



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

**ESTILO DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO
HUMANO 10 DE SETIEMBRE_CHIMBOTE, 2024**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA

AUTOR

CARRANZA PAJUELO, DEYSI MILAGROS

ORCID: 0000-0003-1269-6650

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° 0081-092-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **14:40** horas del día **22** 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
GIRON LUCIANO SONIA AVELINA Miembro
ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO Miembro
Dr(a). VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **ESTILO DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 10 DE SETIEMBRE_CHIMBOTE, 2024**

Presentada Por :
(0112181218) **CARRANZA PAJUELO DEYSI MILAGROS**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **16**, quedando expedito/a el/la Bachiller para optar el TITULO PROFESIONAL de **Licenciada en Enfermería**.

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

CANTUARIAS NORIEGA NELIDA
Presidente

GIRON LUCIANO SONIA AVELINA
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: ESTILO DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 10 DE SETIEMBRE_CHIMBOTE, 2024 Del (de la) estudiante CARRANZA PAJUELO DEYSI MILAGROS, asesorado por VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 16% 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, 17 de Julio del 2024



Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

DEDICATORIA

Primeramente, darle las gracias a Dios por la fortaleza que me da, de seguir siempre adelante y por darme una gran familia, ellos siempre me apoyan, por ello este trabajo de la investigación que he hecho está dedicada especialmente con mucho amor por ellos.

Quiero dedicar todo este trabajo de grado a mi mamá Agustina Ana Pajuelo Llanca, que, con su motivación, apoyo y desvelo por muchas noches a mi lado, permitió que esta investigación se llevara a cabo y tuviera tan altos reconocimientos más allá de todas las personas que me dieron su apoyo. Ella merece ser protagonista de este logro.

La prestigiosa Universidad Católica de Los Ángeles de Chimbote me acogió a lo largo de mi carrera, me inculcó valores y me formó profesional exitos

AGRADECIMIENTO

Dedico esta tesis a mi hermosa madre Ana y a mi padre Virgilio por haberme apoyado en cada momento de esta ardua investigación profesional y darme la fuerza para seguir adelante, por sus consejos, comprensión, amor y su apoyo incondicional y lograr convertirme en una profesional decidida y con valores.

A mi hermana Evelyn, por ser mi motivación y mi apoyo incondicional en cada momento difícil de mi vida.

Agradecer a mi asesora Vilchez Reyes Maria Adriana por brindarme su apoyo incondicional y compartir su conocimiento.

ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA.....	II
AGRADECIMIENTO	III
ÍNDICE GENERAL... ..	IV
LISTA DE TABLAS... ..	VI
LISTA DE FIGURAS.....	VII
RESUMEN	IV
ABSTRACT	X
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
II. MARCO TEÓRICO	7
2.1. Antecedentes	7
2.2. Bases teóricas	12
2.3. Hipótesis	17
III. METODOLOGÍA	18
3.1. Nivel, Tipo y Diseño de Investigación	18
3.2. Población y Muestra	18
3.3. Variable, Definición y Operacionalización	20
3.4. Técnicas e Instrumento de recolección de información	21
3.5. Método de análisis de datos	22
3.6. Aspectos Éticos	23
IV. RESULTADOS.....	24
V. DISCUSIÓN	27
VI. CONCLUSIONES.....	34
VII. RECOMENDACIONES.....	35
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	36
ANEXOS	
Anexo 01 Matriz de consistencia.....	44
Anexo 02 Instrumento de recolección de información.....	45
Anexo 03 Validez del instrumento.....	48
Anexo 04 Consentimiento informado.....	49

LISTA DE TABLAS

TABLA 1: OPERACIONALIZACION DE VARIABLES.....	20
TABLA 2: ESTILO DE VIDA EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 10 DE SETIEMBRE_CHIMBOTE, 2024.....	24
TABLA 3: ESTADO NUTRICIONAL EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 10 DE SETIEMBRE_CHIMBOTE, 2024.....	25
TABLA 4: RELACIÓN ENTRE EL ESTILO DE VIDA Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 10 DE SETIEMBRE_CHIMBOTE, 2024.....	26

LISTA DE FIGURAS

FIGURA DE LA TABLA 2: ESTILO DE VIDA EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 10 DE SETIEMBRE_CHIMBOTE, 2024.....	24
FIGURA DE LA TABLA 3: ESTADO NUTRICIONAL EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 10 DE SETIEMBRE_CHIMBOTE, 2024.....	25
FIGURA DE LA TABLA 4: RELACIÓN ENTRE EL ESTILO DE VIDA Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 10 DE SETIEMBRE_CHIMBOTE, 2024.....	26

RESUMEN

El estilo de vida determina la salud en una persona ante ello se plantea el objetivo general, determinar la relación que existe entre el estilo de vida y el estado nutricional de los adultos, teniendo como objetivo general: Determinar la relación en el estilo de vida y estado nutricional de los adultos del Asentamiento Humano 10 de septiembre_Chimbote, 2024. En cuanto la metodología: el estudio fue de tipo cuantitativo, descriptivo y correlacional, la población estuvo conformada por 124 adultos. Para la recolección de datos se utilizaron dos instrumentos: la escala de estilos de vida y la ficha de valoración nutricional de adulto, utilizando a través de entrevista observación. Los datos fueron procesados en el paquete SPSS/info/software versión 26.0. En resultados: se observó, que más de la mitad no tienen estilo de vida saludable, la mayoría tiene estado nutricional normal, menos de la mitad presentan sobrepeso, presentan delgadez, una minoría obesidad. Es por ello que la relación de ambas variables, existiendo relación estadísticamente significativa con un valor de significancia de $P < 0,05$. Por lo cual se concluye que si existe relación entre la variable estilos de vida y el estado nutricional en el adulto del Asentamiento Humano 10 de setiembre.

palabras clave: adultos, estilos de vida, estado nutricional

ABSTRACT

The lifestyle determines the health of a person. Therefore, the general objective is proposed, to determine the relationship that exists between the lifestyle and the nutritional status of adults, having as a general objective: Determine the relationship in the lifestyle and nutritional status of the adults of the Human Settlement September 10_Chimbote, 2024. Regarding the methodology: the study was quantitative, descriptive and correlational, the population was made up of 124 adults. Two instruments were used to collect data: the lifestyle scale and the adult nutritional assessment sheet, using observation interviews. The data were processed in the SPSS/info/software version 26.0 package. In results: it was observed that more than half do not have a healthy lifestyle, the majority have a normal nutritional status, less than half are overweight, they are thin, a minority are obese. That is why the relationship between both variables exists statistically significant with a significance value of $P < 0.05$. Therefore, it is concluded that there is a relationship between the lifestyle variable and the nutritional status in the adult of the Human Settlement 10 de Septiembre.

Keywords: adults, lifestyles, nutritional status

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El estilo de vida, un factor relevante en la persona ya que de este, dependerá la salud de ellos sin estos la salud corre un riesgo significativo en del individuo, es así que los estilos de vida se asocian al estado nutricional, este cumple con el mantenimiento del estado y salud de lo contrario se existirá la presencia de males, en la actualidad los adultos y población en general están expuestos a padecer algún tipo de enfermedad tanto transmisibles y no transmisibles estos conllevan por los malos estilos de vida, e inadecuados hábitos los cuales nos mencionan que matan a más de 15 millones de personas cada año personas entre 30 y 69 años. hay gobernantes estilo de vida sedentario, fumar, beber y aumentar la dieta poco saludable posibilidad de muerte. También es importante tener en cuenta que su estilo de vida puede tener un impacto presencia de diabetes tipo 2, enfermedad cardiovascular, hipertensión entre otros (1).

Además, los estilos de vida de las personas están determinados por reacciones comunes y de acuerdo con el modelo de comportamiento, para este proceso. Desde una perspectiva completa, el estilo de vida no se puede aislar del entorno social, económico, político y cultural de los que pertenecen y deben tener; De acuerdo con los objetivos del proceso de desarrollo, incluso con dignidad en la sociedad, debido a la mejor vida y felicidad, las condiciones se establecen para la presencia de factores de riesgo y / o la felicidad de los factores de protección deben considerarse un proceso dinámico, no solo el Acciones o comportamientos de las personas, pero el comportamiento social (1).

Según un informe de la Organización Mundial de la Salud, existe la preocupación de que, en los últimos 30 años, las tasas de obesidad han aumentado de manera acelerada en todo el mundo; además, en nuestro país este problema es se está presentando mayor, los problemas son muy vulnerables en el mundo entero y notan un sobrepeso significativo afecta al 68% de la población, al 45% con sobrepeso y al 23% con obesidad; esto debido a los malos hábitos que llevan, falta de actividad física, el sedentarismo, alimentación no saludable y mientras que la población bien alimentada recibió el 31,5%, se ha encontrado que sólo el 1% de la población general se encuentra en un estado de pérdida de peso (2).

Asimismo, la calidad de vida es la percepción del lugar de existencia de una persona, la cultura y el sistema de valores en el que vive, y está relacionada con las metas, expectativas, principios y relaciones de su interés. Es un concepto de salud física, estado mental, nivel. su independencia, sus relaciones sociales y su relación con el entorno. Sin embargo, deben elegir un mejor comportamiento o método. Es un determinante clave de la

salud física y mental, la salud pública y el bienestar están íntimamente relacionados. Según las estimaciones, un tercio en el mundo de la enfermedad está disponible (2).

En Latinoamérica se viene observando en los últimos años que se ha incrementado la presencia de problemas a la salud los cuales son la obesidad, diabetes, enfermedades cardiovasculares, entre otros problemas; al mismo tiempo la desnutrición en estos, este factor se asocia a los estilos de vida y a la mala alimentación, debido todo al desconocimiento y falta de información que posee el individuo lo que significa traerá consecuencias a la salud, por lo que se considera importante tener en cuenta cuales son los factores que precipitan la presencia de estas conductas al analizar los patrones de alimentación de los adultos por sexo, se encontró que, sin embargo, no hubo diferencia de género en el sobrepeso entre los jóvenes, en las mujeres adultas son más obesas que los hombres (28,1% vs 18,2%) Este problema aumenta el riesgo de enfermedad la enfermedad no es contagiosa (3).

En Chile aproximadamente el 60% de la población padece de sobrepeso u obesidad, este problema está afectando desde los primeros años de vida, por ello Chile viene trabajando desde hace mucho tiempo para combatir y prevenir este problema que cada vez se extiende en dicha población y las personas desde su temprana edad ya empiezan con este problema, es así que las autoridades chilenas vienen poniendo cartas al asunto para evitar este mal que afecta de una manera significativa a la salud de la personas lo cual es muy perjudicial, asimismo está implementando técnicas y barreras que enfrentan a este mal, en las cuales se realizan charlas y recomendaciones en las distintas instituciones y comunidades para la prevención de esta enfermedad, dando a conocer un sistema alimenticio adecuado (4).

En España en el año 2022, se dio a conocer que una de las causas principales por las que se dan las enfermedades crónicas, son porque la mayoría de la población lleva un mal estilo de vida, con una alimentación inadecuada presentándose así con un 42% de adultos de la población tienen sobrepeso y obesidad, y esto ha sido uno de los factores que se ha vuelto una problemática para la salud, ya que los lleva a tener el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares, Viéndose así un índice bastante elevado en donde el 14% de la población adulta española padecen de diabetes, el 19% problemas cardiovasculares, y el 25% llevan una vida muy sedentaria(5).

En República Dominicana realizaron un estudio en el cual se tenía como objetivo, ver como había afectado la pandemia a los estilos de vida del adulto, obteniendo un resultado de que el 35% de adultos y más aún en mayores los problemas se incrementaron ya que perjudico, limitándolos a que puedan realizar actividades físicas, y lo más importante en su

salud mental. El cual ocasionó a que haya un desbalance en su alimentación mostrándonos que un 23% de adultos tienen sobrepeso y el 18% obesidad causados a base de las restricciones de la pandemia la cual limitaba a salir a hacer caminatas diarias etc. (6).

En el Perú, los estilos de vida son contrariamente a lo que se puede imaginar, la vida es cara en el Perú, si hablamos en el factor alimentación los productos básicos son sumamente costosos como el aceite, la leche, mantequilla, azúcar, entre otros productos, y se estima que casi 10 millones de peruanos tienen ingresos económicos inferiores mensualmente, este es un problema ya que la falta de economía conlleva a acceder a productos de bajos precios como los carbohidratos, la continuidad y exceso del consumo de estos alimentos llevan a una dieta poco saludable y escasa en nutrientes, es así que nuestro país se encuentra en dificultades que circunstancias y muchos de ellos no reciben algún apoyo social (7).

Los peruanos debido a que llevan una vida, muy sedentaria se encuentran en un riesgo el cual es muy perjudicial lo que significa que se encuentran expuestos a padecer algún tipo de enfermedades crónicas como la obesidad, diabetes etc., más aún en los adultos ya que mucho de estos no toman consideración a lo importante que es el cuidado de la salud y el llevar hábitos sanos que contribuyan a la buena salud, y en base a estos problemas que se ven los puestos de salud están implementando técnicas y barreras que enfrentan a este mal, en las cuales se realizan charlas y recomendaciones en las distintas instituciones y comunidades para la prevención de esta enfermedad, dando a conocer un sistema alimenticio adecuado (7).

En la región Ancash el gobierno regional “recomiendan mantener estilos de vida saludables para prevenir enfermedad renal crónica, así también en esta región tenemos las enfermedades no transmisibles como la hipertensión con un total de 16,8 % en el sexo masculino y un 15,9% en el sexo femenino. Es de gran importancia mantener estilos de vida saludables con el objetivo de reducir y desarrollar una insuficiencia renal crónica y más enfermedades causadas por los malos hábitos. Y es por esto que se presentó estas medidas preventivas como el chequeo médico periódicamente y también dependerá de las condiciones ambientales en las que se encuentre el individuo, la actividad física y alimentación, estas medidas además contribuirán a que la persona opte por buenas prácticas para beneficio de sí mismo y pueda gozar de una buena salud (8).

En consecuencia, están expuestos a contraer diversas enfermedades en un futuro, se piensa que el estado nutricional es el resultado de un equilibrio entre la ingesta de nutrientes

y calorías proteicas para satisfacer las necesidades fisiológicas óptimas, pero una excepción está relacionada con la desnutrición, el sobrepeso y la obesidad. El aumento de la morbilidad y mortalidad conduce a mayores tasas de infección, más caídas y fracturas, estancias hospitalarias más prolongadas y otros riesgos, enfermedades agudas, aparición de enfermedades crónicas o no contagio, deterioro general de la vida y, por lo tanto, de la nutrición. pedazo de cartón no dividido (7).

En Chimbote los problemas de salud pública vienen siendo muy notorios y cada vez más extensos, esto es un serio problema que está afectando a las personas, más aún por el descuido propio repercute significativamente de manera negativa en su salud, por ello es que es muy importante la orientación sobre la prevención de los factores que estamos expuestos a sufrir algún tipo de enfermedad, porque no solo se basa en una atención sanitaria en algún establecimiento de salud para aliviar nuestros males, sino también observar y analizar las necesidades que la persona que requiera en su entorno en las que se encuentra, así mismo por la carencia de estos servicios las personas se ven expuestas a contraer cualquier tipo de enfermedades ya sean transmisibles o no transmisibles y por sus mismos hábitos que son muy consecuentes a adquirir de manera repentina múltiples enfermedades (9).

También se sabe que la etapa adulta es la más susceptibles a padecer contraer enfermedades, ya que con el pasar del tiempo las defensas ya no son iguales por la misma rutina y por la calidad de vida que tuvieron en la juventud y como fruto se ve reflejado en esta etapa, por lo que son bajas, como también por los malos estilos de vida que llevan sus defensas no ayudan por lo contrario afectan, y más aún la etapa media, que es un período donde el adulto no toma conciencia de sus actos y expone su salud con malos hábitos, por lo que en la etapa de adulto mayor paga las consecuencias de sus actos perjudicando su salud y es donde se aprecian dolencias o patologías que afectan su salud (9).

Frente a esta realidad, no son ajenos los adultos del Asentamiento Humano 10 de setiembre, ubicado en la zona de Chimbote, en la actualmente cuenta con pistas y veredas, servicios básicos agua, desagüe, luz, tiene una loza deportiva, no cuenta con un colegio propio, en cuanto a las viviendas son de material noble, cuentan con una institución educativa, cuentan con un polideportiva, cuentan con un mercado cerca, no cuenta áreas verdes y las enfermedades más propensas en los adultos son la sobrepeso, obesidad, hipertensión, diabetes, problemas cardiovasculares (9).

Formulación de Problema

¿Cuál es la relación entre el estilo de vida y estado nutricional en adultos del asentamiento humano 10 de septiembre_Chimbote, 2024?

Objetivo General

Determinar la relación en el estilo de vida y estado nutricional de los adultos del Asentamiento Humano 10 de septiembre_Chimbote, 2024.

Objetivo Específicos

Identificar el estilo de vida de los adultos del Asentamiento Humano 10 de septiembre_Chimbote 2024.

Identificar el estado nutricional de los adultos del Asentamiento Humano 10 de septiembre_Chimbote, 2024.

Justificación Teórica:

Teóricamente esta investigación aportara conocimientos científicos sobre el tema de estilos de vida y estado nutricional en adultos del asentamiento humano 10 de setiembre_chimbote,2024 se realiza porque el adulto se encuentra en circunstancias complicadas lo cual afecta su salud, ya que en la actualidad llevan una conductas poco saludables en lo que respecta sus estilos de vida que afecta su salud por ello, es que esta investigación busca mejorar la eficiencia a través de programas preventivos y estrategias, alternativas, de solución, para mejorar las conductas de los estilos de vida del adulto y reducir los riesgos, ya que esto contribuirá a la prevención y minimizar las enfermedades no transmisibles, mejorando la salud de los adultos y su población en general.

Justificación Practica:

Desde un punto de vista práctico se incluirá información y datos la investigación ayudara un plan o estrategia viable para abordar los problemas evidenciados en el estilo de vida y estado nutricional en adultos del asentamiento humano 10 de setiembre teniendo en cuenta las reflexiones de este Gobierno central salud, de tal manera permita mejorar y contribuir a los futuros estudiantes posteriores de la carrera de ciencias de la salud, y ampliar sus conocimientos para tener perspectivas de la realidad en la que se enfrenta la persona a diario de manera más amplio de los temas a presentar en esta investigación, reduciendo, los factores de riesgo que, ponen en peligro la vida de los adultos.

Justificación Metodológica:

Desde un punto de vista metodológico, este estudio proporcionara la importancia, del personal de salud, Municipalidad en el campo de salud, Ministró de salud y autoridades regionales trabajen conjuntamente para la identificación y solución de los problemas que ponen en riesgo la salud de los adultos. Asimismo, establecer la relación entre el estilo de vida y el estado nutricional, empleando una metodología correlacional, el cual el procedimiento de datos será beneficioso para futuras investigaciones comparando y proponiendo soluciones en base a los resultados.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

Antecedente Internacionales

Romero K, (10) en su investigación titulada. “Estado nutricional en adultos de población rural en un cantón de la sierra ecuatoriana, 2020”. Tuvo como objetivo evaluar el estado nutricional de la población adulta de un cantón de dicha zona. Metodología: Se realizó un estudio observacional, descriptivo, de corte transversal en una muestra de 115 adultos del cantón Cevallos, en la región Sierra del Ecuador durante el periodo de abril a septiembre del 2019. Resultados: El 82.61 % de adultos estaban desnutridos. El 69.56 % presentaba enfermedades asociadas a un predominio de hipertensión arterial (41.84 %), diabetes mellitus (21.44 %) y cardiopatía isquémica (18.37 %), Conclusión: Se observó un porcentaje mayor con desnutrición, dando paso a realizar programas educativos para mejorar su estado de salud.

Rodríguez J, (11) en su investigación “Estilo de vida y estado nutricional de adultos en la ciudad de Valencia: un enfoque multidimensional 2022”. Tuvo como objetivo general: Analizar la relación entre el estilo de vida y el estado nutricional de adultos en la ciudad de Valencia, considerando múltiples aspectos como la alimentación, la actividad física, el sueño y el estrés. La metodología, fue un estudio transversal utilizando una muestra representativa de adultos en Valencia. Se aplicaron cuestionarios autoadministrados, registros alimentarios, mediciones antropométricas y análisis de laboratorio. Concluye que considerable de adultos en Valencia presentaba un estilo de vida poco saludable, con una alimentación desequilibrada, baja actividad física.

López K, et al, (12) en su investigación “Estilos de vida y Estado nutricional del adulto durante el confinamiento SARS-CoV-2 – México 2020”. Teniendo como objetivo evaluar el consumo de alimentos no saludables y prácticas de estilo de vida en los adultos. Teniendo una metodología de estudio de tipo transversal, observacional y analítico, teniendo como resultados en relación a la alimentación antes del confinamiento fue de 69,8% considerando una alimentación saludable 6,5%, muy saludable 23,7% y el 2,3% ha mejorado su alimentación, a pesar de esto el 17,7% mencionan que comen todo el tiempo, en relación al sueño, las mujeres duermen menos durante el periodo de confinamiento en comparación de los hombres, llegando a la conclusión que factores como la alimentación y el sueño presentaron alteraciones durante el periodo del confinamiento.

Brito L, et al, (13) en su investigación “Estilos de Vida de los Adultos Mayores Residentes en Parroquias Rurales del Cantón Riobamba, Ecuador 2021”. Tuvo como objetivo: describir el comportamiento de los estilos de vida en adultos mayores residentes en parroquias rurales del cantón Riobamba, Chimborazo, Ecuador. Se aplicó un estudio descriptivo. La población estuvo constituida por 225 personas mayores. Llegando a los siguientes resultados: El 76,00% de los ancianos viven solos y el 79,11% presentó diagnóstico de enfermedad crónica. El 94,22% realizan actividades físicas menos de 2 veces por semana y el 92,44% consumía una alimentación inadecuada en el momento de realizar la investigación; el 79,11% acude a controles de salud menos de 2 veces al año. Se concluye que existe un elevado por ciento de adultos mayores con estilos de vida poco saludables caracterizado principalmente por elevada presencia de enfermedades crónicas, alimentación poco saludable y baja práctica de actividades físicas.

Toapaxi J, et al, (14) el trabajo de investigación “influencia del estilo de vida en el estado de salud de los adultos mayores del Sector la Unión, Provincia de Cotopaxi, Ecuador, 2020”. Tuvo como objetivo Analizar el estilo de vida y su influencia en el estado de salud de los adultos mayores del Sector la Unión, Provincia de Cotopaxi, Ecuador. El tipo de investigación fue cuantitativo, descriptivo correlacional, con una muestra de 35 adultos mayores. Como resultado se encontró en cuanto al estilo de vida el 60% bueno, 31% muy bueno y el 9% presentan regular. Llegando como conclusión la población mantiene un estilo de vida adecuado.

Antecedentes Nacionales

Bernabél J, (15) en su investigación titulada. “Estilos de vida y estado nutricional por antropometría en taxistas de dos empresas, Lima 2020.” Objetivo: Determina la relación entre el estilo de vida y el estado nutricional por antropometría, el tipo de investigación cuantitativo, descriptivo de asociación cruzada, observacional, transversal y prospectivo, cuestionario “Fantástico” diseñado en el Departamento de Medicina Familiar de la Universidad Mc Master de Canadá, se realizó la prueba Chi² con un nivel de significancia de 0.05, como resultados: El 100% de los evaluados presentaron exceso de peso, 40% con sobrepeso y 60% con obesidad; 100% presento elevado índice de cintura/talla, 23% presento acumulación de grasa 8 central y 77% obesidad. Llegando a la conclusión: No se halló relación entre el estilo de vida y el índice de masa corporal, tampoco con la índice cintura/talla.

Urbina M, (16) en su investigación titulada “Estilos de vida y salud de los usuarios en el Centro del Adulto Mayor Es salud Guadalupe – 2021, Trujillo, Perú”. Tuvo como objetivo analizar la influencia de los estilos de vida en la salud de los usuarios en el Centro del Adulto Mayor Es salud Guadalupe - 2021. De metodología cuantitativa. Resultados fueron los estilos de vida saludables, como la dieta nutricional balanceada, las actividades físicas, recreativas y regenerativas influyen favorablemente en la salud de los usuarios; sin embargo, por otro lado, el sedentarismo y el aislamiento social afectan negativamente la salud de los adultos mayores que se han constituido en nuestra unidad de análisis. Se concluye que la mayoría de adultos mayores presentan un estilo de vida saludable lo cual es beneficioso para su salud, evidenciándose en los adecuados hábitos evitando los hábitos nocivos y el buen control de las emociones.

García C, (17) en su investigación titulada. “Estilo de vida y estado nutricional en adultos mayores de Lima: un estudio longitudinal 2020”, El objetivo Analizar la relación entre el estilo de vida y el estado nutricional en adultos mayores de Lima a lo largo del tiempo. La metodología, se llevó a cabo un estudio longitudinal que incluyó encuestas, evaluaciones de la alimentación, mediciones antropométricas y pruebas bioquímicas en una muestra de adultos mayores en Lima. Se recopilaron datos sobre el estilo de vida, incluyendo la alimentación, la actividad física y los hábitos de sueño. Concluye que la tesis encontró que un estilo de vida saludable, caracterizado por una dieta equilibrada, 14 actividad física regular y buenos hábitos de sueño, se asociaba con un mejor estado nutricional.

Silvestre F, (18) en su investigación titulada: Caracterización de los estilos de vida de los adultos del Caserío de Mallquibamba – Carlos Fermín Fitzcarrald, 2019. Objetivo: Determinar la caracterización de los estilos de vida de los adultos (as) del caserío de Mallquibamba – Carlos Fermín Fitzcarrald, 2019. Metodología: Se aplicó el instrumento de escala valorativa de estilos de vida a una población muestral conformada por 110 adultos. Análisis de datos en el programa SPSS statistics 25, su análisis por medio de cuadros de frecuencias simples y porcentuales de una sola entrada. Como resultados: presentaron estilos de vida no saludables 83,64% y un menor porcentaje de 16,36% estilo de vida saludable. Se concluye: La mayoría de los adultos presentaban estilos de vida no saludables y un menor porcentaje estilos de vida saludables.

Alfaro A, et al (19) en su investigación titulada "Estilo de vida y estado nutricional en los adultos mayores, del Asentamiento Humano 18 de marzo, Collique 2022" tuvo como

objetivo determinar la relación entre estilo de vida y estado nutricional en adultos mayores presentando un método de correlación cuantitativa a nivel descriptivo con una muestra de 80 adultos mayores. Después de los resultados a continuación, el 42% tiene un estado nutricional razonable y un estilo de vida saludable, el 27% tiene una dieta saludable y no saludable, menos del 20% tiene un estado nutricional razonable, al mismo tiempo tiene un estilo de vida saludable, análisis Según el estudio de los resultados de la investigación y el uso Las pruebas apropiadas de χ^2 muestran que existe una relación entre las dos variables.

Antecedentes Locales o regionales

Dongo M, (20) en su investigación “Estilo de vida y estado nutricional del adulto mayor. Urbanización Las Brisas II etapa _ Nuevo Chimbote, 2020”. Tuvo como objetivo: Determinar la relación entre estilos de vida y estado nutricional del adulto mayor de la Urb. Las Brisas II etapa – Nuevo Chimbote. Metodología de tipo cuantitativo, de corte transversal con diseño descriptivo correlacional. En sus resultados la mayoría tienen estilo de vida no saludable y un porcentaje significativo estilo de vida saludable. Más de la mitad tiene un estado nutricional normal. Al aplicar la prueba χ^2 se encuentra que si existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y el estado nutricional del adulto mayor. Se concluye que los adultos tienen estilo de vida no saludable y mientras un porcentaje significativo estilo de vida saludable.

Rodríguez L, (21) en su investigación titulada. “Estilos de vida y estado nutricional de los adultos del pueblo joven san pedro_ Chimbote, 2023.” Tuvo como objetivo: Determinar la relación del estilo de vida y el estado nutricional en los adultos de la comunidad del Pueblo Joven San Pedro, Metodología: tipo cuantitativo, descriptivo, correlacional. Obteniendo así los siguientes resultados y conclusiones, En cuanto al estilo de vida el 92,2% tienen un estilo de vida no saludable y el 7,8% tienen un estilo de vida saludable. En cuanto al estado nutricional el 47,8% tiene un estado nutricional normal, el 27,2% con sobrepeso, el 19,4% delgadez y el 5,6% obesidad. Llegando a la conclusión que poseen estilos de vida no saludable y minoría con estilo de vida saludable por otro lado, menos de la mitad de los adultos con estado nutricional normal, también se observa un porcentaje considerable con sobrepeso y obesidad y una minoría con delgadez.

Alcalde A, (22) en su investigación titulada. “Estilo de vida relacionado al estado nutricional en el adulto mayor, pueblo joven César Vallejo - Chimbote, 2021”. La cuan

tuvo como objetivo: Determinar la relación entre estilos de vida y estado nutricional en el adulto mayor, Pueblo Joven César Vallejo – Chimbote, 2021. La metodología del estudio fue de tipo cuantitativo, de corte transversal con diseño descriptivo correlacional. La población estuvo constituida por 142 adultos mayores, a quienes se les aplicó un instrumento. Con respecto a la 16 relación de ambas variables se obtuvo que el 23,9% de los adultos mayores tuvieron un estilo de vida no saludable. Concluye que si existe relación entre las variables estilo de vida y el estado nutricional en el adulto mayor del Pueblo Joven Cesar Vallejo.

Carrión D, (23) en su investigación titulada: Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto joven. Asentamiento Humano Santa Rosa del Sur Nuevo Chimbote, 2020. Objetivo: Determinar la relación entre el Estilo de vida y los Factores Biosocioculturales del adulto joven. Metodología: De tipo cuantitativo, de corte transversal y diseño descriptivo, con una muestra de 302 adultos, aplicando la escala de estilo de vida y el cuestionario sobre factores biosocioculturales. Los datos fueron procesados con el SPSS versión 18.0. Aplicando la prueba independiente de criterio Chi cuadrado. Resultados: La mayoría de Adultos jóvenes tiene un estilo de vida no saludable, en relación con los factores biosocioculturales la mayoría son mujeres, la mayoría tiene grado de instrucción secundaria y religión católica, más de la mitad son convivientes y amas de casa y tienen ingreso de 400 soles. Conclusión: Si existe relación significativa entre las variables.

Camones P, (24) en su trabajo de investigación titulado: El cual lleva por título Factores de riesgo y el estado nutricional en adultos, Puesto de Salud Aco - Ancash – 2020. Objetivo: Determinar la relación que existe entre los factores de riesgo y el estado nutricional en los adultos, Puesto de Salud Aco, Ancash, 2020. Metodología: Estudio cuantitativo, descriptivo correlacional y diseño no experimental, transversal. La muestra fueron 90 pacientes; como técnica se usó la encuesta y como instrumento el cuestionario, los factores de riesgo constan de 15 ítems con una escala de Likert. Conclusión: Los factores de riesgo se relacionan de manera directa y positiva con el estado nutricional en los adultos, indicando indicó que a un mejor control de estos factores el estado nutricional del paciente será adecuado.

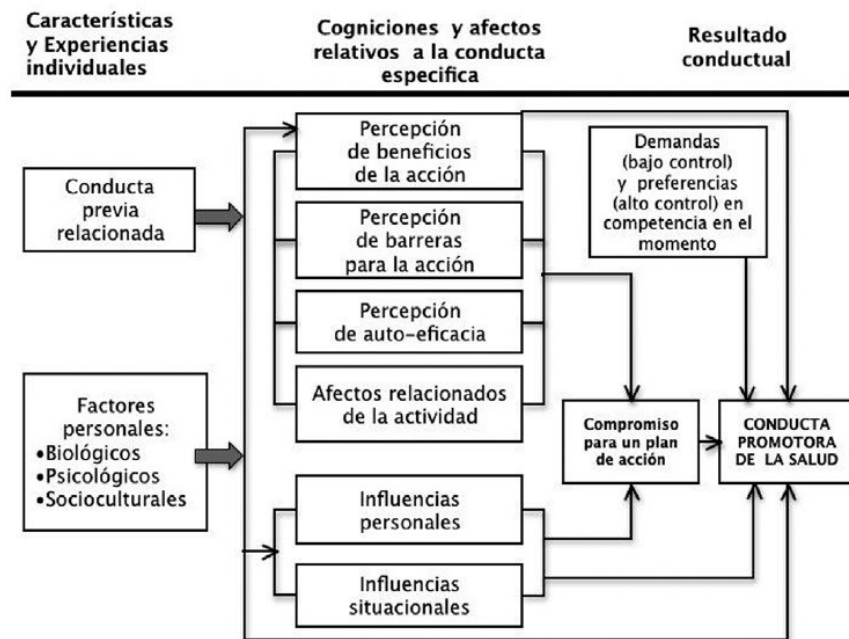
2.2. Bases teóricas

Nola Pender, fue enfermera de vocación y autora del modelo de la promoción de la salud, dio a conocer la conducta y acciones de la persona que se encuentra impulsada por las ansias de lograr alcanzar la mejoría y el bienestar del ser humano, por lo que el modelo se basó en dar solución a las personas en los factores que se consideren determinantes de la salud para tomar decisiones oportunas en el cuidado integral de la salud de las personas, además Pender busco educar para vivir saludable, como también se basó en los factores que rodean al individuo y así puedan tomar acciones para mantener su salud ya sea física como mental (25).

El modelo Nola Pender revela sus fortalezas y experiencias cada persona, así como los saberes y apego específico de la conducta de cada persona, que muestra un comportamiento saludable, toda esta perspectiva, el teórico integra esto porque las prácticas previas pueden tener un impacto directo e impacto indirecto en las tasas de cumplimiento de factores de estilo de vida y salud. Individuo, definido como biológico, psicológico y sociocultural, que el cumplimiento de este método lo predice y determina la naturaleza. Considere el propósito del comportamiento. Modelo de promoción de la salud pender, busca la educación en la esencia multidisciplinaria de la persona que tiene interacción con el medio ambiente, se esfuerzan por el bienestar del medio ambiente para la salud, basado en su propia experiencia, conocimiento y comportamiento con respecto al estilo de salud que estás intentando lograr (26).

A continuación, se detallan los conceptos que Nola Pender utiliza y relaciona en el Modelo de promoción de la salud. Sobre cualidades y experiencia los efectos sobre la salud incluyen comportamientos pasados factores personales.

Modelo de promoción de la salud



El Modelo de Promoción de la Salud se expone de forma relativamente aspectos esenciales los cuales forman parte de la intervención en la mejora y modificación de las acciones o conductas del individuo en cuanto a su salud, este modelo forma parte de unos amplios factores sumamente esenciales, estos intervienen en la modificación de la conducta de las personas. Como primero menciona la gran importancia de los procesos cognitivos en la mejorar a al cambio de acciones o conducta de las personas y a la incorporación hacia el conocimiento y aprendizaje que permita actuar con acciones buenas para su salud, además los factores psicológicos influyen también en cuanto a los comportamientos de las personas ya que dependerá el ámbito con las que se rodea o las personas que están en su círculo social para poder mantener su estado mental y físico (27).

En el segundo sustento teórico, dio conocer las acciones y conductas del individuo, lo cual es considerado el componente motivacional esencial para el logro en optar buenos cambios y conductas para beneficio de la salud, ya que este es el objetivo del gozo de una vida sana además, dicho modelo expone las características y experiencias de la persona por lo que cada individuo al optar sus propios valores y logre impulsar sus logros con el propósito de seguir contribuyendo en sus logros y sea más fácil llevar las acciones que ayudan a su salud para beneficio de sí mismo (28).

En cuanto al tercer concepto se basa en la auto eficacia de la persona lo le permite

llegar a contribuir en su salud, este es uno de los conceptos de gran importancia del modelo presentado ya que menciona la percepción de la calidad y competencias de uno mismo para así logre ejecutar conductas que forman probabilidad de compromiso de acción, también la acción por buenas conductas, así mismo se relaciona con el compromiso de la toma conciencia sobre la salud, en cuanto a sus emociones, reacciones con el fin de evitar actos negativos, de lo contrario se requiere positividad para favorecer la salud (29).

Los metaparadigmas de la teorista Nola Pender nos habla de los posibles determinantes de la salud que se encuentren afectando, por ello se basó en la persona que vendría a ser el primer centro de atracción, el entorno es la interacción en la que se encuentra la persona, es llamado también el ambiente en el que se rodea y enfermería que se encarga en la prevención de agentes infecciosos y otras enfermedades que está expuesto la persona (30).

Salud: Se denominan condiciones humanas, positivas o negativas, es decir, las condiciones que permiten a una persona funcionar, desarrollarse y disfrutar de una salud física, mental y ambiental beneficiosa para la sociedad. Las personas de nuestro entorno se convierten en testigos de la aparición de patologías, condiciones y estado de salud de una determinada persona (31).

Persona: Es la persona única definida por su propio patrón cognitivo-perceptual y sus variables. (32).

Entorno: Es la representación de la interacción de los factores cognitivos perceptuales que influyen en la conducta promotora de la salud (33).

Enfermería: Durante los últimos años, la responsabilidad del personal de salud constituye como principal agente encargada de motivar a los usuarios para mantener su salud personal (34).

Modelo de promoción de la salud

Este modelo sirve para identificar conceptos centrales de comportamiento que promueve la salud e integrar la investigación de una manera que facilite el desarrollo de hipótesis comprobables para la modificación del comportamiento (35).

En el paradigma de la promoción de la salud, se utiliza para determinar el comportamiento humano. Esta teoría se sigue perfeccionando para explicar los factores que influyen en el comportamiento de salud y también se basa en enseñar a las personas a cuidarse y llevar un estilo de vida saludable, desperdiciando así menos

recursos porque enferman menos personas y mejorará su salud (35).

Según este enfoque, pueden representarse mediante columnas que contienen las características y experiencias clave de cada individuo, incluidos comportamientos previos relacionados y factores de personalidad; el primer concepto se refiere a experiencias que pueden tener efectos directos e indirectos en el comportamiento de salud. El avance, posteriormente clasificado como factores biológicos, psicológicos y socioculturales, están estrechamente relacionados al considerar el comportamiento objetivo (36).

Teniendo en segunda línea los centrales del modelo que están relacionados con el modelo relacionado con el conocimiento específico y las consecuencias del comportamiento, a partir del primer concepto, representa el beneficio percibido de la acción, es decir, los resultados positivos obtenidos de los comportamientos de salud. , que trata sobre las barreras percibidas para la acción a medida que surgen como inconvenientes por parte de la misma persona que pueden obstaculizar la participación en la acción, la mediación y el comportamiento real (36).

El tercer concepto, la autoeficacia, es uno de los 16 conceptos muy importantes, porque aquí cuanto mayor se expresa la auto capacidad, mayor es la capacidad de participar en la acción y realizar el comportamiento real, lo que conduce a una disminución. barreras a una actividad de salud particular (37).

El cuarto concepto trata sobre el afecto relacionado con el comportamiento, es decir, reacciones y emociones que pueden ser favorables o desfavorables, donde el pensamiento positivo se considera negativo en relación con el comportamiento, el cuarto concepto El año trata sobre la influencia interpersonal, ya que es probable que las personas sientan involucradas. adoptar conductas promotoras de la salud, otras esperan a que se produzcan algunos cambios y finalmente tenemos el concepto de influencias situacionales en el entorno que pueden aumentar o disminuir la adherencia a las conductas que mejoran la salud (37).

Las dimensiones de los estilos de vida son las siguientes: alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés y apoyo

- **Dimensión de la alimentación:** Esta medición se basa en el conocimiento que una persona tiene de su dieta diaria, eligiendo los alimentos que considera importantes comer todos los días para mantener una buena salud y bienestar.
- **Dimensión de actividad de ejercicio:** Aspecto que permite a una persona realizar

actividades físicas o recreativas específicas que implican movimientos corporales ligeros o moderados, según la elección de la persona o las exigencias del entorno.

- **Dimensión de manejo de estrés:** El esfuerzo de una persona para poder controlar el estrés que ocurre en su vida debido a diversas condiciones.
- **Dimensión de Autorrealización:** Se basa en el desarrollo del yo interior, donde los adultos deben aceptarse a sí mismos y disfrutar plenamente de la etapa que atraviesan, pudiendo desarrollar libremente el gran potencial adquirido a lo largo de los años y sentirse satisfechos de sí mismos.
- **Dimensión Responsabilidad en Salud:** La obligación de cuidar de sí mismo y de su salud de tal forma que no suponga una amenaza para sí mismo, tener buena salud para gozar de buena salud, tener conocimientos básicos para saber elegir y elegir lo que más conviene y útil para nosotros.

En cuanto al estado nutricional implica analizar el estado de salud de los adultos, teniendo en cuenta su alimentación, dieta, estilo de vida diario, otros factores que causan daño o influyen en la vida y viene con otras influencias como todos aspectos de estilo de vida, factores socioeconómicos y políticos.

Evaluar el estado nutricional de los adultos mediante un método sencillo, mirar la composición corporal de una persona mayor y esto también es de gran importancia. Lo que dicen los adultos sobre su dieta, incluidas las medidas medir antropometría, hábitos alimentarios, pruebas e indicadores bioquímicos.

Medidas antropométricas: de cierta manera nos permite poder diferenciar la estructura corporal para así poder conocer cómo se va modificando su rendimiento.

Peso: se define como el volumen de la masa corporal de cada persona en la que se viene a evidenciar en kg. En la que va a variar mucho la edad, sexualidad y lo más principal el estilo de vida.

Talla: Esto se llama escala humana: se mide desde la planta del pie hasta el pie. Vértice. En los adultos, la altura se mide antropométricamente. tu cuerpo, porque es solo una referencia, porque son diferentes.

Índice de masa corporal (IMC): Este método permite identificar si la persona presenta delgadez y obesidad, utilizando los indicadores peso y la estatura al cuadrado por medio de su fórmula $IMC = \text{peso (kg)} / (\text{talla (m)})^2$.

Clasificación de índice de masa corporal (IMC):

Delgadez: Los adultos con un $IMC \geq 17$ se clasifican como nutricionalmente

magros. Esto sucede porque no estás comiendo adecuadamente, lo que significa que puedes sufrir. Desnutrición

Normal: Los adultos con un IMC ≥ 17 a $\geq 18,5$ se clasifican como un valor normal. normal y este es el IMC que todo el mundo debería tener en todo momento para conseguirlo el camino hacia una salud óptima.

Sobrepeso: Los adultos con un IMC $\geq 18,5$ a ≥ 25 se clasifican como mal nutridos. El sobrepeso, que representa una mal nutrición excesiva, se expresa a través de la mala alimentación con calorías constantemente y en grandes cantidades, siguiendo malos hábitos alimentarios.

Obesidad: Los adultos con un IMC ≥ 30 se clasifican como de valor nutricional. Obesidad por consumir demasiadas grasas, comida rápida, que aumentará el riesgo de enfermedades cardiovasculares y diabetes.

Bases conceptuales:

Estilos de vida: Se conoce como un conjunto de actividades de una persona determinada un grupo social o familia realiza cada día en función de sus conocimientos, las necesidades y oportunidades económicas están estrechamente relacionadas con el bienestar, considera que todo depende del comportamiento porque sucederá determinar si una persona se enfermará o permanecerá sana, y si se enferma, este papel será fundamental para la recuperación o la velocidad de recuperación. (38).

Estado nutricional: El estado nutricional es un factor muy importante que determina la salud de la persona, ya sea una deficiencia como resultado de una condición médica, los adultos son mucho más difíciles de determinar, por lo que se debe utilizar el criterio, es ampliamente conocido que, basándose en las mediciones del peso corporal y el índice de masa corporal que se mantiene una nutrición adecuada tiene consecuencias importantes ya que reduce el riesgo de enfermedades y así mantener una vida productiva (39).

2.3. Hipótesis

Hi: Si existe relación entre los estilos de vida y estado nutricional en adultos del asentamiento humano 10 de setiembre_Chimbote, 2024.

Ho: No existe relación entre los estilos de vida y estado nutricional en adultos del asentamiento humano 10 de setiembre_Chimbote, 2024.

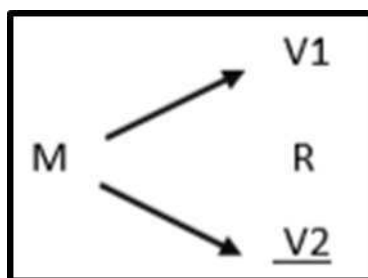
III. METODOLOGÍA

3.1. Nivel, Tipo y Diseño de Investigación

Nivel descriptivo: Se estudia las características principales de un determinado fenómeno, utilizando los criterios sistemáticos que permiten determinar el comportamiento o la estructura de la población que se estudió. (40)

Tipo cuantitativo: Es un método que se basa en la compilación y análisis de datos numéricos obtenidos de la construcción de instrumentos de medición. (41)

Diseño de la investigación correlacional no experimental: Son estudios que se realizaron sin la manipulación deliberada de la variable en los cuales solo se observan fenómenos en su ambiente natural, para analizarlos, es de doble casilla porque se realizó la comparación de las variables de estudio de la investigación. (42)



Donde:

M: Muestra.

V1: Estilos de vida. V2: Estado nutricional.

R: Coeficiente de correlación.

3.2. Población y Muestra

Población muestral: Se trabajó con 124 adultos que viven en el asentamiento humano 10 de setiembre.

Unidad de análisis: Cada adulto del asentamiento humano 10 de setiembre que cumple con los criterios de inclusión.

Criterios de inclusión

- Adultos que pertenecen al asentamiento humano 10 de setiembre.
- Adultos que viva más de 3 años en el asentamiento humano 10 de setiembre_Chimbote, 2024.
- Adultos de ambos sexos del asentamiento humano 10 de setiembre_Chimbote, 2024.

consentimiento informado.

Criterios de exclusión

- Adultos del asentamiento humano de 10 septiembre_Chimbote, 2024 que presentaron algún trastorno mental
- Adultos del asentamiento humano 10 de septiembre_Chimbote, 2024 que presentaron algún problema de comunicación.
- Adultos que no deseen participar voluntariamente

3.3. Operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	CATEGORIAS O VALORACIÓN
Variable 1:	En el estilo de vida el conjunto de conductas que una persona decide desarrollar en su vida diaria y aplicarlas en la práctica. Si eliges hábitos malos y nocivos, tu salud estará en riesgo de enfermedades		Estilo de vida saludable Estilo de vida no saludable	Nominal	75 a 100 puntos estilo de vida saludable 74 a menos puntos estilo de vida no saludables
Variable 2	Este resultado está relacionado con la necesidad del organismo de mantenerse vivo, activo, sano y, por tanto, con el gasto energético del organismo del ser humano.		Delgadez Normal Sobrepeso Obesidad	Nominal	Delgadez ($\geq 19 - 21$) Normal (> 23 y < 28) Sobrepeso (≥ 28 y < 32) Obesidad (< 32)

3.4. Técnicas e Instrumento de información

Técnicas

Se utilizó la encuesta y la observación, el cual consiste en instrumentos descriptivos que permiten identificar deseos, conceptos, etc. para recolectar información cuantitativa de un grupo específico de personas que tienen un rasgo similar.

Instrumento 1

Escala de estilos de vida

Instrumento elaborado en base al cuestionario de estilo de vida promotor de salud elaborado por cuyo autor Walker, Sechrist y Pender, y modificado por las investigadoras de línea de la escuela profesional de enfermería ULADECH Delgado, R; Reyna E y Díaz R. para fines de la presente investigación y poder medir el estilo de vida a través de sus dimensiones como son alimentación, actividad y ejercicios, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud. Está constituido por 25 ítems distribuidos de las siguientes dimensiones.

- Alimentación ítems 1: 2, 3, 4, 5, 6
- Actividad y ejercicio ítems 7, 8
- Manejo del estrés ítems 9, 10, 11, 12.
- Apoyo interpersonal ítems 13, 14, 15, 16; 29.
- Crecimiento Espiritual ítems 17, 18, 19.
- Responsabilidad en salud ítems 20, 22, 23, 24, 25.

La calificación del instrumento se realizó aplicando los criterios cualitativos y cuantitativos. NUNCA: N = 1 AVECES: V=2 FRECUENTEMENTE: F = 3 SIEMPRE: S = 4

Como puntaje máximo del instrumento debe ser de 100 y a su vez el puntaje mínimo de 25 puntos. Los puntajes como resultados para la escala total resultan del promedio de las diversas respuestas a los 25 ítems; de la misma manera, se procede en cada sub escala.

Puntaje máximo: 100 puntos 75 a 100 puntos saludable
74 a menos puntos no saludables.

Validez externa

Se constató la validez externa mediante el instrumento a cuatro expertos del área a investigar, que con su aporte y sugerencia otorgaron una mejor calidad y especificidad hacia los instrumentos.

Confiabilidad

Del total de 30 encuestas realizadas a nivel piloto para medir la confiabilidad del instrumento se obtuvo para la escala total un índice de confiabilidad Alfa de Cron Bach de 0.794, lo cual indica que la escala para medir el Estilo de Vida del adulto es confiable.

INSTRUMENTO 2

Tabla de valoración nutricional del adulto, es un instrumento elaborado por el centro Nacional de Alimentación y nutrición presenta la valoración nutricional según índice de masa corporal (IMC) de personas adultas. La tabla nos muestra la relación entre el peso, la talla, los valores límites del IMC y la clasificación respectiva. Destaca la importancia como instrumento para identificar individuos con baja peso o sobrepeso.

		CLASIFICACIÓN						
		PESOS (kg)						
		Delgadez			Normal	Sobrepeso	Obesidad	
IMC	III	II	I	Normal	Sobrepeso	I	II	III
Talla (m)	<16	≥16	≥17	≥18,5	≥25	≥30	≥35	≥40

Nota: Instituto Nacional de la Salud ([Tabla de valoración nutricional según IMC adultas/os \(ins.gob.pe\)](http://ins.gob.pe))

3.5. Método de análisis de datos

Los datos obtenidos de acuerdo con las herramientas utilizadas serán procesados utilizando el paquete SPSS versión 25 y Excel 2023, los datos se presentarán como tablas simples de múltiples entradas y luego de las tablas se elaborarán mapas individuales para cada tabla.

Asimismo, para establecer la relación entre las variables de estudio, se utilizó la prueba Chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de $p < 0.05$.

3.6 Aspectos éticos

El presente informe de investigación se realizó en base de aspectos éticos de reglamento de integridad científica V001 en la investigación, actualizado por el consejo Universitario con Resolución N° 0277- 2024-CU-ULADECH Católica, de fecha 14 de marzo. (43)

Respeto y protección de los derechos de los intervinientes: Su dignidad, privacidad y diversidad cultural.

Cuidado del medio ambiente: Respetando el entorno, protección de especies y preservación de la biodiversidad y naturaleza.

Libre participación por propia voluntad: Estar informado de los propósitos y finalidades de la investigación en la que participan de tal manera que se exprese de forma inequívoca su voluntad libre y específica.

Beneficencia, no maleficencia: Durante la investigación y con los hallazgos encontrados asegurando el bienestar de los participantes a través de la aplicación de los preceptos de no causar daño, reducir efectos adversos posibles y maximizar los beneficios.

Integridad y honestidad: Que permita la objetividad imparcialidad y transparencia en la difusión responsable de la investigación.

Justicia: a través de un juicio razonable y ponderable que permita la toma de precauciones y limite los sesgos, así también, el trato equitativo con todos los participantes.

IV. RESULTADOS

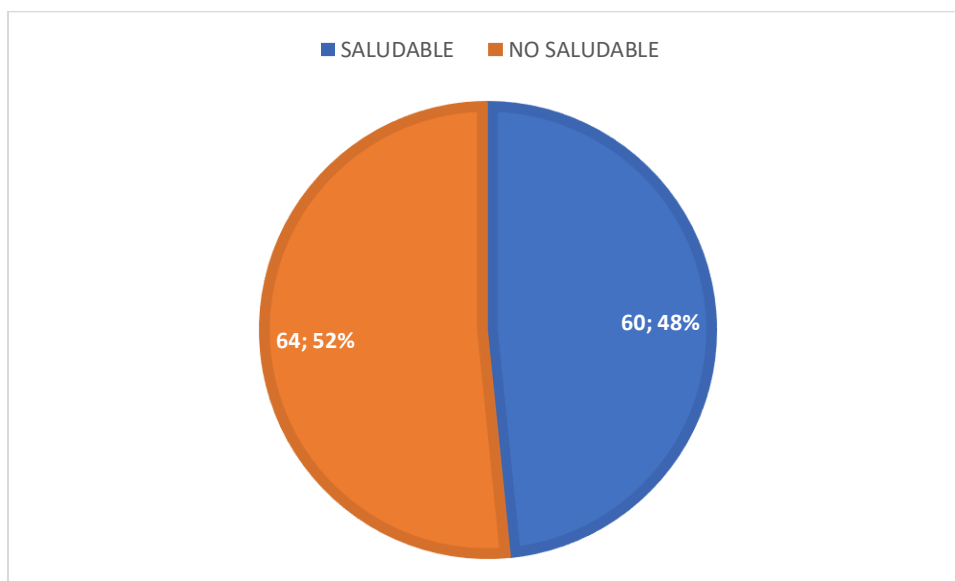
TABLA 2
ESTILO DE VIDA EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 10 DE SETIEMBRE_CHIMBOTE, 2024

Estilo de vida	Frecuencia	Porcentaje
Saludable	60	48,0
No saludable	64	52,0
Total	124	100,0

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. A. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 10 de setiembre_Chimbote 2024.

FIGURA DE TABLA 2

FIGURA 1: ESTILO DE VIDA EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 10 DE SETIEMBRE_CHIMBOTE, 2024



Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. A. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 10 de setiembre_Chimbote 2024.

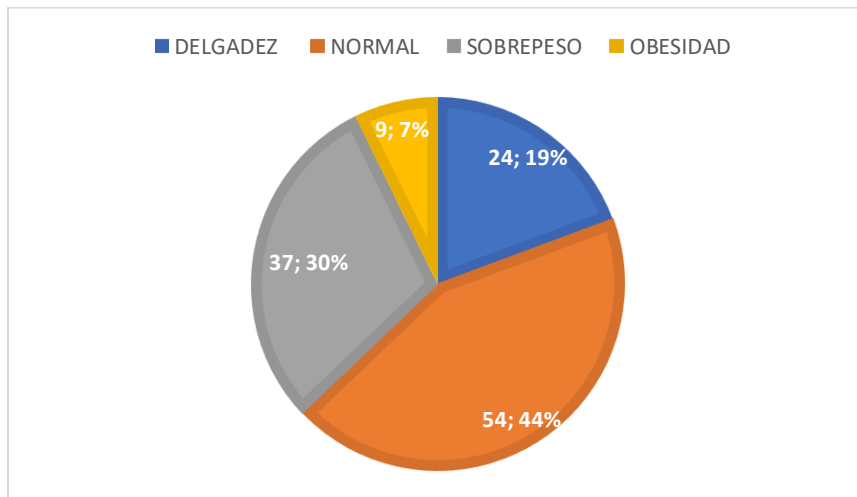
TABLA 3
ESTADO NUTRICIONAL EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 10 DE
SETIEMBRE_CHIMBOTE, 2024

Estado nutricional	Frecuencia	Porcentaje
Delgadez	24	19,0
Normal	54	44,0
Sobrepeso	37	30,0
Obesidad	9	7,0
Total	124	100,0

Fuente: Tabla de valoración nutricional del adulto, según su (IMC). Aprobada mediante la Resolución Ministerial N°240-2014- MINSA. Aplicada en adultos del Asentamiento Humano 10 de setiembre_Chimbote 2024.

FIGURA 3

FIGURA 2: ESTADO NUTRICIONAL EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 10
DE SETIEMBRE_CHIMBOTE, 2024



Fuente: Tabla de valoración nutricional del adulto, según su (IMC). Aprobada mediante la Resolución Ministerial N°240-2014- MINSA. Aplicada en adultos del Asentamiento Humano 10 de setiembre_Chimbote 2024.

TABLA 4

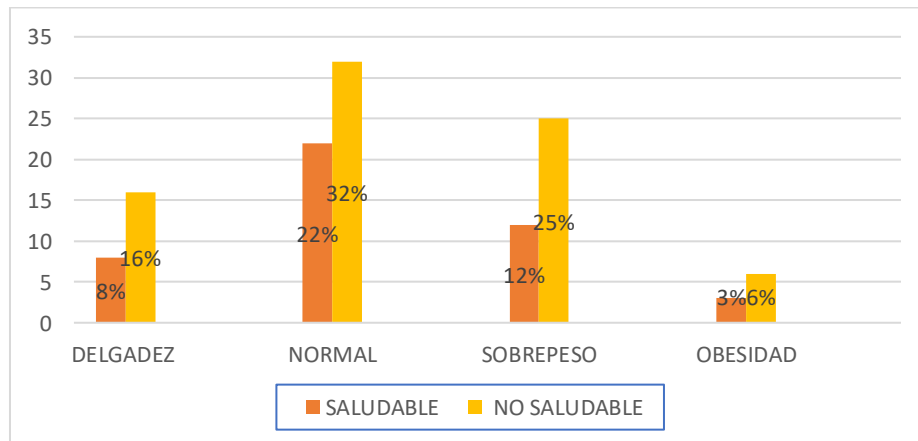
RELACIÓN ENTRE EL ESTILO DE VIDA Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 10 DE SETIEMBRE _CHIMBOTE, 2024

Estilo de Vida	Estado Nutricional								Total		X ² :3.975 gl:2 P:0,024 Si existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y el estado nutricional.
	Delgadez		Normal		Sobrepeso		Obesidad		n	%	
	n	%	n	%	n	%	n	%			
Saludable	8	4,2	22	18,5	12	8,5	3	3,5	60	48,0	
No saludable	16	8,3	32	23,9	25	18,3	6	7,2	64	52,0	
Total	24	12,5	54	42,4	37	26,8	9	8,7	124	100,0	

Fuente: Escala de estilo de vida elaborado por: Walker, Sechrist y Pender, y modificado por Delgado, R; Reyna E y Díaz R. tabla de valoración nutricional del adulto, según índice de masa corporal (IMC). Aprobada mediante la Resolución Ministerial N°240- 2014- MINSA. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 10 de Setiembre_Chimbote 2024

FIGURA 4

RELACIÓN ENTRE EL ESTILO DE VIDA Y EL ESTADO NUTRICIONAL EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 10 DE SETIEMBRE _CHIMBOTE, 2024



Fuente: Escala de estilo de vida elaborado por: Walker, Sechrist y Pender, y modificado por Delgado, R; Reyna E y Díaz R. tabla de valoración nutricional del adulto, según índice de masa corporal (IMC). Aprobada mediante la Resolución Ministerial N°240- 2014- MINSA. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 10 de setiembre_Chimbote 2024.

V. DISCUSIÓN

TABLA 2: El 48% (60), tienen estilo de vida saludable, y el 52% (64), estilos de vida no saludable.

Al obtener los resultados en la investigación observamos que la mayoría presenta estilo de vida no saludable y un porcentaje considerable presenta un estilo de vida saludable.

En los resultados más de la mitad en adultos tienen el estilo de vida no saludable difiere al estudio de Rodríguez L, (44). En su investigación sobre los estilos de vida y estado nutricional de los adultos del pueblo joven San Pedro Chimbote, 2023. Teniendo el siguiente resultado que el 92,2% tienen un estilo de vida no saludable y el 7,8% estilo de vida no saludable. Si vemos otras realidades también encontramos que existen estudios que difieren al estudio de Ramírez R (45). En su estudio sobre los estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la comunidad de Huacran_Anta_Ancash, 2023. Donde se llegó a los siguientes resultados que el 60,8% no están saludables y teniendo un porcentaje del 39,2% que están saludables.

Por otro lado, los datos obtenidos difieren con los resultados de Toledo B (46). En su estudio sobre los estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto en la urbanización Vista Alegre-Áncash, 2023". Donde se llegó a los siguientes resultados que el 76% de estos adultos tienen estilo de vida no saludable, y el 24% estilos de vida saludable.

El estilo de vida se define a través de los patrones de conducta en cuanto a la salud y que elige el individuo, teniendo en cuenta las oportunidades de su entorno y la disponibilidad de lo necesario para que el ser humano pueda vivir el estilo de vida elegido, de acuerdo a la Organización Mundial de la Salud, el estilo de vida se encuentra basado en la interrelación de las condiciones ofrecidas por la vida en dependencia de los patrones de conducta individuales que a su vez son determinados por factores socioculturales y características personales (47).

Esta investigación muestra que la mayoría de los adultos participan en alguna actividad a menudo, la mayor parte del tiempo se dedica a la agricultura y la situación está mejorando. actividad corporal y por lo tanto ayuda a reducir la ingesta de calorías porque las mujeres se dedican a las tareas del hogar, al cuidado de los niños y al trabajo

ocasional ayudan en la agricultura y por tanto se convierten en una tarea muy difícil para los hombres como no tienen tiempo, dicen que no pueden dormir, lo que también afecta su salud una buena actividad física mejora la función de los sistemas respiratorio y cardiovascular (48).

Respecto a la dimensión de manejo de estrés los adultos refieren tener la sensación de tensión que surge debido a diversas situaciones, tanto en el ámbito familiar como en el ámbito social, se sienten incapaz de afrontar las diferentes situaciones y esto es perjudicial para la salud. Para afrontar este problema de salud, se recomiendan reducir el estrés a través de actividades, físicas y descansar lo suficiente porque el estrés es un factor que causa enfermedades cardiovasculares (49).

En cuanto a la dimensión de relación interpersonal los adultos refiere no experimentar un apoyo saludable, la mayoría prefiere aislarse y enfrentar sus problemas por sí mismo, expresan no gozar de buenas amistades y en cuanto a lo familiar hay mucho ambiente de tensión debido a los malos entendidos, reciben poca atención porque, lamentablemente, la tecnología no forma parte de ellos y adaptarse a los cambios les resulta algo complicado, tienen dificultades para adaptarse a las realidades de los demás, lo que los deprime. La mayoría no utiliza programas sociales que fomenten la recreación para hacer amigos o entrar en contacto social.

En cuanto a la dimensión de autorrealización la mayoría de los adultos no se sienten satisfechos con lo que han logrado en la vida, porque han encontrado muchos obstáculos en su camino, y no tienen medios económicos ni accesibles para conseguir una estabilidad cómoda, la mayoría tienen trabajos independientes o temporales, y algunos de ellos se dedican a sus familias, mientras que el factor Economía también determina tener un estilo de vida bueno y saludable.

En la dimensión de responsabilidad en salud los adultos se ven poco esfuerzo respecto al cuidado de la salud pues la mayoría no considera prioridad su salud, siguen pegadas a ideas viejas como no acudir al médico porque solo es desperdiciar tiempo y dinero otros se aferran a la medicina alternativa creyendo solo en la curación a base de hierva o plantas por otro lado algunos refieren no acudir al centro de salud porque no encuentran lo necesario y por la distancia se les dificulta acudir al hospital (50).

Entonces en el presente estudio podemos ver que la mayoría de los adultos llevan un estilo de vida poco saludable, esto se debe a la falta de cuidado de cada adulto, No se preocupan por su alimentación y no les importa su salud sólo porque acuden al centro médico cuando su estado está en riesgo o es crítico (51).

Teniendo como limitaciones esto debe ser acordado por todo el grupo centros sanitarios para la realización de diversas actividades publicitarias y promocionales prevención de la salud, enseñando a los adultos el significado de estilo de vida y consumo saludable Comer 3-4 veces al día, mejorar el tiempo de descanso y evitar el consumo refrescos y alcohol. Donde la participación en equipo también es importante concientizar a las personas adultas sobre el estilo de vida que llevan porque de ello depende la sostenibilidad de una buena calidad de vida y requieren que los profesionales de la salud examinen los problemas del estilo de vida saludable con más detalle, hacer seguimiento adecuados para cada adulto previniendo que causan enfermedades y problemas de salud en el adulto (52).

TABLA 3: El 19% (24) tienen delgadez, el 44% (54), tienen estado nutricional normal, el 30% (37), sobrepeso, el 7% (99) obesidad.

Estos resultados obtenidos son similares con los resultados encontrados por Talavera W, (53). En su investigación del estilo de vida y estado nutricional en el adulto con hipertensión arterial atendido en el centro de salud - San Jacinto, 2023. Teniendo como resultado que un 46,5% tienen un estado nutricional normal, un porcentaje considerado de 24,7% sobrepeso, y un menor porcentaje de 16,9% tienen delgadez y obesidad. Por otro lado, los datos obtenidos difieren con los resultados de Sotelo L (54). En su investigación estilos de vida y estado nutricional de los adultos mayores del caserío de Mishqui distrito de Tinco - Carhuaz, 2020". Donde se encontró como resultado el 47,61% tienen sobrepeso, un porcentaje considerable 31,43% delgadez, y una minoría de 10,48% tienen obesidad y normal. Estos resultados obtenidos son similares con los resultados encontrados por Alcalde A, (55). En su investigación estilo de vida relacionado al estado nutricional en el adulto mayor, pueblo joven "César Vallejo"- Chimbote, 2021. Quien encontró al adulto con 66% en riesgo de malnutrición y el 19% en estado de nutrición satisfactorio.

Esta investigación los adultos del asentamiento humano 10 de setiembre donde, consumen alimentos bajos en proteína, al día con una pequeña cantidad de alimentos saludable, los miembros de la familia prefieren consumir más carbohidratos y, independientemente de las vitaminas y proteínas, no comen mucha carne y algunos padecen muchas enfermedades diferentes, debido a la agricultura y caminan unos pasos hasta llegar a su casa, algunos dicen no se hidratan adecuadamente, optan por consumir bebidas alcohólicas y gaseosas, según manifiesto que el sabor era único ya que los adultos en esta etapa no tienen conocimientos sobre alimentación saludable y así crear una alimentación inadecuada.

El sobrepeso y la obesidad según el MINSA se deben a demasiada acumulación de grasa, considerando la causa más común de sufrir enfermedades cardiovasculares, donde los alimentos tienen ricos en carbohidratos y grasas son los suministros que predominan los estilos de vida de los adultos (56).

Los adultos del asentamiento humano 10 de setiembre se encontró un porcentaje considerable de adultos que padece con obesidad y sobrepeso en lo que respecta a la alimentación lo hacen con carbohidratos y grasas saturadas, realizan poca actividad física, la familia no cuida la nutrición del adulto, no están interesados en cambiar de una dieta alta en calorías a una dieta equilibrada con nutrientes, estos adultos informaron que es mejor no hacer ejercicio, consumir alcohol, consumir alimentos con abundante calorías, porque será fácil comprar un producto que no sea muy caro y eso es el punto que aumenta el régimen de problemas cardiovasculares.

Según la Investigación realizada en adultos del asentamiento humano 10 de setiembre la muestra menos de la mitad tiene un estado nutricional adecuado y podemos decir que la nutrición en adulto es adecuada porque se alimenta saludable, las mujeres sociales dijeron que tenían suficiente comida, tanto en cantidad como en contenido. La calidad permite un consumo razonable, gracias al cual los adultos se sientan satisfechos.

Las limitaciones de los resultados se coordina con el personal de cada establecimiento de salud, sean responsables para realizar diferentes actividades para el adultos, se desarrolla diversos programas educativos lo cual se utiliza actividades de aprendizaje para promover conductas beneficiosas de nutrición, factores que afectan la salud, la distribución y participación de los adultos en cuanto al consumo de frutas y

verduras, excluidas las bebidas alcohólicas y las grasas saturadas, disfrutar el agua durante todo el día y así mejorar la hidratación al cuerpo, porque es responsabilidad de toda la población y el personal de salud, permite el seguimiento de los adultos para mantener un buen estado nutricional, lo que significa que la población no es susceptible a ninguna.

TABLA 4

Mediante el análisis del Chi cuadrado, en relación del estilo de vida y el estado nutricional de los adultos del Asentamiento Humano 10 de setiembre, se observó que X^2 : 3,975, GL: 2, P: 0,024 <0,05, teniendo relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y el estado nutricional, indicando que los estilos de vida del adulto en relación a su alimentación, recreación, manejo del estrés, actividad y ejercicio, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud si van a determinar su estado nutricional.

Los resultados de nuestro estudio son similares a Zorrilla K, (57). Como título Estilos de vida y su relación con el estado nutricional del personal administrativo del hospital de Barranca, 2021. Cuyo resultado es que si existe relación entre el estilo de vida y estado nutricional con un valor de $p=0.00$. Similar estudio al de Guerrero H, (58). Titulada “Estilo de vida y estado nutricional del adulto mayor, centro poblado de Atipayán - Independencia - Huaraz, 2020”. Resultados fueron al realizar la prueba del chi cuadrado se pudo encontrar que si existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y estado nutricional. Los resultados de nuestro estudio se asemejan a Ibañez B, (59). En su investigación Estilo de vida y estado nutricional del adulto mayor, Barrio de los Olivos distrito Independencia - Huaraz, 2020. Teniendo como conclusión que no existe relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y el estado nutricional.

Los resultados reflejan una persona adulta con un estilo de vida poco saludable, pero con una dieta normal y bajos índices de delgadez, sobrepeso y obesidad, los resultados aún superan el estado normal de un estilo de vida poco saludable. Se ha demostrado que sí existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y el estado nutricional.

Se evidencia que la mayoría de estos adultos tienen estado nutricional normal, pero a la vez llevan estilos de vida no saludable, para tener una alimentación equilibrada, una dieta saludable es importante prevenir factores de riesgo que se relacionan con la dieta, previniendo el sobrepeso, la obesidad y las enfermedades no transmisibles. Una buena alimentación permite que el cerebro del humano funcione de forma óptima, para tener una dieta saludable no sólo los ayudará a mantenerlos sanos, sino también les dará una mente más productiva y resolutive.

También se observa que los adultos tienen estilos de vida saludable, pero a la vez tienen delgadez, ya que existen diversos factores de riesgo que afectan a su salud, poniendo su sistema inmune alterado, Es por ello que la mala alimentación afecta los riesgos para la salud, incluso si el adulto es delgado, una dieta rica en grasas saturadas y proteínas lácteas, carnes rojas y procesadas, sodio y carbohidratos refinados, como los que se encuentran en los refrescos, los productos horneados y otros alimentos, puede aumentar su riesgo de padecer muchas enfermedades.

Por otro lado, también se observa a una cierta cantidad de adultos, presentan sobrepeso y obesidad, por lo cual existen muchos factores de riesgo, algunos son factores individuales como el conocimiento, las habilidades y el comportamiento, Otros se pueden encontrar en el lugar de trabajo, además los riesgos pueden verse influidos por la industria alimentaria y las prácticas de marketing y las normas y valores sociales y culturales. La falta de equilibrio energético hace que el cuerpo, almacene grasa que logre usarse para futuro, y a la vez existe riesgo de tener obesidad determinando la cantidad de alimentos que ingieren los adultos.

Se menciona los comportamientos de la salud, dirigido por Nola Pender, ya que su modelo este sujeto a promover conductas saludables, por lo cual se diseña mejorar la salud del ser humano. El modelo fue creado como una propuesta para vincular la enfermería y las ciencias del comportamiento, para identificar factores que influyen en el comportamiento saludable y como guía para estudiar el complejo proceso biopsicosocial que motiva a los adultos a adoptar comportamientos que promuevan la salud, lo cual define las actividades para desarrollar recursos que mantienen o mejoran el bienestar humano (60).

Finalmente se sostiene que es necesario el involucramiento de las autoridades y trabajadores de la salud para asegurar la educación de los responsables de la familia en general sobre nutrición y por otras estrategias conjuntas en campañas o programas encaminados a mejorar la salud, así como el manejo y control familiar en enfermedades que padecen.

IV. CONCLUSIONES

- Mas de la mitad tiene un estilo de vida no saludable.
- Menos de la mitad tienen estado nutricional normal, y un porcentaje considerable sobrepeso y delgadez y un mínimo porcentaje obesidad
- Realizar la prueba del chi cuadrado, entre el estilo de vida y estado nutricional se encontró que si existe la relación estadísticamente significativa

V. RECOMENDACIONES

- Informar los resultados de esta investigación a las autoridades locales, para que, a través de su organización comunal, coordinen con los representantes del Ministerio de Salud de la zona, para que, a través de Promoción de la Salud, el profesional de enfermería, efectivice el asesoramiento acerca del cuidado nutricional y lo importante de llevar un estilo de vida saludable.
- Se recomienda a los profesionales de la salud, el conjunto de rasgos minimiza esta problemática, para que promuevan estrategias que logren el empoderamiento de la población acerca de la responsabilidad de su salud, desde un enfoque integral, en donde el personal de enfermería brinde las herramientas necesarias para lograr el interés de la población hacia un estilo de vida saludable y estado nutricional adecuado, sobre todo en la población adulta.
- Seguir realizando más estudios, a los investigadores para que se promuevan investigaciones multidisciplinarias que complementen los datos estadísticos encontrados en este estudio, que permita tener un panorama integral de esta problemática y permita ver luces de alternativas de solución integrales que conlleven hacia estilos de vida saludables y estado nutricional adecuado en la población adulta.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Rolleat. Cambios en el estilo de vida y concepto según la OMS. [Internet] 2021 [Citado 06 de agosto, 2022]. Disponible en: <https://rolleat.com/es/estilo-de-vida/>
2. Guzmán C., Maura M., Castro R. Estilos y calidad de vida de los adultos mayores de la comunidad Patuco, cantón Célica, en el periodo septiembre 2018 – agosto 2019 [Tesis para la obtención de título de licenciada en Enfermería] Ecuador: Universidad Nacional de Loja; 2019. Disponible en: <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/handle/123456789/22609>
3. Pérez C., Hervas G., Citores G., Aranceta Prevalence of obesity and associated cardiovascular risk factors in the Spanish population: the ENPE study Revista Española de Cardiología (English Edition), Volumen 75, Issue 3, marzo2022, Pagina 232- 241. [Internet] España 2022 [citado el 17 de octubre del 2023]Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0300893220307156>
4. Romero K, Sánchez B, Vega V, Salvent A, et al. Estado nutricional en adultos de población rural en un cantón de la sierra ecuatoriana. Rev. Ciencias de la salud [Internet]. 2020 [consultado 28 de octubre 2023]; 18 (1). Disponible: <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/revsalud/article/view/8748>
5. Tineo C, Andrea F. Estilo de vida y estado nutricional del adulto mayor. Cooperativa Huancaray, 2018. Universidad César Vallejo; 2018]; 18 (1). Disponible: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/18968>
6. Herrera A. El profesional de enfermería en la promoción de salud en el segundo nivel de atención. [Internet]. 2022 [Consultado el 25 de mayo 2022] 16 (1). Recuperado a partir de: <https://www.redalyc.org/journal/5728/572869632012/html/>
7. Zambrano R. y Rivero V. Estilos de vida de estudiantes: de carreras tecnológicas en el área de salud [Internet]. 2020 [Consultado el 24 de mayo 2022]. Disponible en:https://www.revistaavft.com/images/revistas/2020/avft_4_2020/11_estilo_vida.pdf
8. Campos R, Contreras R. Calidad de vida y estado nutricional en adultos mayores de la residencia Las Hermanitas de los Ancianos Desamparados Callao - 2023. Universidad César Vallejo; 2023.]. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/136421>
9. Rosales P, Marleich M. Implementación del programa de atención farmacéutica en

- pacientes hipertensos. Centro de salud Miraflores Alto_Chimbote, 2018. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2018.]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/3153>
10. Romero K, Sanchez B, Vega V, Salvent A, et al. Estado nutricional en adultos de población rural en un cantón de la sierra ecuatoriana. Rev. Ciencias de la salud [Internet]. 2020 [consultado 28 de Octubre 2023]; 18 (1). Disponible: <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/revsalud/article/view/8748>
 11. Rodríguez J. Estilo de vida y estado nutricional de adultos en la ciudad de Valencia: un enfoque multidimensional. Tesis. España: Universidad de Valencia, Ciencia de la salud; 2024. Report No.: <https://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/handle/20.500.11955/720>.
 12. López K, Jiménez A, Ortega A, Islas L, Gonzales O y Silva T. Cambios en el estilo de vida y estado nutricional durante el confinamiento del SARS-Cov-2. México. Un observacional. 2024. Disponible en: <https://renhyd.org/index.php/renhyd/article/view/1099/662>
 13. Brito L, Urquiza A, et al. Estilos de Vidas de los Adultos Mayores Residentes en Parroquias Rurales del Cantón Riobamba, Ecuador 2021. [Universidad Estatal de Bolívar] [visitado el 27 de marzo del 2021]. Recuperado a partir de: <https://enlace.ueb.edu.ec/index.php/enlaceuniversitario/article/view/163/247>
 14. Toapaxi J. Erika R, et al. Influencia del Estilo de Vida en el Estado de Salud de los Adultos Mayores del Sector la Unión, Provincia de Cotopaxi, Ecuador,2020. [Universidad Técnica de Ambato] [visitado el 30 abril del 2024]. Recuperado a partir de: <https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/enfi/article/view/966/896>
 15. Bernabel J. estilos de vida y estado nutricional por antropometría en taxistas de dos empresas, Lima 2020. [tesis para obtener título profesional] Universidad Nacional Mayor de San Marcos [consultado 28 de Octubre 2023]. Disponible en: <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/2872581>
 16. Urbina M. Estilos de vida y salud de los usuarios en el Centro del Adulto Mayor Essalud Guadalupe – 2019 [Tesis para optar el título de enfermería en internet]. Perú: Universidad Nacional de Trujillo; 2021 [Consultado 02 de junio 2022]. Recuperado a partir de: <https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/unitru/17901/urbina%20cruzado%20-%20ts.pdf?sequence=1&isallowed=y>
 17. García C. Estilo de vida y estado nutricional en adultos mayores de Lima: un estudio longitudinal. Tesis. Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú, Maestría; 2020.

Report No.: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/114217>.

18. Silvestre F. Caracterización de los estilos de vida de los adultos del Caserío de Mallquibamba - Carlos Fermín Fitzcarrald, 2019 [Grado académico de bachiller] ULADECH [consultado 30 de Octubre 2023]. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/27960>
19. Alfaro A, Ramírez Y. Estilo de vida y estado nutricional en los adultos mayores, del Asentamiento Humano 18 de marzo, Collique 2022. [tesis pregrado] Lima: Universidad Cesar Vallejo; 2022. [citado 09 de mayo del 2024] Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/114217/Alfaro_CAF-%2051%20Ramirez_MYK-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
20. Dongo M. Estilo de vida y estado nutricional del adulto mayor. Urbanización las brisas ii etapa _ Nuevo Chimbote, 2019 [Tesis para optar el título de enfermería en internet]. Perú: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2019 [Consultado 02 de junio 2022]. Recuperado a partir de: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/16356/adulto_estad_o_nutricional_dongo_morales_katherine_kenny.pdf?sequence=1&isallowed=y
21. Ascate A. estilo de vida relacionado al estado nutricional en el adulto mayor, pueblo joven “césar vallejo”-chimbote, 2021. tesis. chimbote: universidad católica los ángeles, facultad ciencias de la salud chimbote; 2021. Report No.: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/27127>.
22. Rodriguez L. Estilos de vida y estado nutricional de los adultos del pueblo joven san pedro_ Chimbote, 2023. [tesis para obtener título profesional] universidad católica los ángeles de Chimbote, [consultado 13 de abril 2023]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/36213/estado_nutricional_rodriguez_hernandez_liliana.pdf?sequence=1&isallowed=y
23. Rosales M, implementación del programa de atención farmacéutica en pacientes hipertensos. Centro de salud Miraflores alto _ Chimbote, 2018. [Internet] [Consultado 02 de junio 2022].recuperado a partir de: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3148/pacientes_hpertensos_rosales_palacios_marleich_marleny.pdf?sequence=1&isallowed=y
24. Carrión D. En su investigación titulada Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto joven. Asentamiento Humano Santa Rosa del Sur _ Nuevo Chimbote, 2020. [tesis para obtener título profesional] ULADECH [consultado 28 de Octubre 2023]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/16932_20

25. Camones P. Factores de riesgo y el estado nutricional en adultos, Puesto de Salud Aco – Ancash – 2020. [tesis para obtener título profesional] UCV [consultado 10 de Noviembre 2023]. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/57799>
26. Cardoso T y Galizzi M. “Calidad de vida en adultos mayores entre 70 a 85 años institucionalizados y no institucionalizados de la ciudad de Nogoyá, [Tesis en internet]. Argentina: Universidad Católica Argentina; 2019 [Consultado 12 de marzo 2024]. Recuperado a partir de: <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9721/1/calidad-vida-adultos-mayores-70.pdf>
27. Carranza R, et al. Efectividad de intervención basada en modelo de Nola Pender en promoción de estilos de vida saludables de universitarios peruanos [Internet]. 2019 [Consultado el 25 de mayo 2022]; 35 (4). Disponible en: <http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/2859/500>
28. Bayas Guerrero N, Campos Ortega E. Estilos de vida del Adulto Mayor con Hipertensión en el centro de salud de San Juan de Calderón en el periodo de Octubre 2016-febrero 2017. Tesis de pregrado. Quito; 2022. Disponible en: <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/10125>
29. Dongo M. Estilo de Vida y Estado Nutricional del Adulto Mayor. Urbanización Las Brisas Ii Etapa _ Nuevo Chimbote, 2019 [Tesis para optar el título de enfermería en internet]. Perú: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2019 [Consultado 02 de junio 2022]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/16356/adulto_estad_o_nutricional_dongo_morales_katherine_kenny.pdf?sequence=1&isallowed=y
30. Aristizábal, G. Blanco, M. Sánchez, A. Ostiguín, R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. [Internet] Enfermería Universitaria [Internet] Redalyc.org Pag (17-18): México. Publicada 86 el 4 de agosto del 2021 [Citado 20 de abril, 2024] Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=358741840003>
31. Herrera A. El profesional de enfermería en la promoción de salud en el segundo nivel de atención. [Internet]. 2022 [Consultado el 21 de abril 2023] 16 (1). Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/5728/572869632012/html/>
32. Pender N. Teorías de enfermería. Modelo de promoción de la salud. Junio, 2023. [Citado 20 de ³⁹ abril, 2024] Disponible en:

<https://teoriasenfermeras.blogspot.com/2013/06/teoria-de-la-enfermeria-modelo-de.html>

33. Herbas B, Rocha E. Metodología científica para la realización de investigaciones de mercado e investigaciones sociales cuantitativas. Revista perspectivas [Internet]. Cochabamba; [Consultado el 02 de septiembre de 2021]; 42: Disponible en: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1994-37332018000200006&lng=es&nrm=iso
34. Cáceres R, “Estilos y Calidad de Vida”. [revista digital en internet]. Buenos Aires. 2018. [citado 2022 marzo 2]. [alrededor 10 pantallas]. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd90/estilos.htm>
35. Castro N, García S. Principios éticos rectores de las investigaciones de tercer nivel o grado académico en Ciencias Médicas. Revista Cubana de Educación Médica [Internet]: Universidad de Guayaquil. Facultad de Ciencias Médicas. Ecuador; 2018 [Consultado el 20 de abril 2024]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/pdf/ems/v32n2/a26_1220.pdf
36. Guardia M, Ruvalcava J. La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria. Madrid, 2020. [Citado 11 de mayo, 2024]. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2529850X20200001001
37. Ramones E. Estilos de vida saludable: práctica social de hábitos alimentarios. Revista Digital de Postgrado [Internet]. [citado el 10 de mayo de 2024];8(2). Disponible en: <http://portal.amelica.org/ameli/journal/101/101676002/html/>
38. León J. determinantes de salud de los adultos del centro poblado de Huayawilca, distrito de Independencia – Huaraz, 2020. [citado el 17 de mayo de 2024]. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/16758>
39. Manrique M. Determinantes de salud de los adultos del Centro Poblado De Huamarín-Sector B- Huaraz, 2018 [Tesis para optar el título de Licenciada en Enfermería]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2018. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/3106?show=full>
40. Mena G. Determinantes de la salud en la persona adulta en la urbanización popular vencedores 15 de abril – Sullana, 2018. [En línea] 02 de marzo de 2019. [Citado el: 16 de Mayo de 2024.] <http://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/1665318>
41. Herbas B, Rocha E. Metodología científica para la realización de investigaciones de mercado e investigaciones sociales cuantitativas. Revista perspectivas [Internet].

- Cochabamba; [Consultado el 02 de septiembre de 2021]; 42: Disponible en: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1994-37332018000200006&lng=es&nrm=iso
42. González E, Moreno G. Los determinantes sociales de la salud y sus diferentes modelos explicativos. [En línea] 2016. [Citado el: 10 de mayo de 2024.] <https://www.medigraphic.com/pdfs/infodir/ifd-2016/ifd1215d.pdf>.
 43. Universidad Católica Los Ángeles De Chimbote. Reglamento de integridad científica en la investigación versión 001 actualizado por Consejo Universitario con Resolución N° 0277-2024-CU-ULADECH católica [En línea] Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2023. [Citado 08 de abril, 2024]. Disponible en: [file:///C:/Users/Deysi/Downloads/Reglamento%20de%20Integridad%20Cient%20C3%20ADfca%20Versi%C3%B3n_001ultimo%20\(6\).pdf](file:///C:/Users/Deysi/Downloads/Reglamento%20de%20Integridad%20Cient%20C3%20ADfca%20Versi%C3%B3n_001ultimo%20(6).pdf)
 44. Rodríguez L. Estilos de vida y estado nutricional de los adultos del pueblo joven San Pedro Chimbote, 2023. [Citado el 30 de mayo del 2024]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2024. <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/36213>
 45. Ramírez R. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la comunidad de Huacran_Anta_Ancash, 2023. [Citado el 30 de mayo del 2024] Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2023. <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/33698>
 46. Toledo B. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto en la urbanización Vista Alegre-Áncash, 2023. [Citado el 30 de mayo del 2024]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2024. <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/35803>
 47. Estilo de vida. [citado el 31 de mayo de 2024]. Disponible en: https://www.um.es/innova/OCW/actividad_fisica_salud/contenidos/estilo_de_vida.html
 48. Gonzales M, definición de la dimensión Actividad Ejercicios. [Internet]. 2024. Disponible en: https://www.monografias.com/trabajos82/actividad-fisica-dimension-promover-salud/actividad-fisica-dimension-promover-salud#google_vignette
 49. Alimentación Saludable [Internet]. Clínica Alemana. [citado el 1 de junio de 2024]. Disponible en: <https://www.clinicaalemana.cl/centro-de-extension/material-educativo/alimentacion-saludable>

50. Actividad física [Internet]. Who.int. [citado el 1 de junio de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
51. Manejo del estrés [Internet]. Medlineplus.gov. [citado el 1 de junio de 2024]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001942.htm>
52. Quispe P. Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores que acuden al centro de salud san Antonio de Sonomoro 2022. [citado el 1 de junio de 2024]. Universidad Peruana del Centro; 2023. <https://repositorio.upecen.edu.pe/handle/20.500.14127/349?show=full>
53. Talavera W. Estilo de vida y estado nutricional en el adulto con hipertensión arterial atendido en el centro de salud - San Jacinto, 2023. [citado el 1 de junio de 2024]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2023. <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/35010>
54. Sotelo L. Estilos de vida y estado nutricional de los adultos mayores del caserío de Mishqui distrito de Tinco - Carhuaz, 2020. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2023. [citado el 1 de junio de 2024]. <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/33339>
55. Alcalde A. Estilo de vida relacionado al estado nutricional en el adulto mayor, pueblo joven “César Vallejo”- Chimbote, 2021. [citado el 1 de junio de 2024]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2022. <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/27127>
56. Ministerio de Salud. Valoración nutricional. Lima 2018. Disponible en: <http://spij.minjus.gob.pe/Graficos/Peru/2012/Marzo/17/RM-184-2012-MINSA.pdf>
57. Zorrilla K. Estilos de vida y su relación con el estado nutricional del personal administrativo del hospital de Barranca, 2021. [citado el 1 de junio de 2024]. Universidad nacional de Barranca, 2022. <https://repositorio.unab.edu.pe/handle/20.500.12935/125>
58. Guerrero H. Estilo de vida y estado nutricional del adulto mayor, centro poblado de Atipayán - Independencia - Huaraz, 2020. [citado el 3 de junio de 2024]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2023. <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/34041>
59. Ibañez B. Estilo de vida y estado nutricional del adulto mayor, Barrio de los Olivos distrito Independencia - Huaraz, 2020 [tesis pregrado]. Huaraz: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2020 [citado 09 de mayo del 2024]. Disponible en:

https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/34004/ESTILO_VID

60. Aristizábal G. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender: Una reflexión en torno a su comprensión. *Enferm. univ* [revista en la Internet]. 2023 dic [citado 2024 Jun 03]; 8(4): 16-23. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003&lng=es.

Anexo 01: Matriz de consistencia

FORMULACION DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE	METODOLOGIA
<p>¿Cuál es la relación entre el estilo de vida y estado nutricional en adultos del asentamiento humano 10 de septiembre _Chimbote, 2024?</p>	<p>Objetivo General: Determinar la relación en el estilo de vida y estado nutricional de los adultos del Asentamiento Humano 10 de septiembre _Chimbote, 2024.</p> <p>Objetivo Especifico: Identificar el estilo de vida de los adultos del Asentamiento Humano 10 de septiembre _Chimbote 2024. Identificar el estado nutricional de los adultos del Asentamiento Humano 10 de septiembre _Chimbote, 2024.</p>	<p>HI: Si existe relación entre los estilos de vida y estado nutricional en adultos del asentamiento humano 10 de setiembre_Chimbote, 2024.</p> <p>HO: No existe relación entre los estilos de vida y estado nutricional en adultos del asentamiento humano 10 de setiembre_Chimbote, 2024.</p>	<p>Variable 1 Estilo de vida</p> <p>Variable 2 Estado nutricional</p>	<p>Tipo: cuantitativo</p> <p>Nivel: Descriptivo, correlacional</p> <p>Diseño: No experimental</p> <p>Población muestral: Estará constituido por 124 adultos.</p> <p>Técnica: entrevista y observación.</p> <p>Instrumentos: -Escala de estilos de vida. -Tabla de valoración nutricional del adulto</p>

Anexo 02: Instrumento de recolección

ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

AUTOR: Walker, Sechrist, Pender

Modificado Por: Díaz R., Reyna E., Delgado R.

ÍTEMS	Criterios			
	N	V	F	S
ALIMENTACIÓN SALUDABLE				
1. Come Ud. tres veces al día: desayuno almuerzo y comida.				
2. Todos los días, Ud. consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos.				
3. Consume de 4 a 8 vasos de agua al día				
4. incluye entre comidas el consumo de frutas.				
5. escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales o químicos para conservar la comida.				
6. Lee Ud. las etiquetas de las comidas empaquetadas, enlatadas o conservas para identificar los ingredientes.				
ACTIVIDAD Y EJERCICIO	N	V	F	S
7. hace Ud., ejercicio por 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana.				
8. diariamente Ud. realiza actividades que incluyan el movimiento de todo su cuerpo.				
MANEJO DEL ESTRÉS	N	V	F	S
9. usted identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida.				
10. expresa sus sentimientos de tensión o preocupación.				
11. Ud. plantea alternativas de solución frente a la tensión o preocupación.				
12. realiza alguna de las siguientes actividades de relajación tales como: tomar siesta, pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de respiración.				
APOYO INTERPERSONAL	N	V	F	S
13. se relaciona con los demás.				

14. mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás.				
15. comenta sus deseos e inquietudes con las demás personas.				
16. cuando enfrenta situaciones difíciles recibe apoyo de los demás.				
CRECIMIENTO ESPIRITUAL	N	V	F	S
17. se encuentra satisfecho con lo que ha realizado durante su vida.				
18. se encuentra satisfecho con las actividades que actualmente realiza				
19. realiza actividades que fomenten su desarrollo personal.				
RESPONSABILIDAD EN SALUD	N	V	F	S
20. acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica.				
21. cuando presenta una molestia acude al establecimiento de salud.				
22. toma medicamentos solo prescritos por el médico.				
23. toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud.				
24. participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud.				
25. consume sustancias nocivas.: cigarro, alcohol y/o drogas				

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:

NUNCA: N = 1

A VECES: V = 2

FRECUENTEMENTE: F = 3

SIEMPRE: S = 4

El ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es, al contrario

N= 4 V=3 F=2 S=1

PUNTAJE MÁXIMO: 100 puntos

INSTRUMENTO 2

PERÚ Ministerio de Salud Instituto Nacional de Salud Centro Nacional de Alimentación y Nutrición

TABLA DE VALORACIÓN NUTRICIONAL SEGÚN IMC ADULTAS/OS

Talla (m)	IMC	CLASIFICACIÓN						
		PESOS (kg)						
		Delgadez			Normal	Sobrepeso	Obesidad	
	III	II	I	≥18,5	≥25	I	II	III
	<16	≥16	≥17	≥18,5	≥25	≥30	≥35	≥40

INSTRUCCIONES

- Ubique en la columna Talla, la talla del adulto (varón o mujer)
- Compare el peso del adulto con los valores de peso que aparecen en el recuadro y clasificar:

Peso	Clasificación
< al peso correspondiente al IMC 16	Delgadez III
≥ al peso correspondiente al IMC 16	Delgadez II
≥ al peso correspondiente al IMC 17	Delgadez I
≥ al peso correspondiente al IMC 18,5	Normal
≥ al peso correspondiente al IMC 25	Sobrepeso
≥ al peso correspondiente al IMC 30	Obesidad I
≥ al peso correspondiente al IMC 35	Obesidad II
≥ al peso correspondiente al IMC 40	Obesidad III

< : menor ≥: mayor o igual

Fuente: WHO, 2000. Obesity: Preventing and managing the global epidemic, Report of a WHO Consultation, (WHO Technical Report Series N° 894). OMS, 1995, El Estado Físico, Uso e Interpretación de la Antropometría, Comité Expertos de la OMS, Ginebra. (Serie de informes técnicos 854).

SIGNOS DE ALERTA

- Cuando el IMC de normalidad varía en ± 1,5 entre dos controles.
- Cuando el peso de la persona evaluada se aproxima a los valores de peso correspondiente a los límites de IMC Normal.
- Perímetro abdominal ≥ 80 cm en mujeres y ≥ 94 cm en varones
- Incremento o pérdida de peso mayor a 1 kg en dos semanas.
- Cambio de clasificación de IMC en sentido opuesto a la normalidad, por ejemplo: de delgadez I a delgadez II, de normal a sobrepeso o de sobrepeso a obesidad I.

Elaboración: Lic. Mariela Contreras Rojas. DEPRYDAN/CENAN. www.ins.gob.pe. Jr. Tizon y Buena 276. Jesús María. Teléfono: (611) 748-0000. 3. Edición 2012.

Talla (m)	IMC	CLASIFICACIÓN						
		PESOS (kg)						
		Delgadez			Normal	Sobrepeso	Obesidad	
	III	II	I	≥18,5	≥25	I	II	III
	<16	≥16	≥17	≥18,5	≥25	≥30	≥35	≥40
1,35		29,1	30,9	33,7	45,5	54,6	63,7	72,9
1,36		29,5	31,4	34,2	46,2	55,4	64,7	73,9
1,37		30,0	31,9	34,7	46,9	56,3	65,6	75,0
1,38		30,4	32,3	35,2	47,6	57,1	66,6	76,1
1,39		30,9	32,8	35,7	48,3	57,9	67,6	77,2
1,40		31,3	33,3	36,2	49,0	58,8	68,6	78,4
1,41		31,8	33,7	36,7	49,7	59,6	69,5	79,5
1,42		32,2	34,2	37,3	50,4	60,4	70,5	80,6
1,43		32,7	34,7	37,8	51,1	61,3	71,5	81,7
1,44		33,1	35,2	38,3	51,8	62,2	72,5	82,9
1,45		33,6	35,7	38,8	52,5	63,0	73,5	84,1
1,46		34,1	36,2	39,4	53,2	63,9	74,6	85,2
1,47		34,5	36,7	39,9	54,0	64,8	75,6	86,4
1,48		35,0	37,2	40,5	54,7	65,7	76,6	87,6
1,49		35,5	37,7	41,0	55,5	66,6	77,7	88,8
1,50		36,0	38,2	41,6	56,2	67,5	78,7	90,0
1,51		36,4	38,7	42,1	57,0	68,4	79,8	91,2
1,52		36,9	39,2	42,7	57,7	69,3	80,8	92,4
1,53		37,4	39,7	43,3	58,5	70,2	81,9	93,6
1,54		37,9	40,3	43,8	59,2	71,1	83,0	94,8
1,55		38,4	40,8	44,4	60,0	72,0	84,0	96,1
1,56		38,9	41,3	45,0	60,8	73,0	85,1	97,3
1,57		39,4	41,9	45,6	61,6	73,9	86,2	98,5
1,58		39,9	42,4	46,1	62,4	74,8	87,3	99,8
1,59		40,4	42,9	46,7	63,2	75,8	88,4	101,1
1,60		40,9	43,5	47,3	64,0	76,8	89,6	102,4
1,61		41,4	44,0	47,9	64,8	77,7	90,7	103,6
1,62		41,9	44,6	48,5	65,6	78,7	91,8	104,9
1,63		42,5	45,1	49,1	66,4	79,7	92,9	106,2
1,64		43,0	45,7	49,7	67,2	80,6	94,1	107,5
1,65		43,5	46,2	50,3	68,0	81,6	95,2	108,9
1,66		44,0	46,8	50,9	68,8	82,6	96,4	110,2
1,67		44,6	47,4	51,5	69,7	83,6	97,6	111,5
1,68		45,1	47,9	52,2	70,5	84,6	98,7	112,8
1,69		45,6	48,5	52,8	71,4	85,6	99,9	114,2
1,70		46,2	49,1	53,4	72,2	86,7	101,1	115,6
1,71		46,7	49,7	54,0	73,1	87,7	102,3	116,9
1,72		47,3	50,2	54,7	73,9	88,7	103,5	118,3
1,73		47,8	50,8	55,3	74,8	89,7	104,7	119,7
1,74		48,4	51,4	56,0	75,6	90,8	105,9	121,1
1,75		49,0	52,0	56,6	76,5	91,8	107,1	122,5
1,76		49,5	52,6	57,3	77,4	92,9	108,4	123,9
1,77		50,1	53,2	57,9	78,3	93,9	109,6	125,3
1,78		50,6	53,8	58,6	79,2	95,0	110,8	126,7
1,79		51,2	54,4	59,2	80,1	96,1	112,1	128,1
1,80		51,8	55,0	59,9	81,0	97,2	113,4	129,6
1,81		52,4	55,6	60,6	81,9	98,2	114,6	131,0
1,82		52,9	56,3	61,2	82,8	99,3	115,9	132,4
1,83		53,5	56,9	61,9	83,7	100,4	117,2	133,9
1,84		54,1	57,5	62,6	84,6	101,5	118,4	135,4
1,85		54,7	58,1	63,3	85,5	102,6	119,7	136,9
1,86		55,3	58,8	64,0	86,4	103,7	121,0	138,3
1,87		55,9	59,4	64,6	87,4	104,9	122,3	139,8
1,88		56,5	60,0	65,3	88,3	106,0	123,7	141,3
1,89		57,1	60,7	66,0	89,3	107,1	125,0	142,8
1,90		57,7	61,3	66,7	90,2	108,3	126,3	144,4
1,91		58,3	62,0	67,4	91,2	109,4	127,6	145,9
1,92		58,9	62,6	68,1	92,1	110,5	129,0	147,4
1,93		59,5	63,3	68,9	93,1	111,7	130,3	148,9
1,94		60,2	63,9	69,6	94,0	112,9	131,7	150,5
1,95		60,8	64,6	70,3	95,0	114,0	133,0	152,1
1,96		61,4	65,3	71,0	96,0	115,2	134,4	153,6
1,97		62,0	65,9	71,7	97,0	116,4	135,8	155,2
1,98		62,7	66,6	72,5	98,0	117,6	137,2	156,8

< : menor ≥: mayor o igual

* Valores de peso con un decimal sin redondear

Fuente: WHO, 2000. Obesity: Preventing and managing the global epidemic, Report of a WHO Consultation, (WHO Technical Report Series N° 894). OMS, 1995, El Estado Físico, Uso e Interpretación de la Antropometría, Comité Expertos de la OMS, Ginebra. (Serie de informes técnicos 854).

Anexo 03: Validez Del Instrumento

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

ESTILO DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 10 DE SETIEMBRE CHIMBOTE_ 2024

VALIDEZ INTERNA DE LA ESCALA ESTILO DE VIDA

Para la validez de la Escala del Estilo de Vida, se aplicó la fórmula R de Pearson en cada uno de los ítems; obteniéndose. Si $r > 0.20$ el instrumento es válido.

$$r = \frac{N\sum xy - \sum x \cdot \sum y}{\sqrt{N\sum x^2 - (\sum x)^2 \cdot N\sum y^2 - (\sum y)^2}}$$

(* Se creyó conveniente dejar ítems por su importancia en el estudio

Anexos 04: Consentimiento Informado



FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

ESTILO DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 10 DE SETIEMBRE CHIMBOTE_ 2024

Estimado/a participante

Le pedimos su apoyo en la realización de una investigación
conducida por Carranza Pajuelo Deysi

Que es parte de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

La investigación, denominada

Estilos de vida y estado nutricional en adultos del Asentamiento Humano 10 de setiembre
Chimbote_ 2024

- La entrevista durará aproximadamente 30 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:
deysicarranza746@gmail.com o al número 974568224

Complete la siguiente información en caso desee participar:

Fecha:

Nombre:

Firma del participante:

Firma del investigador (o encargado de recoger la información)



Chimbote, 24 de mayo del 2024

CARTA N° 000000817- 2024-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA

Señor/a:

**MARIANO MELGAREJO
PEREZ 10 DE SETIEMBRE**

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 ESTILO DE VIDA Y ESTADO NUTRICIONAL EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 10 DE SETIEMBRE_CHIMBOTE,2024, que involucra la recolección de información/datos en 124, a cargo de DEYSI MILAGROS CARRANZA PAJUELO, perteneciente a la Escuela Profesional de la Carrera Profesional de ENFERMERÍA, con DNI N° 73430663, durante el período de 11-05-2024 al 15-05-2024.

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.

Apellidos y nombre :
DNI. N° 32400377

Dr. Willy Valle Salvatierra
Coordinador de Gestión de Investigación