

DETERMINANTES DE LA SALUD DE LOS ADULTOS MADUROS DEL
MERCADO ‘‘MODELO’’- LA ESPERANZA, 2016.

DETERMINANTS OF THE HEALTH OF MATURE ADULTS OF THE MARKET "
MODELO "- LA ESPERANZA, 2016.

Autora: Yulissa Crist Rodríguez Mostacero

ORCID: 0000-0002-9153-3261

Asesora: Bielca Nereyda Díaz Zapata

ORCID: 0000-0003-0130-1203

RESUMEN

La presente investigación es de tipo descriptivo, nivel cuantitativo, de corte transversal con diseño de una sola casilla. Tuvo como objetivo general: Analizar los determinantes de la salud de los Adultos Maduros del Mercado ‘‘Modelo’’ - La Esperanza, 2016. La muestra fue de 130 adultos maduros. A quienes se les aplicó un cuestionario sobre Determinantes de la Salud, concluyendo en lo siguiente: Los determinantes del entorno biosocioeconómico la mayoría son adultas maduras, secundaria completa e incompleta, menos de la mitad tiene un ingreso económico de 1001 a 1400 soles y su ocupación es eventual. Tienen vivienda unifamiliar, propia, de material noble con habitaciones independientes, abastecimiento de agua intradomiciliaria y baño propio. Utilizan gas para cocinar, eliminan la basura en carro recolector que pasa a diario. Sobre los determinantes de estilos de vida la mayoría no fuman; consumen bebidas alcohólicas ocasionalmente; duermen de seis a ocho horas; se bañan diariamente; no se realizan examen médico; ni actividad física en tiempo libre, y consumen a diario frutas, carnes, carbohidratos, cereales, verduras, legumbres y refrescos con azúcar.

Con respecto a los determinantes de las redes sociales y comunitarias la mayoría no cuenta con apoyo social natural ni organizado; se atendieron en un hospital que está lejos; tienen SIS; el tiempo para su atención es regular y la calidad de la misma fue buena; la mayoría afirma que existe pandillaje cerca a su casa.

Palabras clave: Determinantes, salud, adultos maduros, estilos de vida.

ABSTRACT

The present investigation is of descriptive type, quantitative level, of cross section with design of a single box. Its general objective was: Analyze the health determinants of Mature Adults of the " Model " Market - La Esperanza, 2016. The sample was of 130 mature adults. To whom a questionnaire on Determinants of Health was applied, concluding in the following: The determinants of the biosocioeconomic environment are mostly mature adults, complete and incomplete secondary, less than half have an economic income of 1001 to 1400 soles and their occupation It is eventual. They have single-family housing, own, of noble material with independent rooms, intradomiciliary water supply and own bathroom. They use gas to cook, they eliminate the garbage in the collector car that passes every day. On the determinants of lifestyles most do not smoke; consume alcoholic beverages occasionally; they sleep for six to eight hours; they bathe daily; no medical examination is performed; nor physical activity in free time, and daily consume fruits, meats, carbohydrates, cereals, vegetables, legumes and soft drinks with sugar.

With regard to the determinants of social and community networks, most do not have natural or organized social support; they were treated in a hospital that is far away; they have SIS; the time for his attention is regular and the quality of it was good; the majority affirms that there is a gang near their house.

Keywords: Determinants, health, mature adults, lifestyles.

INTRODUCCIÓN

La salud es un derecho básico y fundamental de todo ser humano, es una condición importante para que toda persona según su etapa y género pueda alcanzar su bienestar y calidad de vida. Pero la buena salud no solo se enfoca al bienestar individual sino también al bienestar colectivo; porque resulta fundamental para el crecimiento económico sostenible de la sociedad (1).

A lo largo de la vida, el ser humano atravieza etapas como parte de su ciclo vital y en cualquiera de estas etapas, se expone a estar sano o a los riesgos de enfermar. Debido a esto, una de las etapas de vida de la persona es la edad adulta madura, que según la Organización Mundial de la Salud abarca el período de vida que comprende entre los 40 a 60 años (2).

En esta etapa, es cuando empiezan a aparecer las enfermedades no transmisibles debido a la suma de factores de riesgo que lo convierten en un estilo de vida inadecuado. Mas aún, si laboran en un mercado; lugar de trabajo que implica llevar una vida acelerada porque se trabaja la mayor parte del día, se descansa menos, la mayoría desayuna y almuerza fuera de casa, comen a deshoras. Además, se exponen a enfermedades infectocontagiosas como enfermedades gastrointestinales, infecciones respiratorias, enfermedades de la piel, dengue, tuberculosis, entre otros.

El desarrollo de la presente investigación orienta a que como profesionales de enfermería e investigadores en salud busquen el cambio en las personas y la adopción de estilos de vida saludables. Esto se logra a través de la educación sanitaria basada en el proceso de enseñanza y aprendizaje acerca de estilos de vida saludables. De esta manera, se prioriza el nivel de atención primaria en salud de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, porque facilita a que las personas tomen conciencia y se comprometan a tomar el control sobre su salud; identificando los factores de riesgo para cambiarlos y así reducir su impacto en la salud.

Finalmente, a través del presente estudio se abren nuevas puertas a seguir investigando en cuanto a salud. Además, motiva a que las autoridades se comprometan y se involucren más con la salud de la población, generando alianzas estratégicas con los

actores sociales en los diferentes escenarios donde se desenvuelve el ser humano, buscando la salud y bienestar de la persona, familia y comunidad.

Problema: ¿Cuáles son los Determinantes de la Salud de los Adultos Maduros del Mercado ‘‘Modelo’’- La Esperanza, 2016?

Objetivo general

–Analizar los Determinantes de la Salud de los Adultos Maduros del Mercado ‘‘Modelo’’- La Esperanza, 2016.

Objetivos específicos

–Enunciar los Determinantes de la Salud: Entorno Biosocioeconómico (sexo, grado de instrucción, ingreso económico y ocupación) y el entorno físico (vivienda, servicios básicos, saneamiento ambiental) de los Adultos Maduros del Mercado ‘‘Modelo’’- La Esperanza, 2016.

–Describir los Determinantes de la Salud: Estilos de vida: alimentos que consumen, hábitos personales (tabaquismo, alcoholismo, actividad física, horas de sueño, frecuencia del baño) de los Adultos Maduros del Mercado ‘‘Modelo’’- La Esperanza, 2016.

–Mencionar los Determinantes de la Salud: Redes sociales y comunitarias: apoyo social natural, organizado y el acceso a los servicios de salud de los Adultos Maduros del Mercado ‘‘Modelo’’- La Esperanza, 2016.

MATERIALES Y MÉTODOS

La presente investigación es de tipo descriptivo, nivel cuantitativo de corte transversal con diseño de una sola casilla. La población muestral constituida por 130 adultos maduros del Mercado ‘‘Modelo’’- La Esperanza, quienes cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión. Las técnicas para la recolección de datos fue la entrevista y la observación para la aplicación del Cuestionario sobre Determinantes de la Salud. Los datos obtenidos fueron ingresados a una base de datos de Microsoft Excel. Para el análisis de los datos se construyó tablas de distribución de frecuencias absolutas y relativas porcentuales. Así como sus gráficos estadísticos correspondientes.

RESULTADOS

Tabla 01

Determinantes de la Salud: Entorno Biosocioeconómico de los Adultos Maduros del Mercado "Modelo"- La Esperanza, 2016.

Sexo	n°	%
Masculino	36	27,7%
Femenino	94	72,3%
Total	130	100%
Grado de instrucción	n°	%
Sin instrucción	2	1,5%
Inicial/Primaria	30	23,1%
Secundaria completa / incompleta	85	65,4%
Superior no universitaria completa/incompleta	10	7,7%
Superior universitaria completa /incompleta	3	2,3%
Total	130	100%
Ingreso económico familiar	n°	%
Menor de 750 soles	35	27,0%
De 751 a 1000 soles	42	32,3%
De 1001 a 1400 soles	44	33,8%
De 1401 a 1800 soles	0	0,0%
De 1801 soles a más	9	6,9%
Total	130	100%
Ocupación	n°	%
Estable	37	28,5%
Eventual	82	63,1%
Sin ocupación	6	4,6%
Jubilado	5	3,8%
Estudiante	0	0,0%
Total	130	100%

Fuente: Cuestionario de Determinantes de la Salud de los Adultos Maduros del Mercado "Modelo"- La Esperanza, 2016 elaborado por la Ms. Vélchez Reyes Adriana, Directora de la presente línea de Investigación.

En la tabla 01, se observa que el 72,3% son de sexo femenino; el 65,4% tiene grado de instrucción de secundaria completa-incompleta; 33,8% tiene un ingreso económico familiar de 1001 a 1400 soles y el 63,1% tiene trabajo eventual.

Tabla 02**Determinantes de la Salud: Entorno Físico de la vivienda de los Adultos Maduros del Mercado "Modelo"- La Esperanza, 2016.**

Tipo de vivienda	n°	%
Unifamiliar	72	55,4%
Multifamiliar	55	42,3%
Vecindad, quinta	0	0,0%
Asentamiento Humano	3	2,3%
Otros	0	0,0%
Total	130	100%

Tenencia de vivienda	n°	%
Alquiler	11	8,5%
Cuidador/alojado	35	26,9%
Plan social (dan casa para vivir)	0	0,0%
Alquiler venta	3	2,3%
Propia	81	62,3%
Total	130	100%

Material del piso	n°	%
Tierra	13	10,0%
Entablado	0	0,0%
Loseta con vinílicos o sin vinílicos	16	12,3%
Láminas asfálticas	101	77,7%
Parquet	0	0,0%
Total	130	100%

Material del techo	n°	%
Madera, estera	5	3,8%
Adobe	9	7,0%
Estera y adobe	0	0,0%
Material noble (ladrillo y cemento)	96	73,8%
Eternit	20	15,4%
Total	130	100%

Material de las paredes	n°	%
Madera	3	2,3%
Adobe	29	22,3%
Estera y adobe	0	0,0%
Material noble (ladrillo y cemento)	98	75,4%
Total	130	100%

Continuación

Número de personas en una habitación	n°	%
Cuatro a más miembros	5	3,8%
Dos a tres miembros	38	29,2%
Independiente	87	67%
Total	130	100%
Abastecimiento de agua	n°	%
Acequia	0	0,0%
Cisterna	0	0,0%
Pozo	0	0,0%
Red pública	0	0,0%
Conexión domiciliaria	130	100,0%
Total	130	100%
Eliminación de excretas	n°	%
Aire libre	0	0,0%
Acequia, canal	0	0,0%
Letrina	0	0,0%
Baño público	0	0,0%
Baño propio	130	100,0%
Otros	0	0,0%
Total	130	100%
Combustible para cocinar	n°	%
Gas, Electricidad	130	100%
Leña, carbón	0	0,0%
Bosta	0	0,0%
Tuza (coronta de maíz)	0	0,0%
Carca de vaca	0	0,0%
Total	130	100%
Energía eléctrica	n°	%
Sin energía eléctrica	0	0,0%
Lámpara (no eléctrica)	0	0,0%
Grupo electrógeno	0	0,0%
Energía eléctrica temporal	4	3,1%
Energía eléctrica permanente	126	96,9%
Vela	0	0,0%
Total	130	100%
Disposición para la basura	n°	%
A campo abierto	0	0,0%
Al río	0	0,0%
En un pozo	0	0,0%
Carro recolector	130	100,0%
Total	130	100%
Frecuencia qué pasan recogiendo la basura	n°	%
Diariamente	84	64,6%
Todas las semanas, pero no diariamente	43	33,1%
Al menos 2 veces por semana	0	0,0%
Al menos 1 vez al mes, pero no todas las semanas	3	2,3%
Total	130	100%

Continuación

Lugar donde elimina su basura	n°	%
Carro recolector	123	94,6%
Campo limpio	0	0,0%
Contenedor específico de recogida	7	5,4%
Vertido al desagüe	0	0,0%
Otros	0	0,0%
Total	130	100%

Fuente: Cuestionario de Determinantes de la Salud de los Adultos Maduros del Mercado "Modelo" - La Esperanza, 2016 elaborado por la Mgtr. Vílchez Reyes Adriana, Directora de la presente línea de Investigación.

En la tabla 02, se observa que el 55,4% su vivienda es unifamiliar; 62,3% tiene casa propia; 77,7% el material del piso es de láminas asfálticas; 73,8% el material del techo es de material noble (ladrillo y cemento); 75,4% el material de las paredes es de material noble (ladrillo y cemento); 67% duermen en una habitación independiente; 100% tienen conexión domiciliar de agua, tienen baño propio, utilizan gas para cocinar y la disposición de la basura en carro de basura; 96,9% tiene energía eléctrica permanente; 64,6% la frecuencia que pasa el carro recolector de basura por su casa es diariamente; 94,6% eliminan su basura en carro recolector.

Tabla 03

Determinantes de la Salud: Estilos de Vida de los Adultos Maduros del Mercado "Modelo" - La Esperanza, 2016.

Fuma actualmente	n°	%
Si fumo, pero no diariamente	0	0.0%
Si fumo, diariamente	8	6.2%
No fumo actualmente, pero he fumado antes	25	19.2%
No fumo ni he fumado nunca de manera habitual	97	74.6%
Total	130	100.0%
Frecuencia de consumo de bebidas alcohólicas	n°	%
Diario	0	0.0%
Dos a tres veces por semana	0	0.0%
Una vez a la semana	5	3,9%
Una vez al mes	0	0.0%
Ocasionalmente	67	51.5%
No consumo	58	44,6%
Total	130	100%
Número de sueño	n°	%
Seis a ocho horas	124	95.4%
Ocho a diez horas	6	4.6%
Diez a doce horas	0	0.0%
Total	130	100%

Continuación

Frecuencia del baño	n°	%
Diariamente	99	76.2%
cuatro veces a la semana	31	23.8%
No se baña	0	0.0%
Total	130	100%
Examen médico periódico	n°	%
No	112	86.2%
Si	18	13.8%
Total	130	100%
Actividad física que realiza en su tiempo libre	n°	%
Caminar	37	28%
Deporte	5	3,8%
Gimnasia	2	1,5%
No realiza	86	66,2%
Total	130	100%
Dos últimas semanas, que actividad física realizó	n°	%
Caminar	37	28%
Deporte	5	3,8%
Gimnasia	2	1,5%
No realiza	86	66,2%
Total	130	100%

Continuación

Alimentos	Diario		3 o más veces a la semana		1 o 2 veces a la semana		Menos de una vez a la semana		Nunca o casi nunca		Total	
	n°	%	n°	%	n°	%	n°	%	n°	%	n°	%
Frutas	72	55%	42	32%	16	12%	0	0%	0	0%	130	100%
Carne (Pollo, res, cerdo, etc.)	62	48%	33	25%	24	18%	3	2%	8	6%	130	100%
Huevo	20	15%	55	42%	34	26%	21	16%	0	0%	130	100%
Pescado	8	6%	39	30%	46	35%	25	19%	12	9%	130	100%
Fideos, arroz y papa	51	39%	34	26%	24	18%	5	4%	16	12%	130	100%
Pan, cereales	98	75%	32	25%	0	0%	0	0%	0	0%	130	100%
Verduras y hortalizas	58	45%	52	40%	15	12%	3	2%	2	2%	130	100%
Legumbres	42	32%	34	26%	30	23%	0	0%	24	18%	130	100%

Embutidos y enlatados	0	0%	7	5%	14	11%	45	35%	64	49%	130	100%
Lácteos	20	15%	9	7%	47	36%	48	37%	6	5%	130	100%
Dulces, gaseosas	0	0%	29	22%	38	29%	34	26%	29	22%	130	100%
Refrescos con azúcar	38	29%	25	19%	20	15%	17	13%	30	23%	130	100%
Frituras	0	0%	17	13%	51	39%	34	26%	28	22%	130	100%

Fuente: Cuestionario de Determinantes de la Salud de los Adultos Maduros del Mercado "Modelo"- La Esperanza, 2016 elaborado por la Ms. Vilchez Reyes Adriana, Directora de la presente línea de Investigación.

En la tabla 3, se observa que el 74,6% refiere no fumar, ni haber fumado nunca de manera habitual; 51,5% la frecuencia de consumo de bebidas alcohólicas es ocasionalmente; 95,4% el número de horas que duerme es de seis a ocho horas; 76,2% la frecuencia con que se baña es diariamente; 86,2% no se realiza ningún examen médico periódico en un establecimiento de salud; 66,2% no realiza actividad física en su tiempo libre; 66,2% no realizó ninguna actividad física en las dos últimas semanas. Se observa que el 55% consume frutas a diario; 48% consume carnes (pollo) a diario, el 42% consume huevos tres o más veces a la semana; 35% consume pescado una a dos veces por semana; 39% consumen fideos, arroz y papa a diario; 75% consume pan y cereales a diario; 45% consume verduras y hortalizas a diario; 32% consume legumbres a diario; 49% nunca y casi nunca consume embutidos y enlatados; 37% consumen lácteos menos de una vez a la semana; 29% consume dulces y gaseosas una o dos veces a la semana; 29% consume refrescos con azúcar a diario y el 39% consume frituras una o dos veces a la semana.

Tabla 04**Determinantes de la Salud: Redes Sociales y Comunitarias de los Adultos Maduros del Mercado "Modelo"- La Esperanza, 2016.**

Apoyo social natural	n°	%
Familiares	15	11.5%
Amigos	0	0.0%
Vecinos	0	0.0%
Compañeros espirituales	0	0.0%
Compañeros de trabajo	2	1.5%
No recibo	113	87.0%
Total	130	100%
Apoyo social organizado	n°	%
Organizaciones de ayuda al enfermo	0	0.0%
Seguridad social	0	0.0%
Empresa para la que trabaja	0	0.0%
Instituciones de acogida	0	0.0%
Organizaciones de voluntariado	0	0.0%
No recibo	130	100.0%
Total	130	100%
Apoyo de algunas organizaciones	n°	%
Club de madres	0	0.0%
Comedor popular	0	0.0%
Programa Juntos	0	0.0%
No recibo	130	100.0%
Total	130	100%
Institución de salud se atendió en estos 12 últimos meses	n	%
Hospital	50	38,5%
Centro de salud	15	11,5%
Puesto de salud	13	10,0%
Clínicas particulares	28	21,5%
Otros	24	18,5%
Total	130	100%
Considera que el lugar donde lo (a) atendieron está:	n	%
Muy cerca de su casa	44	33,8%
Regular	23	17,7%
Lejos	55	42,3%
Muy lejos de su casa	8	6,2%
No sabe	0	0,0%
Total	130	100%

Continuación

¿Qué tipo de seguro tiene usted?	n	%
ESSALUD	25	19,2%
SIS – MINSA	54	41,6%
Otros	51	39,2%
Total	130	100%
El tiempo que espero para que lo (a) atendieran ¿Qué le pareció?	n	%
Muy largo	28	21,5%
Largo	26	20%
Regular	47	36,2%
Corto	16	12,3%
Muy corto	13	10%
No sabe	0	0%
Total	130	100%
Calidad de atención que recibió en el establecimiento de salud	n	%
Buena	50	38,5%
Regular	46	35,4%
Mala	19	14,6%
Muy mala	15	11,5%
No sabe	0	0,0%
Total	130	100%
Pandillaje o delincuencia cerca a su casa	n	%
SI	74	56,9%
NO	56	43,1%
Total	130	100%

Fuente: Cuestionario de Determinantes de la Salud de los Adultos Maduros del Mercado ‘‘Modelo’’ - La Esperanza, 2016 elaborado por la Ms. Vilchez Reyes Adriana, Directora de la presente línea de Investigación.

En la tabla 4, el 87% no recibe apoyo social natural; 100% no recibe apoyo social organizado; ni apoyo social de las organizaciones; 38,5% se atendió en estos 12 últimos meses es en un hospital; 42,3% el lugar donde lo atendieron está lejos de su casa; 41,6% el tipo de seguro que tienen es el SIS; 36,2% el tiempo que esperó para que lo atendieran es regular; 38,5% la calidad de atención que recibió en el establecimiento de salud es buena; 56,9% refiere que si existe pandillaje cerca de su casa.

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos son similares a los de Carranza, T. en su estudio titulado ‘Determinantes de la Salud en los Adultos Maduros, Pueblo Joven San Juan, Chimbote, 2013’. Donde el 60,1% de los adultos maduros que participaron son de sexo femenino; el 59,6% tiene un grado de instrucción secundaria-incompleta; el 47,8% tiene un ingreso de 1001 a 1400 soles mensual y el 78,6% tiene una ocupación eventual (3).

En estos tiempos la mujer se ha colocado al mismo nivel igualitario que el hombre, problema que no ocurría en épocas pasadas donde el hombre era superior a ella. La autonomía de la mujer empieza a partir de su independencia económica, un elemento muy importante para la igualdad de derechos. Esto le permite integrarse al mundo laboral donde se desempeña y asume diversos cargos (4).

La educación constituye una de las inversiones en el desarrollo más beneficiosas y de mayor alcance. Esta ofrece la oportunidad de adquirir aptitudes y conocimientos esenciales para el trabajo y la vida. También ayuda a rescatar a las personas de la pobreza, al mismo tiempo que las empodera y permite que disfruten de un mejor estado de salud. Muchos estudios han demostrado que la educación tiene efectos positivos en los ingresos individuales y el crecimiento económico (5).

Por lo tanto, las mujeres que trabajan aportan económicamente a su hogar porque saben que la mayor parte de los recursos económicos de los hogares, están destinados a satisfacer las necesidades básicas de cada uno de sus miembros y provienen de los ingresos laborales. Los ingresos económicos son necesarios para satisfacer necesidades como la alimentación, vestimenta, salud, transporte; y para obtener bienes y servicios como el acceso a la educación, tenencia de vivienda, servicios básicos (agua, luz y desagüe) y la atención de salud.

Entonces, se puede decir que los determinantes de la salud del entorno biosocioeconómico son aquellos factores que influyen en la salud de las personas. El grado de instrucción, el trabajo y los ingresos económicos son los que permiten que las personas tengan mejores condiciones de vida y logren alcanzar la salud de ellas mismas como las de su familia.

Los resultados obtenidos son similares a los de **Cunya, D.**, en su investigación titulada ‘‘Determinantes de la Salud en Adultas Maduras. Pueblo Joven José Gálvez - Huarney, 2013’’. Se muestra en la tabla el 52,5% presentan tipo de vivienda unifamiliar; y el 92,5% es propia; el material del piso; el 69,2% es láminas asfálticas; el 69,2% las paredes son de material noble ladrillo y cemento; el número de personas que duermen en una habitación es el 67,5% independiente (6).

Por lo tanto, una vivienda implica el espacio físico donde los seres humanos transcurren la mayor parte de su vida; este espacio, por sus características y especificaciones, brinda condiciones para prácticas saludables de sus moradores, previniendo o reduciendo los riesgos que generan problemas de salud (7).

Otra característica a tener en cuenta son los materiales de construcción, como en la presente investigación la mayoría de participantes refiere que el material del piso es de láminas asfálticas, el material del techo y paredes es de material noble (ladrillo y cemento). Esto indica que los materiales que componen la vivienda son de calidad porque garantiza abrigo y protección de bienes materiales, brinda seguridad ante problemas sociales como la delincuencia y protege de la intemperie (frío y calor) y de los fenómenos naturales (lluvias y huaycos).

Con esto resaltamos que una vivienda saludable con una infraestructura básica adecuada garantiza seguridad, ofrece intimidad, descanso y bienestar, en función de las condiciones del medio ambiente y de la conducta que asumen sus ocupantes. Es importante, que las personas busquen llevar su estilo de vida saludable y generar prácticas de higiene y ambientes saludables a favor de la salud de ellos mismos porque tienen los recursos o adecuados que promueven la salud que les permite reducir la exposición a factores de riesgo.

Los resultados obtenidos son similares a los de la autora **Pinedo, P.**, en su investigación sobre ‘‘Determinantes de la Salud en Adultos Maduros. Asentamiento Humano Nuevo Moro, 2015’’. El 61% de personas no fuma; el 46% consume ocasionalmente bebidas alcohólicas; el 90% duerme de seis a ocho horas; el 60% se baña diario; el 80% no se realiza algún examen médico periódico; el 43% no realiza ninguna actividad física en su tiempo libre; 39% no ha realizado ninguna actividad física durante

las dos últimas semanas; el 34% consumen frutas a diario, el 42% consume carne tres más veces a la semana, 35% consume huevos diario, el 42% consume pescado una a dos veces por semana; el 85% consume fideo diario; el 46% consume pan y cereales a diario; el 30% consume verduras y hortalizas a diario, el 34% otros alimentos (8).

Se entiende por estilos de vida a las formas de comportamiento que se ven influenciados por las condiciones de vida, sociales, económicas y culturales que vamos adquiriendo a través de los años y poco a poco se convierten en patrones de conducta difíciles de cambiar. Los estilos de vida pueden ser saludables cuando existen factores protectores que promueven la salud física, psicológica y social; y no saludables cuando existen factores de riesgo que dañan la salud de las personas generando efectos en lo físico y psicológico. Sin embargo, el estilo de vida no es único, sino que lo conforma un conjunto de comportamientos y hábitos que la persona debe atender para un mejor autocuidado de su salud.

Todo ser humano está expuesto a factores que pueden afectar su salud, como la contaminación, alimentación no saludable, entre otros. La salud se logra a partir de acciones y actitudes preventivas, como por ejemplo tener una buena alimentación, realizar ejercicios de forma regular, no consumir sustancias tóxicas o adictivas y una de las acciones indispensables para la salud es el de realizarse exámenes médicos de manera regular para prevenir o controlar posibles complicaciones, estas acciones hacen que cada uno lleve una vida lo más saludable y segura, posible para un mejor estado de ánimo, mayor vitalidad y con mejores expectativas a futuro (9).

En la actualidad, la población adulta madura es el ejemplo a seguir por la población de niños, niñas y adolescentes; esto hace que con frecuencia se tiendan a repetir modelos observados en el entorno familiar. La toma de decisiones respecto al estilo de vida está determinada por los conocimientos, la voluntad y las condiciones requeridas para vivir. Los conocimientos y la voluntad se constituyen como factores internos de la persona, y las condiciones para lograr calidad de vida corresponden al medio externo a ella (10).

Por otro lado, tenemos la investigación de **Mora, I.**, ‘‘Determinantes de la Salud en el Adulto Maduro Nueva Caleta-Chimbote,2013’’ que difiere con los siguientes resultados: el 59,6% no se atendió en alguna institución de salud; el 22,5% considera que

el lugar donde lo atendieron está a regular distancia de su casa; 44,5% el tiempo que espero para que atendieran fue regular; el 65,2% considera que la calidad de atención es buena y el 100% dice que no existe pandillaje cerca de su casa (11).

El hombre nace con una característica social que la va desarrollando a lo largo de su vida porque necesita de otros para poder subsistir. Este es llamado proceso de socialización donde el hombre necesita relacionarse con autonomía y participación dentro de una sociedad. En suma, suele aprender a comunicarse, el lenguaje, las normas de conducta y la manera de relacionarse con la sociedad (12).

Si el ser humano es un ser social por naturaleza. Entonces ante problemas que no pueda resolver se verá obligado a recibir apoyo. Ante una enfermedad la persona pasa por una situación vulnerable y llena de estrés. Esta situación afecta a los miembros de la familia en lo psicológico, social, laboral, y económico.

El Perú ha logrado un crecimiento económico sostenido que lo ha convertido en uno de los países de América Latina que más avanzó hacia el logro de los objetivos de desarrollo del milenio. Sin embargo, destacó que, a pesar de esos avances, es un país que mantiene una alta desigualdad económica, factor que influye en el aumento de la violencia y la delincuencia (13).

Por lo tanto, el pandillaje y delincuencia es un problema público; porque estos grupos generan pánico, violencia y según el grado y situación generan muertes o heridos graves. Las pandillas y delincuencia existente es un atraso al país porque genera gastos importantes en la economía del país, la pérdida de valores en la comunidad, la pérdida de oportunidades laborales y de educación.

De lo anteriormente, se puede decir que los determinantes de las redes sociales y comunitarias son todas las relaciones sociales que la persona tiene con la familia y las diversas organizaciones e instituciones de la comunidad. Estas a la vez, son importantes, porque de una u otra manera influye en la salud de las personas a causa de los problemas complejos que existen en las instituciones de la comunidad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Ministerio de Sanidad y Consumo. Salud XXI: Salud para todos en el siglo XXI. [Internet]. Madrid. [Citado el 24 de mayo de 2017]. Disponible en:
<http://www.famp.es/export/sites/famp/.galleries/documentos-obs-salud/SALUD-21.pdf>
2. Clasificación por Grupo Etario y Patologías más frecuentes para cada uno. [Internet]. Scribd. 2012. [Actualizado el 2017; citado el 24 de mayo de 2017]. [una pantalla]. Disponible en:
<https://es.scribd.com/doc/145170150/Grupo-Etario>
3. Carranza Chauca, Tania. Determinantes de la Salud en los Adultos Maduros, Pueblo Joven San Juan, Chimbote, 2013. Tesis para Licenciada en enfermería. Chimbote – Perú. Universidad Católica Los Ángeles Chimbote. [Internet]. 2015. Nicanor Aniorte Hernández. [Acceso el 25 de julio de 2017]. Disponible en:
<http://revistas.uladech.edu.pe/index.php/increscendosalud/article/viewFile/934/514>
4. Gil, Maribel. La Mujer y su Rol en el Desarrollo de las Sociedades. [Internet]. Inteligencia Colectiva para la Sociedad: Publicado el 2016. [Citado el 24 de mayo del 2019]. Disponible en:
<https://www.agorarsc.org/la-mujer-y-su-rol-en-el-desarrollo-de-las-sociedades/>
5. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. El argumento en favor de la inversión en la educación y la equidad. [Internet]. 2015. [Citado el 25 de julio de 2017]. Disponible en:
[https://www.unicef.org/ecuador/La_educacion_y_la_equidad_2015\(1\).pdf](https://www.unicef.org/ecuador/La_educacion_y_la_equidad_2015(1).pdf)
6. Cunya Villanueva, Delia Elizabeth. Determinantes de la Salud en Adultas Maduras. Pueblo joven José Gálvez - Huarmey, 2013. Tesis para Licenciada en enfermería. Chimbote - Perú. Universidad Católica Los Ángeles Chimbote. [Internet]. 2016. [Acceso el 25 de julio de 2017]. Disponible en:
http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1262/ADULTA_MADURA_CUNYA_VILLANUEVA_DELIA_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y
7. Dirección de Salud y Bienestar de la Municipalidad de Guatemala. Hogar saludable. [Internet]. Guatemala. 2011. [Citado el 25 de julio de 2017]. Disponible en:
http://munisalud.muniguate.com/2011/09oct/estilos_saludables01.php
8. Pinedo Ramos, Pamela. Determinantes de la Salud en Adultos Maduros. Asentamiento humano Nuevo Moro, 2015. Tesis para Licenciada en enfermería. Chimbote - Perú. Universidad Católica Los Ángeles Chimbote. [Internet]. 2017. [Citado el 25 de julio de 2017]. Disponible en:
<http://revistas.uladech.edu.pe/index.php/increscendosalud/article/view/1568/1221>

9. Velásquez, José. Dirección de Salud y Bienestar de la Municipalidad de Guatemala. Importancia del control médico periódico. [Internet]. Enero. 2014. Guatemala. [Citado el 25 de julio de 2017]. Disponible en: http://munisalud.muniguate.com/2014/01ene/estilos_saludables02.php
10. Giraldo Osorio, Alexandra; Toro Rosero, María Yadira; Macías Ladino, Adriana María; Valencia Garcés, Carlos Andrés y Palacio Rodríguez, Sebastián. La Promoción De La Salud Como Estrategia Para El Fomento De Estilos De Vida Saludables. Hacia la Promoción de la Salud. [Revista en internet]. Publicado el 2010. [Citado el 25 de julio de 2017]. vol. 15 (1); págs. 128-143. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/3091/309126693010.pdf>
11. Mora de Mori, Iris. Determinantes de la Salud en el Adulto Maduro. Asentamiento Humano Nueva Caleta-Chimbote, 2013. Tesis para Licenciada en Enfermería. Chimbote - Perú. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. [Internet]. 2014. [Citado el 29 de mayo del 2019]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1760/ADULTOS_MADUROS_DETERMINANTES_DE_LA_SALUD_MORA_DE_MORI_IRIS_VIOLETA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
12. Arrieta, Ever. El Hombre es un Ser Social por Naturaleza. [Internet]. Cultura Genial. Publicado el 2018. [Actualizado el 2019; Citado el 24 de mayo del 2019]. Disponible en: <https://www.culturagenial.com/es/el-hombre-es-un-ser-social-por-naturaleza/>
13. Quesada Cantuarias, Francisco Miró. El Comercio. La delincuencia en el Perú. Para los peruanos, la inseguridad ciudadana es el principal problema que enfrentamos. [Internet]. 2014. [Citado el 26 de julio de 2017]. Disponible en: <http://elcomercio.pe/opinion/columnistas/delincuencia-peru-francisco-miro-quesada-cantuarias-301168>