



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA DE ESTUDIO DE ENFERMERÍA**

**ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD EN EL ADULTO DEL  
ASENTAMIENTO HUMANO VILLA DON VICTOR\_NUEVO CHIMBOTE, 2024**

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

**AUTOR**

**LINARES PEREZ, MIRIAN IRENE  
ORCID:0000-0002-2352-6262**

**ASESOR**

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

**CHIMBOTE-PERÚ  
2024**



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**PROGRAMA DE ESTUDIO DE ENFERMERÍA**

**ACTA N° 0062-092-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS**

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **14:45** horas del día **21** de **Junio** 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:

**CANTUARIAS NORIEGA NELIDA** Presidente  
**REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER** Miembro  
**ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO** Miembro  
**Dr(a). VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA** Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO VILLA DON VICTOR\_NUEVO CHIMBOTE, 2024**

**Presentada Por :**  
(0112181005) **LINARES PEREZ MIRIAN IRENE**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **17**, 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:

**CANTUARIAS NORIEGA NELIDA**  
Presidente

**REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER**  
Miembro

**ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO**  
Miembro

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



## CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO VILLA DON VICTOR\_NUEVO CHIMBOTE, 2024 Del (de la) estudiante LINARES PEREZ MIRIAN IRENE, asesorado por VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 0% 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, 12 de Julio del 2024



Mgtr. Roxana Torres Guzman  
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

## **DEDICATORIA**

A Dios por ser el que me guarda, me cuida y guía en cada uno de los pasos que doy en mi vida profesional, personal. Por brindarme la sabiduría necesaria para la continuación de mis estudios, obteniendo buenos resultados.

A mis padres por brindarme su apoyo incondicional en cada decisión que yo tome, por ayudarme a continuar con mis estudios, además por aconsejarme a nunca rendirme y ser perseverante en lo que deseo lograr a pesar de que se presenten obstáculos

**Mirian Linares**

## **AGRADECIMIENTO**

A Dios:

Por darme la vida, salud y fuerza para seguir adelante a pesar de los obstáculos y la sabiduría para realizar mi trabajo de investigación logrando cumplir cada una de mis metas propuestas.

A mis padres, Cesar Linares Ríos e Irene Pérez Mendoza por su apoyo incondicional, permitiendo que siga realizando mis estudios superiores, además por apoyarme en el proceso de investigación por medio de sus motivaciones y ánimos brindados de parte de ellos, para no rendirme y seguir esforzándome aún más.

A todos los docentes asesores de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote de Sede Central, que ha participado en mi formación académica, ya que, con paciencia, compartieron sus conocimientos, con los cuales pude hacer realidad este trabajo de investigación

**Mirian Linares**

## ÍNDICE GENERAL

<b>DEDICATORIA</b> .....	IV
<b>AGRADECIMIENTO</b> .....	V
<b>INDICE GENERAL</b> .....	VI
<b>LISTA DE TABLAS</b> .....	VII
<b>LISTA DE FIGURAS</b> .....	VIII
<b>RESUMEN</b> .....	IX
<b>ABSTRACT</b> .....	X
<b>I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b> .....	1
<b>II. MARCO TEORICO</b> .....	7
2.1 Antecedentes.....	7
2.2 Bases teóricas de la investigación .....	12
<b>III. METODOLOGÍA</b> .....	17
3.1 Nivel, tipo y diseño de la investigación .....	17
3.2 Población y muestra.....	17
3.3 Variables. Definición y operacionalización.....	19
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de información .....	21
3.5 Método de análisis de datos .....	22
3.6 Aspectos éticos .....	23
<b>IV. RESULTADOS</b> .....	24
4.1 Resultados.....	24
4.2 Discusión .....	30
<b>V. CONCLUSIONES</b> .....	38
<b>VI. RECOMENDACIONES</b> .....	39
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	40
<b>ANEXOS</b> .....	50
Anexo 01 Matriz de consistencia.....	50
Anexo 02 Instrumento de recolección de información.....	51
Anexo 03 Ficha técnica de los instrumentos .....	54
Anexo 04 Formato de consentimiento informado u otros .....	58

## LISTA DE TABLAS

	<b>Pag</b>
<b>TABLA 1:</b> MATRIZ DE OPERACIONALIZACION DE LAS VARIABLES.....	19
<b>TABLA 2:</b> DETERMINANTE COMO ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO VILLA DON VICTOR_NUEVO CHIMBOTE, 2024.....	24

## LISTA DE FIGURAS

	<b>Pag</b>
<b>FIGURAS DE LA TABLA 2: DETERMINANTE DE ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO VILLA DON VICTO_NUEVO CHIMBOTE, 2022.....</b>	<b>26</b>



## RESUMEN

El estilo de vida es un determinante para el bienestar de salud del adulto, el cual se ha visto afectado en los últimos acontecimientos, en donde los adultos han optado por un estilo de vida sedentario; es por ello que en la investigación se plantea como objetivo general describir los estilos de vida como determinante de la salud en el adulto del Asentamiento Humano Villa Don Víctor\_Nuevo Chimbote, 2024. La metodología empleada fue de tipo cuantitativo, descriptivo con un diseño de una sola casilla no experimental, con una población de 400 adultos, la muestra fue de 197 adultos obtenida por la fórmula de muestreo simple; aplicando como instrumento el cuestionario de determinantes de la salud en el adulto; utilizando como técnica la observación y la entrevista. Llegando a los siguientes resultados y conclusiones: En los determinantes de estilo de vida la mayoría, no fuman ni ha fumado, duermen entre 6 a 8 horas, no realizan exámenes médicos; más de la mitad solo ingieren bebida ocasionalmente, se bañan 4 veces a la semana debido al clima presentado, se ejercitan caminando. En la dieta menos de la mitad consumen a diario pan, cereales; menos de la mitad consumen de 3 a más veces a la semana huevos, así también menos de la mitad pescado de una a dos veces por semana y lácteos menos de una vez a la semana.

**Palabras clave:** adulto, determinante, estilo de vida, salud.

## **ABSTRACT**

Lifestyle is a determinant for adult health well-being, which has been affected in recent events, where adults have opted for a sedentary lifestyle; That is why the general objective of the research is to describe lifestyles as a determinant of health in adults in the Villa Don Víctor\_Nuevo Chimbote Human Settlement, 2024. The methodology used was quantitative, descriptive with a single-point design. non-experimental box, with a population of 400 adults, the sample was 197 adults obtained by the simple sampling formula; applying the adult health determinants questionnaire as an instrument; using observation and interview as techniques. Reaching the following results and conclusions: Regarding the lifestyle determinants, the majority do not smoke or have smoked, they sleep between 6 to 8 hours, they do not perform medical examinations; More than half only drink occasionally, they bathe 4 times a week due to the weather, and they exercise by walking. In their diet, less than half consume bread and cereals daily; Less than half consume eggs 3 or more times a week, as well as less than half consume fish one to two times a week and dairy products less than once a week.

**Keywords:** adult, determinant, lifestyle, health.

## I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La salud en las personas a nivel mundial ha ido cambiando de acuerdo a los acontecimientos presentados, lo cual ha conllevado que haya un aumento de enfermedades no transmisibles tales como enfermedades cardiovasculares, cáncer y diabetes; En el año 2023 dichas patologías han ocasionado más del 70 % de muertes humanas. A pesar de los intentos realizados por los gobiernos de los diferentes continentes para reducir la aparición de dicha problemática, es lamentable aun ver, que las tasas de malnutrición siguen en ascenso así como también el déficit de medidas tomadas frente a la salud sexual y reproductiva. (1)

Cabe señalar que los sistemas sanitarios de los diferentes países han presentado dificultades al momento de efectuar medidas que contrarresten las problemáticas de salud presentadas, debido a las afecciones relacionadas con el estilo de vida de cada individuo. Por otro lado, un informe realizado por el Banco Mundial, señala que la pobreza es una de las causas principales que presentan los gobiernos de menor categoría para realizar medidas preventivas y promocionales para toda la población de acuerdo a su jurisdicción. (2)

En esa misma línea, otro de los desafíos que se presenta en la salud, según la OMS es la tasa de tabaquismo y alcohol en la población la cual va en aumento; ya que se calcula que cada año mueren alrededor de 8.7 millones de personas; de las cuales el 1.3 millones son afectadas indirectamente, esto quiere decir que se encuentra expuestos a inhalar el humo de este producto, corriendo el riesgo de sufrir enfermedades cardíacas, respiratorias, cáncer, entre otros. (3)

Para el año del 2023 muchos gobiernos han tomado medidas frente a esta problemática, mediante la adopción de políticas que influyen en la promoción de la salud; según el último informe redactado por la OMS en cuanto a la epidemia del consumo de tabaco, se estima que en la actualidad existen 5 600 millones de personas que han logrado introducir en su vida diaria seis medidas preventivas frente al consumo de tabaco; siendo el 71% de la población mundial. (3)

En Latinoamérica en el año 2022; según la Comisión Económica para América latina y el Caribe CEPAL la pobreza ha ido aumentando, llegando a más de 22 millones de personas pobres y 8 millones de pobres extremos, lo cual ha ocasionado una inseguridad alimentaria provocando un déficit en el desarrollo intelectual de las personas por falta de alimentación; a su vez los precios de los productos primarios se han elevado considerablemente, siendo

imposible obtener para las familias de bajos recursos; por esta razón el estilo de vida de muchos individuos se ha visto afectado. Frente a esta problemática los gobiernos de los diferentes países han tomado acciones en beneficio a la población, mediante la distribución gratuita de productos primarios a las familias de bajo recursos. (4)

Otro de los problemas de salud que presenta América Latina es la falta de actividad física por parte de la población; según la Organización Panamericana de Salud se ha comprobado que el ejercicio regular, logra significativamente disminuir el riesgo de enfermedades cardiovasculares, cáncer, diabetes y depresión; asimismo mejora la motricidad ayudando a la salud ósea y funcional. Sin embargo, en la actualidad se han visto cifras muy lamentables, en donde se evidencia la falta de ejercicio, siendo así que para el año 2025 la OPS se ha propuesto reducir la inactividad física en un 15 % y para el 2030 en un 30%; mediante la creación de espacios medioambientales que cuenten con zona de ejercicios logrando incentivar a la población a practicarlo. (5)

El gobierno de Brasil por su parte en el año 2023 ha desarrollado una mega estrategia en el sector salud, el cual tiene por objetivo fortalecer la salud en el país, garantizando el acceso universal a dicho sector, mediante la inversión de 8 467 millones de dólares, para la prevención, el diagnóstico y tratamiento oportuno de enfermedades tales como la TBC, VIH, Dengue, hipertensión, cáncer; entre otros. Disminuyendo considerablemente la mortalidad y morbilidad la cual se ha visto en aumento en los últimos años; dicha estrategia se ha visto reflejada de manera positiva en los datos estadísticos el cual para el año 2023 la esperanza de vida fue de 76,2 años siendo superior a otros países de América. (6)

En la relación a los datos estadísticos del año 2023, Brasil presenta un 11,7% en la prevalencia de consumo de tabaco en personas adultas, siendo esto un dato negativo para la salud de la población; asimismo el sobrepeso y obesidad se ha visto incrementado en un 56,5% a pesar de los esfuerzos del gobierno por contrarrestar el aumento de las enfermedades no trasmisibles, ya que actualmente el 74% de muertes totales son causadas por dichas patologías. Es por ello que el gobierno ha creado instituciones que benefician a la población; entre ellas está el programa Auxilio Brasil el cual tiene por objetivo varias políticas públicas de asistencia social, salud y educación. (7)

Por su parte el estado de México mediante el Ejecutivo Federal en el año 2023 tuvo por objetivo lograr la accesibilidad de servicios de salud a un 90% de su población, dado que

años anteriores la tasa de morbilidad y mortalidad por enfermedades no transmisibles eran muy altas y por ende la esperanza de vida era menor; siendo así que para el año 2022 la prevalencia en cuanto al consumo de tabaco era de 11,9% y el sobrepeso fue de 64,9%. Frente a esta problemática el estado creó el modelo de atención a la salud para el bienestar la cual se basa en la atención primaria optando medidas de promoción, prevención y rehabilitación, dirigidas a las personas y familias de acuerdo al curso de vida. (8)

Cabe señalar que aun en la actualidad en el estado de México se sigue presentando una alta tasa de pobreza, el cual perjudica directamente el estilo de vida de la población, ya que la falta de economía dificulta la accesibilidad de productos alimenticios de buena calidad además de los insumos médicos. De acuerdo con el Instituto de Salud para el bienestar (INSABI) en el año 2022 se implementaron nuevos esquemas que logren mayor adquisición de insumos médicos para enfrentar la propagación de enfermedades transmisibles como el VIH, TBC, entre otros. (9)

Uno de los países que se encuentren mejor preparados para abordar la problemática de salud que actualmente se presenta a nivel internacional; es el gobierno de Chile el cual para el año 2023 ha logrado concientizar en un 80% a su población, en optar por hábitos saludables, además ha contribuido en la economía familiar proporcionando empleo a sus habitantes. Todo ello se logró gracias a la implementación de programas de promoción, prevención y detección temprana de enfermedades, mediante campañas de salud, en las cuales se enfatizaban la importancia de una buena alimentación y el ejercicio regular los cuales tienen grandes beneficios. El objetivo de dicho gobierno es lograr el 100% de una buena salud en toda su población. (10)

De esta misma manera estas actitudes se han visto reflejados en los datos estadísticos los cuales señalan que para el año 2023 en Chile se ha presentado una disminución en cuanto a la prevalencia del consumo de tabaco con un 27,2% a comparación con años anteriores, de la misma manera la tasa de sobrepeso y obesidad han ido en disminución. Sin embargo, el gobierno regional de Chile ha elaborado políticas públicas orientadas a la reducción de desigualdades en salud que aún persisten teniendo como principal valor la equidad la cual constituye un eje principal para la estrategia Nacional de Salud. (11)

El Perú es uno de los países que se encuentran en desarrollo en sus diferentes ámbitos; en cuanto al deporte en el año 2023 el INEGI mediante el Módulo de práctica deportiva y

ejercicio físico (MOPRADEF) indicó que el 39,8% de la población mayor de 18 años realizó ejercicios físicos durante su tiempo libre, de los cuales el 60,9% de dicha población lo hizo en espacios públicos tales como parque, calle, campo o plazas; dichos datos nos muestran que la población está tomando conciencia en cuanto a los beneficios que tiene la actividad física para la salud personal. Sin embargo, aún existe un alto porcentaje de inactividad física, el cual se desea disminuir por parte del gobierno regional a través de campañas promocionales incentivando el deporte. (12)

Por otro lado, en cuanto al sector salud en el año 2023 el Perú desembolsó un presupuesto de 25 millones de soles con el objetivo de brindar una atención de calidad a la población y universalizar la salud, es decir lograr mayor acceso a un centro de salud en zonas más vulnerables. Uno de los retos que ha presentado dicho sector, es la problemática actual que presente el país, entre ellos está el deseo de revertir los niveles de desnutrición crónica, mortalidad por enfermedades no transmisibles ya que hasta la fecha según las estadísticas brindadas por el INEI y MINSA para el año 2023 el 23,6% de la población presenta obesidad y el 37,5% sobrepeso. Por su parte existe prevalencia de 13,7% en cuanto a la hipertensión arterial, la cual es muy poca a diferencias de años anteriores. Sin embargo, la diabetes ha ido en aumento con una prevalencia de 7,8%. (13)

Frente a esta problemática el MINSA ha desarrollado metas que se desean cumplir; con la finalidad de satisfacer las necesidades de salud. Una de ellos es la accesibilidad a una atención médica, la cual en la actualidad solo el 96% cuenta con un seguro nacional y el 4% con otro seguro o ninguno. Es por ello que se han creado plataformas digitales en donde se puede ingresar e inscribirse en un seguro nacional totalmente gratuito beneficiando significativamente a las familias de zonas rurales. (14)

Otro de los objetivos más grandes del Ministerio de Salud es lograr la concientización de las personas en cuanto al manejo de un estilo de vida saludable, para ello se han creado actividades que fomenten el cambio de hábitos personales en relación a la salud. Cabe señalar que las últimas cifras obtenidas por el ENDES en el año 2023 son muy lamentables ya que muestra que el 69,6% de adultos aún sigue bebiendo algún tipo de alcohol. Sin embargo, en cuanto a alimentación los datos muestran que el 10,5% de la población consume al menos 5 porciones de frutas o ensaladas al día, siendo este alimento muy importante ya que brindará un consumo suficiente de micronutrientes y fibra dietética. (15)

Ancash es una de las principales regiones del Perú con más de un millón de habitantes, en donde el 78% de la población cuenta con los 4 servicios básicos tales como el la luz, agua, desagüe y telefonía, paralelamente en cuanto a la salud la accesibilidad a una atención médica en dicha región es del 96,6%, siendo un valor positivo a diferencia de años anteriores. Por su parte un estudio realizado por DIRESA muestra que la región de Ancash presenta un 40,9% de pobladores con sobrepeso u obesidad, siendo un gran desafío para el gobierno regional el disminuir dicho porcentaje, mediante la elaboración de estrategias que fomente una correcta alimentación. (16)

Por otro lado, sabemos que no solamente es importante cuidar la salud física si no también la salud mental, es por ello que dicho gobierno ha habilitado 9 centros de salud comunitarios los cuales se encuentran a disposición de la población ancashina, dado que a rais de la pandemia la tasa de trastornos mentales como la depresión y ansiedad; los cuales ascendieron significativamente en el año 2023 según DIRESA superando los 15 mil casos confirmados. (17)

Dentro de la región de Ancash se encuentra ubicado el distrito de Nuevo Chimbote, en donde su alcalde desde sus inicios de gestión ha logrado realizar diversas obras como la construcción de campos deportivos y parque medio ambientales los cuales incluyen máquinas de ejercicio en beneficio de la población, con la finalidad de incentivar a la población a realizar ejercicios diarios que beneficien su salud. Asimismo, mediante los datos obtenidos por la Red de Salud Pacifico Sur en los establecimientos de salud se ha observado un incremento de personas con obesidad en el año 2023, registrándose un total de 950 de nuevos casos de los cuales el 83% son del sexo femenino, esto a consecuencia de un desorden alimenticio. (18)

Frente a esta problemática no son ajenos los adultos del Asentamiento Humano Villa don Víctor ubicado en nuevo Chimbote el cual cuenta con una población de 400 habitantes aproximadamente; se puede evidenciar que dicho lugar cuenta con el servicio básico de electricidad en los hogares y alumbrado público, careciendo del servicio de agua y desagüe, lo cual ha traído problema en la economía de las familias, ya que semanalmente se tiene que comprar agua por tancadas, costando aproximadamente de 20 a 25 soles, siendo un precio muy alto a comparación de otras comunidades.

Sin embargo, la obra que se está desarrollando es la creación de un parque recreativo tecnológico el cual contara con espacios de estudios en donde se incorporaran material educativo como laptop e internet con la finalidad de garantizar un alto desarrollo educativo, a su vez estará conformado por un campo deportivo de futbol y vóley los cuales serán de gran importancia para la salud física de los pobladores incentivando el deporte y la actividad física.

### **Formulación del problema**

¿Cuáles son los estilos de vida como determinante de la salud en el adulto del Asentamiento Humano Villa Don Víctor\_Nuevo Chimbote, 2024?

### **Objetivo general**

Describir los estilos de vida como determinante de la salud en el adulto del Asentamiento Humano Villa Don Víctor\_Nuevo Chimbote, 2024

### **Objetivo específico**

- Identificar los estilos de vida como determinante de la salud en el adulto del Asentamiento Humano Villa Don Víctor\_Nuevo Chimbote, 2024

### **Justificación de la investigación**

- **Teórico:** La presente investigación se fundamentará en los modelos de determinantes de la salud, los cuales rigen y estipulan los factores principales que van a influenciar en la salud del individuo, es por ello que estos conceptos aportaran a los conocimientos de las profesiones de la salud, quienes podrán identificar con mayor facilidad dichos factores con el objetivo de desarrollar actividades promocionales que mejoren la salud de los adultos.
- **Práctico:** Ayudará al profesional de enfermería a identificar las causas, que originan el mal estilo de vida que lleva el adulto, pudiendo ayudar en la mejora de los determinantes biosocioeconomicos, a través de algunas actividades, con la finalidad de lograr el bienestar total del adulto en sus distintas dimensiones.
- **Metodológico:** Los profesionales de salud podrán analizar los datos obtenidos de dicha comunidad comparándolos con otros estudios realizados en diferentes lugares y de esta manera poder elaborar alternativas de solución frente a la problemática presentada, los cuales serán de gran beneficio para la comunidad en estudio.



## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1 Antecedentes

#### Nivel Internacional

**Azua M, et al, (19).** En su estudio titulado “Determinantes sociales de salud en adultos de la parroquia la Unión del cantón Jipijapa 2023” tiene como objetivo identificar cuáles son los determinantes sociales de salud presentes en adultos de la parroquia la Unión. El método descriptivo con una muestra de 73 adultos. En los resultados que más destacaron se observó que la mayoría de los adultos (95%) en cuanto a la atención medica solo el 22% cuenta con acceso a las instituciones de salud como lo es el IESS; En cuanto al tipo de comidas el 23% indico consumir alimentos hervidos y el 21% fritos. En la actividad física el 47% indicó realizar solo Menos de media hora a la semana. El 78% ha consumido bebidas alcohólicas y solo 18% tabaco.

**Licon T, Mejía D, Paredes F, et al, (20).** En su investigación titulado: Determinantes sociales de salud percibida y calidad de vida en mayores de dieciséis años de edad, Honduras 2022. Tiene por objetivo establecer la relación entre determinantes sociales de salud percibida y calidad de vida en tres cabeceras departamentales de Honduras; siendo un estudio descriptivo-correlacional con 824 participantes mayores de 16 años. Teniendo como resultado: el 53,3 % (439) del género femenino, edades entre 16-80 años; el 29,5 % (242) estaba desempleado; el 74 % (610) tenían ingresos familiares mensuales menor que un salario mínimo mensual. Concluyendo que es importante mejorar la equidad social de los hondureños y de esa manera podrán tener mejor calidad de vida.

**Martínez M, Irala J, Martínez J, et al (21).** En su investigación “Calidad de vida relacionada con la salud: determinantes sociales y de género en Córdoba, Argentina, 2019”. Teniendo como objetivo analizar la asociación entre determinantes sociales y de género con la calidad de vida relacionada con la salud (cvrs) en barrios socio segregados de Córdoba (Argentina) en 2019. Siendo un estudio observacional de corte transversal, con una muestra de 380 adultos seleccionada por un procedimiento multietápico. Se estimaron modelos de regresión logística múltiple estratificados por género. Se concluye que las mujeres con más tiempo promedio dedicado al trabajo no remunerad, En los varones, el estar casado o en pareja, tener un mayor nivel educativo y cobertura de salud

se asociaron con menor probabilidad de salud auto percibida. Aquellos con mayor nivel educativo tuvieron menor probabilidad de ansiedad/depresión.

**Azua M, Arteaga A, Jaramillo A, (22).** En su investigación titulada Determinantes sociales de salud en adultos de la parroquia la Unión del cantón Jipijapa, Ecuador 2023. Teniendo por objetivo identificar cuáles son los determinantes sociales de salud presentes en adultos padres de familia de la parroquia la Unión. Siendo un estudio descriptivo; con una población muestral de 73 adultos. Obteniendo los siguientes resultados la mayoría de los adultos (95%) cuentan con solo estudios básicos, mientras que el 5% no cuentan con una instrucción educativa. En cuanto al área laboral solo el 73% cuenta con un trabajo mientras que el 27% no lo tiene. En cuanto a la atención médica solo el 22% cuenta con acceso a las instituciones de salud como lo es el IESS. En cuanto al tipo de comidas el 23% indico consume alimentos hervidos y el 21% fritos. En la actividad física el 47% indicó realizar solo Menos de media hora a la semana. El 78% ha consumido bebidas alcohólicas y solo el 18% tabaco.

**Bonilla F, López O, Girón G, Salazar B, (23).** Realizaron una investigación titulada: El rol de los determinantes sociales en la salud de la población ecuatoriana, 2023. Teniendo por objetivo es analizar cómo los determinantes sociales inciden en las enfermedades en el territorio de Ecuador. Para la metodología, se buscaron artículos de revisión documental mediante una investigación de enfoque cualitativo. Como parte de los resultados y conclusiones los determinantes sociales en salud en los habitantes del Ecuador están afectados por factores económicos, demográficos y sociales. Aunque afectan a toda la población, tienen un mayor impacto en los estratos sociales bajos, debido a su mayor vulnerabilidad.

### **Nivel Nacional**

**Chunga S, (24).** En su investigación titulado: Determinantes de la salud en adultos del asentamiento humano Nuevo Pedregal\_Catacaos\_Piura, 2023. Tiene por objetivo Identificar los determinantes de salud del adulto del Asentamiento Humano Nuevo Pedregal\_Catacao\_Piura, 2023, la muestra estuvo conformada por 120 adultos los cuales participaron de manera voluntaria, siendo un estudio cuantitativo descriptivo, para la recolección de datos se tuvo que utilizar un cuestionario enfocado en determinantes de la salud. Teniendo como resultado: el 97,5% no fuma ni ha fumado

anteriormente, el 75,8% consumen bebidas alcohólicas ocasionalmente, el 55,8% duermen de 8 a 10 horas, el 70,8% se bañan diariamente, el 74,2% si han realizado examen médico periódico. Concluyendo: la mayoría consume bebidas alcohólicas 2 a 3 veces a la semana, más de la mitad duermen de 8 a 10 horas, la mayoría se baña diariamente.

**Chiroque S, (25).** Realizó un estudio de investigación titulado: Determinantes de la salud en el adulto del sector norte- Jibito-Miguel Checa-Sullana, 2020. Tiene por objetivo describir los determinantes de salud en la persona adulta; siendo de tipo cuantitativo descriptivo de una sola casilla, con una muestra de 213 personas adultas, aplicándoles el cuestionario sobre determinantes de la salud. Teniendo como resultados y conclusiones: La mayoría son de sexo femenino (59,15%), más de la mitad son adultos maduros (53,52%), menos de la mitad tienen trabajo estable (46,95%), más de la mitad tiene secundaria incompleta/secundaria completa (51,17%).; en los determinantes estilos de vida: La mayoría consumen ocasionalmente bebidas alcohólicas (51,64%), la mayoría no se realizan examen médico (51,17%), menos de la mitad no hacen actividad física (39,44%)

**Samanes E, Justiniano D, (26).** Realizó un estudio de investigación titulado: Estilos de vida durante la pandemia en personas que residen en la Asociación de Familia Ampliación OASIS de Villa El Salvador, Lima-2022. El cual tiene por objetivo Determinar los estilos de vida durante la pandemia en personas que residen en la Asociación de Familia Ampliación OASIS de Villa El Salvador, Lima2022; siendo un estudio tipo cuantitativo, descriptivo, con una muestra de 119 pobladores. Resultados y conclusiones: en actividad física predominó el nivel excelente con 84% (n=100), en nutrición predominó el nivel malo con 64,7% (n=77), en tabaco y toxinas predominó el nivel existente peligro con 77,3% (n=92), en alcohol predominó el nivel existe peligro con 65,5% (n=78), en sueño y estrés predominó el nivel malo con 49,6% (n=59)

**Sosa Y, (27).** Realizó un estudio de investigación titulado: Determinantes biosocioeconomicos relacionados al estilo de vida de la persona adulta del caserío San Jacinto –Catacaos-Piura, 2021. El cual tiene por objetivo determinar la relación entre los determinantes biosocioeconómicos y estilo de vida de la persona adulta; siendo un diseño cuantitativo, descriptivo, correlacional; con una población muestral constituida

por 100 adultos, a quienes se les hizo la aplicación de dos instrumentos. Teniendo como resultados: más de la mitad (56%) son de sexo femenino; menos de la mitad (47%) son adultos maduros; 45% con grado de instrucción secundaria completa/ incompleta, la mayoría (62%) tiene un ingreso menor de 850 nuevos soles, menos de la mitad (45%) son ama de casa.

**Córdova K, (28).** En su investigación titulado: Determinantes de la salud de la persona adulta en el distrito Yamango – Morropón - Piura, 2020; el cual tuvo como objetivo general: identificar los determinantes de la salud de la persona adulta del distrito Yamango – Morropón - Piura, 2020; siendo un estudio de tipo cuantitativo – descriptivo. La muestra fue de 234 personas adultas. El instrumento de recolección de datos fue el cuestionario sobre determinantes de la salud. Llegando a la conclusión: menos de la mitad son adultos maduros (49,1%); más de la mitad son sexo femenino (53,4%); ocupación trabajo eventual (56%); ingreso económico menor de 750 mensuales (35%). En estilos de vida, casi todos duermen 6 a 8 horas (96,6%); la mayoría no se realizado ningún examen médico periódico (71%); más de la mitad consume bebidas alcohólicas ocasionalmente (54,3%). Menos de la mitad no ha fumado ni lo ha hecho habitual (42,7%).

### **Nivel Local**

**Castillo R, (29).** En su investigación titulado: Determinantes del estado de salud en adultos del A.H. Miraflores Alto de Chimbote – Ancash, 2022. Tiene por objetivo describir los estilos de vida como determinante del estado de la salud en adultos, siendo de tipo de tipo cuantitativo y a su vez descriptivo, fue de diseño de una sola casilla, con una muestra de 120 adultos, para lo cual se aplicó un instrumento de estilo de vida mediante la técnica de encuesta. Teniendo como resultado el 46% no fuma actualmente, pero si ha fumado antes, el 51% ingiere bebidas alcohólicas ocasionalmente, el 56% duerme de 6 a 8 hora. En los determinantes de estilos de vida relacionados a sus hábitos personales la mayoría no fuma, pero ha fumado antes, más de la mitad ingiere bebidas alcohólicas ocasionalmente, la mayoría duerme de 6 a 8 hora.

**Porteros L, (30).** Realizó un estudio titulado: Determinantes biosocioeconomicos y estilos de vida como determinantes del estado de salud del adulto del asentamiento humano ampliación ramal playa \_Chimbote, 2021. Tiene como objetivo Describir los

determinantes biosocioeconomicos y estilo de vida como determinantes del estado de salud del adulto, siendo un estudio cuantitativo, descriptivo, una casilla. La muestra de 50 personas adultas, llegando a las siguientes resultados y conclusiones: la mayoría adultos maduros, grado de instrucción secundaria completa/incompleta, ingreso económico menor a S/750. Más de la mitad son sexo femenino, menos de la mitad tienen trabajo eventual; en determinantes estilos de vida, la mayoría ingiere bebidas alcohólicas una vez al mes, duermen de 6 a 8 horas, se baña diariamente, no realizan ningún examen médico periódico, la mayoría consume diario fideos más de la mitad no fuma ni ha fumado nunca, caminan en tiempo libre.

**López Y, (31).** En su investigación titulada: Determinantes de la salud de los adultos de la urbanización Los Ángeles - Independencia - Huaraz, 2023. Tiene por objetivo: Describir los determinantes de la salud de los adultos de la urbanización los Ángeles. La metodología fue de tipo cuantitativo, descriptivo, no experimental, la muestra estuvo conformada por 180 adultos. Resultados: el 55,56% (100) son de sexo femenino, el 38,88% (70) son adultos mayores y el 32,22% (58) tienen como grado de instrucción inicial/primaria. Conclusiones: en los determinantes de los estilos de vida entre 6 a 8 horas diarias, si se realizan algún examen médico periódico, el consumo de carne/pescado es 1 o 2 veces por semana, comen a diario frutas, verduras, pan y cereales; comen huevo y fideos de 3 o más veces por semana.

**Burgos P, (32).** En su investigación titulado: Determinantes de la salud en adultos del asentamiento humano Lomas de Sider \_ Chimbote, 2020. El cual tiene por objetivo general: identificar los determinantes de la salud en las personas adultas; siendo un estudio de tipo cuantitativo, descriptivo con diseño de una sola casilla, la muestra estuvo constituida por 184 personas adultas, a quienes se aplicó un instrumento: cuestionario sobre los determinantes de la salud. Entre los resultados y conclusiones se obtuvo que: La mayoría son del sexo femenino, edad entre adulto joven y maduro, más de la mitad con secundaria completa e incompleta, ingreso económico menos de 750 soles, la mayoría tienen un trabajo eventual. La mayoría no fuma, y no consumen alcohol, más de la mitad no fuma ni a fumado nunca de manera habitual, más de la mitad en su tiempo libre camina.

**Ore S, (33).** Realizó un estudio titulado: Estilo de vida como determinante de la salud en adultos del pueblo Joven La Union\_Chimbote, 2020. Teniendo como objetivo: aracterizar el estilo de vida como determinante de la salud adultos del pueblo joven la Unión-Chimbote; siendo un estudio de tipo cuantitativo, de corte transversal con diseño de una sola casilla, descriptivo, no correlacional. La investigación llega a los siguientes resultados y conclusiones, La totalidad duerme entre 6 a 8 horas, se bañan 4 veces a la semana, casi la totalidad no realizan actividad física, la mayoría no se realizan examen médico periódico en un establecimiento de salud, no fuma, ni ha fumado nunca de manera habitual. En los determinantes de estilo de vida en relación a la alimentación, la totalidad consumen fideos, papas, arroz, pan, cereales de forma diaria y un porcentaje significativo carnes, la mayoría consume legumbres, refrescos con azúcar 3 a más veces por semana, la totalidad embutidos enlatados.

## **2.2 Bases teóricas**

El presente trabajo de investigación se basa en el modelo sobre determinantes de la Salud de Mar Lalonde y en el modelo de capas de Dahlgren y Whitehead, los cuales se enfocan en comprender los procesos sociales en la salud del individuo.

El modelo realizado por el teorista Marc Lalonde con una visión holística,<sup>6</sup> logra definir que los determinante de la salud se forma a partir de un conjunto de elementos conformado por las actitudes y decisiones que toma la persona en cuanto a su bienestar físico, mental y social, del mismo modo menciona que los determinantes pueden ser modificables por los factores sociales presentes, es por ello que Lalonde creo un diafragma circular, identificando los principales efectos que tiene los estilos de vida y el medio ambiente en la salud de la persona, posterior a ello se dio más relevancia al sistema de salud, pero sabemos que la salud no se recuperara solo con la atención medica brindada sino también con las actitudes de cada persona. (34) (35)

## Determinantes para la salud



**Fuente:** Lalonde. Canadá 1974. Organización Panamericana de la Salud OPS

Es por ello que Marc Lalonde clasifica a los determinantes de la salud en:

**Biología humana:** está conformada por “la herencia genética, la maduración y envejecimiento, además de las características de los diferentes sistemas del cuerpo”, siendo considerado para Lalonde como un determinante fundamental, ya que la genética viene hacer como una historia previa de la salud. En ese mismo contexto habla de la maduración y envejecimiento los cuales pasan por etapas con sus propias características definitorias. (36)

**Medio ambiente:** el cual se va a definir por los factores que afectan el entorno físico de ser humano y no solamente el medio natural también el medio social, es decir las relaciones que mantiene que puede ser familiar, amical o sentimental. Es por ello que debe ser de suma importancia que el entorno social brinde calidad positiva a la persona para un buen desarrollo emocional. (36)

**Estilo de vida:** Es considerado como un conjunto de comportamientos y actitudes adoptados por la misma persona en relación a su salud durante todo el transcurso de su vida, teniendo en cuenta una buena alimentación adecuada y equilibrada el cual nos brinda los nutrientes necesarios para el funcionamiento del cuerpo; de la misma manera el realizar ejercicio de manera habitual fortalecerá nuestros músculos y nos ayudará evitar el sobrepeso y obesidad. (37)

**Sistema sanitario:** está conformado por un conjunto de centro de salud, los cuales a su vez necesitan recursos humanos (profesionales de la salud), medios

económicos, materiales y tecnologías, a su vez estos sistemas se verán condicionados por la efectividad, eficacia en cada una de sus actividades, como también la cobertura del establecimiento de salud. (37)

Otros de los modelos que sustentan la investigación es el modelo desarrollado por Whitehead y Dahlgren, el cual se encarga de explicar las desigualdades sociales presentadas en los diferentes niveles, este esquema se caracteriza por medio de capas concéntricas que son: los individuos, las conductas personales y estilos de vida, las influencias sociales, los servicios de salud, las condiciones de vida y de trabajo. Cabe destacar que por encima de estos niveles se encuentra los factores económico, cultural y medio ambiente, es decir el entorno de la persona. (38)

### Determinantes de la Salud



**Fuente:** Dahlgren G, Whitehead M. Traducido por OPS/OMS y publicado con permiso del Institute for Futures Studies; Estocolmo, Suecia; 1991.

A su vez los determinantes sociales de la salud, están definidas como las distintas circunstancias en donde la persona se desarrolla, presentando diversos acontecimientos diarios o cotidianos durante toda su vida desde el nacimiento hasta el envejecimiento. Según Dahlgren y Whitehead, la persona está dotada por factores de riesgo como es la edad, sexo y la genética las cuales van a influenciar en la salud individual, asimismo las relaciones sociales van a repercutir en las conductas personales de la persona. Dentro de su modelo elaborado, se encuentre tres categorías, en donde en cada una de ellas se encuentra ciertos factores que influenciaran en la salud de la persona. (39)



**Determinantes Proximales:** Están definidos por los factores individuales del individuo, es decir el estilo de vida que lleva la persona mediante las actitudes y comportamientos propios que tiene diariamente, incluyendo la edad, sexo y los factores genéticos. Es por ello que dichos que los estilos de vida son piensas importantes en cuanto a la salud de la persona. (40)

**Determinante Intermediarios:** Se encuentran conformados por las redes sociales y comunitarias, incluyendo la responsabilidad que tienen los sistemas de salud en los diferentes niveles de atención, mediante la planificación y ejecución de actividades de salud, esto incluye los centros médicos como las postas de salud, hospitales. Cabe señalar que dichos determinantes van a formar la segunda capa del esquema, en donde se encuentran las redes sociales y comunitarias siendo su principal actor la sociedad. (41)

En esa misma línea sabemos que en las redes sociales se van a encontrar la familia y amigos, además de la comunidad y de manera distal se encontraran los programas brindados por el estado tales como: Junta de Acción Comunal, la Junta de Acción Local, la Iglesia, los grupos de apoyo comunitario, la Defensoría del Pueblo, la comisaria familiar y el mismo municipio local, quienes permitirán a los pobladores acceder a programas que mejoren sus capacidades como talleres. (41)

**Determinantes Estructurales:** Dentro de este grupo se encuentran los factores socioeconómicos, culturales además del medio ambiente, los cuales van determinar las condiciones de vida y de trabajo de la persona, en donde se verá el entorno físico, incluyendo la vivienda donde reside o el establecimiento donde trabaja, asimismo los servicios básicos de saneamiento con los que cuenta. Por otro lado, se encuentra el desempleo y la educación del individuo. (42)

### **Bases conceptuales:**

**Adulto:** Existen diferentes definiciones sobre lo que es la adultez, según Nassar y Abarca el adulto es un ser humano que ha logrado completar su desarrollo biológico, además en su ámbito económico es un persona independiente y capaz de solventar cada uno de sus gastos sin necesitar del apoyo de sus padres. Frente a ello hoy en la actualidad se considera como adulta a toda persona mayor a los 18 años de edad. Según el MINSA la persona adulta mayor goza de diferentes derechos y a su vez de deberes

ya que debe de cumplir con sus responsabilidades consigo mismo, su familia y la comunidad. (43)

**Estilo de vida:** El estilo de vida de una persona está definido como el conjunto de actitudes y comportamientos adoptados por ella misma de forma individual o colectiva durante el transcurso de su vida ya sea en su alimentación, descanso, recreación, ejercicios, entre otros; logrando satisfacer sus necesidades y el desarrollo personal como social. Según la OMS lo define como “una forma general de vida basada en la interacción entre las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones individuales de conducta determinados por factores socioculturales y características personales”. Por ello el estilo de vida que adoptemos será un factor importante para determinar el nivel de salud que tenemos. (44)

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1 Tipo, nivel y diseño de la investigación

**Tipo:** Cuantitativo

La investigación cuantitativa estuvo orientada en la cuantificación de datos, el cual consiste en la recolección de datos numéricos los datos obtenidos por medio de la contabilización y medición, para posteriormente tabular y graficar los resultados de la investigación. (45)

**Nivel:** Descriptivo

En el nivel descriptivo se caracterizó las situaciones reales, mediante la obtención de los resultados de una investigación ya que se plantea las preguntas tales como: que, cuando, quien y como. Asimismo, de esta manera se podrán obtener los datos con mayor facilidad, por ello también se le considera como una investigación cuantitativa. Por otro lado, el nivel correlacional se enfoca de buscar la relación que existe entre dos variables siendo una dependiente de la otra. (46)

**Diseño:** De una sola casilla no experimental

En este tipo de diseño se logró recolectar datos en, un único y determinado momento asimismo su objetivo principal es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado. (47)

#### 3.2 Población y muestra

**Población:**

El universo estuvo compuesto por 400 adultos que viven en el AA.HH. Villa Don Víctor- Nuevo Chimbote.

**Muestra:**

Aplicando la fórmula de muestreo simple la muestra a tomar estuvo conformada por 197 adultos que viven en el Asentamiento Humano Villa Don Víctor\_Nuevo Chimbote.

**Unidad de análisis**

Cada adulto del Asentamiento Humano Villa Don Víctor, que formaron parte de la muestra y responde a los criterios de investigación.

**Criterios de inclusión**

- Adultos que tuvieron más de 2 años viviendo en el Asentamiento Humano Villa Don Víctor\_Nuevo Chimbote, 2024

- Adultos que contaron con disponibilidad para participar voluntariamente en la encuesta como informantes del Asentamiento Humano Villa Don Victor\_Nuevo Chimbote, 2024
- Adultos que aceptaron y desearon participar voluntariamente en la investigación del Asentamiento Humano Villa Don Victor\_Nuevo Chimbote, 2024

**Criterios de exclusión**

- Adultos que presentaron problemas de salud mental del Asentamiento Humano Villa Don Victor\_Nuevo Chimbote, 2024
- Adultos que tuvieron problemas de comunicación del Asentamiento Humano Villa Don Victor\_Nuevo Chimbote, 2024

### 3.3 Matriz de operacionalización de las variables

VARIABLE	DEFINICIÓN OPERATIVA	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	CATEGORÍAS O VALORACIÓN
<p><b>Estilo de vida:</b></p> <p>Es el conjunto de patrones de conducta que caracterizan la manera general de vivir de un individuo (48)</p>		-----	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Frecuencia del consumo de cigarro</li> <li>• Frecuencia del consume de alcohol</li> <li>• Número de horas de sueño</li> <li>• Frecuencia de aseo personal (baño)</li> </ul>	<p>Nominal</p> <p>Nominal</p> <p>Ordinal</p> <p>Nominal</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Si fumo, diariamente</li> <li>- Si fumo, pero no diariamente</li> <li>- No fumo actualmente, pero he fumado antes</li> <li>- No fumo, ni he fumado nunca de manera habitual</li> <li>- Diario</li> <li>- Dos a tres veces por semana</li> <li>- Una vez a la semana</li> <li>- Una vez al mes</li> <li>- Ocasionalmente</li> <li>- No consumo</li> <li>- 06 a 8 horas</li> <li>- 08 a 10 horas</li> <li>- 10 a 12 horas</li> <li>- Diariamente</li> <li>- 4 veces a la semana</li> <li>- No se baña</li> </ul>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Exámenes médicos periódicos</li> </ul>	Nominal	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Si</li> <li>- No</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividad física en tiempo libre</li> </ul>	Nominal	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Camina</li> <li>- Deporte</li> <li>- Gimnasia</li> <li>- No realizo</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividad física en las dos últimas Semanas</li> </ul>	Nominal	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Caminar</li> <li>- Gimnasia suave</li> <li>- Juegos con poco esfuerzo</li> <li>- Correr</li> <li>- Deporte</li> <li>- Ninguna</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Frecuencia del consume de alimentos</li> </ul>	Nominal	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diario</li> <li>- 3 o más veces a la semana</li> <li>- 1 o 2 veces a la semana</li> <li>- Menos de 1 ves a la semana</li> <li>- Nunca o casi nunca</li> </ul>

### 3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

#### Técnicas

En el presente informe de investigación se utilizó la técnica de la encuesta y la entrevista de manera presencial.

#### Instrumento

En la investigación solo se utilizó un instrumento para la recolección de datos que se detallan a continuación:

#### Instrumento: Determinantes de estilo de vida

El instrumento que se utilizó para la recolección de datos fue una herramienta, estructurado en base al cuestionario sobre los Determinantes de la salud en el adulto. Elaborado por Dra. Enf. Vílchez A. Estando constituido por 8 ítems distribuidos en 2 partes:

- Datos de identificación, donde se obtuvo las iniciales o seudónimo de cada adulto entrevistado.
- Determinantes de estilo de vida de cada adulto del Asentamiento Humano Villa Don Víctor en los aspectos: alimentación y hábitos personales

#### Control de calidad de datos

#### EVALUACIÓN CUANTITATIVA:

Se exploró mediante la calificación por medio de criterio de expertos, diez en total, acerca de la pertinencia de los reactivos en relación al constructo evaluado por dimensiones. Para efectos de este análisis, se utilizó para la evaluación de la validez de contenido la fórmula de V de Aiken (Penfield y Giacobbini, 2004).

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

Dónde:

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

$l$ : Es la calificación más baja posible.

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

El coeficiente V de Aiken total es 0,998, dicho valor establece que el instrumento es válido para obtener información de acuerdo a los determinantes de la salud en la persona adulta mayor en el Perú.

### **Confiabilidad**

#### **Confiabilidad Inter evaluador**

Se evaluó aplicando el cuestionario de forma presencial a los adultos participantes a través de las visitas domiciliaria.

A través del Coeficiente de Kappa se estudia el porcentaje de concordancia entre los entrevistadores, un valor a partir de 0,8 se considera muy bueno para evaluar la confiabilidad Inter evaluador

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

#### **Procedimiento para la recolección de datos**

Se consideró algunos pasos para la recolección de datos los cuales son:

- Se coordinó mediante el documento de autorización para la ejecución de la entrevista a los pobladores con la autoridad del Asentamiento Humano Villa Don Víctor.
- Se le informó y pidió el consentimiento al adulto, para aplicar la herramienta de evaluación, resaltando que esa información será confidencial.
- Se coordinó con el adulto sobre su disponibilidad y el tiempo para la fecha de la aplicación de la herramienta a evaluar de manera virtual.
- Se explicó las instrucciones y el contenido de la herramienta a evaluar, mediante las visitas domiciliarias.
- Se aplicó el cuestionario al adulto durante un tiempo de 20 minutos, quienes lo responderán de manera personal y autónoma.

#### **Análisis de procesamiento de datos**

Los datos fueron ingresados a una base de datos de Microsoft Excel para luego ser exportados a una base de datos en el software PASW (SPSS) versión 18.0, para su respectivo procesamiento. Así mismo se elaborará tablas de distribución de frecuencias absolutas y relativas porcentuales con sus respectivas figuras estadísticas.



### 3.6 Aspectos éticos

La presente investigación de estudio estuvo basada en aspectos éticos, al momento de aplicar los instrumentos como al analizarlos, evitando de esta manera que se presente algún cargo legal por omitir estos principios. Los principios éticos que contempla el Reglamento de integridad científica versión N°001 aprobado por la resolución N° 0277-2024-CU-ULADECH católica (49), los cuales son:

**Respeto y protección de los derechos de los intervinientes:** Para ello la información que brindó cada uno de los pobladores de dicha comunidad será únicamente para la investigación manteniéndose en el anonimato

**Cuidado del medio ambiente:** Se respetó el entorno ambiental perseverando la biodiversidad y naturaleza, asimismo se utilizará hoja boom reciclado en donde se imprimirá el cuestionario.

**Libre participación por propia voluntad:** Para ello se solicitó la autorización o consentimiento informado de cada uno de los adultos voluntarios.

**Beneficencia y no maleficencia:** Se logró mejorar la situación actual con relación a la salud de las personas adultas escogidas, evitando de esa manera perjudicar su salud a través de daños.

**Integridad y honestidad:** Para lo cual el trabajo presentado fue autentico y propio, evitando de esta manera los posibles plagios u copias, en todo el procedimiento de este estudio de investigación.

**Justicia:** Para dar cumplimiento a este principio se trató equitativamente a cada uno de los participantes de este estudio de investigación, al momento de la evaluación y todo el procedimiento del proyecto.

## IV. RESULTADOS

TABLA 2

### *DETERMINANTES DE ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO VILLA DON VICTOR-NUEVO CHIMBOTE, 2024*

<b>Frecuencia de fumar:</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Si fumo, diariamente	0	0,0
Si fumo, pero no diariamente	11	5,6
No fumo actualmente, pero he fumado antes	34	17,3
No fumo, ni he fumado nunca de manera habitual	152	77,1
<b>Total</b>	<b>197</b>	<b>100,0</b>
<b>Frecuencia que ingiere bebidas alcohólicas</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Diario	0	0,0
Dos o tres veces por semana	0	0,0
Una vez a la semana	0	0,0
Una vez al mes	16	8,1
Ocasionalmente	105	53,3
No consumo	76	38,6
<b>Total</b>	<b>197</b>	<b>100,0</b>
<b>Horas de sueño</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
06 a 08 horas	163	82,7
08 a 10 horas	34	17,3
10 a 12 horas	0	0,0
<b>Total</b>	<b>197</b>	<b>100,0</b>
<b>Frecuencia de baño</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Diariamente	52	26,4
4 veces a la semana	145	73,6
No se baña	0	0,0
<b>Total</b>	<b>197</b>	<b>100,0</b>
<b>Examen médico periódico, en un establecimiento de salud</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Si	16	8,1
No	181	91,9
<b>Total</b>	<b>197</b>	<b>100,0</b>
<b>Actividad física en tiempo libre</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Camina	104	52,8
Deporte	43	21,8
Gimnasia	10	5,1
No realizo	40	20,3
<b>Total</b>	<b>197</b>	<b>100,0</b>
<b>Actividad física en las dos últimas semanas durante 20 minutos</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Caminar	130	65,9
Gimnasia suave	10	5,1
Juegos con poco esfuerzo	0	0
Correr	20	10,2
Deporte	16	8,1
Ninguna	21	10,7
<b>Total</b>	<b>197</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud en adultos de las regiones del Perú, adaptado de la Dra. Vilchez Reyes Adriana, aplicado en el adulto del Asentamiento Humano Villa Don Víctor-Nuevo Chimbote, 2024.

Continua...

Concluye

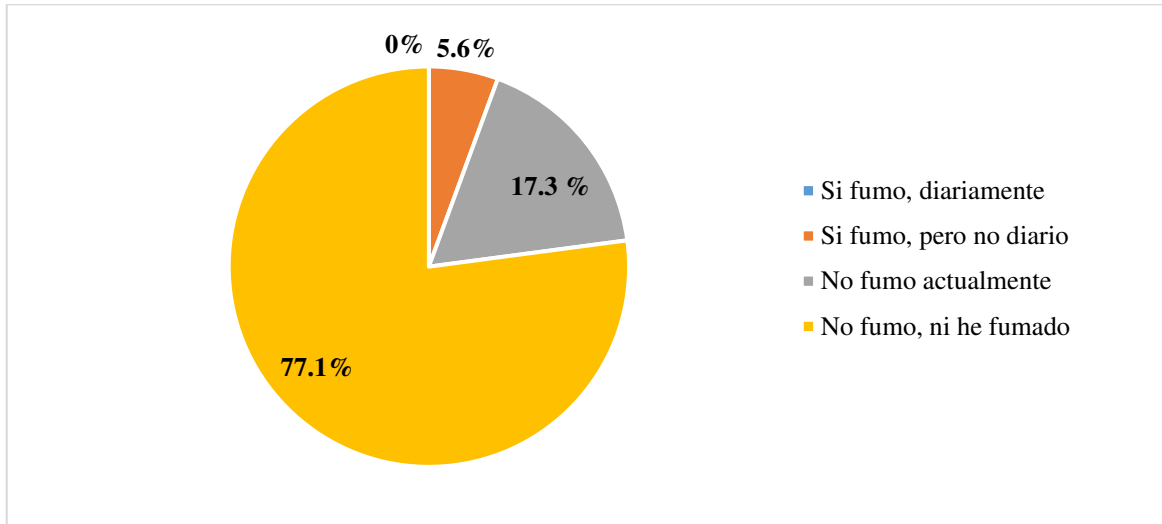
**ESTILO DE VIDA EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO VILLA DON VÍCTOR –NUEVO CHIMBOTE, 2024**

Alimentos que consume	Diario		3 o más veces a la semana		1 o 2 veces a la semana		Menos de una vez a la semana		Nunca o casi nunca		TOTAL	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1. Frutas	91	46,2	66	33,5	40	20,3	0	0	0	0	197	100
2. Carne (pollo, res, cerdo, etc)	42	21,3	71	36,0	66	33,5	18	9,1	0	0	197	100
3. Huevos	48	24,4	98	49,7	47	23,9	4	2,0	0	0	197	100
4. Pescado	0	0	75	38,1	98	49,7	20	10,2	4	2,0	197	100
5. Fideos, arroz, papas...	81	41,1	55	27,9	46	23,4	15	7,6	0	0	197	100
6. Pan, cereales	98	49,7	71	36,0	18	9,1	10	5,1	0	0	197	100
7. Verduras y hortalizas	62	31,5	92	46,7	38	19,3	5	2,5	0	0	197	100
8. Legumbres	0	0	79	40,1	96	48,7	22	11,2	0	0	197	100
9. Embutidos, enlatados	24	12,2	65	33,0	68	34,5	40	20,3	0	0	197	100
10. Lácteos	14	7,1	26	13,2	49	24,9	84	42,6	24	12,2	197	100
11. Dulces, gaseosas	5	2,5	35	17,8	94	47,7	35	17,8	28	14,2	197	100
12. Refrescos con azúcar	13	6,6	38	19,3	65	33,0	44	22,3	37	18,8	197	100
13. Frituras	15	7,6	60	30,5	55	28,0	37	18,8	30	15,2	197	100

**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud en adultos de las regiones del Perú, elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana, aplicado en el adulto del Asentamiento Humano Villa Don Víctor-Nuevo Chimbote, 2024.

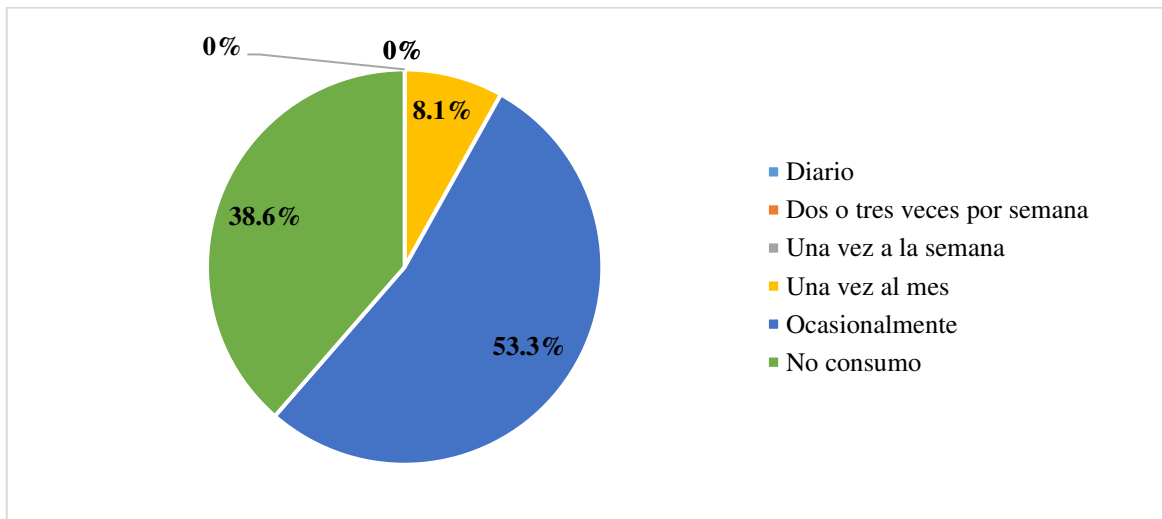
## FIGURAS DE TABLA 2

**FIGURA 8: SEGÚN HABITO DE FUMAR EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO VILLA DON VICTOR-NUEVO CHIMBOTE, 2024**



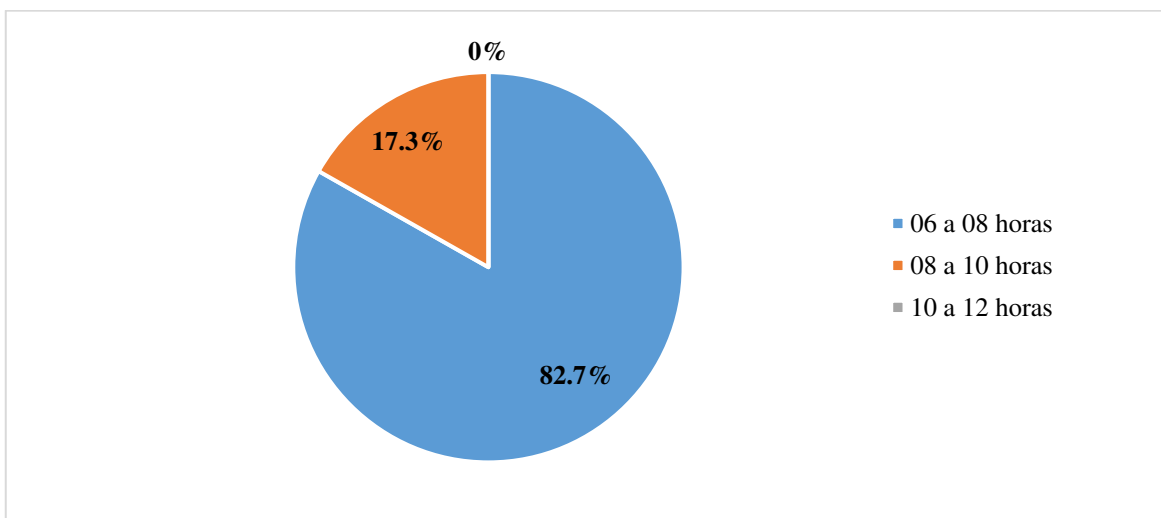
**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud en adultos de las regiones del Perú, elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana, aplicado en el adulto del Asentamiento Humano Villa Don Víctor-Nuevo Chimbote, 2024.

**FIGURA 9: SEGÚN FRECUENCIA DE CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHOLICAS EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO VILLA DON VICTOR-NUEVO CHIMBOTE, 2024**



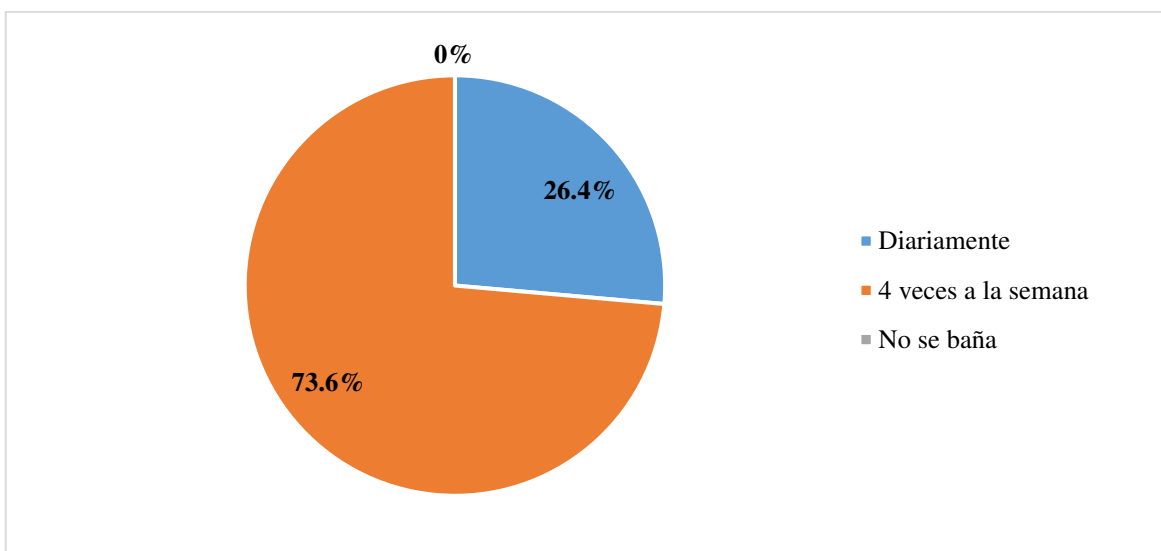
**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud en adultos de las regiones del Perú, elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana, aplicado en el adulto del Asentamiento Humano Villa Don Víctor-Nuevo Chimbote, 2024.

**FIGURA 10: SEGÚN NÚMERO DE HORAS QUE DUERMEN LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO VILLA DON VÍCTOR-NUEVO CHIMBOTE, 2024**



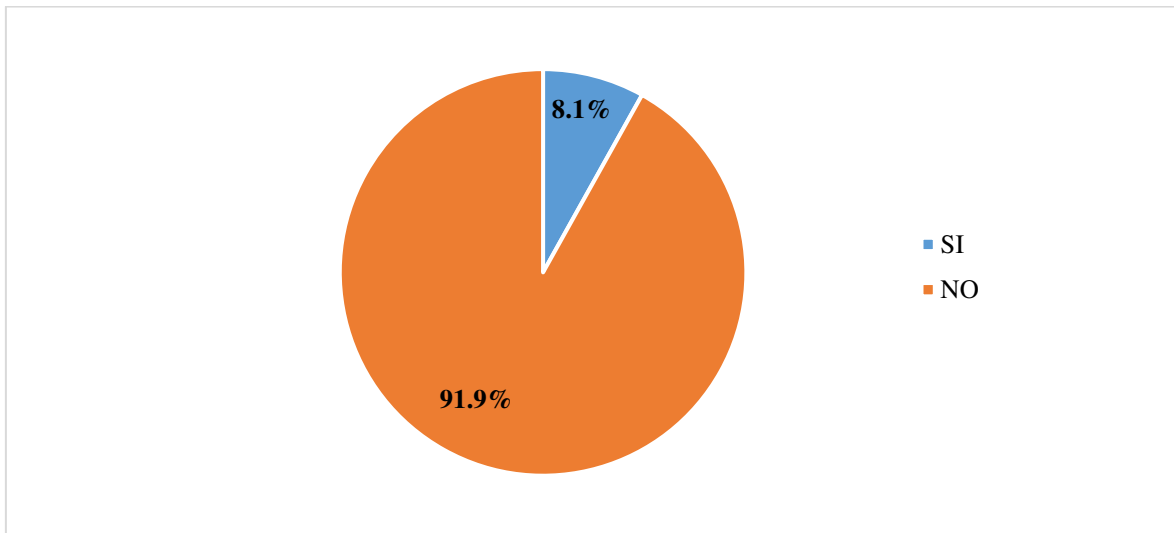
**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud en adultos de las regiones del Perú, elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana, aplicado en el adulto del Asentamiento Humano Villa Don Víctor-Nuevo Chimbote, 2024.

**FIGURA 11: SEGÚN FRECUENCIA CON QUE SE BAÑAN LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO VILLA DON VÍCTOR-NUEVO CHIMBOTE, 2024**



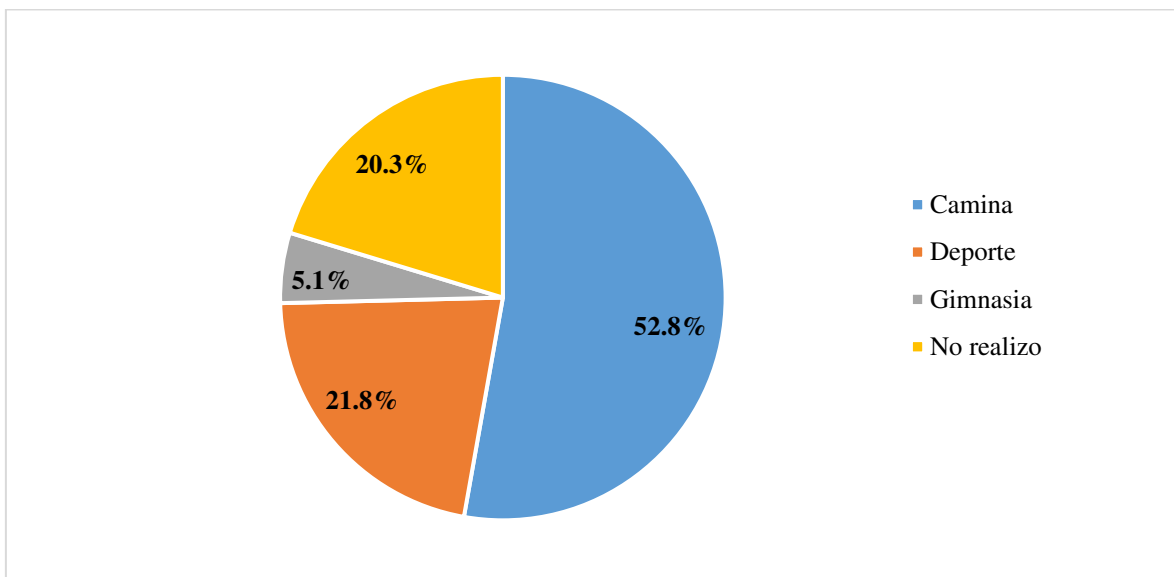
**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud en adultos de las regiones del Perú, elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana, aplicado en el adulto del Asentamiento Humano Villa Don Víctor-Nuevo Chimbote, 2024.

**FIGURA 12: SEGÚN EXAMEN FÍSICO DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO VILLA DON VICTOR-NUEVO CHIMBOTE,2024**



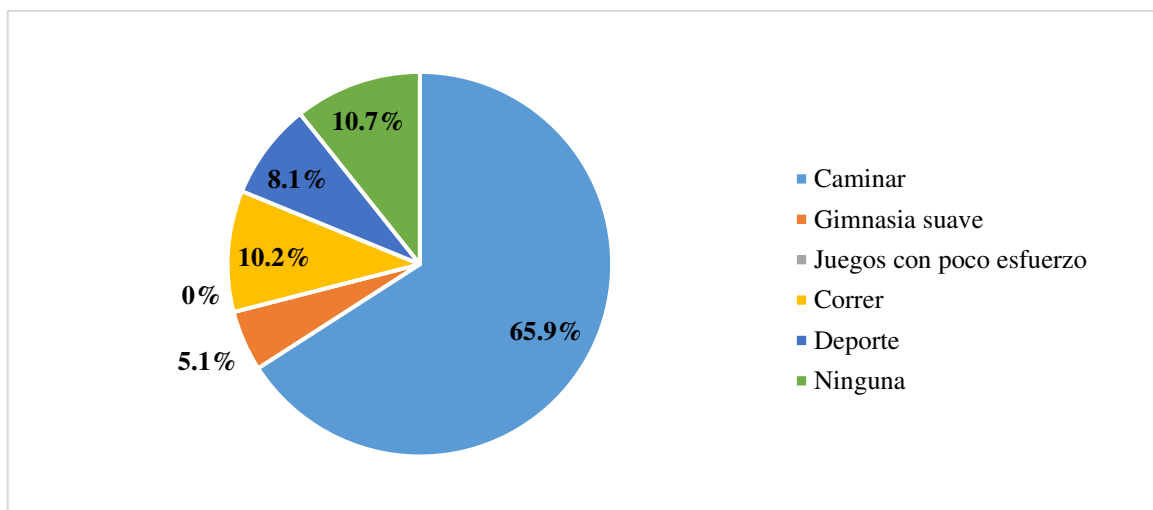
**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud en adultos de las regiones del Perú, elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana, aplicado en el adulto del Asentamiento Humano Villa Don Víctor-Nuevo Chimbote, 2024.

**FIGURA 13: SEGÚN ACTIVIDAD FÍSICA QUE REALIZAN LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO VILLA DON VICTOR-NUEVO CHIMBOTE,2024**



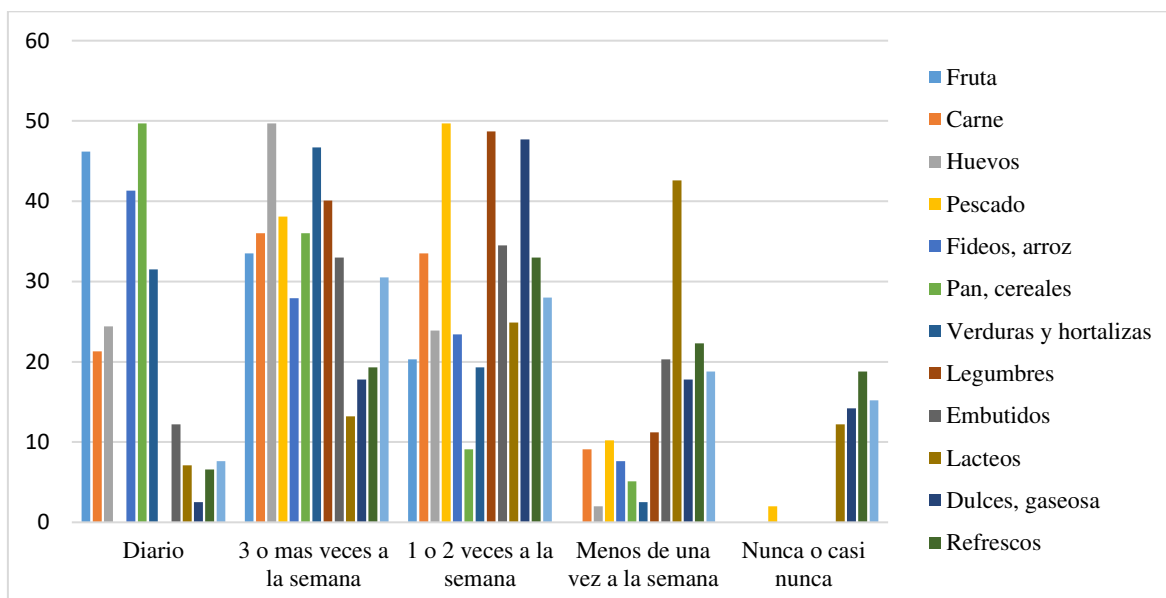
**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud en adultos de las regiones del Perú, elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana, aplicado en el adulto del Asentamiento Humano Villa Don Víctor-Nuevo Chimbote, 2024.

**FIGURA 14: SEGÚN ACTIVIDAD FÍSICA REALIZADA EN LAS ÚLTIMAS 2 SEMANAS DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO VILLA DON VÍCTOR-NUEVO CHIMBOTE, 2024**



**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud en adultos de las regiones del Perú, elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana, aplicado en el adulto del Asentamiento Humano Villa Don Víctor-Nuevo Chimbote, 2024.

**FIGURA 15: SEGÚN FRECUENCIA DEL CONSUMO DE ALIMENTOS EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO VILLA DON VÍCTOR-NUEVO CHIMBOTE, 2024**



**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud en adultos de las regiones del Perú, elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana, aplicado en el adulto del Asentamiento Humano Villa Don Víctor-Nuevo Chimbote, 2024.

## V. DISCUSIÓN

### TABLA 2

El 77,1% (152) no fuma ni han fumado de manera habitual, el 53,3% (105) ingiere bebidas alcohólicas ocasionalmente, el 82,7% (163) duermen de 06 a 08 horas, el 73,6% (145) 4 veces a la semana se baña, el 91,9% (181) no se realiza ningún examen médico periódico. El 52,8% (104) en su tiempo libre la actividad que realiza es caminar y el 65,9% (130) la actividad que realizo durante las 2 últimas semanas por más de 20 minutos es de caminar. El 49,7% (98) consume pan, cereales a diario; el 49,7 % (98) consume huevos de 3 a más veces a la semana; el 48,7% (96) consume legumbres 1 o 2 veces a la semana; y por último el 42,6 consume lácteos menos de una vez a la semana.

Los resultados que se encontraron en la investigación es que la mayoría no fuma ni han fumado de manera habitual y más de la mitad ingiere bebidas alcohólicas ocasionalmente, encontrándose una similitud con el estudio de Chiroque S (25), titulado Determinantes de la salud en el adulto del Sector Norte-Jibito-Miguel Checa-Sullana, 2020 en donde la mayoría no fuma ni han fumado de mane habitual y más de la mitad no ingiere bebidas alcohólicas ocasionalmente. Pero difiere con la investigación de Castillo R, (29), titulada Determinantes del estado de salud en adultos mayores del A.H. Miraflores Alto de Chimbote, Ancash, 2022 en donde menos de la mitad no fuma, y más de la mitad consumen alcohol.

Hoy en día el fumar se ha vuelto en el adulto algo común, ya que desde muy jóvenes optan por esta práctica, sin darse cuenta de que al hacerlo se convierten en fumadores y entran en un vicio, lo cual puede conllevar a presentar algunos efectos negativos para su salud, como es la irritación de los ojos al principio, pero si esto sigue en proceso puede traer problemas mayores, alterando el funcionamiento del sistema respiratorio e incluso puede provocar cáncer al pulmón y consigo la muerte. (61)

Es por ello que los adultos evitan consumir cigarrillos siendo un indicador positivo para la comunidad, ya que manifiestan que estas actividades pueden traer consigo muchos problemas de salud, asimismo hacen mención que algunos de sus familiares habían fallecido con cáncer al pulmón y otros tenían enfermedades incurables como el asma e hipertensión. Por otro lado, la religión que profesan no les permite fumar cigarrillo o alguna droga, ya que



para ellos el hacerlo es una desobediencia a Dios dado que no es grato delante de los ojos de él.

Estos datos se ven reflejados a nivel nacional, dado que un informe realizado por el ministerio de salud en el año 2022 titulado “Perú: Enfermedades No transmisibles y transmisibles un porcentaje de personas que fuman cigarrillos a nivel nacional a logrado disminuir de un 12.5% a 0.0% en los últimos años, sin considerar el descenso considerable durante la pandemia. Cabe señalar que el consumo de tabaco fue 5 veces mayor en varones que en mujeres, sin embargo, ambos tuvieron un descenso; en hombres disminuyó de 21.7% a 16.2% y en mujeres su descenso fue más discreto. Así mismo de manera general en el área urbano la disminución fue de 13.6% a 9.8% de la misma forma en el área rural el cual fue de 9.0% a 7.8% al año 2022. (62)

Las bebidas alcohólicas al igual que el cigarrillo son muy dañinos para la salud. Una persona alcohólica presenta un trastorno el cual va hacer un problema para controlar sus deseos de beber, volviéndolo adicto al alcohol, quien a su vez daña fisiológicamente su organismo principalmente el sistema nervioso central. Muchos estudios consideran que unas de las causas para beber alcohol son los factores psicológicos, genéticos, sociales y ambientales, e incluso muchos optan por beber frente a una crisis situacional al no poder sobrellevar de la situación. (63)

Según, Ministerio de Salud en el año 2023 durante el periodo de enero a octubre se lograron atender a más de 39 488 casos de adultos con trastornos por el consumo de alcohol, viéndose un incremento del 14% comparado con los 34 716 al año anterior. Asimismo, se pudo contrastar que del total de casos el 76% corresponde a los varones, mientras el 24% a mujeres; siendo los grupos etarios más atendidos adultos jóvenes y maduros; siendo las regiones con mayor prevalencia en Cusco, Junín, Arequipa y Piura. Sabemos que el consumo de sustancias puede ocasionar consecuencias muy severas más de 200 enfermedades, además de los problemas mentales como ansiedad y depresión; autolesiones o suicidarse. (64)

Frente a esta esta problemática no son ajenos los adultos del Asentamiento Humano Villa Don Víctor en especial los varones, los cuales comentaron que ingieren algún tipo de bebida alcohólica de manera ocasional en situaciones de festividades, sin embargo, dentro de ese grupo hay algunos adultos que manifiestan tomar alcohol sin necesidad de estar en un evento, solo lo hacen para olvidar momentáneamente algunos problemas que presentan ya

sean económicos como familiares. Y un grupo menor refiere no haber consumido alcohol, ya sea porque no le agrada o porque profesa una religión cristiana.

Según los datos obtenidos la mayoría de los adultos duermen de 06 a 08 horas y se bañan 4 veces a la semana, encontrándose semejante al estudio realizado por Soto A, (27), titulado 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 en donde la mayoría duerme de 06 a 08 horas y se baña 4 veces a la semana. Pero difiere con la investigación de López Y, (33), titulada Determinantes de la salud de los adultos de la Urbanización los Ángeles - Independencia - Huaraz, 2023 el cual hace mención que más de la mitad de los adultos duermen de 6 a 8 horas.

En lo referente a las horas de sueño, tenemos que saber que el dormir para una persona es importante, ya que durante el transcurso del día el cuerpo presenta diversas situaciones realizando distintas actividades, lo cual ocasiona un agotamiento. El dormir le va a brindar al cuerpo y al cerebro un tiempo para recuperarse del estrés vivido durante el día. Esto permitirá que al momento de levantarnos después de haber dormido nuestras horas completas la cual está recomendada que debe ser de 7 a 8 horas, nuestro cuerpo va a desempeñar mejor sus actividades diarias y a su vez tomaremos las mejores decisiones, ya que mantendrá un buen funcionamiento mental (65).

Según los especialistas del EsSalud han reportado que en el año 2023 se ha visto un incremento considerable de 25% en la atención de casos de pacientes que sufren con insomnio. A su vez el doctor Carlos Vera indicó que las personas antes dormían un promedio de 7 horas y ahora solo pueden dormir 5 horas, siendo muy peligroso para el estado mental. Cabe señalar que las causas principales de un insomnio es el estrés y el cambio climático ya sea en el aumento de temperatura o variación de las estaciones (66)

La preocupación de generar más ingresos económicos y es estrés por el trabajo han conllevado que los adultos de solo logren dormir entre 6 y 8 horas, debido a las responsabilidades que tiene como el sustento de su hogar y en el caso de algunas mujeres refirieron que tiene que levantarse temprano para dar de desayunar a su esposo y él pueda ir a trabajar tranquilo, además de poder alistar a sus hijos y llevarlos a sus respectivas instituciones educativas. Sin embargo, en los adultos mayores refirieron que sus horas de sueño es menor lo cual lo asocian por su misma edad. Cabe señalar que los adultos que no

mantiene un sueño apropiado pueden traer complicaciones a largo plazo como es el Alzheimer y la demencia senil prematura, siendo un factor importante en su salud

Así también se considera que es muy importante la limpieza e higiene en los adultos es importante ya que ayuda a prevenir algunas enfermedades tales como las infecciones, a su vez también va a remover la suciedad y el sudor ocasionado por la traspiración que eliminamos al momento de realizar diversas actividades, también va a ayudar a remover la grasa exudado por la piel misma la cual se acumula tapando los poros y de esta manera evita la eliminación de las toxinas. Esta higiene se va a realizar en todo el cuerpo utilizando diversos instrumentos de limpieza tales como el jabón y la esponja que se utiliza para el cuerpo, el shampoo para el cabello, la pasta dental y el cepillo de dientes con la finalidad de evitar acumular una placa bacteriana en nuestra boca llamada caries (67).

Por la falta de agua potable que existe en la comunidad de Villa Don Víctor y el gasto que se genera para conseguirlo; los adultos prefieren bañarse solo 4 veces a la semana, al momento de llegar de sus labores diarios. Así mismo algunos adultos refirieron que por motivo del clima era que se bañaban pocas veces ya que no quería contraer algún malestar de la gripe, sin embargo, comentaron que si se realizaban su aseo personal diario como es el lavado de manos, pies, cara, dientes y sus partes genitales. Además, resaltaron que al no contar con agua potable no se podían dar el lujo de bañarse todos los días, dado que gastan semanalmente de 20 a 25 soles por tancada de agua, la cual a su vez la tienen que ser alcanzar para toda su semana cubriendo su principal necesidad que es la alimentación.

Uno de los datos preocupantes obtenidos en la investigación es que la mayoría de los adultos no realizan ningún examen médico periódico, siendo este resultado similar al estudio de Ore S, (33), titulado Estilo de vida como determinante de la salud en adultos del Pueblo Joven la Unión\_Chimbote, 2020 en donde la mayoría de los adultos no realizan ningún examen médico periódico. Sin embargo, difiere con la investigación de Burgos P, (32), titulado Determinantes de la salud en adultos del Asentamiento Humano Lomas de Sider \_Chimbote, 2020 donde más de la mitad realizó algún examen médico.

Según el Ministerio de Salud los exámenes médicos periódicos son chequeos en donde los médicos realizan diversos tipos de exámenes o pruebas para verificar el estado de salud de la persona, así mismo va a ayudar a detectar si es que se presenta alguna alteración en las funciones del organismo, es decir si hay presencia de alguna enfermedad y de esta manera

poder tratarla oportunamente, evitando complicaciones mayores. Algunos de los exámenes físicos pueden ser realizados por el mismo doctor y otros por especialistas. Además, el seguro que tiene la persona puede llegar a cubrir algunos exámenes médicos e incluso los medicamentos si es que fuera necesario (68).

Cabe destacar que mediante el sondeo de opinión Salud y Bienestar, solo 3 de cada 5 peruanos acuden a un centro de salud para que le realicen un chequeo médico preventivo mientras que el 55% solo acude a una consulta en caso presente algún problema de salud. En esta misma línea el Ministerio de Salud crea un programa llamado “Jornada de prevención en salud” en donde se realiza durante una semana un sistema nacional de prevención, con la finalidad de brindar prestaciones de salud y fomentar la prevención, identificando enfermedades en estadio tempranos. (69)

En esa misma línea los adultos, manifestaron que no les alcanza el tiempo para acudir a un centro de salud de manera preventiva por motivo de sus trabajos asimismo no lo consideran tan importante, solo asisten a un centro médico siempre y cuando presenten algún de salud grave, dado que al ser algo leve como un resfrió o un pequeño dolor prefieren auto medicarse mediante fármacos comerciales y medicinas naturales como los algunas hiervas o pomadas. Siendo un dato muy preocupante dado que al no realizarse estos chequeos preventivos que establece el MINSA a través de las estrategias como son las pruebas contra cáncer, pueden contraerlo sin darse cuenta; haciendo aumentar las tasas de mortalidad y morbilidad. Sin embargo, comentaron que si han logrado participar en campañas de salud realizadas por el centro médico. Asimismo, existe una población menor que si asiste a sus chequeos periódicos de salud, en los cuales se encuentran el grupo etario de los adultos mayores pertenecientes a esta comunidad.

Según los datos obtenidos en esta investigación más de la mitad de los adultos en su tiempo libre la actividad que realiza es caminar y la mayoría realizaron caminata durante las 2 últimas semanas por más de 20 minutos. Siendo similar al estudio de Soto A, (58), titulado 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 en donde más de la mitad realizó caminata por más de 20 minutos en las 2 últimas semana. Pero difiere con el estudio realizado por Córdova K, (28), titulado Determinantes de la salud

de la persona adulta en el distrito Vamango – Morropón - Piura, 2020 en donde menos de la mitad no realizó ningún tipo de ejercicio.

La actividad física viene hacer los distintos movimientos que realiza nuestro organismo que requiere energía, los cuales van a ser beneficiosos para nuestra salud reduciendo el riesgo de muchas enfermedades no transmisibles tales como la hipertensión, la enfermedad coronaria, la depresión, enfermedades cardiovasculares entre ellos tenemos el infarto o paro al corazón, accidentes cerebrovasculares, entre otros. Al mismo tiempo estas actividades van ayudar a despejar la mente evitando es estrés y ansiedad. Se recomienda realizar ejercicios moderados por 30 minutos. Se han hecho estudios a nivel mundial el cual indica que conforme pasen los años las facultades para realizar ejercicio ya no son las mismas (70).

Al analizar los resultados obtenidos de la investigación un grupo de los adultos refirieron que la única actividad que realizan es la caminata y solo lo hacen al momento de dirigirse a sus trabajos o actividades diarias, por falta de tiempo. Sin embargo, un grupo de adultos manifestó realizar deporte como es el futbol, así mismo los pobladores manifestaron que en las dos ultima semanas realizaron camita como actividad física por más de 20 minutos, al irse a sus trabajos respectivo y en las mujeres a realizar sus compras diarias en el mercado. A su vez, muchos de ellos manifestaron su alegría dado que gracias a las gestiones realizadas por sus gobernantes podrán contar con una loza deportiva implementada, ya que antes el campo deportivo era arena.

En relación a la alimentación menos de la mitad de los adultos consume fruta diariamente, fideos y arroz 1 o 2 veces a la semana, huevo de 3 o más veces a la semana. Siendo similar al estudio realizado por Soto A, (58), titulada 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 en los datos en donde menos de la mitad consume frutas diariamente y huevos de 3 o más veces a la semana. Pero difiere con el estudio realizado por Porteros L, (66), titulado Caracterización de los determinantes biosocioeconomicos, estilos de vida y/o apoyo social para la salud de los adultos del centro poblado de Rayán Yungay, 2019 en donde más de la mitad consume carnes, verduras hortalizas 1 o 2 veces por semana.

Cuando hablamos de una alimentación saludable se refiere a la ingesta de alimentos balanceados, es decir, que en cada comida sea desayuno almuerzo y cena incluyamos

proteínas entre ellos las verduras y frutas, carbohidratos como el arroz, cereales pan, fideos y lípidos como las carnes o aceites vegetales. Logrando una ingesta que satisfaga las necesidades del cuerpo humano y de esa manera también se evitara contraer algunas enfermedades como la hipertensión, obesidad, diabetes entre otros, ayudando a mantener un peso ideal. Asimismo, la alimentación saludable va ayudar en el desarrollo de nuestro organismo ya sea físico, cognitivo o intelectual. (71)

Dentro de la alimentación que vamos a consumir diariamente se encuentran tres grupos de alimentos esenciales tales como los carbohidratos que viene hacer moléculas que van a proporcionar la energía suficiente al cuerpo humano para la realización de sus funciones, por medio de la formación de glucosa. Las proteínas tienen la función esencial para el crecimiento y el mantenimiento de las estructuras corporales. Dentro de las proteínas que más se consumen por la población es la carne, los huevos, pescado y las legumbres Por ultimo los lípidos o también conocido como grasas la cual es la fuente principal de reserva de energía para el organismo otras de las funciones que realiza es de transportan vitaminas insolubles, además se van a encontrar en distintos alimentos tales como los embutidos, frituras y grasas. (71)

Según la representante de la FAO (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación) Mariana Escobar, manifiesta que el Perú en un solo año de la pandemia retrocedió una década con respecto a la pobreza y la desnutrición, es decir, según su último informe “El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2021, Perú pasó de tener 11.3 millones de personas en situación de inseguridad alimentaria moderada y gravemente a 15.5 millones de peruanos entre el 2018-2020”, siendo una cifras muy alarmantes, evidenciándose que 4 millones de peruanos se encuentran en una inseguridad alimentaria (72).

Todos estos alimentos son esenciales para el cuerpo humano, es lamentable que los adultos de este asentamiento humano no pueden adquirir productos de buena calidad; manifestando que al momento de ir al mercado local se encuentran con precios muy elevados siendo inalcanzable para ellos. Por ende, opta por adquirir alimentos ultra procesados los cuales se encuentran en menor costo y de esa manera pueden ahorrar para pagar sus servicios básicos. Es necesario que la población comience a llevar una vida saludable con respecto a su alimentación, es decir es fundamental que cada persona se alimente bien y correctamente

sin exagerar en la comida ya que eso puede conllevar a tener un estado de sobrepeso y obesidad.

La limitación que presenta el asentamiento humano, es que las autoridades no gestionan con el personal del puesto de salud actividades promocionales y preventiva; es por ello que no realizan sesiones educativas en cuanto a la importancia de una buena alimentación balanceada y nutritiva además de brindar opciones de alimentos que sean nutritivos a poco costo, a su vez de fomentar la realización de ejercicios aeróbicos en los adultos. Para ello es importante contar con un equipo multidisciplinario que se enfoque en el estilo de vida del adulto de una manera holística; debido a que los hábitos personales que tiene el adulto van a determinar el nivel de salud, dado a que si no se ha cuidado ya sea en su alimentación o sus hábitos personales como es la higiene, el consumo de sustancias nocivas o el ejercicio pueden estar propensos a contraer enfermedades no transmisibles. A su vez invito a la población a realizar comités como son los vasos de leche, entre otros para que sea brindada a las familias más pobres de su comunidad.

## **VI. CONCLUSIONES**

- En los determinantes de estilo de vida, la mayoría no fuma ni ha fumado antes de manera habitual, duerme de 6 a 8 horas al día. Más de la mitad ingiere bebidas alcohólicas ocasionalmente y camina en su tiempo libre. De acuerdo a su frecuencia en consumo de alimentos, menos de la mitad consumen a diario pan, cereales; menos de la mitad consumen de 3 a más veces a la semana huevos, así también menos de la mitad pescado de una a dos veces por semana y lácteos menos de una vez a la semana.



## VII. RECOMENDACIONES

- Derivar a las autoridades los resultados obtenidos de esta investigación en los estilos de vida del adulto como determinante con la finalidad de fortalecer el autocuidado en los pobladores del Asentamiento Humano Villa don Víctor por medio de sesiones educativas, talleres donde se realice actividades preventivas y promocionales.
- Motivar a los futuros investigadores de las casas de estudio tanto ULADECH como otras universidades a realizar nuevos estudios en diferentes comunidades, poblaciones ya sea rural o urbana, pueblos jóvenes, urbanizaciones, con la finalidad de que favorezcan de manera positiva a los adultos por medio de la concientización logrando un cambio en el estilo de vida ya que muchos de ellos lo llevan de una manera no adecuada.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Elmendorf E. La salud mundial: antes y ahora. Organización de Naciones Unidas [Internet] 2023. [consultado el 29 de Marzo 2024]. Disponible en: <https://www.un.org/es/chronicle/article/la-salud-mundial-antes-y-ahora>
2. Salud: Panorama general. Banco Mundial [Internet] 2023 [consultado el 29 de Marzo 2024]. Disponible en: <https://www.bancomundial.org/es/topic/health/overview>
3. Melo F. La prevención del tabaquismo en el mundo [Internet]. USA: Statista, 2023 [consultado el 29 de Marzo 2024]. Disponible en: <https://es.statista.com/grafico/30517/paises-miembros-de-la-oms-que-aplicaron-medidas-de-control-del-tabaco/>
4. Salud en las Américas. Organización Panamericana de Salud [Internet]. Washinton, 2022 [consultado el 29 de Marzo 2024]. Disponible en: [https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/56471/OPSEIHHA220024\\_spa.pdf?sequence=8&isAllowed=y](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/56471/OPSEIHHA220024_spa.pdf?sequence=8&isAllowed=y)
5. Actividad física. Organización Mundial de la Salud [Internet] 2023 [consultado el 29 de Marzo 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
6. Borges A. Lula lanza mega estrategia para hacer de Brasil un país autónomo en el sector salud [Internet] Brasil, 2023 [consultado el 29 de Marzo 2024]. Disponible en: <https://efe.com/salud/2023-09-26/lula-lanza-una-megaestrategia-para-hacer-de-brasil-un-pais-autonomo-en-el-sector-salud/>
7. Moreira C, Souza A, et al. Multimorbilidad de las enfermedades crónicas no transmisibles: datos de la Encuesta Nacional de Salud de Brasil. Revista chilena de nutrición [Internet]. 2023 [consultado el 29 de Marzo 2024] 50 (1). Disponible en: [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-75182023000100007](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182023000100007)
8. Guanais F. Panorama de salud 2023 [Internet]. 2023 [consultado el 29 de Marzo 2024]. Disponible en: <https://www.oecd.org/health/health-at-a-glance/Panorama-de-la-Salud-2023-LAC-launch.pdf>

9. Urge replantear el sistema de salud para que todos los mexicanos tengan acceso y ejerzan su derecho a una vida sana. COPARMEX [Internet]. 2023 [consultado el 29 de Marzo 2024]. Disponible en: <https://coparmex.org.mx/urge-replantear-el-sistema-de-salud-para-que-todos-los-mexicanos-tengan-acceso-y-ejerzan-su-derecho-a-una-vida-sana/#:~:text=El%20Ejecutivo%20Federal%20ha%20establecido,el%20nacimiento%20hasta%20la%20muerte.>
10. Dynamo C. Salud y bienestar en Chile: Un enfoque integral para un estilo de vida saludable. Medium [Internet]. 2023 [consultado el 29 de Marzo 2024]. Disponible en: <https://medium.com/@camilo.dynamo.cl/salud-y-bienestar-en-chile-un-enfoque-integral-para-un-estilo-de-vida-saludable-67a15cc88330>
11. Bastías G. Sistema de Salud chileno Pasado, Presente e incertidumbres del futuro. Revista chilena de enfermedades respiratoria [Internet]. 2023 [consultado el 29 de Marzo 2024]; 39 (3). Disponible en: [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-73482023000300198](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-73482023000300198)
12. Módulo de práctica deportiva y ejercicio físico. INEGI [Internet]. 2023 [consultado el 29 de Marzo 2024]. Disponible en: <https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2024/MOPRADEF/MOPRADEF2023.pdf>
13. Cortez R. La salud publica en el Perú y su reforma urgente. Universidad del pacifico: Centro de investigación [Internet] 2023 [consultado el 29 de Marzo 2024]. Disponible en: <https://ciup.up.edu.pe/analisis/especial-fiestas-patrias-2023-salud-publica-rafael-cortez/>
14. Monitoreo de Uso del Sistema. MINSA [Internet]. 2024 [consultado el 29 de Marzo 2024]. Disponible en: [https://www.minsa.gob.pe/reunis/data/Monitoreo\\_Sistema\\_HISMINSA.asp](https://www.minsa.gob.pe/reunis/data/Monitoreo_Sistema_HISMINSA.asp)
15. Perú: Enfermedades no transmisibles y transmisibles. INEI [Internet]. 2022 [consultado el 29 de Marzo 2024]. Disponible en: [https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2022/SALUD/ENFERMEDADES\\_ENDES\\_2022.pdf](https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2022/SALUD/ENFERMEDADES_ENDES_2022.pdf)

16. Ancash: Indicadores sociales del departamento. Dirección General de Seguimiento y Evaluación DGSE [Internet]. 2024 [consultado el 29 de Marzo 2024]. Disponible en: <https://sdv.midis.gob.pe/redinforma/Upload/regional/ANCASH.pdf>
17. Día mundial de la salud mental: Diresa inicia celebración con presentaciones artísticas del personal de los centros de salud mental de la región. DIRESA [Internet]. 2022 [consultado el 29 de Marzo 2024]. Disponible en: <https://diresancash.gob.pe/dia-mundial-de-la-salud-mental-diresa-inicia-celebracion-con-presentaciones-artisticas-del-personal-de-los-centros-de-salud-mental-de-la-region/>
18. Ancash compendio estadístico 2023. INEI [Internet]. 2023 [consultado el 29 de Marzo 2024]. Disponible en: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/5955325/5278924-compendio-estadistico-ancash-2023.pdf>
19. Azua M, Arteaga A, Jaramillo A. Determinantes sociales de salud en adultos de la parroquia la Unión del cantón Jipijapa. MQR Investigar [Internet]. 2023 [citado el 3 de abril de 2024];7(4):1050–61. Disponible en: <https://www.investigarmqr.com/ojs/index.php/mqr/article/view/749>
20. Licon T, Mejía D, Paredes F, et al. Determinantes sociales de salud percibida y calidad de vida en mayores de dieciséis años de edad, Honduras 2022. Revista cubana de salud publica [Internet]. 2022 [consultado el 10 de abril 2024]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-34662022000200009&script=sci\\_arttext](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-34662022000200009&script=sci_arttext)
21. Martínez M, Irala J, Martínez J, et al. Calidad de vida relacionada con la salud: determinantes sociales y de género en Córdoba, Argentina, 2019. España: Revista Facultad nacional de salud pública [Internet]. 2024 [consultado 20 de Abril 2024]; 42. Disponible en: <https://revistas.udea.edu.co/index.php/fnsp/article/view/353216>
22. Azua M, Arteaga A, Jaramillo A. Determinantes sociales de salud en adultos de la parroquia la Unión del cantón Jipijapa, Ecuador 2023. MQRInvestigar [Internet]. 2023 [consultado 20 de Abril 2024]. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/374745577\\_Determinantes\\_sociales\\_de\\_salud\\_en\\_adultos\\_de\\_la\\_parroquia\\_la\\_Union\\_del\\_canton\\_Jipijapa](https://www.researchgate.net/publication/374745577_Determinantes_sociales_de_salud_en_adultos_de_la_parroquia_la_Union_del_canton_Jipijapa)

23. Bonilla F, López O, Girón G, Salazar B. El rol de los determinantes sociales en la salud de la población ecuatoriana, 2023. Revista ACTITUD [Internet]. 2023 [consultado 03 de Abril 2024]. Disponible en: <https://revistas.uniajc.edu.co/index.php/actitud/article/view/186/112>
24. Chunga S. Determinantes de la salud en adultos del asentamiento humano Nuevo Pedregal\_Catacaos\_Piura, 2023 [Tesis de pregrado]. Perú: Universidad ULADECH [Internet] 2023 [consultado 03 de Abril 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/33200>
25. Chiroque S. Determinantes de la salud en el adulto del sector norte- Jibito-Miguel Checa-Sullana, 2020 [Tesis de pregrado]. Perú: Universidad ULADECH [Internet] 2023 [consultado 16 de Abril 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/20947>
26. Samanes E, Justiniano D. Estilos de vida durante la pandemia en personas que residen en la Asociación de Familia Ampliación OASIS de Villa El Salvador, Lima-2022 [Tesis de pregrado]. Perú: Universidad María Auxiliadora [Internet] 2022 [consultado 16 de Abril 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uma.edu.pe/handle/20.500.12970/869>
27. Sosa Y. Determinantes biosocioeconomicos relacionados al estilo de vida de la persona adulta del Caserío San Jacinto – Catacaos-Piura, 2021 [Tesis de licenciatura]. Perú: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote [consultado 13 de Mayo 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/23402>
28. Córdova K. Determinantes de la salud de la persona adulta en el distrito Yamango – Morropón - Piura, 2020 [Tesis de pregrado]. Perú: ULADECH [Internet] 2020 [consultado 08 de Mayo 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/20453>
29. Castillo R. Determinantes del estado de salud en adultos del A.H. Miraflores Alto de Chimbote – Ancash, 2022 [Tesis de pregrado]. Perú: ULADECH [Internet] 2022 [consultado 03 de Abril 2024]. Disponible en: <https://es.scribd.com/document/638493471/Untitled>

30. Porteros L. Determinantes biosocioeconomicos y estilos de vida como determinantes del estado de salud del adulto del asentamiento humano ampliación ramal playa \_Chimbote, 2021 [Tesis de pregrado]. Perú: ULADECH [Internet] 2021 [consultado 16 de abril 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/24040>
31. López Y. Determinantes de la salud de los adultos de la urbanización Los Ángeles - Independencia - Huaraz, 2023 [Tesis de pregrado]. Perú: ULADECH [Internet] 2021 [consultado 16 de abril 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/35119>
32. Burgos P. Determinantes de la salud en adultos del asentamiento humano Lomas de Sider \_ Chimbote, 2020 [Tesis de pregrado]. Perú: ULADECH [Internet] 2020 [consultado 10 de mayo 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/23312>
33. Ore S. Estilo de vida como determinante de la salud en adultos del pueblo Joven La Union\_ Chimbote, 2020 Tesis de pregrado]. Perú: Universidad ULADECH [Internet] 2020 [consultado 10 de Mayo 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/33183>
34. Sosa A, Yunes L. Determinantes Sociales de la Salud Modelo Lalonde. República Dominicana: Universidad Autónoma de Santo Domingo [Internet]. 2023 [consultado 03 de Abril 2024] Disponible en: <https://es.scribd.com/document/640565146/Modelo-Lalonde>
35. Dionicio M, Salgado J. Estilos de vida del capital humano en un centro de investigación a través de un modelo de gestión en salud. Dilemas contemporáneos: educación, política y valores [Internet]. 2021 [consultado 03 de Abril 2024]. Disponible en: [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-78902021000600065&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-78902021000600065&script=sci_arttext)
36. March S, Ruiz L, Zaragoza G, Benedicto C. LA RECETA DE LA SALUD: Introducción a los determinantes sociales. Boletín N47. Invierno 2021 [Internet]. 2021[consultado 03 de Abril 2024]. Disponible en: <https://amsm.es/2021/03/18/la-receta-de-la-salud-introduccion-a-los-determinantes-sociales-boletin-n47-invierno-2021/>

37. Sobreviela C, Ripoll B, Jimenez M, et al. Estilo de vida como determinante de salud. Revista Sanitaria de Investigación [Internet]. 2023 [consultado 03 de Abril 2024] Disponible en: <https://revistasanitariadeinvestigacion.com/estilo-de-vida-como-determinante-de-salud/>
38. Zapico Y, Gayol J, Villadangos M, Arguelles M. Determinantes de la salud: Modelos. Revista Médica y de Enfermería Ocronos [Internet]. 2020 [consultado 03 de Abril 2024]. Disponible en: <https://revistamedica.com/determinantes-salud-modelos/>
39. Graells A, Insa E. Una mirada poliédrica a las desigualdades sociales en salud. Una perspectiva de futuro. Revista de intervención socioeducativa [Internet]. 2021 [consultado 04 de abril 2024]; 77: 57-80. Disponible en: <https://raco.cat/index.php/EducacioSocial/article/download/382500/482259>
40. Bracchitta E, Muñoz M, Rodríguez M, Ruiz J, Villegas D. Revisión bibliográfica acerca de la influencia de los determinantes sociales de la salud sobre prácticas alimentarias familiares registrados hasta el año 2020. Revisión de Literatura [Internet]. 2020 [consultado 04 de abril 2024]. Disponible en: <https://revistas.udd.cl/index.php/confluencia/article/view/468/430>
41. Rodríguez Z. Los determinantes sociales y su importancia para los profesionales de la salud. Bogotá: Universidad Cooperativa de Colombia [Internet]. 2020 [consultado 04 de abril 2024]. Disponible en: <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/d05c1770-8068-48a7-aaec-e02418d7a8b1/content>
42. Parra M, Caza S. Determinantes sociales y desafíos para la deconstrucción social de la pandemia por COVID-19. Artículo de Reflexión No Derivado de Investigación. Universidad Cooperativa de Colombia [Internet] 2021 [consultado 04 de abril 2024]. Disponible en: [https://docs.bvsalud.org/biblioref/2022/04/1347978/especial\\_covid19\\_2021\\_art90566\\_ojs.pdf](https://docs.bvsalud.org/biblioref/2022/04/1347978/especial_covid19_2021_art90566_ojs.pdf)
43. Envejecimiento y Salud. Organización Mundial de la Salud [Internet]. 2022 [consultado 06 de Abril 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news->

- [room/fact-sheets/detail/ageing-and-health](#)
44. Fernández Y. Estilos de vida 2023 [Internet]. 2023 [consultado 06 Abril 2024]. Disponible en: <https://www.consumoteca.com/bienestar-y-salud/estilo-de-vida/>
  45. Investigación Cuantitativa: Herramientas Efectivas para la Toma de Decisiones Basadas en Datos. Equipo consultor de InfoSol [Internet]. 2023 [consultado 06 de Abril 2024]. Disponible en: <https://infosol.com.mx/miespacio/investigacion-cuantitativa-herramientas-efectivas-para-la-toma-de-decisiones-basadas-en-datos/>
  46. Arispe C, Guerrero M, et al. La investigación científica. Departamento de Investigación y Postgrados Universidad Internacional del Ecuador, Guayaquil-Ecuador [Internet]. 2020 [consultado 06 de Abril 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uide.edu.ec/bitstream/37000/4310/1/LA%20INVESTIGACION%20CIENTIFICA.pdf>
  47. Guevara G, Verdesoto A, Castro N. Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). RECIMUNDO [Internet]. 2020 [consultado 06 de Abril 2024]; 4 (3) pag. (163-173). Disponible en: <https://recimundo.com/index.php/es/article/view/860/1363>
  48. Rueda G. El estilo de vida saludable es una decisión de vida [Internet] 2023 [consultado 06 de Abril 2024]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/5156/515664454005/html/>
  49. Uladech. Reglamento de integridad científica en la investigación versión 001. [Internet]; 2023. [consultado el 06 de Abril 2024] Disponible en: <https://n9.cl/srh7i>
  50. Ministerio de salud y protección social. ¿Qué es el género?. [Internet]. 2022 [consultado 13 de Mayo 2024]. Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/promocion-social/Paginas/genero.aspx>
  51. Registro Nacional de Identificación y Estado Civil. Población de mujeres peruanas identificadas representa el 50.4% de electores. [Internet]. 2021 [consultado 13 de



- Mayo 2024]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/reniec/noticias/345305-poblacion-de-mujeresperuanas-identificadas-representa-el-50-4-de-electores>
52. Qué es la edad biológica, por qué es importante conocerla y cómo la podemos saber?. Life Length. [Internet]. 2019 [consultado 13 de Mayo 2024]. Disponible en: <https://lifelength.com/edad-cronologica-y-edad-biologica#popup-comprar>
53. Población peruana alcanzó los 33 millones 726 mil personas en el año 2023. INEI [Internet] 2023 [consultado 13 de Mayo 2024]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/inei/noticias/795336-poblacion-peruana-alcanzo-los-33-millones-726-mil-personas-en-el-ano-2023>
54. Más de 4 millones 500 mil adultos mayores conmemoran su día este 26 de agosto. INEI [Internet] 2023 [consultado 13 de Mayo 2024]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/inei/noticias/824582-mas-de-4-millones-500-mil-adultos-mayores-conmemoran-su-dia-este-26-de-agosto>
55. Panorama de la educación. Indicadores de la OCDE. Ministerio de educación y formación profesional. Madrid [Internet] 2022 [consultado 13 de Mayo 2024]. Disponible en: <https://www.educacionfpydeportes.gob.es/inee/dam/jcr:34e47eaa-3bf6-4334-9ef5-604d43f59b9f/panorama-2022-digital-def.pdf>
56. Indicadores de educación según departamento. INEI [Internet] 2021 [consultado 13 de Mayo 2024]. Disponible en: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/3839416/Per%C3%BA%3A%20Indicadores%20de%20Educaci%C3%B3n%20seg%C3%BA%20Departamentos.pdf?v=1668544569>
57. 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 [Tesis de licenciatura]. Perú: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, 2021 [consultado 14 de Mayo 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/22888>
58. ¿Qué son los egresos e ingresos y qué tipos existen?. BBVA [Internet]. 2022 [consultado 14 de Mayo 2024]. Disponible en: <https://www.bbva.com/es/salud-financiera/que-son-los-egresos-e-ingresos-y-que-tipos-existen/>

59. López A, et al. La ocupación como medio terapéutico, una mirada a través de la historia. Revista Sanitaria de Investigación [Internet]. 2022 [consultado 15 de Mayo 2024]. Disponible en: <https://revistasanitariadeinvestigacion.com/la-ocupacion-como-medio-terapeutico-una-mirada-a-traves-de-la-historia/>
60. El promedio de remuneraciones se ubicó en s/ 1,883.2, según INEI. El peruano [Internet]. 2023 [consultado 14 de Mayo 2024]. Disponible en: [https://elperuano.pe/noticia/207822-inei-ingreso-mensual-en-lima-se-incremento-111#:~:text=El%20INEI%20tambi%C3%A9n%20report%C3%B3%20que,5.8%25%20\(109.8%20soles\)](https://elperuano.pe/noticia/207822-inei-ingreso-mensual-en-lima-se-incremento-111#:~:text=El%20INEI%20tambi%C3%A9n%20report%C3%B3%20que,5.8%25%20(109.8%20soles))
61. Fumar. Medlineplus [Internet]. 2023 [consultado 15 de Mayo 2024]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/smoking.html>
62. Perú enfermedades transmisibles y no transmisibles 2022. INEI [Internet]. 2022 [consultado 15 de Mayo 2024]. Disponible en: [https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones\\_digitales/Est/Lib1899/libro.pdf](https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1899/libro.pdf)
63. Trastorno por consumo de alcohol. Mayo Clinic [Internet]. 2021 [consultado 15 de Mayo 2024]. Disponible en: <https://www.niaaa.nih.gov/publications/compreension-del-trastorno-por-consumo-de-alcohol>
64. Establecimientos de Minsa atendieron casi 40 000 casos de trastornos por consumo de alcohol durante el 2023. Ministerio de Salud [Internet]. 2023 [consultado 15 de Mayo 2024]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/866539-establecimientos-de-minsa-atendieron-casi-40-000-casos-de-trastornos-por-consumo-de-alcohol-durante-el-2023>
65. El sueño y su salud. Medlineplus [Internet]. 2020 [consultado 15 de Mayo 2024]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000871.htm#:~:text=El%20sue%C3%B1o%20y%20la%20salud&text=Igual%20que%20su%20cerebro%20necesita,quando%20no%20duerme%20lo%20suficiente.>
66. EsSalud advierte incremento de casos de insomnio por efectos del cambio climático. Oficina de relaciones institucionales [Internet]. 2023 [consultado 15 de Mayo 2024].

- Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/essalud/noticias/870843-essalud-advierde-incremento-de-casos-de-insomnio-por-efectos-del-cambio-climatico>
67. Villalba M. ¿Ducha o baño?: beneficios e inconvenientes para la higiene y la salud. Cúidate plus [Internet]. 2023 [consultado 15 de Mayo 2024]. Disponible en: <https://cuidateplus.marca.com/bienestar/2023/03/23/ducha-o-bano-beneficios-e-inconvenientes-higiene-salud-180424.html>
68. Examen físico. Medline plus [Internet] 2023 [consultado 16 de Mayo 2024]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/healthscreening.html#:~:text=Durante%20el%20chequeo%20m%C3%A9dico%20se, en%20el%20consultorio%20del%20doctor.>
69. Chequéate Perú: solo tres de cada diez peruanos se realizan exámenes preventivos. Ministerio de Salud: nota de prensa [Internet]. 2023 [consultado 16 de Mayo 2024]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/754200-chequeate-peru-solo-tres-de-cada-diez-peruanos-se-realizan-examenes-preventivos>
70. Política Nacional de Actividad Física, Recreación, Deporte y Educación Física – PARDEF. Ministerio de Educacion [Internet] 2021 [consultado 16 de Mayo 2024]. Disponible en: <https://repositorio.minedu.gob.pe/handle/20.500.12799/8586>
71. Alimentación saludable. Bupa [Internet]. 2020 [consultado 17 de Mayo 2024]. Disponible en: <https://www.bupalud.com/salud/alimentacionsaludable>
72. FAO: siete de cada diez distritos en Perú registran problemas de inseguridad alimentaria [Internet]. 2021 [consultado 17 de Mayo 2024]. Disponible en: <https://gestion.pe/economia/fao-siete-de-cada-diez-distritos-en-peru-registra-problemas-de-inseguridad-alimentaria-noticia/?ref=gesr>

## ANEXOS

### Anexo 01. Matriz de Consistencia

Título	Enunciado del Problema	Objetivos	Variables	Metodología
		General:		
Estilo de vida como determinante de la salud del adulto del Asentamiento Humano Villa Don Víctor_Nuevo Chimbote, 2024	¿Cuales son los estilos de vida como determinante de la salud del adulto del Asentamiento Humano Villa Don Víctor_Nuevo Chimbote, 2024?	Describir los estilos de vida como determinante de la salud del adulto del Asentamiento Humano Villa Don Víctor_Nuevo Chimbote, 2024	Estilo de vida	<b>Tipo:</b> Cuantitativo  <b>Nivel:</b> Descriptivo  <b>Diseño:</b> De una sola casilla  <b>Población:</b> 400 adultos  <b>Muestra:</b> 197 adultos
		Especifico:		
		Identificar los estilos de vida como determinate de la salud del adulto del Asentamiento Humano Villa Don Víctor_Nuevo Chimbote, 2024		



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE  
CHIMBOTE**



**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA**

**CUESTIONARIO SOBRE LOS DETERMINANTES DE LA SALUD EN EL  
ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO VILLA DON VICTOR-NUEVO  
CHIMBOTE, 2024**

**Adaptado de Dr. Vílchez Reyes Adriana**

**DATO DE IDENTIFICACIÓN:**

**Iniciales o seudónimo del nombre de la  
Persona.....**

**I. DETERMINANTES BIOSOCIOECONOMICO**

**1. Sexo:** Masculino ( ) Femenino ( )

**2. Edad:**

- Adulto Joven (18 años a 29 años 11 meses 29 días) ( )
- Adulto Maduro (De 30 a 59 años 11 meses 29 días)( )
- Adulto Mayor (60 a más años) ( )

**3. Grado de instrucción:**

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

**4. Ingreso económico**

- Menor de 750 ( )
- De 751 a 1000 ( )
- De 1001 a 1400 ( )
- De 1401 a 1800 ( )
- De 1801 a más ( )

**5. Ocupación:**

- Trabajador estable ( )
- Eventual ( )
- Sin ocupación ( )
- Jubilado ( )

## II. DETERMINANTES DE LOS ESTILOS DE VIDA

### 6. ¿Actualmente fuma?

- Si fumo, diariamente ( )
- Si fumo, pero no diariamente ( )
- No fumo actualmente, pero he fumado antes ( )
- No fumo, ni he fumado nunca de manera habitual ( )

### 7. ¿Conque frecuencia ingiere bebidas alcohólicas?

- Diario ( )
- Dos a tres veces por semana ( )
- Una vez a la semana ( )
- Una vez al mes ( )
- Ocasionalmente ( )
- No consumo ( )

### 8. ¿Cuántas horas duerme Ud?

- 06 a 8 horas ( )
- 08 a 10 horas ( )
- 10 a 12 horas ( )

### 9. ¿Cuál es la que frecuencia con la que se baña?

- Diariamente ( )
- 4 veces a la semana ( )
- No se baña ( )

### 10. ¿Se realiza Ud. Algún examen médico periódico, en un establecimiento de salud?

Si ( ) NO ( )

### 11. ¿En su tiempo libre realiza alguna actividad física?

Camina ( ) Deporte ( ) Gimnasia ( ) No realizo ( )

### 12. ¿En las dos últimas semanas que actividad física realizó durante más de 20 minutos?

- Caminar ( )
- Gimnasia suave ( )
- Juegos con poco esfuerzo ( )

- Correr ( )
- Deporte ( )
- Ninguna ( )

**DIETA:**

**13. ¿Con que frecuencia usted y su familia consumen los siguientes alimentos?**

Alimentos	Diario	3 o mas veces a la semana	1 o 2 veces a la semana	Menos de una vez a la semana	Nunca o casi nunca
1. Fruta					
2. Carne					
3. Huevos					
4. Pescado					
5. Fideos					
6. Pan , Cereales					
7. Verduras y Hortalizas					
8. Legumbres					
9. Embutidos, enlatados					
10. Dulces					
11. Grasas					
12. Refrescos Azucarados					
13. Frituras					

## VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

### VALIDEZ DEL CUESTIONARIO:

#### EVALUACIÓN CUALITATIVA:

La evaluación cualitativa fue concretada a través de la consulta a personas del área de Salud como que actuaron como jueces; este trabajo se realizó en reuniones de trabajo, con el objetivo de evaluar la propuesta del **Cuestionario sobre determinantes de la salud en adultos del Perú** desarrollado por Ms. Vílchez Reyes Adriana, Directora de la presente línea de Investigación.

Durante las reuniones se brindó a los participantes como jueces información respecto a la matriz de operacionalización de la variable y la propuesta del cuestionario, para su análisis y socialización de las opiniones, luego cada participante emitió las observaciones realizadas al cuestionario propuesto, las cuales permitieron realizar los ajustes necesarios a los enunciados y categorías de respuestas de las preguntas relacionadas a los determinantes de la salud en adolescente de 10 a 19 años.

#### EVALUACIÓN CUANTITATIVA:

**Validez de contenido:** Se exploró mediante la calificación por medio de criterio de expertos, diez en total, acerca de la pertinencia de los reactivos en relación al constructo evaluado por dimensiones. Para efectos de este análisis, se utilizó para la evaluación de la validez de contenido la fórmula de V de Aiken (Penfield y Giacobbi, 2004).

Donde:

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



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

$l$  : Es la calificación más baja posible.

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

### **Procedimiento llevado a cabo para la validez:**

1. Se solicitó la participación de un grupo 10 jueces expertos del área de Salud.
2. Se alcanzó a cada uno de los expertos la “FICHA DE VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO SOBRE LOS DETERMINANTES DE LA SALUD EN ADULTOS DEL PERÚ”.
3. Cada experto para cada ítems del cuestionario respondió a la siguiente pregunta: ¿El conocimiento medido por esta pregunta es...
  - esencial?
  - útil pero no esencial?
  - no necesaria?
4. Una vez llenas las fichas de validación, se anotó la calificación que brindaron cada uno de los expertos a las preguntas
5. Luego se procedió a calcular el coeficiente V de Aiken para cada una de las preguntas y el coeficiente V de Aiken total. (Ver Tabla 1)
6. Se evaluó que preguntas cumplían con el valor mínimo (0,75) requerido teniendo en cuenta que fueron 10 expertos que evaluaron la validez del contenido. De la evaluación se obtuvieron valores de V de Aiken de 0,998 a 1(ver Tabla 2)

**Tabla 1**

**V de Aiken de los ítems del Cuestionario sobre determinantes de la salud en adultos de 18 a más años en el Perú.**

<b>Nº</b>	<b>V de Aiken</b>	<b>Nº</b>	<b>V de Aiken</b>
<b>1</b>	1,000	<b>18</b>	1,000
<b>2</b>	1,000	<b>19</b>	1,000
<b>3</b>	1,000	<b>20</b>	0,950
<b>4</b>	1,000	<b>21</b>	0,950
<b>5</b>	1,000	<b>22</b>	1,000
<b>6.1</b>	1,000	<b>23</b>	1,000
<b>6.2</b>	1,000	<b>24</b>	1,000
<b>6.3</b>	1,000	<b>25</b>	1,000
<b>6.4</b>	1,000	<b>26</b>	1,000
<b>6.5</b>	1,000	<b>27</b>	1,000
<b>6.6</b>	1,000	<b>28</b>	1,000
<b>7</b>	1,000	<b>29</b>	1,000
<b>8</b>	1,000	<b>30</b>	1,000
<b>9</b>	1,000	<b>31</b>	1,000
<b>10</b>	1,000	<b>32</b>	1,000
<b>11</b>	1,000	<b>33</b>	1,000
<b>12</b>	1,000	<b>34</b>	1,000
<b>13</b>	1,000	<b>35</b>	1,000
<b>14</b>	1,000	<b>36</b>	1,000
<b>15</b>	1,000	<b>37</b>	1,000
<b>16</b>	1,000	<b>38</b>	1,000
<b>17</b>	1,000		
<b>Coefficiente V de Aiken total</b>			<b>0,998</b>

El coeficiente V de Aiken total es 0,998, este valor indica que el instrumento es válido para recabar información respecto a los determinantes de la salud en adolescentes de 12 a 17 años de edad en el Perú.

## **EVALUACIÓN DE LA CONFIABILIDAD:**

### **Confiabilidad interevaluador**

Se evalúa aplicando el cuestionario a la misma persona por dos entrevistadores diferentes en un mismo día, garantizando que el fenómeno no ha cambiado. Se realiza a un mínimo de 15 personas.

A través del Coeficiente de Kappa se estudia el porcentaje de concordancia entre los entrevistadores, un valor a partir de 0,8 se considera muy bueno para evaluar la confiabilidad interevaluador.

Anexo 04. Consentimiento informado



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

Estimado/a participante

Le pedimos su apoyo en la realización de una investigación, conducida por Linares Pérez Mirian Irene, que es parte de la Universidad Católica Los Angeles de Chimbote. La investigación denominada: Estilos de vida como determinante de la salud en el adulto del Asentamiento Humano Villa Don Víctor-Nuevo Chimbote, 2024

- La entrevista durará aproximadamente 20 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: [linarezmirian06@gmail.com](mailto:linarezmirian06@gmail.com) o al número 947354237.

Complete la siguiente información en caso desee participar:

Firma del participante:	
Firma del investigador:	
Fecha:	



Chimbote, 26 de mayo del 2024

**CARTA N° 0000000827- 2024-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA**

**Señor/a:**

**RICHARD CRUZ MEZA  
ASENTAMIENTO HUMANO VILLA DON VICTOR**

**Presente.-**

A través del presente reciba el cordial saludo a nombre del Vicerrectorado de Investigación de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, asimismo solicito su autorización formal para llevar a cabo una investigación titulada ESTILOS DE VIDA COMO DETERMINANTE DE LA SALUD EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO VILLA DON VICTOR NUEVO CHIMBOTE, 2024, que involucra la recolección de información/datos en 400 ADULTOS, a cargo de MIRIAN IRENE LINARES PEREZ, perteneciente a la Escuela Profesional de la Carrera Profesional de ENFERMERÍA, con DNI N° 72608699, durante el período de 22-04-2024 al 26-04-2024.

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.

Atentamente.



*Dr. Willy Valle Salvatierra*  
Coordinador de Gestión de Investigación

*Richard Cruz Meza*  
SECRETARIO GENERAL  
HUP. VILLA DON VICTOR  
DNI: 10370578

USER: 32966384

Nro: 012024-00040304  
Fecha: 14-06-2024 10:30



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

## CONSTANCIA DE NO ADEUDO

La Jefatura de Cobranzas hace constar que el alumno(a) LINARES PEREZ MIRIAN IRENE, con código de matrícula 0112181005, de la ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA; no registra deuda pendiente a la fecha para optar TALLER DE TITULACION.

Se expide el presente a solicitud del interesado(a).

CHIMBOTE, 14 DE JUNIO DEL 2024.



V°B° CAJA

V°B° BIBLIOTECA (\*)

V°B° LABORATORIO/ CLINICA  
(\*)

(\*) Requerido en los centros donde exista Biblioteca y/o Laboratorio.

**DETERMINANTES BIOSOCIOECONÓMICOS EN ADULTOS DEL  
ASENTAMIENTO HUMANO VILLA DON VICTOR-NUEVO CHIMBOTE, 2024**

<b>Sexo</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Masculino	84	42,6
Femenino	113	57,4
<b>Total</b>	<b>197</b>	<b>100,0</b>
<b>Edad (años)</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Adulto joven	49	24,9
Adulto maduro	138	70,0
Adulto mayor	10	5,1
<b>Total</b>	<b>197</b>	<b>100,0</b>
<b>Grado de instrucción del adulto</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Sin nivel de instrucción	2	1,0
Inicial/primaria	16	8,1
Secundaria completa e incompleta	111	56,3
Superior universidad	51	25,9
Superior no universitario	17	8,6
<b>Total</b>	<b>197</b>	<b>100,0</b>
<b>Ingreso económico familiar</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Menor de 750	25	12,7
De 751 a 1000	64	32,5
De 1001 a 1400	52	26,4
De 1401 a 1800	24	12,2
De 1801 a más	32	16,2
<b>Total</b>	<b>197</b>	<b>100,0</b>
<b>Ocupación</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Trabajador estable	37	18,8
Eventual	81	41,1
Sin ocupación	16	8,1
Jubilado	63	32,0
<b>Total</b>	<b>197</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Cuestionario de los determinantes de la salud en adultos de las regiones del Perú, elaborado por la Dra. Vilchez Reyes Adriana, aplicado en el adulto del Asentamiento Humano Villa Don Víctor-Nuevo Chimbote, 2024.