola Pender describe una variedad de factores cognitivos y perceptivos que dependen del comportamiento individual y de características situacionales, personales e interpersonales que tienen un impacto positivo en la salud. Voluntad humana. Debe ser justo cuidar de las personas para que puedan vivir una vida sana y mantenerse saludables (40).

Al observar la relación entre la religión y el estilo de vida utilizando el estadístico de independencia Chi- Cuadrado ( $\chi^2 = 5.7232$ ; 3gl y  $p < 5.7232$ ) vemos que no existe una relación estadística entre las dos variables.

La religión es considerada como una medicina que conduce al ser humano a aumentar su fe y devoción, pero si se utiliza de forma irresponsable o manipulada puede conducir a la desdicha, pero una religión sanamente vivida y orientada logra apuntalar la vida humana en sus componentes fundamentales. Pero no se encontró relación con el estilo de vida porque no crea comportamientos dirigidos a hábitos alimenticios, prácticas relacionadas al deporte, el manejo del estrés y la responsabilidad en salud, solo está dirigida a aumentar la paz mental (45).

Como resultado del análisis de diferentes religiones y estilos de vida, se encontró que no había una relación estadísticamente significativa entre los adultos, especialmente Lluca la mayoría de los cuales creía en el catolicismo y que esto no parecía tener un efecto en el estilo de vida de un individuo. Esto se debe a que las costumbres y rituales

que las personas reciben de sus padres o familiares son su elección o imposición. Prefieren seguir la religión católica. Porque la religión católica no impone ninguna condición a sus seguidores. Esto se debe a que las personas pueden asistir a fiestas, beber alcohol, comer lo que quieran, fumar cigarrillos y participar en festivales gastronómicos que celebra este grupo poblacional.

El contexto familiar influye en la decisión de un individuo de elegir su religión en función de sus experiencias de vida o sigue un patrón establecido por sus padres. Prohíben determinadas actitudes que, según sus creencias, conducen a pecados imperdonables o imponen condiciones a la religión. Esto puede ser positivo porque permite que la persona acepte su comportamiento.

En conclusión, si existen un vínculo entre los cambios en el nivel educativo y los cambios en el estilo de vida, es porque las personas más educadas e informadas toman mejores decisiones sobre sus vidas, lo que es bueno para su salud. No se encontraron relaciones estadísticas entre diferentes religiones y estilos de vida. De aquí se sigue que la religión es la sumisión del individuo a las imágenes transmitidas de generación en generación. Esta religión tiene muchas costumbres que no tienen efectos positivos ni negativos en el estilo de vida de las personas.

Las autoridades e instituciones deben centrarse en la educación para educar e informar a las personas para que tomen buenas decisiones sobre su salud y promover seminarios educativos y eventos religiosos comunitarios para informar a toda la población sobre estilos de vida saludables. Se debe fomentar la participación ciudadana, Durante el servicio religioso, celebre la festividad de manera responsable y respetuosa.

### **Tabla 05:**

Se muestra la relación de los factores sociales que comprende (estado civil, ocupación e ingreso económico) y el estilo de vida de los adultos del centro poblado de Llupa, se observa que el 42,0% (78) son convivientes donde el 12,9% (24) tienen estilos de vida saludable y el 29,1% (54) tienen estilos de vida no saludable. Por otra parte, se evidencia que el 32,3% (60) tienen como otras ocupaciones como agricultor donde el 8,1% (15) tienen estilos de vida saludable y el 24,2% (45) tienen estilos de vida no saludable. Por último, se observa que el 37,7% (70) tienen un ingreso económico de 400 a 650 nuevos soles mensuales teniendo que el 11,3% (21) tienen estilos de vida saludable y el 26,4% (49) tienen estilos de vida no saludable.

La muestra relaciona entre los factores sociales y el estilo de vida. En primer lugar, el estado civil está asociado con el estadístico independiente Chi-cuadrado ( $\chi^2 = 3.6659, 4 \text{ gl } p > 9.487$ ). No parece haber una relación estadísticamente significativa entre las variables.

Se dice que las personas que viven solas debido a su estilo de vida o situación familiar son propensas a sufrir problemas como ansiedad, depresión y soledad, y otros factores socioeconómicos y cultural, se regulan las emociones de los miembros de la sociedad, se considera la situación jurídica que define a una persona, pero no afecta su estilo de vida.

De manera similar, la ocupación está relacionada con el estilo de vida. Se determinó que no existía relación estadísticamente significativa entre las variables mediante el estadístico de independencia Chi – Cuadrado ( $\chi^2 = 3.619 5 \text{ gl } y p > 1.3698$ ).

En su modelo de promoción de la Salud, Nola Pender describe una variedad de factores cognitivos y perceptivos que dependen del comportamiento individual y de características situacionales, personales e interpersonales, que tienen un impacto positivo en la salud. Voluntad humana. Debe ser justo cuidar de las personas para que puedan vivir una vida sana y mantenerse saludables (41).

La ocupación constituye un conjunto de actividades que favorece y promueve la participación e integración social de los individuos que se ven ligadas al automantenimiento y autocuidado, la educación, la productividad, el ocio y el juego. Se

tiene en cuenta que existen trabajos que requieren de mucho esfuerzo y por periodos largos, sin embargo, el trabajo no repercute en la salud del individuo (46).

En relación entre la variable ocupación y estilo de vida no se puede encontrar relación estadísticamente significativa debido a que el jefe de hogar tenía un trabajo temporal, su ocupación principal era la agricultura y le dedicaba mucho tiempo, esfuerzo y dedicación, cultivan los productos de calidad que consumen y venden el resto. Debido a que el campo es saludable y pacífico, lo que permite a las personas desarrollar su potencial, no deberían cambiar su estilo de vida. Las profesiones juegan un papel importante en la sociedad. Porque una persona se siente útil en sus actividades, adaptándose a los cambios y horarios establecidos sin afectar su estilo de vida.

Finalmente, el ingreso económico y estilo de vida utilizando la estadística de independencia Chi – Cuadrado ( $\chi^2 = 5.363$ ; 3gl y  $p > 7.81$ ) mostraron que no existía una relación estadísticamente significativa entre el ingreso económico y el estilo de vida de los adultos.

No se encontró relación estadística entre el ingreso económico y el estilo de vida de los residentes adultos de Llupa. Es bien sabido que el bajo poder adquisitivo impide que las familias tengan acceso a los alimentos saludables y que la escasez de alimentos conduce al consumo de productos con bajo valor nutricional. Tener poco dinero en la mano provoca problemas de salud como anemia, desnutrición y obesidad y se dirige a los grupos más vulnerables como los niños, ancianos, las mujeres embarazadas y lactantes.

La mayor parte de la población vive en situación de pobreza porque el ingreso que tienen es de 100 a 500 nuevos soles siendo dinero insuficiente para solventar las necesidades básicas de un hogar que tiene de 4 a más integrantes.

El ingreso económico que percibe el individuo durante el mes permite que se adquiera bien y servicio para solventar a los miembros de la familia, adquirir de mejores oportunidades, una mejor educación, servicios de salud en óptimas condiciones y una vivienda de calidad, sin embargo, la adquisición monetaria no afecta la calidad de vida del individuo si ellos prefieren pueden adecuarse y modificar sus necesidad al ingreso que tienen durante el mes, tener una alimentación basada en productos de la región que tienen un costo menor y más accesible a sus posibilidades (47).



Se observó que la variable del ingreso económico no tiene relación con el estilo de vida, en el caso de los ingresos económicos dependen de la compra, la disminución de la compra, la reducción de la capacidad de comprar, la reducción de los alimentos o de un pequeño consumo o de una pequeña cantidad de consumo son insuficientes que conllevan a problemas nutricionales, la ocupación con el estilo de vida no tienen relación esto se debe a que la persona tiene un trabajo independiente como agricultor este trabajo demanda mucho esfuerzo físico y dedicación al sembrío en el campo o chacras, esto no afecta su forma de pensar. La variable del estado civil y el estilo de vida no tienen relación porque los individuos con casados que aparentemente tienen los mismos estilos de vida no saludable porque las esposas como las madres no tienen suficientes conocimientos sobre la preparación de una alimentación saludable y balanceada.

Las personas pueden elegir su ocupación a la que se van dedicar, los trabajos pueden requerir mucho esfuerzo, en tiempo completo, este es un factor de riesgo que puede provocar un horario desordenado para las comidas, no podrán disponer de su tiempo para sus actividades, puede que se encuentren agotados por el trabajo, pueden sufrir de estrés como otras complicaciones en su salud.

En la población de Llupa no se encontró ninguna relación estadística entre los ingresos económicos y el estilo de vida entre los adultos, se sabe cuándo el poder adquisitivo es más bajo, las personas carecen de dinero y terminan consumiendo productos con bajo valor nutricional, lo que les impide comprar alimentos saludables para sus familias, generando problemas de salud como anemia, desnutrición y obesidad, afectando a la población como a los grupos más vulnerables, niños, ancianos, mujeres embarazadas, bebés, etc. La mayor parte de la población vive en la pobreza con un ingreso de solo 100 a 500 soles, dinero que no es suficiente para satisfacer las necesidades básicas de un hogar.

En este estudio, el éxito financiero y el estilo de vida no están vinculados porque las personas pueden tener hábitos saludables como comer productos cosechados. Debido a que son más naturales que los productos empaquetados, cuentan también con servicios básicos que por pertenecer en una zona rural los costos son mínimos. Depende de los residentes de la población para ser conscientes de las opiniones que influyan para poder vivir una vida plena.

Se recomiendan una serie de programas de apoyo y emprendimiento para concienciar a los adultos de Llupa sobre la importancia de educar a sus hijos y ayudar a los adultos a alcanzar sus objetivos deseados como trabajos autónomos con sus propios productos. También es necesario un dialogo educativo en colaboración con los agentes de salud responsables de la población.

## V. CONCLUSIONES

- Se valoró el estilo de vida de los adultos de Llupa en un estudio, dando como resultado que la mayoría tiene un estilo de vida no saludable mientras que el mínimo tiene un estilo de vida saludable, donde se dedujo que, si siguen manteniendo ese estilo de vida, pueden desarrollar diversas enfermedades en un corto, mediano y largo plazo de su vida.
- La relación con los factores biosocioculturales se identificaron que más de la mitad son de sexo masculino que realizan sus ocupaciones como agricultor; pertenecen al adulto mayor, menos de la mitad tienen una instrucción de primaria incompleta, su estado civil, convivientes, con un ingreso económico de 100 a 500 soles, la mayoría son de religión católica. Deben promover a la población a la inclusión de las mujeres a los estudios para enriquecer su conocimiento y puedan elegir a favor del bien de su salud.
- No existe relación significativa con variables como género, religión, ingreso económico y ocupación, menos en el grado de instrucción que si se encontró relación significativa utilizando la fórmula de Chi- Cuadrado de independencia, en el centro poblado de Llupa.

## VI. RECOMENDACIONES

- Dar a conocer los resultados a la población en estudio, para así promover los estilos de vida saludables de las personas adultas del centro poblado de Llupa, en coordinación del Centro de Salud de Nicrupampa y la Dirección del Hospital Víctor Ramos Guardia, para el mejoramiento de los factores biosocioculturales y reducir las enfermedades que tienen mayor prevalencia.
- Coordinar con la Municipalidad de Independencia y las autoridades correspondientes con el fin de mejorar las condiciones de vida de la población referente a sus ingresos económicos mediante sus ocupaciones propias de la mujer y organizando ferias, agrícolas y/o artesanales.
- Fomentar más investigaciones para incluir más variables que puedan ayudar a mejorar la calidad de vida de los adultos y conocer los riesgos del estilo de vida de las personas para poder prevenirlos a su debido tiempo.
- Estimular a realizar más investigaciones que contengan más variables, que ayuden a mejorar la calidad de vida de los adultos también se debe dar a conocer los factores de riesgo que se relacionan con los estilos de vida de las personas para prevenir su aparición con el fin de brindar un tratamiento oportuno.
- Promocionar actividades laborales en coordinación con los sectores de la Región Ancash, para crear fuentes de trabajo en el caserío y mejorando sus condiciones de vida de la población, incluir también las campañas de salud y las visitas domiciliarias de forma permanente.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Roth A, Johnson C. Carga mundial, regional y nacional de enfermedades cardiovasculares por 10 causas, 1990 a 2015. *J Am Coll Cardiol*. 2018;70(1):1–25. 10.1016/j.jacc.2018.04.052. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: <https://www.scielosp.org/article/csc/2021.v26suppl3/5201-5214/es/>
2. Organización Mundial de la Salud. La OMS recibe nuevas recomendaciones para frenar el flagelo mortal de las enfermedades no transmisibles [Internet]. Organización Mundial de la Salud. 2021. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
3. Carranco S, Flores R, Barrera J. Perfil sociodemográfico y estilos de vida saludable en trabajadores de una empresa de agua potable y alcantarillado de México. [Internet] 2019. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: <https://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/816>
4. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Panorama demográfico. [internet]2019: lima. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: [https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones\\_digitales/Est/Lib1671/libro.pdf](https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1671/libro.pdf)
5. Dirección Regional de Salud. Oficina de Epidemiología [Internet] 2017. Direccion Regional De Ancash. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: [http://dge.gob.pe/portal/Asis/indreg/asis\\_ancash.pdf](http://dge.gob.pe/portal/Asis/indreg/asis_ancash.pdf)
6. Blouin C, Tirado E, Ortega FM. La situación de la población adulta mayor en el Perú: Camino a una nueva política [Internet]. Pucp.education. . [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: <https://cdn01.pucp.education/idehpucp/wp>
7. Soto A. determinantes biosocioeconómicos y estilos de vida como determinantes del estado de la salud en adultos mayores del Centro Poblado Llupa Sector “B” Independencia\_Huaraz, 2021. Chimbote: Universidad Católica Los Angeles de Chimbote 2021. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/22883>

8. Toapaxi E, Guarate Y, Influencia de los estilos de vida en el estado de salud de los adultos en el centro de salud San Marcos-Ecuador 2020. [Tesis de pregrado],. . [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: <https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/enfi/article/view/966/896>
9. Cornejo M, Lema A. Estilo de vida del adulto mayor: Evaluación de los niveles de autonomía e independencia [Internet]. Universidad de Guayaquil; 2018. . [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: [:http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/34719/3/CORNEJO\\_LEMA%20TITULOINVESTIGACION.pdf](http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/34719/3/CORNEJO_LEMA%20TITULOINVESTIGACION.pdf)
10. Vera R, Telenchada M. Estilo de vida de los comerciantes de verduras del mercado feria libre el arenal, cuenca – Ecuador, 2018[Internet]. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/31337/1/PROYECTO%20DE%20INVESTIGACION.pdf>
11. Yajahuanca A. estilos de vida y factores biosocioculturales del Adulto en el Caserío Cabeza\_Huancabamba\_Piura, 2022. Universidad Católica los 82 Ángeles de Chimbote; 2022. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/29755/ESTILO\\_VIDA\\_YAJAHUANCA\\_GONZALES\\_ANGILLY.pdf?sequence=1](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/29755/ESTILO_VIDA_YAJAHUANCA_GONZALES_ANGILLY.pdf?sequence=1)
12. Álvarez N. Estilos de vida y factores biosocioculturales en el adulto que acude a la clínica Arthromeds\_Lima, 2022. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2022. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/30525/ESTILO\\_VIDA\\_ALVAREZ\\_LAVAN\\_NICOOOLS.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/30525/ESTILO_VIDA_ALVAREZ_LAVAN_NICOOOLS.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
13. Girón L. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto del Asentamiento Humano nuevo Catacaos I etapa\_Catacaos\_Piura, 2022. Universidad Católica Los Ángeles Chimbote; 2022. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/30318/ESTILO\\_VIDA\\_GIRON\\_CHERO\\_LIZETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/30318/ESTILO_VIDA_GIRON_CHERO_LIZETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
14. Silvestre F. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los Adultos del caserío de Mallquibqmba-Carlos Fermín Fitzcarrald, 2020. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2020. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/29174/ADULTOS>

[ESTILOS DE VIDA SILVESTRE FLORES FLORA REBECA%20%281%29.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://hdl.handle.net/20.500.13032/25826)

15. Sifuentes H. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del 72 caserío Ucu Wellap-Huaraz-Ancash, 2022 [Internet]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2022. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: <https://hdl.handle.net/20.500.13032/25826>
16. Trujillo M. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Quenuayoc -Independencia – Huaraz – Áncash, 2021. [Internet]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. 2019. 0-3 p. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/32081>
17. Bandura A. Determinantes de salud. modelos y teorías del cambio en conductas de salud [Bases de datos en línea]. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: <http://grupo.us.es/estudiohbsc/images/pdf/formacion/tema4.pdf>
18. Guillermina J. Salud y determinantes de salud [Base de datos en línea] Salud y Poesía]. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: <https://www.minsal.cl/determinantes-sociales-en-salud>
19. Aristizábal G. Blanco M. Sánchez A, Ostiguín R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender: Una reflexión en torno a su comprensión. Enferm. Univ. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-70632011000400003&lng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003&lng=es)
20. Hidalgo E. Abordaje de enfermería basado en el modelo de Nola Pender sobre hábitos del sueño. Costa Rica: Scielo; 2022. [Consultado el 06 de enero del 2024]. Recuperado a partir de: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1988-348X2022000200010](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2022000200010)
21. Herrera A. El profesional de enfermería en la promoción de salud en el segundo nivel de atención. Ecuador: Ministerio de Salud Pública; 2022. [Consultado el 06 de enero del 2024]. Recuperado a partir de: <file:///C:/Users/Recepcion1/Downloads/Dialnet-ElProfesionalDeEnfermeriaEnLaPromocionDeSaludEnEIS-8421680.pdf>
22. Organización Mundial de la salud. Estilos de vida y Promoción de la Salud: material didáctico. Tema 4: Determinantes de salud. Modelos y teorías del cambio en conducta

- de salud. [Internet]. 2018. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: <http://grupo.us.es/estudiohbsc/images/pdf/formacion/tema4.pdf>
23. López L. Definición de salud. [Internet]. . [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: <https://definicion.de/salud/>
24. Sosa S. Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores que acuden al centro de salud Materno Infantil el Socorro Huaura, 2020. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. [ Internet]. 2020. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19269/ADULTO\\_MAYOR\\_ESTILO\\_VIDA\\_SOSA\\_PILLHUAMAN\\_SILVIA\\_DORIS.pdf?sequence=1](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19269/ADULTO_MAYOR_ESTILO_VIDA_SOSA_PILLHUAMAN_SILVIA_DORIS.pdf?sequence=1)
25. Mata D. factores que influyen en la salud. [ Internet]. 2020. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: <https://www.vitalseguro.com/blog/salud/factores-que-influyen-en-la-salud/>
26. Guevara P. Factores Sociales, Culturales en el Centro poblado de alto Trujillo atendidas en la defensoría de la mujer, Perú, 2017. Universidad Nacional de Trujillo. [ Internet]. 2018. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: <https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/11979/PAOLA%20GUEVARA%20CRUZ.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
27. Supo José. Niveles de Investigación. [Internet]. 2020. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: <https://bioestadistico.com/niveles-de-investigacion>
28. Samaniego G. Enfoque, tipo, diseño y método de investigación. [Internet]. 2022. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: <https://miasesor detesis.com/enfoque-tipo-diseno-metodo-de-investigacion/>
29. Lazano M. Estilo de vida saludable para el adulto. [Internet]. 2020. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: <http://www.indexf.com/dce/17pdf/17-351.pdf>
30. Fernandez C. Dimensión biológica [Internet]. Enfermera virtual. 2021. [. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: [https://www.infermeravirtual.com/esp/actividades\\_de\\_la\\_vida\\_diaria/la\\_persona/dimension\\_biologica#:~:text=La%20dimensi%C3%B3n%20biol%C3%B3gica%20hace%20referencia,tambi%C3%A9n%20din%C3%A1mica%20con%20el%20ambiente](https://www.infermeravirtual.com/esp/actividades_de_la_vida_diaria/la_persona/dimension_biologica#:~:text=La%20dimensi%C3%B3n%20biol%C3%B3gica%20hace%20referencia,tambi%C3%A9n%20din%C3%A1mica%20con%20el%20ambiente)



31. Vera C. Validez interna y externa. 2018. [. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: <http://www4.ujaen.es/~eramirez/Descargas/tema7>
32. Universidad Católica los ángeles de Chimbote. Código de ética para la investigación. [Internet]. 2022. [Consultado el 10 de noviembre del 2023]. Disponible en: [file:///C:/Users/PERSONAL/Downloads/reglamento-de-integridad-cientifica-en-la-investigacion-v001%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/PERSONAL/Downloads/reglamento-de-integridad-cientifica-en-la-investigacion-v001%20(1).pdf)
33. Gerencia Asistencial de Atención Primaria. Estilos de vida. Madrid: Comunidad de Madrid; 2021. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: <https://www.comunidad.madrid/hospital/atencionprimaria/ciudadanos/estilos-vida#:~:text=La%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de%20la,factores%20socioculturales%20y%20caracter%C3%ADsticas%20personales%20E2%80%9D>
34. Gomez W. Estilos de Vida Saludable Política Pública en Proceso. Perú: Universidad María Auxiliadora; 2018. [Consultado el 12 de diciembre del 2023]. Recuperado a partir de: <file:///C:/Users/Fernando%20&%20Yamileth1/Downloads/19-76-1-PB.pdf>
35. Sarabia M, Vázquez L. Estilos saludables de vida y su relevancia en la salud del individuo. Camaguey: Scielo; 2018. [Consultado el 04 de enero del 2024]. Recuperado a partir de: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1727-81202005000200006#:~:text=Entre%20los%20h%C3%A1bitos%20no%20saludables,vez%20m%C3%A1s%20presentes%20en%20los](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202005000200006#:~:text=Entre%20los%20h%C3%A1bitos%20no%20saludables,vez%20m%C3%A1s%20presentes%20en%20los)
36. Organización de las Naciones Unidas. Las enfermedades no transmisibles causan el 75% de las muertes globales y van en aumento. ONU; 2022. [Consultado el 04 de enero del 2024]. Recuperado a partir de: <https://news.un.org/es/story/2023/05/1521192#:~:text=Las%20enfermedades%20no%20transmisibles%20aumentan,eficaces%20e%20inmediatas%20C%20alert%C3%B3%20este>
37. Villajuan M. Estilos de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Pueblo Joven Miraflores Alto\_ Sector A\_ Chimbote, 2018. Chimbote: Universidad Católica los Angeles de Chimbote; 2020. [Consultado el 04 de enero del 2024]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/17735/ADULTO\\_MADURO\\_VILLAJUAN\\_%20GRANDE\\_%20MARIA\\_%20ISABEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/17735/ADULTO_MADURO_VILLAJUAN_%20GRANDE_%20MARIA_%20ISABEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

38. Diaz A. Estilos de vida y cuidados preventivos en la Hipertension Arterial del adulto mayor, Centro de Salud Carlos Protzel, 2018. Lima: Universidad Inca Garcilazo de la Vega; 2019. [Consultado el 04 de enero del 2024]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4956/TESIS%20\\_DIAZ%20DEL%20OLMO%20ILIZARBE.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4956/TESIS%20_DIAZ%20DEL%20OLMO%20ILIZARBE.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
39. Guzmán B, Castro S. Los medios instruccionales, su desarrollo e importancia en la educación del siglo XXI. Perú: *Revista científica, INICC-PERÚ*, 3(1), 1-16. [Consultado el 04 de enero del 202]. Recuperado a partir de: <https://revista.inicc-peru.edu.pe/index.php/delectus/article/download/35/66?inline=1>
40. Phillip L. la familia y la economía. Peru: universidad católica san pablo; 2023. [Consultado el 04 de enero del 2024]. Recuperado a partir de: <https://ucsp.edu.pe/familia-y-economia/>
41. Aguilar J, Padilla D. Importancia de la ocupación en el desarrollo del mayor y su influencia en su salud. España: Universidad de Almería; 2018. [Consultado el 04 de enero del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.redalyc.org/journal/3498/349851776028/html/#:~:text=En%20resumen%2C%20la%20ocupaci%C3%B3n%20constituye,el%20juego%2C%20incidiendo%20en%20%C3%BAltimo>
42. Angelucci L, Cañoto Y. Influencia del estilo de vida, el sexo, la edad y el imc sobre la salud física y psicológica en jóvenes universitarios. Venezuela: Universidad Simón Bolívar, Venezuela; 2017. [Consultado el 04 de enero del 2024]. Recuperado a partir de: <https://www.redalyc.org/journal/799/79952834009/html/>
43. Hidalgo E. Abordaje de enfermería basado en el modelo de Nola Pender sobre hábitos del sueño. Scielo: Santa Cruz de la Palma; 2022. [Consultado el 04 de enero del 2023]. Recuperado a partir de: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1988-348X2022000200010](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2022000200010)
44. Gálvez G. Educar para la salud como motor de cambio social en el estilo de vida. Perú: Universidad César Vallejo; 2021. [Consultado el 04 de enero del 2023]. Recuperado a partir de: <https://www.redalyc.org/journal/5739/573970382007/html/>
45. Mafia N. Función de la religión en la vida de las personas según la psicología de la religión. Scielo; 2018. [Consultado el 04 de enero del 2023]. Recuperado a partir de:

[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0120-36492013000200006](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-36492013000200006)

46. Aguilar J. Importancia de la ocupación en el desarrollo del mayor y su influencia en su salud. España: Universidad de Almería; 2018. [Consultado el 04 de enero del 2023]. Recuperado a partir de: <https://www.redalyc.org/journal/3498/349851776028/html/>
47. Peña A. Influencia del nivel económico en el estilo de vida y la prevalencia de factores de riesgo cardiovascular en adolescentes. México: Universidad Autónoma del Estado México; 2018. [Consultado el 04 de enero del 2023]. Recuperado a partir de: <http://ri.uaemex.mx/handle/20.500.11799/108771>

## ANEXO

### Anexo 01 Matriz de consistencia

#### Estilo de vida y Factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Llupa - Independencia –Huaraz, 2023

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p><b>Problema general</b></p> <p>Existe relación entre el estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Llupa - Independencia – Huaraz, 2023</p>	<p><b>Objetivo general</b></p> <p>Determinar la relación que existe entre el estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Llupa - Independencia - Huaraz, 2023.</p> <p><b>Objetivos específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Valorar el estilo de vida de los adultos del centro poblado de Llupa - Independencia - Huaraz, 2023.</li> <li>• Identificar los factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Llupa - Independencia – Huaraz, 2023.</li> <li>• Establecer la relación estadística entre estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Llupa - Independencia – Huaraz, 2023</li> </ul>	<p><b>Variable 1</b></p> <p><b>Estilo de vida</b></p> <p>Operacionalización:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saludable</li> <li>• No saludable</li> </ul> <p><b>Variable 2</b></p> <p><b>Factores Biosocioculturales</b></p> <p>Operacionalización:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Edad</li> <li>• Sexo</li> <li>• Grado de Instrucción</li> <li>• Religión</li> <li>• Estado civil</li> <li>• Ocupación</li> <li>• Ingreso económico</li> </ul>	<p><b>Tipo de Investigación:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuantitativo</li> <li>• Corte transversal</li> </ul> <p><b>Nivel de Investigación:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Descriptivo</li> <li>• Correlacional</li> </ul> <p><b>Diseño de Investigación:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• No experimental</li> </ul> <p><b>Población:</b> 360 personas adultos que habitan</p> <p><b>Muestra:</b> 186 adultos</p> <p><b>Técnica:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Entrevista</li> <li>• Observación</li> </ul> <p><b>Instrumento:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala del estilo de vida.</li> <li>• Cuestionario sobre los factores socioculturales de la persona</li> </ul>

Anexo 02 Instrumento de recolección de información



Instrumento de recolección de información  
UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCALA DE ESTILO DE VIDA

Delgado R, Reyna E, Díaz R (2008)

Nº	ITEMS	CRITERIOS			
<b>ALIMENTACIÓN</b>					
1	Come Ud. tres veces al día: desayuno, almuerzo y comida.	N	V	F	S
2	Todos los días, Ud. consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos.	N	V	F	S
3	Usted bebe agua diariamente durante el día, entre 4 a 8 vasos	N	V	F	S
4	Contiene entre la comida el consumo de frutas	N	V	F	S
5	Escoge las comidas que no contengan ingredientes químicos o artificiales en la comida	N	V	F	S
6	Usted lee las etiquetas conservadas, enlatadas y empaquetadas para identificar los ingredientes.	N	V	F	S
<b>ACTIVIDAD FÍSICA</b>					
7	Realiza ejercicios por 20 a 30 minutos por 3 veces a la semana	N	V	F	S
8	Usted realiza las actividades diariamente que incluyan el manejo del todo cuerpo	N	V	F	S
<b>MANEJO DEL ESTRES</b>					
9	Usted identifica las causas de las situaciones como la tensión o preocupación en su vida	N	V	F	S
10	Usted expresa sus sentimientos como la tensión y preocupación	N	V	F	S
11	Usted plantea alternativas para aliviar la solución a la tensión y preocupación	N	V	F	S
12	Usted realiza alguna actividad de distracción o relajación como: tomar siestas, pasear, ejercicios de respiración o pensar en cosas agradables para nuestro cuerpo.	N	V	F	S
<b>APOYO INTERPERSONAL</b>					
13	Usted se relaciona o corresponde con los demás	N	V	F	S

14	Usted mantiene una buena relación interpersonales con los demás.	N	V	F	S
15	Usted comenta sus inquietudes o deseos con los demás	N	V	F	S
16	Cuando usted se enfrenta en las situaciones dificultosas busca algún apoyo en los demás	N	V	F	S
<b>AUTORREALIZACIÓN</b>					
17	Usted se encuentra satisfecho con lo elaborado en su vida	N	V	F	S
18	Se encuentra satisfecho con lo que todavía realiza sus actividades	N	V	F	S
19	Realiza sus actitudes que animen en su desarrollo personal	N	V	F	S
<b>RESPONSABILIDAD EN SALUD</b>					
20	Actualmente acude usted a un centro de salud, siquiera una vez al año para su revisión de médica	N	V	F	S
21	Cuando usted presenta algún desagrado en su cuerpo acude algún centro de salud	N	V	F	S
22	Toma los medicamentos recetados por el médico	N	V	F	S
23	Toma en cuenta lo que el personal de salud le brinda información	N	V	F	S
24	Participa en las actividades que fomentan la salud como las: sesiones educativas, campañas de salud, libros de salud	N	V	F	S
25	Consume sustancias dañosas como el: alcohol, cigarro y/o drogas	N	V	F	S

### **CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:**

NUNCA: N = 1

A VECES: V = 2

FRECUENTEMENTE: F = 3

SIEMPRE: S = 4

### **PUNTAJE MÁXIMO:**

100 puntos

75 a 100 puntos saludable

74 a menos puntos no saludables



### Anexo 03 Validez del instrumento

#### VALIDEZ INTERNA DE LA ESCALA DE ESTILOS DE VIDA

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

$$r = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{N \sum X^2 - (\sum X)^2} * \sqrt{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2}}$$

	R – Pearson		
Ítems 1	0.35		
Ítems 2	0.41		
Ítems 3	0.44		
Ítems 4	0.10		(*)
Ítems 5	0.56		
Ítems 6	0.53		
Ítems 7	0.54		
Ítems 8	0.59		
Ítems 9	0.35		
Ítems 10	0.37		
Ítems 11	0.40		
Ítems 12	0.18		(*)
Ítems 13	0.19		(*)
Ítems 14	0.40		
Ítems 15	0.44		
Ítems 16	0.29		
Ítems 17	0.43		
Ítems 18	0.40		
Ítems 19	0.20		
Ítems 20	0.57		
Ítems 21	0.54		
Ítems 22	0.36		
Ítems 23	0.51		
Ítems 24	0.60		
Ítems 25	0.04		(*)

Si  $r > 0.20$  el instrumento es válido.

(\*) Se creyó conveniente dejar ítems para su importancia en el estudio.





UNIVERSIDAD CATOLICA LOS  
ANGELES DE CHIMBOTE



FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE  
ENFERMERIA

VALIDEZ INTERNA DEL CUESTIONARIO SOBRE LOS FACTORES  
BIOSOCIOCULTURALES DE LAS PERSONAS ADULTAS

$$r = \frac{n \sum xy - \sum x \sum y}{\sqrt{\frac{\sum x^2 - (\sum x)^2}{nx} \frac{\sum y^2 - (\sum y)^2}{xny}}}$$

Preguntas	Coefficiente de correlación
P01	0.653
P02	0.723
P03	0.500
P04	0.833
P05	0.638
P06	0.633
P07	0.523

NOTA: Si el valor de la correlación es mayor de 0,20 entonces la pregunta e Validada.

**Anexo 05 Confiabilidad del instrumento**  
**CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DE ESTILOS DE VIDA**

**Resumen del procesamiento de los casos**

	N <sup>a</sup>	%
<b>CASOS</b>		
Validos	27	93,1
Excluidos	2	6.9
<b>Total</b>	<b>29</b>	<b>100,0</b>

A eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

**Estadísticos de fiabilidad**

Alfa de Cronbach	N <sup>a</sup> de elementos
0.794	25



**UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES  
DE CHIMBOTE**



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

**CONFIABILIDAD DEL CUESTIONARIO SOBRE LOS  
FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LAS  
PERSONAS ADULTAS**

**Estadísticos de fiabilidad**

<b>Alfa de Cronbach</b>	<b>N<sup>a</sup> de elementos</b>
0.731	07

**Anexo 04 Formato de Consentimiento informado**  
**UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE**



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



**PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ENTREVISTAS**  
**(Ciencias de la Salud)**

Estimado/a participante:

Le pedimos su apoyo en la realización de una investigación conducida por **Maldonado Milla Sonia Miriam**, que es parte de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. La investigación, denominada Estilos de vida y Factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de LLupa, independencia –Huaraz, 2023.

- La entrevista durará aproximadamente 10 minutos y todo lo que usted diga será tratado de manera anónima.
- La información brindada será grabada (si fuera necesario) y utilizada para esta investigación.
- Su participación es totalmente voluntaria. Usted puede detener su participación en cualquier momento si se siente afectado; así como dejar de responder alguna interrogante que le incomode. Si tiene alguna pregunta sobre la investigación, puede hacerla en el momento que mejor le parezca.
- Si tiene alguna consulta sobre la investigación o quiere saber sobre los resultados obtenidos, puede comunicarse al siguiente correo electrónico: **[mimilita2@hotmail.com](mailto:mimilita2@hotmail.com)** o al número **979048282** Así como con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad, al correo electrónico: [ciei@uladech.edu.pe](mailto:ciei@uladech.edu.pe)

Complete la siguiente información en caso desee participar:

Nombre completo:	
Firma del participante:	
Firma del investigador:	
Fecha:	

## Anexo 05 Documento de aprobación para la recolección de la información



VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN  
COORDINACIÓN DE GESTIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

"Año de la unidad, la paz y el desarrollo"

Chimbote 30 de noviembre 2023

### CARTA N° 222-2023-2023-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA

Señora:

Lic. Edith Trejo Rondán

PUESTO DE SALUD LLUPA

Presente:

A través del presente, reciba el cordial saludo en nombre del Vicerrectorado de Investigación de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, a la vez solicito su autorización formal para llevar a cabo una investigación titulada ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE LLUPA, INDEPENDENCIA - HUARAZ, 2023, que involucra la recolección de información/datos en A LOS POBLADORES DE LLUPA, a cargo de SONIA MIRIAM MALDONADO MILLA, con DNI N° 40034296, cuyo asesor es el/la docente REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER.

La investigación se llevará a cabo siguiendo altos estándares éticos y de confidencialidad, y todos los datos recopilados serán utilizados únicamente para los fines de la investigación.

Es propicia la oportunidad, para reiterarle las muestras de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente,

  
Dr. Wily Valle Salvaferria  
Coordinador de Gestión de Investigación



  
GOBIERNO REGIONAL DE ANCASH  
RED DE SALUD LOCAL LLUPA  
Edith Trejo Rondán  
OBSTETRA  
DNI: 21972895  
CUI: 21871

SE ACEPTA LA RECOLECCIÓN DE DATOS.  
LLUPA: 20 DICIEMBRE 2023

**Anexo 06 Evidencias de ejecución (Declaración jurada, base de datos)**

**Declaración jurada**

Yo, Maldonado Milla Sonia Miriam, identificado (a) con DNI 40034296, con domicilio real en Av. Las Américas

**DECLARO BAJO JURAMENTO,**

En mi condición de bachiller, con código de estudiante 0812031007 de la Escuela Profesional de Enfermería, Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, semestre académico 2023-II:

1. Que los datos consignados en la tesis titulada: Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Llupa, Independencia – Huaraz, 2023.

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

Doy fe que esta declaración corresponde a la verdad

Huaraz, 10 de diciembre de 2023



Firma del estudiante/bachiller

Huella Digital

DNI 40034296







