



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE**

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

**ESTILO DE VIDA Y FACTORES
BIOSOCIOCULTURALES EN EL ADULTO MADURO
DEL ASENTAMIENTO HUMANO 25 DE MAYO -
CHIMBOTE, 2018**

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

AUTORA

CONTRERAS OLIVARES, MARIA DE LOS ANGELES

ORCID: 0000-0002-1802-9229

ASESORA:

VILCHEZ REYES, MARIA ADRIANA

ORCID: 0000-0001-5412-2968

CHIMBOTE – PERÚ

2022

EQUIPO DE TRABAJO

AUTORA

Contreras Olivares, María De Los Ángeles

ORCID: 0000-0002-1802-9229

**Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, estudiante de
pregrado, Chimbote, Perú**

ASESORA

Vilchez Reyes, María Adriana

ORCID: 0000-0001-5412-2968

**Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de la
salud, Escuela Profesional de Enfermería, Chimbote, Perú**

JURADO

Cotos Alva, Ruth Marisol

ORCID: 0000-0001-5975-7006

Urquiaga Alva María Elena

ORCID: 0000-0002-4779-0113

Cóndor Heredia, Nelly Teresa

ORCID: 0000-0003-1806-7804

HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESORA

**DRA. COTOS ALVA, RUTH MARISOL
PRESIDENTE**

**DRA.URQUIAGA ALVA, MARÍA ELENA
MIEMBRO**

**DRA. CÓNDROR HEREDIA, NELLY TERESA
MIEMBRO**

**Dra. VILCHEZ REYES, MARÍA ADRIANA
ASESORA**

AGRADECIMIENTO

A mi madre Rosario, gracias por ser la madre más valiente y decidida del mundo, invencible ante la vida y luchadora por tus hijas. Gracias por hacerme crecer como profesional por la confianza que siempre has tenido en mi por darme tu apoyo y tu amor infinito. Amo y admiro a esa mujer que nunca se cansó de luchar por su familia

A mi hermana Vilma ella fue el principal cimiento para construcción de mi vida profesional, sentó en mi la base de responsabilidad y deseos de superación, en ella tengo un espejo en la cual me quiero reflejar sus virtudes infinitas y gran corazón me llevan admirarla. Gracias por todo el amor y apoyo que siempre me has brindado en todo momento.

DEDICATORIA

A DIOS gracias por siempre cuidarme y llevarme por el buen camino gracias por mantenerme firme para poder lograr mis metas como persona.

Marco por siempre estar a mi lado apoyándome en momentos bueno y malos siempre tu apoyo así mi fue incondicional

Lassie tu eres una de las personas más importantes en mi vida tu eres quien siempre está a mi lado cuidándome es por ello que eres una de mis motivaciones para poder cumplir todas mis metas.

RESUMEN

El presente trabajo de investigación es de tipo cuantitativo de corte trasversal con diseño descriptivo correlacional, tuvo como objetivo general determinar la relación estilo de vida y los factores biosocioculturales en el adulto maduro. Cuya muestra fue de 250 adultos maduros. Se aplicó dos instrumentos: escala de estilos de vida y cuestionario sobre factores biosocioculturales, las técnicas que se utilizaron fueron la entrevista y la observación. Los datos fueron procesados en una base de datos de Microsoft Excel para luego ser exportados a una base de datos en el software PASW statistics versión 18.0. Para establecer la relación entre variables del estudio se utilizó la prueba de independencia de criterios de Chi cuadrado con el 95 % de confiabilidad y significancia de $p < 0.05$. En cuanto a los resultados se concluye que la mayoría tiene un estilo de vida no saludable en relación a los factores biosocioculturales tenemos que la mayoría son convivientes, al analizar la variable del sexo se evidencia que más de la mitad son del sexo femenino y más de la mitad tienen un grado de instrucción primaria completa, profesan la religión católica, son amas de casa y tienen un ingreso económico de 500 a 1000 soles. Al realizar la prueba de chi cuadrado no se encontró relación estadísticamente significativa el estilo de vida y sexo, grado de instrucción, religión. No cumple la condición para aplicar la prueba chi cuadrado más del 20 % de frecuencias esperadas son mayores que 5, estado civil, ocupación e ingreso económico

Palabras clave: Adulto maduro, estilos de vida, Enfermería y factores biosocioculturales.

SUMMARY

The present cross-sectional quantitative research work with a descriptive correlational design has the general objective of determining the relationship between lifestyle and biosociocultural factors in the mature adult of the Human settlement May 25 - Chimbote, 2018. The sample consisted of 250 mature adults. Where two instruments were applied: lifestyle scale and questionnaire on biosociocultural factors, where the technique of interview and observation was used. In addition, the data will be processed in a Microsoft Excel database and then exported to a database in PASW statistics version 18.0 software, for its respective processing. The data would be presented in simple and double entry tables and then elaborating their respective graphs, in order to establish the relationship between study variables, the independence test of chi-square criteria will be used with 95% reliability and significance of $p < 0.05$. Regarding the results, it is concluded that the majority have an unhealthy lifestyle in relation to biosociocultural factors, we have that the majority are cohabiting, when analyzing the variable of sex it is evidenced that more than half are female and more than half have a complete primary education degree, profess the Catholic religion, are housewives and have an income of 500 to 1000 soles. In tables 3 and 4 there is no significant relationship between the variables and in table 5 the condition for applying the chi-square test does not meet more than 20% of frequencies expected are greater than 5.

Key words: Mature adult, lifestyles, Nursing and bio-sociocultural factors.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

	pág.
1. TÍTULO DE LA TESIS	i
2.EQUIPO DE TRABAJO.....	ii
3. HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR	iii
4. HOJA DE AGRADECIMIENTO Y/O DEDICATORIA	iv
5. RESUMEN Y ABSTRACT	vi
6. CONTENIDO	viii
7. INDICE DE GRAFICO, TABLAS Y CUADROS	ix
I. INTRODUCCION	1
II. REVISION DE LITERATURA	11
III. HIPOTESIS DE LA INVESTIGACIÓN.....	27
IV. METODOLOGIA	28
4.1. Diseño de la investigación	28
4.2. Población y muestra	28
4.3. Definición y operacionalización de variables e indicadores	29
4.4. Técnicas e instrumento de recolección de datos	33
4. 5. Plan de Análisis	36
4. 6. Matriz de consistencia	37
4.7. Principios éticos	38
V. RESULTADOS	40
VI. CONCLUSIONES.....	71
ASPECTOS COMPLEMENTARIOS	72
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	73
ANEXOS	86

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
TABLA 1: ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO MADURO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 25 DE MAYO – CHIMBOTE, 2018.....	40
TABLA 2: FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN EL ADULTO MADURO ASENTAMIENTO HUMANO 25 DE MAYO – CHIMBOTE, 2018.....	41
TABLA 3: FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO MADURO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 25 DE MAYO – CHIMBOTE, 2018.....	45
TABLA 4: FACTORES CULTURALES Y ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO MADURO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 25 DE MAYO – CHIMBOTE, 2018.....	46
TABLA 5: FACTORES SOCIALES Y ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO MADURO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 25 DE MAYO – CHIMBOTE, 2018.....	47

ÍNDICE DE GRÁFICOS

	Pág.
GRÁFICO 1: ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO MADURO DEL ASENTAMEINTO HUMANO 25 DE MAYO – CHIMBOTE, 2018.....	40
GRÁFICO 2: SEXO EN EL ADULTO MADURO DEL ASENTAMEINTO HUMANO 25 DE MAYO – CHIMBOTE, 2018	42
GRÁFICO 3: RELIGION EN EL ADULTO MADURO DEL ASENTAMEINTO HUMANO 25 DE MAYO – CHIMBOTE, 2018	42
GRÁFICO 4: GRADO DE INSTRUCCIÓN EN EL ADULTO MADURO DEL ASENTAMEINTO HUMANO 25 DE MAYO – CHIMBOTE, 2018	43
GRÁFICO 5: ESTADO CIVIL EN EL ADULTO MADURO DEL ASENTAMEINTO HUMANO 25 DE MAYO – CHIMBOTE, 2018	43
GRÁFICO 6: OCUPACIÓN EN EL ADULTO MADURO DEL ASENTAMEINTO HUMANO 25 DE MAYO – CHIMBOTE, 2018	44
GRÁFICO 7: INGRESO ECONOMICO EN EL ADULTO MADURO DEL ASENTAMEINTO HUMANO 25 DE MAYO – CHIMBOTE, 2018.....	44

I. INTRODUCCIÓN

Según la organización mundial de la salud (OMS) el presente estudio se aborda el tema sobre estilos de vida y factores biosocioculturales son un patrón que dirigen el comportamiento de las personas con una perspectiva muy importante para la salud de las personas ya que nos ayudaría a poder prevenir algunos comportamientos inadecuados de los individuos como también se puede manifestar sobre los estilos de vida del ser humano mediante la vida cotidiana de cada uno de ellos además de ellos los adultos maduros presentan una alimentación deteriorable ya que no llevan una alimentación balanceada y saludable ya que la gran mayoría consumen frituras, harina, grasas entre otras comidas no saludables además de ellos no consumen bebidas saludables y eso afecta a su salud (1).

En los últimos años se ha venido viviendo una situación de confinamiento, 4000 millones de personas se refugian en casa ante el contagio mundial del COVID-19. Se trata de una medida de protección, pero conlleva otro peligro mortal. La COVID-19 ha resaltado que algunas personas pueden vivir vidas más saludables y tienen mejor acceso a los servicios de salud que otras, debido a las desigualdades en su posición, estatus y voz en la sociedad y las condiciones en las que nacen, crecen, viven. En todo el mundo, algunos grupos no solo tienen acceso limitado a servicios de salud de calidad, sino que también luchan para llegar a fin de mes con pocos ingresos diarios, tienen un acceso más deficiente a condiciones de vivienda seguras y educación de calidad, menos oportunidades de empleo que paguen un salario digno, desigualdad, y tienen poco o ningún acceso a entornos seguros, agua y aire limpios y servicios de salud, y sufren inseguridad alimentaria (1).

A nivel mundial en el año 2021, millones de personas presentan obesidad y sobrepeso dicha enfermedad está afectando en la salud de la mayoría de los individuos en el mundo. Se pueden ver que las enfermedades que más aquejan al mundo es sobre el sobrepeso y la obesidad estas enfermedades puede ocasionar y pueden conllevar a la mortalidad si no son tratados a tiempo es por ello que es muy importante que todas las personas lleven una mejor calidad de vida (1).

En los últimos años se ha podido ver que más de 5 millones de personas mueren a causa de diferentes enfermedades ya sea de manera directa e indirecta como el habito de fumar perjudica a todos los órganos del cuerpo, el humo ambiental del tabaco es la mayor fuente de contaminantes en las personas se estima la inhalación pasiva del humo de cigarrillos causa aproximadamente más 3.000 muertes por cáncer pulmonar como también enfermedades cardiovasculares entre las personas que no fuman. El estar expuesto al humo de tabaco en el hogar entre otros lugares es un factor de riesgo que contribuye que las personas pueden tener severos casos de asma (2)

En el mundo unas de enfermedades que más afectan frecuentemente al adulto maduro es la depresión ya que representa una gran tristeza en las personas como también se pueden ver reflejados con los trastornos de sueño y la alimentación. Hay algunos de las personas adultas maduras que se encuentran o se sienten que están excluidos, aislados e inútiles, porque muchas veces ya no participan en actividades con su familia o con las personas de su entorno todo esto les conlleva a sentirse solos y abandonados (2).

En los últimos años a nivel mundial los adultos maduros el no haber tenido un estilo de vida saludable les está conllevando a presentar diferentes tipos de

enfermedades como enfermedades cardiovasculares, derrames cerebrales, enfermedades crónicas como también enfermedades no transmisibles son los cuales se ven afectados por el estilo de vida que lleva cada persona (3).

Los estilos de vida es una de las bases más importantes en nuestra vida cotidiana ya que están determinados por hábitos, conductas y comportamientos de los individuos y grupos de una población que conllevan a afianzar necesidades humanas para alcanzar la calidad de vida. El estilo de vida hace referencia a la manera de vivir de cada individuo además ello son una serie de actividades cotidiana que cada persona realiza diariamente, el número de comidas de consume diarias, horas de sueño, realización de actividades físicas entre otras (3).

En Latinoamérica más de 40 millones de adultos padecen de diabetes mellitus la gran mayoría de tipo II. A pesar de todos los esfuerzos de prevención y tratamientos, esta epidemia es cada vez mayor las complicación que presentan los adultos son cada vez más riesgosos ya que no todos tienen un tratamiento adecuado por lo que tienen una situación económica muy baja y algunos no cuentan con el apoyo de su familia, como también puede ser provocada los mismo individuos negativamente no llevan una buena calidad de vida es por ello esta enfermedad cada vez más está invadiendo en el organismo de todos las personas (4).

En los últimos años se ha venido luchando contra la (COVID-19) ya que ha cobrado cerca de un millón y medio de vidas en América Latina y el Caribe y ha dado lugar a más de 44 millones de casos confirmados desde su aparición en la región, en febrero 2020. La región acumula cerca de una quinta parte de los casos confirmados de COVID-19 y alrededor del 30% de las muertes en todo el mundo, a pesar de tener solamente el 8,4% de la población mundial. Las condiciones de

vulnerabilidad que caracterizan a América Latina y el Caribe la han hecho especialmente sensible a los efectos de la pandemia. Esta crisis sin precedentes ha dejado en evidencia la centralidad de la salud y el bienestar de las personas y comunidades para el desempeño de las economías y el desarrollo social (4).

En Colombia los adultos mayores presentan diferentes tipos de enfermedades más de 300 mil personas padecen que diferentes enfermedades como la isquémica del corazón está dicha enfermedad en los hombres con 20 % mientras las mujeres con un 18% dicha enfermedad viendo causando hasta la muerte de los individuos. También padecen enfermedades crónicas de las vías respiratorias en los (hombres con un 9.5 % mientras que en las mujeres con 12.1 %). Con lo que respecta a las enfermedades como cerebrovasculares, el 25 % de población, representa diabetes mellitus es con 15 % todas estas enfermedades se ven reflejados que la gran mayoría de las personas no tienen un estilo de vida adecuada diariamente es por ellos que las enfermedades siguen siendo un factor de riesgo para el ser humano (5).

De igual forma en Argentina en el año 2020, el 50% de la población adulto maduro sufren de problemas de salud relacionados a la obesidad, este problema nutricional es una fuerte variable de incidencia de riesgo para la salud y bienestar del adulto maduro, puesto que le que conlleva a sufrir diversas enfermedades crónicas como la diabetes mellitus, la hipertensión arterial, enfermedades del sistema respiratorio como también otras patologías relacionadas con el sistema endocrino (6).

En México la gran mayoría de las personas consumen comida chatarra, frituras, y calorías que son altamente calóricos que se le suma a esto la poca voluntad que tiene la población para realizar ejercicios o caminar, consumen

alcohol y tabaco en su mayoría los adultos maduros prefieren la comida rápida, poco consumo de frutas y verduras, consumen pocas cantidades de agua y como consecuencia se obtienen casos de sobrepeso, obesidad, enfermedades cardiovasculares y crónicas lo cual afecta directamente a la salud de la personas adultas (7).

En los últimos años en el Perú la mayoría de los adultos maduros padecen de muchas enfermedades pero en los últimos años hay una enfermedad que se ha apoderado en las personas es trastorno mental o neural con un 20 % por lo general se caracterizan por una combinación de alteraciones del pensamiento como las emociones y percepciones y las conductas y relaciones con su entorno, entre otras de las enfermedades que aquejan a la población peruana con un 50 % es la diabetes es una de las enfermedades que en los últimos años se convertido en un factor de riesgo para la población peruana (8).

A nivel nacional el 50% de la población peruana sufre de obesidad y sobrepeso esta enfermedad podría causar la muerte en varios individuos ya que la gran mayoría de las personas tienen una vida sedentaria diariamente, en donde consumen comidas rápidas o bebidas inadecuadas es ahí donde hay una acumulación inadecuada de grasa que es un riesgo para la salud. La enfermedad renal crónica es un problema de salud pública que afecta al 10 % esta enfermedad puede causar hasta la mortalidad si los individuos no llevan un tratamiento adecuado entre otros podemos problemas encontramos los accidentes de tránsito es un problema que aqueja en la vida cotidiana de todas las personas ya que la gran mayoría no tienen compañía de un familiar (8).

En el Perú también es un país en donde la tasa del crecimiento de la población en los últimos años ha ido en aumento el ritmo de trabajo cambio la esperanza de vida de las personas ya que todo ello trajo como consecuencias los cambios de estilos de vida de las personas, la población trabaja más horas al día y todo eso conlleva a que los individuos consuman comidas rápidas, no realizan actividad y también consumen sustancias nocivas cada vez se observa una vida sedentaria en los individuos , en los últimos años la incidencia de enfermedades relacionados al comportamientos como las enfermedades no transmisibles ha aumentado (8).

No cabe duda lo que sucede en el Perú es un reflejo lo que está sucediendo a nivel mundial, las personas optan por estilos de vida no saludables, su comportamiento va dirigido a tratar de satisfacer algunas necesidades como las económicas, siendo todavía la pobreza una realidad latente en la población y su conducta merece a la necesidad de sobrevivir. Se hace necesario que se contemplen estrategias a nivel gubernamental, político y social en búsqueda de que las personas adopten conductas saludables. Es importante mejorar la calidad de vida, vivienda para todos, aumentar el empleo y disminuir el subempleo (9).

Todos los factores sociales y ambientales influyen decisivamente en la salud humana. En el Perú últimamente se viene viendo que los bajos ingresos económicos son unos de los factores más relevantes que afectan a salud de las personas ya no pueden tener los alimentos o servicios de salud propio durante su vida cotidiana todo esto implica a que los personas lleven un estilo de vida saludable (10).

En los últimos años se han observado que los adultos maduros padecen de enfermedades entre ellos un 15 % con problemas mentales, el 35 % con sobrepeso, el 34 % tienen hipertensión arterial, 10 % presentan problemas renales, 15 %

infecciones estomacales, 20% diabetes todas estas enfermedades son lo que aquejan a la población peruana en su salud es por ello que es muy primordial fomentar hábitos alimentarios y estilos de vida saludable (10).

A nivel regional los adultos maduros no tienen un estilo de vida saludable también existen algunas enfermedades que se ven reflejadas en la salud de las personas, pero existen algunas enfermedades que más se ven reflejadas en las personas como el sobrepeso y la obesidad. Como también encontramos que hay enfermedades como la diabetes con un 5 % esto se debe a que la población no tiene una buena alimentación en su vida diaria entre otras enfermedades encontramos la hipertensión, el colesterol son problemas de salud que presentan los adultos y en los últimos años han sido más notables (11).

A nivel local se encontraron enfermedades que se ven reflejadas en las personas la gran mayoría con 15 % tienen el colesterol todo esto se ve reflejado en la alimentación que presentan cada individuo ya que muchos de ellos consumen comidas rápidas. También se encontró otras enfermedades como los accidentes de tránsito con 10% como también se pueden ver otras enfermedades no transmisibles con 5% todas estas enfermedades se ven reflejadas en la salud de las personas (12).

En el Asentamiento Humano 25 de mayo se encuentra ubicado en la ciudad de Chimbote del departamento de Áncash y de la provincia de la Santa y fue fundada en el año 1947 y en la población habitan 300 adultos maduros además de ello cuentan con un puesto de salud santana que se encuentra ubicado cercano a ellos, también se encuentra un campo deportivo donde las personas pueden realizar diferentes actividades deportivas también cuentan con luz eléctrica y los servicios básicos provisionalmente, no cuentan con pistas y veredas se puede evidenciar (13).

Frente a lo expuesto en la presente investigación, a esta realidad no es ajeno los adultos maduros del Asentamiento Humano 25 de Mayo presentan diferentes tipos de enfermedades como infecciones respiratorias e infecciones estomacales estos se dan porque la gran mayoría de los adultos consumen comida en la calle, o cuando consumen sus alimentos con prisa o con el cuerpo agitado, o también se dan porque solo consumen alimentos grasosos fritos, y por último y en algunos caso el colesterol elevado , entre algunos la diabetes ya que todo esto se puede dar por mantener un vida sedentaria (13).

Por lo mencionado se consideró adecuado mencionar la siguiente pregunta para realización la investigación:

¿Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en los adultos maduros del Asentamiento Humano 25 de marzo en Chimbote 2018?

Para responder al problema de investigación se ha planteado el siguiente objetivo general:

Determinar la relación entre estilos de vida y los factores biosocioculturales en el Adulto maduro del Asentamiento Humano 25 de Mayo Chimbote, 2018.

Para poder lograr el objetivo general, nos hemos planteado los siguientes objetivos específicos

- Valorar el estilo de vida en el adulto maduro del Asentamiento Humano 25 de Mayo, Chimbote, 2018.
- Identificar los factores biosocioculturales: edad, sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico en el adulto maduro del Asentamiento Humano 25 de Mayo de Chimbote, 2018.

Finalmente, esta investigación justifica que los últimos años el Perú no fue ajeno a la realidad que se viene viviendo en diferentes lugares en el mundo como el no tener una vida saludable o presentar factores de riesgo en su salud, en aumento demográfico se ha visto reflejado en los estilos de vida y en la rutina que lleva cada individuo como las comidas chatarras.

La investigación es importante, porque los resultados nos ayudaran a contribuir en los adultos maduro del asentamiento humano 25 de mayo sobre los hábitos alimenticios y la calidad de vida que llevan cada uno durante su vida cotidiana además de ello también dicha investigación nos ayudara a prevenir algunos factores de riesgo en la población.

La investigación nos ayudaría a ver cómo se encuentran los adultos maduros físicamente y también nos ayudara a ver sobre su alimentación de cada persona que puedan estar presentando. Para así poder ver el estado de salud el que se encuentren y también poder ver los comportamientos y las condiciones en el que se encuentra el individuo además de ello también nos ayudaría a ver los factores de riesgo a los que se ven expuestos.

Para la profesión de enfermería es muy importante porque nos ayudaría a promover estilos de vida saludables en las personas como también ha concientizar a la población mediante programas educativo como también a realizar algunos proyectos que ayuden a fortalecer los conocimientos de todas las usuarias en cuanto a estilos de vida y factores biosocioculturales en salud. Además de ello la enfermería busca promocionar la salud para prevenir las enfermedades ya sea mediante sesiones educativas o campañas educativas.

Para la profesión de enfermería es importante sensibilizar al individuo, familia y comunidad para que así puedan optar una buena calidad de vida en diferentes aspectos ya sea de manera física y psicológicamente de manera adecuada es por ello que todas las personas deberían consumir alimentos saludables.

La investigación permitirá que las instituciones formadas de profesionales de la salud como las universidades entre otras instituciones verifiquen los resultados obtenidos en la dicha investigación y nos ayuden a la formación de los profesionales de salud a ayudar a los usuarios mediante promociones y difusiones adecuadas a la salud desde un primer inicio de sus estudios.

También es importante realizar el presente trabajo de investigación para que las autoridades regionales y municipales en el campo de la salud y el Perú mejoren cada día más los estilos de vida de las personas , así como para la población del estudio identifique sus factores de riesgo y se motiven a incorporar cambios en su conducta comportamientos en su salud , ya que al conocer el estilo de vida de los usuarios se podrá disminuir el riesgo de padecer enfermedades y favorecer la salud y el bienestar de la población.

La presente investigación de tipo cuantitativo, corte transversal con diseño descriptivo correlacional, se aplicaron dos instrumentos: Escala de estilos de vida y un Cuestionario sobre factores biosocioculturales, se llegó a los principales resultados y conclusiones que casi la totalidad de los adultos maduros, tienen un estilo de vida no saludable y un menor porcentaje tienen un estilo de vida saludable. Los resultados de esta investigación son necesarios para los servicios de salud ya que con dicha información se pueden mejorar los factores de riesgo.

II. REVISIÓN DE LA LITERATURA

2.1 Antecedentes de la investigación:

Se encuentran en los siguientes estudios de la presente investigación

A nivel Internacional:

Vera C, Tenelema J, (14). En su investigación titulada: Estilo de vida de los adultos comerciantes de verduras del mercado feria libre “el arenal”, Cuenca, 2018. Objetivo es determinar el estilo de vida de los adultos comerciantes de verduras que laboran en el Mercado “El Arenal”, en el sector de la Feria Libre, en la ciudad de Cuenca. La metodología es cuantitativa. Como resultado los comerciantes realizan actividad física el 87%; en manejo del estrés 62%; en apoyo interpersonal 90%; en 9 autorrealización 95%; en responsabilidad en salud 77%; en higiene 85%; en recreación 52%, tienen momentos de entretenimiento con su familia; en nivel socioeconómico se encuentra en el nivel medio bajo con 55%. Se Concluye que los comerciantes de verdura la Feria Libre el Arenal tienen un buen estilo de vida 97%.

Serrano M, (15) en su investigación titulada Estilo de vida y estado nutricional del adulto mayor del centro de salud venezuela de la ciudad de machala. Objetivo determinar la relación que existe entre el estilo de vida y el estado nutricional del adulto mayor del centro de salud Venezuela. El tipo de estudio es de carácter descriptivo y corte transversal. Resultado que su mayoría se encuentran en una edad comprendida entre 65- 69 años, de los cuales más de la mitad son de sexo femenino, la mayoría tienen nivel de educación básico y viven con su familia, la mitad de adultos practican estilo de vida no saludable y la otra mitad, saludable, respecto al estado nutricional, se evidenció que menos de la mitad presenta sobrepeso, menos de la cuarta parte tiene un estado nutricional normal y un bajo porcentaje obesidad

tipo I. Se concluye que no existe relación entre estilo de vida y el estado nutricional de los adultos.

Ugalde K, (16). Su investigación titulada: Estilos de vida saludables en Adultos de 35 A 65 Años de edad con Enfermedades Crónicas en el recinto Chigue de la Provincia Esmeraldas 2018. Tiene como objetivo determinar los estilos de vida saludables en Adultos de 35 a 65 años con enfermedades crónicas, metodología es de tipo descriptivo con diseño cualitativo. Como resultado se obtuvo que la incidencia de la enfermedad en este grupo de personas es del 48,7%, los pacientes no realizan actividades físicas y crea riesgo en la salud cardiovascular, el 67% no tiene conocimiento que son las enfermedades crónicas, el 72% desconoce los signos de alarma. Se concluye que los adultos con enfermedades crónicas objeto de estudio no se evidenció que mantenga estilos de vida saludables, por razones que realizan hábitos no beneficiosos para la salud.

Bayas N, Campos E, (17). Su investigación titulada: Estilos de vida del Adulto con Hipertensión en el centro de salud de San Juan de Calderón en el periodo de octubre 2017-febrero 2018. Su objetivo fue evaluar los estilos de vida de los adultos mayores hipertensos, metodología de investigación es descriptivo cuantitativo. Los resultados son que la mayoría no llevan una vida sedentaria con un 47,7% y salir al parque en un total de 40,9% una vez por semana de un 45,5%, se pudo observar que en los adultos mayores no existe en gran cantidad el consumo de hábitos tóxicos hay poco consumo de alcohol 68,2% no consume alguna bebida que contenga alcohol. Se concluye que el en estilo de vida no saludables que llevan los adultos maduros afectan su presión arterial es el consumo de sal en su dieta.

A nivel Nacional:

Vegas S, (18). Su investigación titulada: Estilos de vida y factores biosocioculturales de la persona Adulta del Asentamiento Humano 4 de mayo – Castilla- Piura, 2018. Su objetivo es determinar la relación entre estilos de vida y factores biosocioculturales. Su metodología es de tipo cuantitativo descriptivo y de corte transversal. Se encontraron los siguientes resultados el 61.9 % tienen un estilo de vida saludable y el 30 % estilo de vida no saludable y los factores biosocioculturales que el factor biológico el 52 % de las personas de las personas adultas tienen una edad entre 36 y 59 años, el 57 % son del sexo femenino, en el factor cultural el 32.4% tienen secundaria, mientras que el 71,1% son católicas, el 37.6 % son empleados mientras que el 50.5 % tienen un ingreso económico entre 100 a 599 soles. Se concluye que el factor cultural no influye en los estilos de vida de los adultos.

Flores N, (19). En su investigación titulada: Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, Arequipa, 2018. Objetivo es determinar si existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer. La metodología es cuantitativa. Como resultado la relación entre los factores sociales y el estilo de vida, el 2,6% tienen unión libre, el 11,3% agricultores y el 11,3% ingreso económico de 600 a 1000 soles estos presentan un estilo de vida saludable. El 37,3% tienen como estado civil unión libre, el 53% son agricultores y el 50,4% tienen un ingreso económico de 600 a 1000 soles estos presentan estilos de vida no saludables. Concluyó que la mayoría tienen estilo de vida no saludable y un menor porcentaje de estilo de vida saludable.

Vasquez R, (20). En su investigación titulada: Estilos de vida y factores biosociales de los adultos del centro poblado de Cochac – Huaraz, 2018. Su objetivo fue determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos. Su metodología cuantitativa de corte transversal. Tiene como resultados que más de la mitad son del sexo femenino, con grado de instrucción de secundaria completa, poco más de la mitad de adultos profesan la religión católica, con estado civil casados, de ocupación amas de casa y más de la mitad con ingresos económicos de 100 a 599 soles. Se concluye que no hay relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: edad, sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico.

A nivel Local:

Varas M, (21).su investigación titulada Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. urbanización la libertad Chimbote, 2018. Objetivo general determinar la relación entre estilo de vida y factores biosocioculturales en el Adulto maduro, su metodología tipo cuantitativo de corte trasversal, diseño descriptivo correlacional. Los resultados en los estilos de vida de los adultos maduros, la mayoría tiene estilos de vida saludable y un porcentaje significativo un estilo de vida no saludable. En relación a los factores biosocioculturales, la mayoría son de sexo femenino, profesan la religión católica. Menos de la mitad tienen secundaria completa, estado civil convivientes, ocupación empleados (a), ingreso económico de 600 a 1000 nuevos soles. Se concluye si existe relación estadísticamente significativa con el estilo de vida y el factor cultural religión.

León K, (22). Su investigación titulada: Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto maduro asentamiento humano 10 de Setiembre - Chimbote, 2018. Su objetivo determinar la relación entre el estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro, su metodología es de tipo cuantitativo, de corte transversal, diseño descriptivo correlacional. Los resultados son 100% (120) de Adultos Maduros del Asentamiento Humano 10 de setiembre, el 65,8% (79) son de sexo femenino, con respecto a los factores culturales el 55,8% (67) de las personas adultas maduras tienen grado de instrucción secundaria, con respecto a la religión 68,3% (68). Los factores sociales el 42,5% (51) son de estado civil conviviente, el 32,5% (39) tienen un ingreso económico de 851 soles a 1100 soles. Se Concluye que la mayoría de los adultos maduros tiene estilos de vida no saludable y un porcentaje considerable tienen estilos de vida saludable.

Romaniuk M, Huayaney J, Castro D, Trujillo L, Casas J, (23). Su investigación titulada: Estilos de vida y cáncer ginecológico en mujeres atendidas en el hospital regional Chimbote. 2018. Su objetivo determinar los estilos de vida de las mujeres con cáncer ginecológico. Su metodología en su investigación fue de tipo descriptivo, de corte transversal. Los resultados actividad física solo el 40% de las mujeres casi siempre realizan ejercicios. En cuanto a la recreación solo el 30% alguna vez realiza actividades recreativas. En su alimentación destacan el consumo de vegetales y frutas (80% entre casi siempre y siempre) y el consumo de carnes blancas sobre las rojas (80% entre casi siempre y siempre) y un 90% que no fuman. Se concluyen en cuanto a la frecuencia del cáncer ginecológico, el 6,25% de las mujeres atendidas en este preventorio presentaron algún tipo de cáncer ginecológico.

Ruiz B, (24). En su investigación titulada: estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos jóvenes de Loma de San Luis, nuevo Chimbote 2018. Su objetivo es determinar la relación entre estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto, su metodología de tipo cuantitativo y descriptivo correlacional con una muestra 130 adultos. Los resultados así mismo encontraron que no existe relación estadísticamente entre estilos de vida y los factores biosocioculturales: sexo, ocupación, e ingreso económico con el grado de instrucción y estado civil. Se concluye no se encontró relación ya que no cumplen la condición para aplicar la prueba más del 20 % frecuencias esperadas inferiores

2.2. Bases teóricas y conceptuales de la investigación:

La investigación está basada, fundamentada y establecida en las bases teóricas y conceptuales de Mark Lalonde y Nola Pender, el cual está relacionado con los factores biosocioculturales de cada persona, relacionado con su modo de vida, con sus actividades que realizan día a día los cuales contribuye a establecer un resultado saludable o no saludable.

En 1974, Mack Lalonde propone un modelo donde explica los determinantes de la salud, en nuestra vida cotidiana, en que se reconoce el estilo de vida de manera personal, así como el ambiente incluyendo el social en el sentido más amplio y junto a la biología humana y a los servicios de salud. En un enfoque que planteaba la explicación que la salud es más que un sistema de atención (25).

Lalonde M, (25). Nos manifiesta que los estilos de vida son elementos primordiales que se ven reflejados en nuestra salud en la vida diaria de las personas, en donde se ven relacionados el entorno en donde cada persona se encuentre, también hay factores en que están involucrados con la mala calidad de alimentación que pueden

consumir los individuos día a día y es ahí donde las personas presentan sus malas decisiones en sus comportamientos y hábitos personales afectando a su salud.

Además de ello también Lalonde nos explica que toda persona debería tener un estilo de vida con comportamientos importantes e esenciales para la salud del ser humano la alimentación que lleven diariamente todas las personas. Todas las personas que llevan un estilo de vida adecuado pueden presentar una adecuada salud y así poder evitar, proteger y prevenir diferentes tipos de enfermedades o complicaciones en la salud y así poder proteger y prevenir diferentes tipos de enfermedades o complicaciones en la salud de las personas (25).

También manifiesta que es muy importante que todas las personas presenten su salud equilibrada y saludable ya que así podrían prevenir diferentes factores de riesgo el presentar enfermedades transmisibles y no transmisibles, también ayudaría mucho a que toda persona se encuentre bien psicológicamente y emocionalmente también ayuda a que todos los individuos se encuentren bien físicamente durante todo el periodo de su vida diaria (26).

Así mismo especifica que todas las personas tengan un estilo de vida saludable consiste ingerir una variedad de suplementos que conlleven a tener una vida sana. La nutrición es muy importante ya que el realizar actividades físicas ayudaría a tu cuerpo a mantenerte sin ningún riesgo. Los malos hábitos alimenticios que presentan las personas se proyectan a lo largo de los años a poder presentar diferentes riesgos en la salud (26).

Las malas condiciones de vivienda, la exposición a condiciones de trabajo más riesgosas y el acceso limitado a los servicios crean riesgos diferenciales para quienes se encuentran en una situación socialmente desfavorecida. Las condiciones

económicas, culturales y ambientales prevalentes en la sociedad abarcan en su totalidad los demás niveles. Estas condiciones, como la situación económica y las relaciones de producción del país, se vinculan con cada una de las demás capas. El nivel de vida que se logra en una sociedad, puede influir en la elección de una persona a la vivienda, trabajo y a sus interacciones sociales (27).



Biología Humana: Se encuentra relacionado a los aspectos genéticos de cada persona y de la edad de todo ser humano.

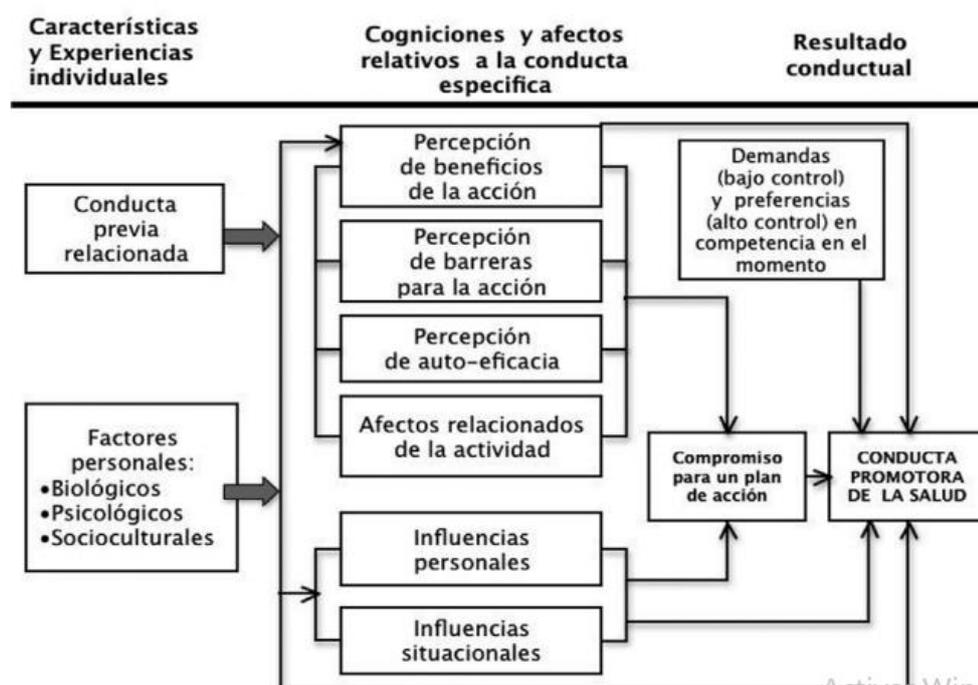
“**Medio Ambiente:** Está relacionado con los factores ambientales, físicos, biológicos, en lo cual compromete tanto a la tierra y a los factores socio-culturales y psicosociales relacionado a la vida.”

Estilo de vida: Estan vinculados con los hábitos personales y hábitos alimenticios diariamente como también el realizar actividad física además de ello el estar bien físicamente y psicológicamente.

Sistema sanitario: Está vinculado directamente con la calidad de vida y accesibilidad de los servicios de salud los cuales brindan una atención adecuada a las todas las personas de diferentes lugares.

El estilo de vida no sólo puede formarse espontáneamente, sino como resultado de decisiones conscientes de los hombres, que aspiran a perfeccionarse y a perfeccionar la sociedad; el estilo de vida puede favorecer, al mismo tiempo, la consolidación de algunos altos valores y, aún más, su difusión social. Representa así mismo un producto complejo, fruto de factores personales, ambientales y sociales que convergen no sólo del presente, sino de la historia interpersonal. El estilo de vida es un aspecto de la actividad vital diaria de las personas (28).

Nola Pender nació en 1941 en Lansing, Michigan, EE. UU, fue hija única, cuando tenía 7 años de edad; vivió la experiencia de ver como su tía recibía cuidados de enfermería, lo que creó en ella “una gran asignación por el trabajo de enfermería su percepción de enfermería era cuidar de ayudar a otras personas (28).



Para Pender toda persona tienen que tener una salud íntegra ya que todo esto ayudaría a promover a que los individuos no presenten dificultades en su organismo, además de ellos se base en identificar diferentes características, la biología humana, factores cognitivos perceptuales todo esto se ven reflejados en estilo de vida que llevan los seres humanos además de ello la educación que se debe brindar a la persona sobre cómo cuidarse y llevar un vida saludable armoniosa, las conductas que integran la persona influyen en el bienestar del cuidado primordial. El individuo puede promover un estado óptimo desde una perspectiva humanística se ven reflejados en la fortaleza y las capacidades de los adultos en la toma de decisiones con respecto a su vida y salud para poder llevar un estilo de vida adecuado (29).

Además de ello también nos dice que el llevar un estilo de vida nos conlleva a presentar acciones de mejora para nuestra salud que van optando diariamente los individuos ya que todo esto proyecta a tener un bienestar físico adecuado, y tener experiencias personales e interpersonales, el tener un estilo de vida nos proyectó a tener una esperanza de vida para todas las personas cuando un individuo lleva una vida saludable para todo esto incluyen que su entorno su familia, amigos entre otros todo esto conlleva a que el individuo puede representar un vida saludable y apropiada para su bienestar presentando una organización en las comidas diariamente frutas y verduras, ejercicio físico, todo esto ayudaría a que la persona no llegue a tener una vida sedentaria que afecte a su organismo viéndose reflejado en las enfermedades transmisibles y no transmisibles como también el presentar algunas reacciones en su aspecto psicológico o físico (29).

Además de ello también explica que llevar una conducta de promoción de la salud adecuada a lo largo de la vida nos ayudará mucho a poder tener una buena calidad de

vida ya que esto fortalecerá al organismo de todas las personas a poder estar bien en diferentes aspectos. Es importante llevar una mejor calidad de vida para así poder evitar presentar un trastorno alimenticio o presentar algunas enfermedades que puedan ocasionar daños a la salud de la persona como la ansiedad, sueño, trastornos. El individuo pueda presentar diferentes tipos de enfermedades como diabetes (30).

Hay factores que se ven involucrados en la salud de los individuos algunos nos van perjudicando el organismo del ser humano como una alimentación sedentaria también encontramos ahí el medio ambiente. Todo esto conlleva a las personas a presentar un estilo de vida deteriorada, la salud que deben presentar todos debe ser integral y positivo en el cual el entorno se vea involucrado para favorecer el bienestar de las personas deben presentar fortalezas, capacidades que ellos mismos pueden optar diariamente con las diferentes actividades que ellos realizan diariamente todo esto ayudaría a tener un estilo de vida optimo y saludable (30).

Los estilos de vida se ven reflejados en la vida cotidiana de los individuos como también se pueden ver reflejadas en las condiciones que se encuentran viviendo o en su entorno, el no presentar un estilo de vida deteriorado no solo afecta directamente a un integrante del miembro de la familia afecta a todos los miembros del hogar ya que les puede afectar físicamente o psicológicamente (30).

Además, para Pender los estilos de vida es llevar una adecuada alimentación y también tener una rutina diaria optima en el aspecto físico y psicológico como también es presentar conductas apropiadas de acuerdo a su salud es por ello que es muy conveniente tener una balanceada alimentación. Para Nola el presentar un vida sedentaria contribuye a que su salud de las personas se vean afectados en varias dimensiones tanto en su propio organismos como también en su entorno en su familia

en su comunidad, uno de los factores que involucrada que los individuos lleven una vida sedentaria es su comportamiento que cada uno puede ir formando diariamente durante todo su vida como el presentar conductas inadecuadas, el no realizar deporte todos esto pueden ir involucrándose a presentar riesgo en su salud como en enfermarse rápidamente (30).

Promoción de la salud es muy importante para todos porque es la razón que constituye una estrategia básica para el buen desarrollo de habilidades y conocimientos personales todo esto construye a mejorar la calidad de vida que pueden ir optando todos las personas en su alimentación para así lograr disminuir enfermedades, el sedentarismo, alimentos nocivos, la falta de actividad física, el no presentar dichas enfermedades nos conlleva a presentar un proceso de salud positivo para nuestro organismo y así tener una esperanza de vida más larga (31).

Así mismo Nola Pender considera cuatro conceptos metaparadigmaticos:

Persona: Es el individuo y el centro de la teorista. Cada persona tiene una forma única por su propio patrón cognitivo-perceptual y sus factores variables. Todas las personas se diferencian por diferentes aspectos ya que sus características y diferencias son individuales, además de la valoración de las creencias en salud (32).

Enfermería: El bienestar como especialidad de la enfermería, ha tenido su auge durante el último decenio, responsabilidad personal en los cuidados sanitarios es la base de cualquier plan de reforma de tales ciudadanos y la enfermera se constituye en el principal agente encargado de motivar a los usuarios para que mantengan su salud personal (32).

Salud: Es el más importante que cualquier otro enunciado además de ello es el bienestar de toda persona en diferentes aspectos físico y psicológico. La salud es la base primordial de toda persona y también determina el comportamiento de cada individuo también permite identificar las dificultades que presentan y que permiten cambiar o disminuir una conducta de riesgo con el fin de mejorar la calidad de vida, para establecer un estado óptimo de salud ya sea físico, psicológico y social (32).

Entorno: No se describe con precisión, pero se representan las interacciones entre los factores cognitivo- perceptuales y los factores modificantes que influyen sobre la aparición de conductas promotoras de salud como también las personas de su propio entorno (32).

Las dimensiones del estilo de vida que son consideradas en esta investigación son: nutrición, actividad y ejercicio, manejo del estrés, responsabilidad en su salud, apoyo interpersonal y autorregulación las dimensiones mencionadas son esenciales para dicha investigación.

Dimensión de alimentación saludable: Es un proceso mediante el cual todas las personas consumimos diferentes tipos de alimentos para obtener nutrientes esenciales y las vitaminas primordiales para poder sobrevivir y poder realizar nuestras actividades día a día además de ello ingerimos alimentos que fortalezcan nuestro organismo (33).

Es un acto voluntario que requiere de diferentes procesos, la nutrición es el proceso mediante el cual luego de alimentación, el organismo busca los nutrientes en los alimentos consumidos para transformarlos en energía todo esto ayuda a los seres vivos a que puedan presentar una vida adecuada. Una alimentación saludable es muy importante para el organismo de todas las personas ya que consumirán alimentos balanceados, lo cual satisface las necesidades nutritivas para un correcto desarrollo de

crecimiento y un desarrollo nutricional adecuado a cada individuo además de ellos ayudara a tener mejor calidad de vida en esta etapa que la adultez en donde ayudaría mucho a prevenir enfermedades (33).

Dimensión de actividad y ejercicio: Es considerado a cualquier movimiento del cuerpo que se ejercita los músculos esqueléticos y que hay un gasto de energía producidos por el cuerpo humano es de suma importancia ya ayuda al cuerpo humano a estar bien psicológicamente y físicamente (34).

En los adultos es muy importante que todos realicen actividades recreativas, caminar un tiempo prudente además de ellos también pueden participar con las tareas en casa diariamente ya que todas estas actividades ayudaran mucho a la salud de las personas previniendo diferentes tipos de enfermedades y tener un estado físico normal sin riesgos (33).

Dimensión de manejo del estrés: El estrés afecta negativamente a la salud es una tensión física y psicológicamente cuando existen problemas entre las exigencias que se pueden presentar diariamente. Es muy importante que todas las personas al presentar este tipo de problemas deben recibir ayuda también pueden realizar actividades creativas que puedan ayudar a mejorar su calidad de vida (35).

El estrés es un conjunto de acciones fisiológicas que se pueden dar cuando una persona está en un estado d tensión, que pueden ser provocadas por situaciones estresantes como en el trabajo, en casa, o entre otros tipos de lugares, es por ellos que es muy importante que todas las personas tengan un espacio creativo en vida cotidiana. el individuo debe tener un espacio armonio en donde pueda mantener su mente y su espíritu saludable y así poder prevenir enfermedades.

Dimensión en responsabilidad en salud: La responsabilidad es muy importante en toda persona ya que les ayuda mucho a poder tomar decisiones adecuadas con mucho respeto y conscientemente para su familia como para las personas de su alrededor con mucha responsabilidad (36).

Con respecto a la responsabilidad es muy importante en la vida de todos ya que implica valores y tener conocimientos de respeto ante cualquier situación también ayudaría a prevenir algunos riesgos en salud y tomar decisiones orientadas y responsables cuando presenten algún problema. Toda persona es responsable de sus actos que puede hacer y afrontarlos con responsabilidad.

Dimensión de apoyo interpersonal: son acciones que se dan entre dos o más personas estas acciones tienen que basarse en sentimientos, como dar amor, respeto a los demás y a uno mismo (37).

Las relaciones interpersonales son muy importantes ya que se relacionan entre varias personas en las cuales se pueden ver diferentes sentimientos entre ellos, como el cariño y la bondad el respeto la admiración entre ellos, el presentar interés por uno mismo los diferentes ámbitos como el trabajo y las algunas actividades que pueden realizar en su entorno. Las relaciones interpersonales presentan un lugar muy especial en las familias, comunidades, amigos entre todos ellos deben presentar armonía, paz comunicación para poder llevar una vida sana

Dimensión de autorrealización: La autorrealización es la satisfacción de haber alcanzado y cumplido una o más metas personales que forman parte del desarrollo y del potencial humano. Además, los individuos exponen al máximo sus capacidades, habilidades o talentos a fin de ser y hacer aquello que se quiere. Es decir, se refiere al logro de un objetivo personal por medio del cual se puede contemplar la felicidad (38).

El deseo de autorrealización es motivado por la búsqueda individual que nos encamina a cumplir con una serie de expectativas y dar respuestas a dudas o cuestionamientos que marcan un determinado momento existencial además de ellos están presente en todas las áreas del desarrollo humano, es decir, la familia, las relaciones personales, los estudios, el trabajo, las relaciones sociales, el amor, los proyectos, los emprendimientos, entre otros. Es muy importante y valioso el tiempo invertido, el esfuerzo y el trabajo realizado por cumplir con la vocación que cada persona tiene (38).

La autorrealización nos permite estar en condiciones que todas personas podemos lograr nuestros objetivos personales ya sea de manera posita frente a nuestro entorno como también podemos satisfacer nuestras necesidades básicas diariamente y poder lograr oportunidades en nuestras vidas (39).

La autorregulación es una competencia que permite a los adultos maduros a poder realizar estrategias de aprendizaje necesarias para alcanzar los objetivos establecidos. Y así puedan adquirir habilidades en las cuales puedan estar bien con ellos mismos es por ello que es importante que todas las personas adultas se puedan desarrollar como persona ellos mismos y como también poder apoyar de esa manera a todo su entorno (39).

III. HIPOTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

H0: Existe relación significativa entre el estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto maduro en el Asentamiento Humano 25 de Mayo Chimbote 2018.

H1: No existe relación significativamente entre estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto maduro en el Asentamiento Humano 25 de Mayo Chimbote.

IV. METODOLOGÍA

4.1 Diseño de la investigación

Diseño de la investigación

Descriptivo y correlacional: Es un estudio donde miden y evalúan con precisión el grado de relación que existe entre dos conceptos o variables precisión el grado de relación que existe entre dos conceptos o variables en un grupo de sujetos durante la investigación (40)

Tipo y nivel

Estudio cuantitativo y corte transversal: Son aquellas en gran cantidad en términos numéricos (41).

Corte transversal: Se determina la presencia de una condición estado de salud en una población.

4.2 Población y muestra:

Universo muestral

El universo muestral estuvo constituido por 250 adultos maduros del Asentamiento Humano 25 de Mayo del Distrito de Chimbote de la Provincia del Santa del Departamento de Ancash.

Unidad de análisis

Cada adulto maduro del Asentamiento Humano 25 de Mayo - Chimbote, 2018 formará parte de la muestra y cumplen los criterios de inclusión de la investigación.

Criterios de inclusión

- Adulto maduro que viven más 3 años en Asentamiento Humano 25 de Mayo
Chimbote
- Adulto maduro de ambos sexos del Asentamiento Humano 25 de Mayo
- Adulto maduro que acepto participar en el estudio del Asentamiento Humano
25 de Mayo

Criterios de exclusión

- Adulto maduro que presente algún trastorno mental en el Asentamiento
Humano 25 de Mayo
- Adulto maduro que presente problemas de comunicación en el Asentamiento
Humano 25 de Mayo
- Adulto maduro con alguna alteración patológica en el Asentamiento Humano
25 de Mayo

4.3 Definición y operacionalización de variables

Estilo de vida del adulto maduro

Definición conceptual

Los hábitos, conductas y comportamientos de los individuos y grupos de población que conllevan a la satisfacción de las necesidades humanas para alcanzar el bienestar y la vida y llevar un estilo de vida saludable en su vida cotidiana (42).

Definición Operacional

Se utilizará la escala nominal

Estilo de vida saludable: 75 - 100 puntos

Estilo de vida no saludable: 25 - 74 puntos

FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO MADURO

Definición conceptual

Características o circunstancias de las personas que se manifiesten. Los factores son el estado civil, escolaridad, grado de instrucción, ocupación, religión

FACTORES BIOLÓGICOS

Sexo

Definición conceptual.

En biología, el sexo es el conjunto de características diferentes entre hombre y mujer (43).

Definición operacional

Se utilizará escala nominal

- Masculino
- Femenino

FACTORES CULTURALES

Religión

Definición conceptual

La religión puede definirse como un sistema cultural de comportamientos y prácticas, ética y organización social, que relaciona la humanidad existencial (44).

Definición Operacional

Escala nominal

- Católico
- Evangélico
- Testigo de Jehová
- Pentecostés
- Otros

Grado de Instrucción

Definición conceptual

Se habla de nivel de instrucción para hacer referencia al grado académico que se ha alcanzado en la educación formal (45).

Definición Operacional

Escala ordinal

- Analfabeto(a)
- Primaria Completa
- Primaria Incompleta
- Secundaria Completa
- Secundaria Incompleta
- Superior Completa
- Superior Incompleta

FACTORES SOCIALES

Estado Civil

Definición conceptual.

Se entiende por estado civil a la condición particular que caracteriza a una persona en lo que hace a sus vínculos personales con individuos de otro sexo o de su mismo sexo (46).

Definición Operacional

Escala nominal

- Soltero(a)
- Casado
- Conviviente
- Separado
- Viudo

Ocupación

Definición conceptual

Es aquella ocupación con sentido en la que la persona participa cotidianamente y que puede ser nombrada por la cultura como contratado se le denomina empleado o también algún trabajo que presente (47).

Definición Operacional

Escala nominal

- Obrero(a)
- Empleado(a)

- Agricultor
- Ama de casa
- Estudiante
- otros.

Ingreso Económico

Definición conceptual

Son los ingresos las ganancias de un presupuesto de una entidad, ya sea pública o privada, individual o grupal, y también es el consumo de productos producidos por el hogar, es ahí donde están involucrados los ingresos económicos (48).

Definición Operacional

Escala de intervalo

- Menor de 100 nuevos soles
- De 100 a 500 nuevos soles
- De 600 a 1,000 nuevos soles
- Mayor de 1000 nuevos soles

4.4 Técnicas e Instrumentos de la recolección de datos:

Técnicas

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

Instrumentos

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

Instrumento N° 01

Escala del Estilo de vida

Instrumento elaborado en base al Cuestionario de Estilo de Vida Promotor de Salud Elaborado por Walker, Sechrist y Pender, y modificado por las investigadoras de línea de la escuela profesional de Enfermería Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote: 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 ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud.

Está constituido por 25 ítems distribuidos de la siguiente manera

Alimentación:	1, 2, 3, 4, 5,6
Actividad y Ejercicio:	7, 8,
Manejo del estrés:	9, 10, 11, 12
Apoyo interpersonal:	13, 14, 15, 16
Autorrealización:	17, 18, 19
Responsabilidad:	20, 21, 22, 23, 24, 25

Cada ítem tiene el siguiente criterio de calificación:

NUNCA:	N = 1
A VECES:	V = 2
FRECUENTEMENTE:	F = 3
SIEMPRE:	S = 4

En el ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es N=4; V=3; F=2; S=1 Los puntajes obtenidos para la escala total resultan del promedio de las diversas respuestas a los 25 ítems, de la misma manera se procede en cada sub escala

Instrumento No 02

Cuestionario sobre los factores biosocioculturales del adulto

Elaborado por delgado, R; Díaz R, Reyna E modificado por Reyna E, en universidad católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación (ver anexo N° 02)

Está constituido por 9 ítems distribuidos en 4 partes:

- Datos de Identificación, donde se obtiene las iniciales o seudónimo de la persona entrevistada (1 ítems).
- Factores Biológicos, donde se determina la edad y el sexo de la persona (02 ítems)
- Factores Culturales, donde se determina la escolaridad y la religión (02 ítems)
- Factores Sociales, donde se determina el estado civil, la ocupación y el ingreso económico (3 ítems).

Control de Calidad de los datos:

Validez externa:

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

Validez Interna

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

Confiabilidad

Será medida y garantizada mediante la prueba de Alpha de Crombach, y el método de división en mitades. Procedimiento y análisis de los datos

Procedimiento para la recolección de datos:

Para la recolección de datos del presente trabajo de investigación se considerará los siguientes aspectos:

- Se informó y pidió consentimiento del adulto maduro del Asentamiento Humano 25 de Mayo Chimbote, haciendo hincapié que los datos recolectados y resultados obtenidos mediante su participación son estrictamente confidenciales.
- Se coordinó con los adultos maduro del Asentamiento Humano 25 de Mayo su disponibilidad y el tiempo para la fecha de la aplicación del cuestionario
- Se procedió a aplicar los instrumentos a cada participante del Asentamiento Humano 25 de Mayo .
- Se realizó lectura del contenido o instrucciones de la escala y del cuestionario, para llevar a cabo las respectivas entrevistas a los adultos maduros del Asentamiento Humano 25 de Mayo .
- Los instrumentos fueron aplicados en un tiempo de 20 minutos, las respuestas serán marcadas de manera personal y directa.

4.5 Plan de Análisis:

Los datos fueron ingresados en el paquete SPSS/info/software versión 18.0, se presenta los datos en tablas simples y doble entrada para luego elaborar sus respectivos gráficos. Para establecer la relación entre variables de estudio se utilizó la prueba de independencia de criterios Chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de $p < 0.05$.

4.6 Matriz de consistencia

TITULO	ENUNCIADO	OBEJTIVOS GENERAL	OBJETIVOS ESPECIFICOS	METODOLOGIA
Estilos de vida y factores biosocioculturales en el Adulto maduro del Asentamiento Humano 25 de mayo – Chimbote ,2018	Existe relación entre estilos de vida y factores biosocioculturales en el Adulto maduro del Asentamiento Humano 25 de mayo – Chimbote ,2018	Determinar la relación entre Estilos de vida y factores biosocioculturales en el Adulto maduro del Asentamiento Humano 25 de mayo – Chimbote ,2018	Valorar los estilos en el Adulto maduro del Asentamiento Humano 25 de mayo – Chimbote ,2018 Identificar los factores biosocioculturales edad, sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico en el Asentamiento Humano 25 de Mayo de Chimbote, 2018	Tipo y nivel: Cuantitativo, descriptivo Corte transversal. Diseño: Correlación Técnicas: Entrevista y observación

4.7 Principios éticos

El presente estudio de investigación fue aplicado bajo los principios éticos que rigen la actividad investigativa ULADECH, católica versión 002. Aprobado por acuerdo del consejo Universitario con Resolución N° 0973-2019. Los instrumentos se respetaron y se cumplieron los criterios éticos (49).

Protección a las personas:

En el ámbito de la investigación es en las cuales se trabaja con personas, se debe respetar la dignidad humana, la identidad, la diversidad, la confidencialidad y la privacidad. Este principio no solamente implicará que las personas que son sujetos de investigación participen voluntariamente en la investigación y dispongan de información adecuada, sino también involucrará el pleno respeto de sus derechos.

Cuidado del medio ambiente y de la biodiversidad:

En las investigaciones que se incluyan plantas o animales, se realizan con mucho cuidado para así poder evitar algún daño o algo que pueda afectar de manera directa o indirecta al cuidado al medio ambiente y de la biodiversidad y se tomaron todas las medidas correspondientes.

Libre participación y derecho a estar informado:

En toda investigación se debe contar con la manifestación de las personas como también tuvieron derecho a estar informados sobre los propósitos y la finalidad de la investigación, así como también tuvieron la libertad en decidir si participar en dicha investigación por su propia voluntad.

Beneficencia y no maleficencia:

Se aseguró el bienestar de los adultos maduros que participaron en la investigación, la conducta del investigador debe responder a las siguientes reglas generales, no causar daño y disminuir los posibles efectos adversos y maximizar los beneficios de los participantes.

Justicia:

El investigador ejerció un juicio razonable y tomó las precauciones necesarias para asegurarse de que sus sesgos y las limitaciones de sus capacidades y conocimiento, no den lugar o toleren prácticas injustas. Además, el investigador también trató equitativamente a quienes participaron en la investigación.

Integridad científica:

El investigador tiene en función las normas deontológicas de su profesión, se evaluaron y declaran daños, riesgos y beneficios que puedan afectar a quienes participan en una investigación.

V. RESULTADOS

5.1. RESULTADOS

TABLA N° 1

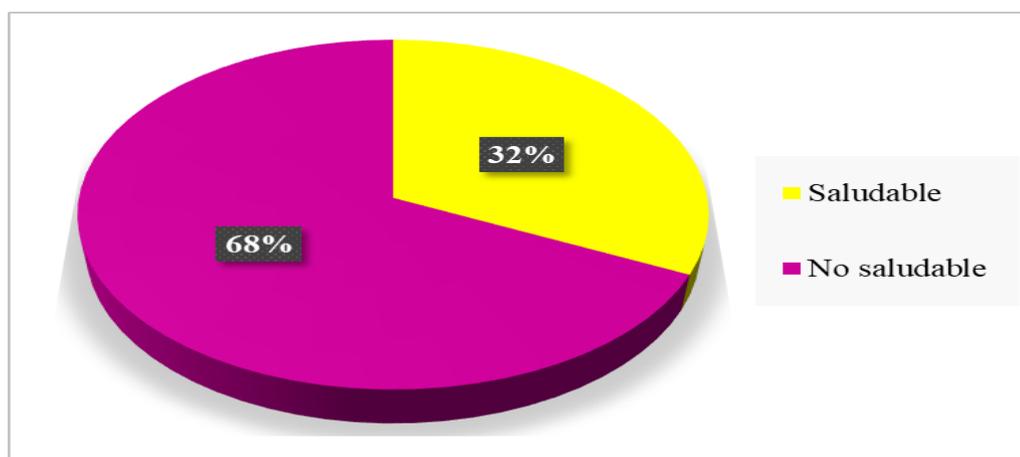
***ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MADURO DEL ASENTAMIENTO
HUMANO 25 DE MAYO - CHIMBOTE, 2018***

Estilo de vida	Frecuencia	Porcentaje
Saludable	80	32,0
No saludable	170	68,0
Total	250	100,0

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos maduros del Asentamiento Humano 25 de Mayo _ Chimbote, 2018

GRÁFICO N° 1

***ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO MADURO DEL ASENTAMIENTO
HUMANO 25 DE MAYO - CHIMBOTE, 2018***



Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos maduros del Asentamiento Humano 25 de Mayo _ Chimbote, 2018.

TABLA 02

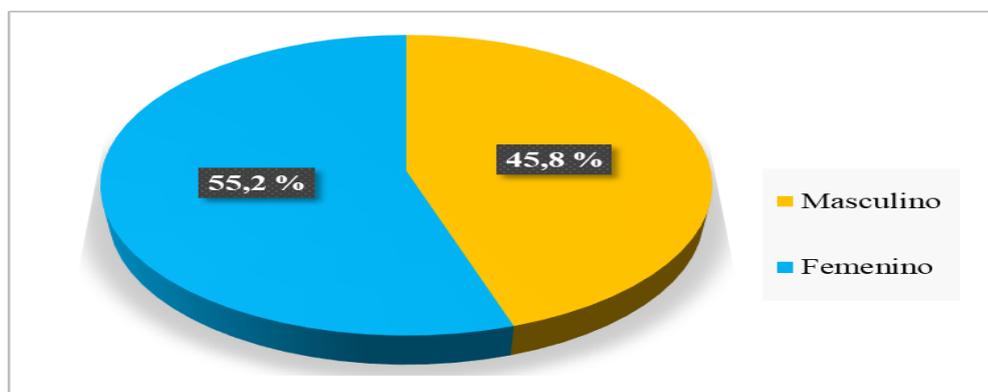
***FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MADUROS DEL
ASENTAMIENTO HUMANO 25 DE MAYO _ CHIMBOTE, 2018.***

FACTOR BIOLÓGICO		
Sexo	N	%
Masculino	112	44,8
Femenino	138	56,4
Total	250	100,0
FACTORES CULTURALES		
Grado de instrucción	N	%
Analfabeto (a)	33	13,2
Primaria completa	137	54,8
Primaria incompleta	29	11,6
Secundaria completa	21	8,4
Secundaria incompleta	30	12,0
Superior completo	0	0,0
Superior incompleto	0	0,0
Total	250	100,0
Religión	N	%
Católico (a)	150	60,0
Evangélico	68	27,2
Testigo de jehová	32	12,8
Pentecostal	0	0,0
Otros	0	0,0
Total	250	100,0
FACTORES SOCIALES		
Estado civil	N	%
Soltero(a)	14	5,6
Casado(a)	82	32,8
Conviviente	142	56,8
Separado(a)	12	8,0
Viudo (a)	0	0,0
Total	250	100,0
Estado de ocupación	N	%
Obrero	64	25,6
Empleado	69	27,6
Agricultor	13	5,2
Ama de casa	104	41,6
Estudiante	0	0,0
Otros	0	0,0
Total	250	100,0
Ingreso económico (soles)	N	%
Menor de 100	0	0,0
De 100 a 500	114	45,6
De 600 a 1000	130	52,0
De 1000 a mas	6	2,4
Total	250	100,0

Fuente: Cuestionario sobre factores biosocioculturales elaborado por: Díaz R; Reyna E, modificado por Reyna E Aplicado a los adultos maduros del Asentamiento Humano 25 de Mayo- Chimbote, 2018

GRÁFICO N° 2

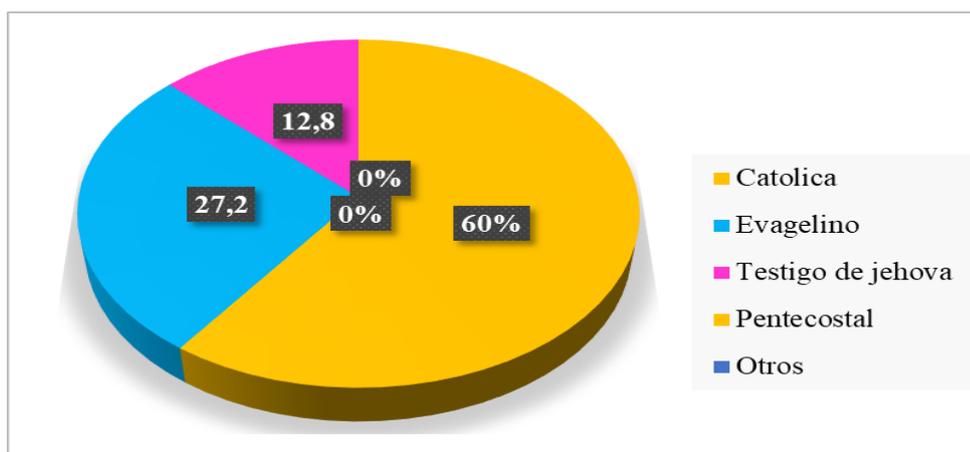
SEXO DEL LOS ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 25 DE MAYO – CHIMBOTE, 2018



Fuente: Cuestionario sobre factores biosocioculturales elaborado por: Díaz; Reyna, E; modificado por Reyna. Aplicado a los adultos maduros del Asentamiento Humano 25 de Mayo _Chimbote, 2018.

GRAÁFICO N° 3

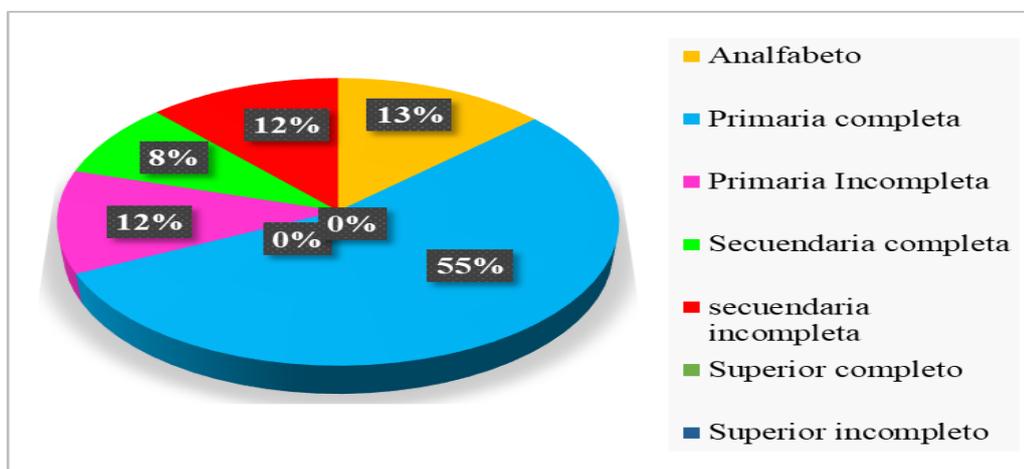
RELIGION DEL MADURO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 25 DE MAYO – CHIMBOTE, 2018



Fuente: Cuestionario sobre factores biosocioculturales elaborado por: Díaz; Reyna, E; modificado por Reyna. Aplicado a los adultos maduros del Asentamiento Humano 25 de Mayo _Chimbote, 2018.

GRÁFICO N° 4

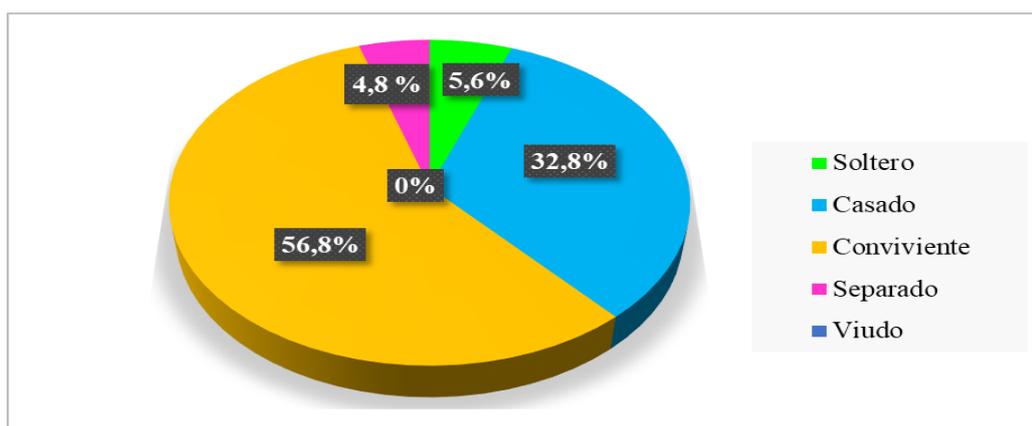
GRADO DE INSTRUCCIÓN DEL LOS ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 25 DE MAYO – CHIMBOTE, 2018



Fuente: Cuestionario sobre factores biosocioculturales elaborado por: Díaz; Reyna, E; modificado por Reyna. Aplicado a los adultos maduros del Asentamiento Humano 25 de Mayo _ Chimbote, 2018..

GRÁFICO N° 5

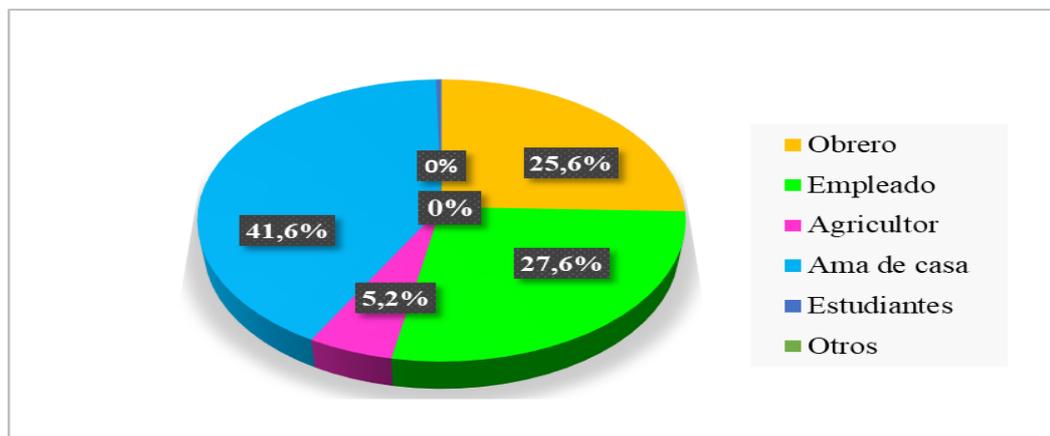
ESTADO CIVIL DEL LOS ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 25 DE MAYO – CHIMBOTE, 2018



Fuente: Cuestionario sobre factores biosocioculturales elaborado por: Díaz; Reyna, E; modificado por Reyna. Aplicado a los adultos maduros del Asentamiento Humano 25 de Mayo _ Chimbote, 2018..

GRÁFICO N° 6

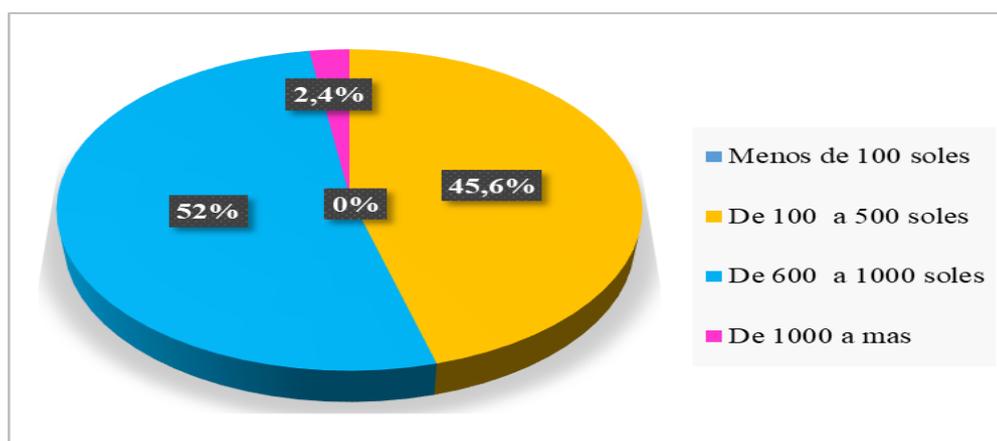
OCUPACIÓN DEL MADURO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 25 DE MAYO – CHIMBOTE, 2018



Fuente: Cuestionario sobre factores biosocioculturales elaborado por: Díaz; Reyna, E; modificado por Reyna. Aplicado a los adultos maduros del Asentamiento Humano 25 de Mayo _Chimbote, 2018.

GRÁFICO N° 7

INGRESO ECONOMICO DEL MADURO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 25 DE MAYO – CHIMBOTE, 2018



Fuente: Cuestionario sobre factores biosocioculturales elaborado por: Díaz; Reyna, E; modificado por Reyna. Aplicado a los adultos maduros del Asentamiento Humano 25 de Mayo _Chimbote, 2018.

RELACIÓN ENTRE LOS FACTORESBIOSOCICULTURALES Y EL ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MADURO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 25 DE MAYO

– CHIMBOTE, 2018.

TABLA N° 03

FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MADURO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 25 DE MAYO – CHIMBOTE, 2018.

Sexo	Estilo de vida				Total		No existe relación significativa entre las variables.
	Saludable		No saludable		n	%	
	n	%	n	%			
Masculino	79	31,6	33	13,2	112	44,8	
Femenino	93	37,2	45	18,0	138	55,2	
Total	172	31,2	78	31,2	250	100,0	

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado al adulto maduro del Asentamiento Humano 25 de Mayo – Chimbote, 2018.

TABLA 04

**FACTORES CULTURALES Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MADURO
DEL ASENTAMIENTO HUMANO 25 DE MAYO – CHIMBOTE, 2018**

Grado de instrucción	Estilo de vida				Total		
	Saludable		No saludable		N	%	
	n	%	n	%			
Analfabeto (a)	20	8,0	39	13	33	13,2	No existe relación significativa entre las variables.
Primaria completa	68	27,2	69	27,6	137	54,8	
Primaria incompleta	18	7,2	11	4,4	29	11,6	
Secundaria completa	18	7,2	3	1,2	21	8,4	
Secundaria incompleta	26	10,4	4	1,6	30	12,0	
Superior completa	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	
Superior incompleta	0	0,0	0	0,0	0	0,0	
Total	150	60	7	2,8	250	100,0	

Religión	Estilo de vida				Total		
	Saludable		No saludable		n	%	
	n	%	n	%			
Católico	111	44,4	39	15,6	150	60,0	No existe relación significativa entre las variables.
Evangélico (a)	39	15,6	29	11,6	68	27,2	
Testigo de Jehová	32	8,8	10	4,0	32	12,8	
Pentecostal	0	0,0	0	0,0	0	0,0	
Otros	0	0,0	0	0,0	0	0,0	
Total	172	68,8	78	31,2	250	100,0	

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado al adulto maduro del Asentamiento Humano 25 de mayo – Chimbote, 2018.

TABLA 05**FACTORES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MADURO****DEL ASENTAMIENTO HUMANO 25 DE MAYO – CHIMBOTE, 2018.**

Estado Civil	Estilo de vida				Total		Más del 20 % de las frecuencias esperadas son mayores que 5 por lo tanto no cumple con las condiciones para aplicar la prueba del Chi cuadrado
	Saludable		No saludable		n	%	
	n	%	n	%			
Soltero(a)	12	4,8	2	0,8	14	5,6	
Casado(a)	45	18,0	37	14,8	82	32,8	
Conviviente	111	44,4	31	12,4	142	56,8	
Separado(a)	4	1,6	8	3,2	12	4,8	
Viudo	0	0,0	0	0,0	0	0,0	
Total	172	61,8	78	31,2	250	100,0	

Ocupación	Estilo de vida				Total		Más del 20 % de las frecuencias esperadas son mayores que 5 por lo tanto no cumple con las condiciones para aplicar la prueba del Chi cuadrado
	Saludable		No saludable		N	%	
	n	%	n	%			
Obrero	35	14,0	29	11,6	64	25,6	
Empleado	57	22,8	12	4,8	69	27,6	
Agricultor	9	3,6	4	1,6	13	5,2	
Ama de casa	70	28,0	34	13,6	104	41,6	
Estudiantes	0	0,0	0	0,0	0	0,0	
Otros	0	0,0	0	0,0	0	0,0	
Total	171	68,4	77	30,8	250	100,0	

Ingreso Económico (Soles)	Estilo de vida				Total		
	Saludable		No saludable		n	%	
	n	%	n	%			
Menor de 100	0	0,0	0	0,0	0	0,0	Más del 20 % de las frecuencias esperadas son mayores que 5 por lo tanto no cumple con las condiciones para aplicar la prueba del Chi cuadrado
De 100 a 500	83	33,2	31	12,4	114	45,6	
De 600 a 1000	87	34,8	43	17,2	130	52,0	
De 1000 a mas	2	0,8	4	1,6	6	2,4	
Total	172	68,8	78	31,2	250	100,0	

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado al adulto maduro del Asentamiento Humano 25 de mayo – Chimbote, 2018.

5.2 Análisis de resultados:

Tabla 01: Del 100% (250) de los adultos maduros del Asentamiento Humano 25 de Mayo _ Chimbote, 2018, el 68, 0 % (170) tienen un estilo de vida no saludable y el 32, 0% (80) tienen un estilo de vida saludable.

El resultado Asemejan con lo encontrado por Palacios N, (50). Concluye que el 17 % (13) tienen un estilo de vida saludable y un 83 % (62) no saludable. Así mismo Villacorta G, (51). Donde se evidencia que el 87,6% (120) de la población adulta tienen estilos de vida no saludables y el 12,4% tienen estilos de vida saludables. Entre los estudios se difieren por Soriano A, (52). Concluye que el 76% (114) tiene un estilo de vida no favorable y un 24% (36) tiene un estilo de vida favorable.

Por lo tanto, de acuerdo a los resultados encontrados en dicha investigación en el Asentamiento Humano 25 de Mayo encontramos que la mayoría de los adultos maduros presentan un estilo de vida no saludable cabe mencionar que dicha variable va a repercutir negativamente en la salud del adulto maduro puesto que al tener un estilo de vida no saludable va a contribuir a que el adulto esté en riesgo a padecer diversas enfermedades como las más sobresalientes enfermedades cardiovasculares, diabetes, hipertensión arterial, sobrepeso obesidad y por ende trae consigo un envejecimiento prematuro conllevando a tener una muerte precoz.

Además de ellos los adultos maduros presentan un estilo de vida no saludable ya que muchos no tienen conductas y hábitos saludables diariamente que beneficien a su salud de cada persona, no consumen con frecuencia alimentos como verduras, no consumen suficiente agua, como también no realizan diariamente ejercicios todos estos aspectos conllevan a que el adulto maduro no se encuentre bien físicamente como psicológicamente y puedan conllevarles a presentar muchos riesgos a su salud.

Los adultos maduros también mencionaron que tiene una deficiente alimentación puesto suelen consumir comidas rápidas preparadas mayormente en la calle entre ellos salchipollos, hamburguesas, pollo a la brasa y comidas con demasiada fritura y harinas como también consumen gaseosa, es por ello que los adultos tienen deficientes conocimientos en cuanto a llevar una alimentación saludable; o porque trabajan todo el día y se les hace más rápido consumir comidas chatarras por otro lado no realizan actividad física diariamente, así mismo refieren auto medicarse , todo esto conlleva a que los adultos puedan tener dificultades en su salud en el aspecto físico (53).

Los estilos de vida están relacionados espontáneamente con las conductas y hábitos de cada individuo que pueden presentar en su vida diaria en la alimentación y en actividad física, todo esto influye mucho en la vida es ahí que dicho sea el caso estos estilos de vida si son negativos son profundamente perjudiciales para el bienestar del adulto maduro, porque representa un mundo complejo ya sea de forma interpersonal, personal y social repercute en su salud (53).

El estilo de vida o forma de vida es el conjunto de comportamientos o actitudes que desarrollan las personas que pueden ser saludables o poco saludables. El estilo de vida son formas generales de la vida basada en la interacción entre las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones individuales de conducta determinados por factores socioculturales y características personales (54).

Llamamos estilo de vida saludable a todo aquello que brinda bienestar y desarrollo emocional de forma integral a cada individuo, a nivel bio-psico-social, que traen consigo comportamientos que disminuyen los riesgos de enfermar tales como: un adecuado control y tratamiento de las tensiones y emociones negativas, un buen régimen de ejercicios, sueño y distracción, evitar uso de sustancias nocivas (55).

Las personas desde temprana edad, están adquiriendo hábitos y conductas que poco a poco integran lo que sería su estilo de vida. Es muy importante promover en todas las etapas de la vida, la adopción de hábitos que los lleven a construir estilos de vida saludables, de los cuales forman parte una alimentación adecuada, descanso, actividad física, actividades recreativas, responsabilidad personal (56).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) hace mención que los estilo de vida no saludable son aquellas que se establece como comportamientos hábitos o conductas que adoptan las personas en contra de su salud; Es el estilo de vida no saludable conllevan al ser humano al deterioro de aspecto biológico, psicológico y social, llevándolo a generar grandes pérdidas físicas en su integridad personal; es así que menciona que la alimentación incorrecta es aquella que lleva a un deterioro físico mental corporal lo cual perjudica la salud y las relaciones interpersonales entre ellas las alteraciones del sueño, el no descansar las horas ,indicadas , predispone a la persona a alteraciones nerviosas y el cambio del carácter, como uno de los cambios de no poder desarrollar las actividades diarias adecuadamente (57).

Muchas veces el alimentarse adecuadamente a temprana edad es muy beneficioso para la salud a lo largo de los años. El consumir frutas, verduras y líquidos contienen una serie de compuestos que favorecen al buen funcionamiento del organismo lo cual ayuda a disminuir el riesgo de poder presentar a lo largo de los años diferentes tipos de enfermedades

Como también correspondiente a la dimensión de apoyo interpersonal, los adultos maduros refieren que en algunas ocasiones si reciben apoyo de sus familiares y amigos más cercanos en el cual esto contribuye a que el adulto sienta que tiene el apoyo de sus familiares o de las personas más cercanas es muy importante ya que esto contribuye

al bienestar que pueda sentir cada persona además de ello el recibir apoyo es un factor de protección importante para enfrentar las mayores dificultades de la vida que pueda presentar durante su vida diaria el adulto maduro, como también ayuda a fortalecer el vinculo social con el entorno. Como también cuando la persona presente logros satisfactorios así su persona siempre va tener a quien poder compartirlo su felicidad su alegría, las metas logradas (58).

Como también el no recibir apoyo de las personas del entorno más cercano muchas veces es una dificultad ya que no tenemos con quien compartir nuestro problemas o alegrías en algunas ocasiones esto puede convertirse en un problema ya que puede afectarlos de manera emocional porque piensan que están solos que nadie les pueda apoyar en todas las dificultades que puedan darse en vida cotidiana. Muchas veces el apoyo de la familia o del entorno es muy importante para la persona ya así siente el afecto de amor a su persona.

Cabe resaltar que en la dimensión de autorrealización ayuda a las personas a poder sentirse bien con todas las actividades que ellos realizan como persona es por ello que mediante la entrevista se le indico a los adultos maduros sobre la importancia de que cada uno de ellos se sienta bien al momento de realizar todas sus actividades diarias como también el poder proponerse meta y propósitos para poder realizar con su familia o su entorno o ellos mismo que les permita convivir en un ambiente saludable (59).

Es muy importante que el adulto maduro realice actividades que le permitan sentirse útil frente a los demás y que les permita auto realizarse como persona y poder sentirse bien asimismo muchas veces esto ayuda a las personas a poder prevenir el cansancio, el estrés, es por ello que es importante que las personas realicen actividades que les ayude a favorecer el bienestar de cada persona y poder tener una mejor calidad de vida.

También los adultos maduros manifiestan que muchas veces realizan actividades o metas de superación para su familia, pero no para ellos mismo, a ellos les hubiera gustado ser alguien mejor en la vida tener una oportunidad de superación ya sea profesionalmente o poder tener una mejor calidad de vida. También el adulto maduro manifiesta la necesidad de auto realizarse, capaz de llevar a cabo actividades recreativas, o realizar algún trabajo que permiten mantener su autoestima adecuado, ya que al realizar alguna actividad se puede entretener en algo y así poder relacionarse más con las demás personas.

La actividad física ayuda a disminuir las enfermedades como también ayuda a poder tener una mejor calidad de vida como persona es por ello el no realizar actividad física hace que la salud se deteriore y así también hace a la persona sea más propensa al cansancio continuo, no pudiendo desarrollar actividades de su vida diaria; como también les conlleva a poder presentar estrés, dolores de cabeza, como también pueden presentar sobrepeso, obesidad todo esto conlleva a que los adultos puedan estar en riesgo su salud. Es por ello que toda persona debe realizar actividad física por menos 30 minutos diariamente para así poder estar bien en diferentes aspectos (60).

Los adultos maduros manifiestan que caminan algunas veces al mercado, pero solo por pocos minutos, pero solo ejercitan cuando tienen necesidad de trasladarse algún lugar, no con el propósito de fortalecer sus músculos ya que considera que no tienen mucho tiempo para realizar actividades físicas y además de ello no lo consideran muy importante realizarlo.

Por lo tanto, de acuerdo a los resultados de esta variable los adultos maduros están en riesgo, puesto que tienen un deficiente estilo de vida no saludable, es por ello que se debe fomentar estilos de vida saludable, se debe implementar programas de

prevención que permitan a la población seguir adoptando estilos de vida saludables, favoreciendo la abstención en el uso de tabaco, el consumo moderado de alcohol y fomentar el ejercicio físico, el consumo de una dieta adecuada. Así mismo desarrollar acciones informativas, educativas e intervenciones sobre el entorno que faciliten la adquisición y el mantenimiento de estilos de vida.

Sugerir al personal de salud, para sensibilizar a los adultos maduros, con la finalidad de potenciar que mejoren sus actitudes en cuanto al estilo de vida. Realizando temas correspondientes sobre los estilos de vida ya que ayudaría a poder incentivar a los adultos a poder mejorar sus estilos de vida ya que de esa forma cada uno de ellos adquiriera conocimientos acerca de las causas, consecuencias que les pueda contraer el no tener un estilo de vida saludable como también está las medidas de prevención que ayudaría a poder mejorar los hábitos negativos que se está generando en la salud de cada uno de ellos.

Tabla 02: Se evidencia que en los factores biosocioculturales del 100 % (250) de los adultos maduros del Asentamiento Humano 25 de Mayo Chimbote, el 55,2 (138) son del sexo femenino; en cuanto a los factores culturales, el 60,0 % (150) son católicos, el 54,8 (137) su nivel de instrucción es primaria completa, los factores sociales; el 56,8 % (142) son convivientes; el 41,6 % (130) son amas de casa; el 52,0 % (130) su ingreso económico es de 600 a 1000 soles.

Asimismo, se encontraron investigaciones similares a los resultados de Flores N, (61). Concluye que el 56,1 % son del sexo femenino, con respecto a los factores culturales el 44,2 % tienen primaria completa, 50 % son católicos, el 60 % son casados, el 45% son, amas de casa 60 % su ingreso económico es de 600 a 1000 soles.

Los resultados difieren a Ordeano C, (62). Concluye que el 57 % (68) son de sexo femenino. Con respecto a los factores culturales, el 46% (55) de los adultos tienen primaria completa y el 80% (96) son católicos. En lo referente a los factores sociales, el 60% (72) son casados, el 40% (48) son agricultores y el 69% (83) tienen un ingreso económico de 100 a 599 soles mensuales. Asimismo, difieren al de Mendoza R, (63). Donde el 56,7% son de sexo masculino; en factor cultural el 27,8% tienen grado de instrucción de secundaria incompleta; el 93,3% son de religión católica. En los factores culturales el 35,6% tienen como estado civil unión libre, de ocupación el 27,8% son agricultores y el 67,8% tiene un ingreso económico de 100 a 599 nuevos soles.

El sexo es un proceso de combinación y mezcla de rasgos genéticos a menudo dando por resultado la especificación de organismos en variedades femenina y masculina (más conocidos como sexo) al ser humano de género femenino se le llama mujer. Durante la reproducción sexual, el material genético de dos individuos se combina para producir una descendencia genéticamente diferente de sus progenitores. Las especies que se reproducen sexualmente deben tener dos tipos diferentes de individuos femenino y masculino (64).

Encontramos que más de la mitad son del sexo femenino ya sea porque muchas veces las mujeres se dedican más al hogar al cuidado de los hijos y es por ello que muchas veces las mujeres piensan que solo su deber es el hogar y no salir adelante ver por un futuro mejor para ellas o tener un tiempo adecuado de recreación o de poder sentirse útil en su entorno principalmente ella como persona.

El Grado de Instrucción es considerado un indicador del nivel de educación de una persona ya que es utilizada como variable aproximada al nivel socioeconómico de las personas, por sus fuertes ingresos y el nivel de vida de todas las personas en su entorno, como también es básico para el futuro de cada persona (65).

La educación es la formación práctica que se le da a una persona en su desarrollo y crecimiento; es un proceso mediante el cual al individuo se le suministran de herramientas y conocimientos fundamentales para ponerlos en práctica en la vida cotidiana; desde el inicio de su infancia hasta culminar su educación además de ello es ahí donde la persona implanta su identidad, valores éticos y culturales. La educación es muy importante en la vida cotidiana de los adultos maduros ya que puede influir de una manera directa en su familia y en ellos mismos para poder tener una mejor calidad de vida en lo que respecta y también influye mucho en poder apoyar a sus hijos en las tareas o algunas actividades en lo que respecta de la ayuda de ellos.

En dicha investigación más de la mitad de las personas tienen grado de instrucción primaria completa esto influye un poco en el nivel de vida que puedan presentar las familias además de ellos también implica en adquirir conocimientos sobre la vida diaria. La educación puede, por tanto, influir en los estilos de vida, las personas instruidas viven mejor que las que no lo son, aun cuando tengan los mismos ingresos y más posibilidades de cultivar sus intereses y ocupaciones, es más probable que participen en actividades saludables o como también realizar actividades en su familia que puedan contribuir a tener una mejor calidad de vida.

Los adultos maduros que presentan en dicha investigación el nivel de educación primario como el no tener un grado de instrucción influye mucho en la vida cotidiana de cada uno de ellos ya que muchas veces desconocen sobre temas relacionados a la

salud o como también con la alimentación ya que ellos desconocen o no tienen conocimiento sobre ello. Es por ello que muchas veces los adultos maduros prefieren optar por conductas deficientes y degenerativas para su salud y así optando por llevar un estilo de vida no saludable. Es por ello que es muy importante la educación para así poder tener un nivel de conocimiento apto para todos aspectos en nuestra vida principalmente para nuestra salud.

Como también la educación en los adultos maduros es un proceso que capacita al individuo para mejorar sus propias condiciones de vida y su bienestar en general, incluyendo su estado de salud, la educación sanitaria y la promoción de la salud también son un proceso que capacita a la persona para responsabilizarse de su salud; la participación de la comunidad y de los educadores es un principio compartido por la educación para la salud y la educación de adultos.

En la presente investigación algunas de los adultos maduros no lograron terminar sus estudios y algunos motivos fueron que a muy temprana edad se hicieron de familia, no tuvieron el apoyo necesario para seguir estudiando, por ende, se constituye un factor de riesgo para cuidar adecuadamente su salud y la de sus hijos, ya que la educación contribuye a mejorar la calidad de vida y a erradicar el círculo vicioso de la pobreza y la enfermedad.

La religión es un conjunto de ideas, las cuales son aceptadas por un conjunto de personas con un mismo fin. Estas ideas han ido desarrollándose a lo largo de los siglos, adaptándose a las necesidades del hombre. La religión tiene una especie de instinto de supervivencia, pues a pesar de que la idea central de la religión continúa constante, (por ejemplo, el cristianismo tiene la Biblia, libro sagrado al cual respetan y aceptan ciegamente, y en el cual están plasmadas las bases de su idealismo (66).

En dicha investigación se encontraron los resultados que la mayoría son católicos, pero nos hacen referencia los adultos maduros siempre tienen presente a Dios en todo momento de su vida y tienen una fe única en Dios nos refieren que para toda actividad o algún proyecto en su vida siempre se encomiendan en todo a Dios y que tienen una fe única.

Por otro lado, el estado civil se entiende por la condición particular que caracteriza a una persona en lo que hace a sus vínculos personales con individuos de otro sexo o de su mismo sexo: soltero, casada, viuda, etc. El concepto de estado civil existe desde el momento en que el ser humano crea la institución del matrimonio, pero el mismo se vincula específicamente (67).

Se evidencia en el estudio realizado en lo que respecta al factor social que más de la mitad son convivientes refieren que por motivos económicos no llegaron a casarse como también algunos refieren que quieren conocer bien a su pareja, nos refieren que a pesar que no estén casados en su familia siempre todos tendrán los mismos derechos. Como también se dio porque en su juventud se dio que las mujeres salieron embarazadas y empezaron a tener su familia y consideran que el matrimonio no es para ellos un tema muy importante para su relación.

Así mismo con lo que respecta a la ocupación del jefe de familia la mitad tienen un trabajo eventual esto sería un riesgo ya que implica que las familias tengan un ingreso económico bajo lo cual esto afecta a la salud física y mental del adulto maduro, ya que se puede ver influenciado por no tener acceso a alimentos nutritivos, atención sanitaria adecuada como también puede influir mucho en la educación que puede llevar su familia en un futuro. Es por ello que es importante que los jefes de familia puedan tener un trabajo estable en cual puedan tener un ingreso económico estable.

A si mismo refieren tener un ingreso económico más de mitad dese 500 a 1000 soles esto influye mucho en la salud y todos aspectos en cada familia ya que el ingreso económico es muy importante para poder llevar una mejor calidad de vida y así poder solventar a toda la familia, además de ello el ingreso económico ayuda mucho a poder solventar diferentes gastos en la familia en muchas ocasiones el dinero que llevan a su hogar no le es suficiente para los gastos que tienen en su hogar es por ello que solo tratan de adaptarse a lo que les alcanza con el dinero obtenido (68).

Con respecto al ingreso económico son todas las ganancias que se suman al conjunto de total de presupuestos ya sea de manera grupal o individual los ingresos suponen incrementos en el patrimonio además de ellos es el ingreso que pueden tener cada familia en su hogar o un grupo de empresas. Es por ello que es muy importante que familia pueda realizar actividades de emprendimientos para poder apoyar a su familia con el ingreso económico y así poder mantener una estabilidad adecuada en su hogar.

Es aquí donde se da la dimensión de autorrealización en donde se proponen a realizar emprendimientos con diferentes actividades en donde la familia pueda sentirse estable ya que pueden realizar emprendimientos que les ayude a poder empoderarse de manera apropiada para su familia ya que también pueden realizar actividad de superación en ellos mismo o les pueda ayudar a poder realizar como persona para su futuro de ellos y de su familia.

Sugerir al personal de salud que trabaje conjuntamente con la población para que se pueda realizar intervenciones de nivel primario, incluyendo a todos los adultos maduros para que así se puedan fomentar o promover un estilo de vida saludable. Ya que muchos de los adultos no cuentan con un estudio superior todo esto puede influir

mucho en la salud de los adultos maduros ya que muchas veces desconocen algunos riesgos que pueden presentar con respecto a su salud es por ello que es muy importante que el personal de salud trabaje conjuntamente con los adultos maduros implementando estrategias para poder prevenir diferentes riesgos para la salud de los adultos ya que así pueden adquirir conocimientos adecuados y así poder evitar las malas conductas en su salud y así poder prevenir diferentes riesgo en salud como las enfermedades.

Tabla 3: Con respecto a los factores biológicos relacionado con el sexo femenino el 55,2 % (138) son de sexo femenino, el 37,2 % (93) son saludables y el 18,0 % (45) no saludables, y el 44,8 % (112) son del sexo masculino, el 31,6 % (79) son saludable, el 13,2% (33) no saludable.

En la presente investigación al relacionar estadísticamente la variable del sexo con el estilo de vida utilizando el chi cuadrado de independencia de criterios se encontró que no existe relación significativa entre las variables con el estilo de vida de los adultos maduros.

De igual manera estos resultados son similares al de León k, (69). Donde concluyen ambas que el 65,8% (79) de los adultos maduros son de sexo femenino, de los cuales el 18,3% tienen un estilo de vida saludables y el 47,5% tienen estilo de vida no saludable se muestra la relación entre los factores biológicos y el estilo de vida, al relacionar las variables haciendo el uso del estadístico chi cuadrado $\chi^2 = 1,000$; $gl=1$; $p = 0,317 > 0,05$ corrección por continuidad se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre el sexo y el estilo de vida.

Los resultados se difieren Echabautis A, Gómez Y, Zorrilla A, (70). Donde concluyen que, del total de personas con estilo de vida no saludable, el 69,4 % son

hombres y el 30,6 % son mujeres; en comparación con las personas que tienen estilo de vida saludable, que el 27,3 % son hombres y el 72,7 % mujeres. Teniendo en cuenta $p=0,009$ ($p < 0,05$), se rechaza la hipótesis nula y se puede afirmar que si existe relación entre los estilos de vida saludable y género.

Al momento de relacionar las variables no tienen relación significativamente esto puede ser a que la gran mayoría de los adultos maduros son del sexo femenino y presentan estilos de vida no saludable, esto también nos puede referir a que el sexo no influye mucho en las personas para que presenten estilos de vida saludable ya que muchas veces cada persona tiene sus propias decisiones y tienen diferentes conductas en su vida cotidiana ya sea un estilo de vida saludable o no saludable. El sexo no influye mucho en que las personas puedan tener un estilo de vida óptima.

La sexualidad está conformada por los elementos biológicos, es decir, el sexo; como es el sentirse y pensarse como hombre o mujer; y los sociales, que hacen referencia al comportamiento que establece la sociedad para cada sexo; entonces se puede entender por sexualidad a la forma en la que cada ser humano se manifiesta como hombre o como mujer (71).

Es por ello que es importante que los adultos maduros opten por tener una mejor calidad de vida y más aún en su alimentación, que presenten conductas apropiadas en su vida cotidiana para así poder prevenir diferentes tipos de enfermedades a los que están expuestos por no llevar un estilo de vida saludable durante esta etapa. Todo esto puede repercutir más adelante en la salud de los adultos maduros afectando directamente a su salud ya sea de manera física y psicológicamente.

Por lo tanto, al no hallar relación entre el sexo y el estilo de vida de los adultos maduros se determina que entonces que no va depender de ellas el estilo de vida que

decidan mantener, al menos que ellas mismas tomen conciencia de la importancia de tener un buen estilo de vida tanto como en su alimentación y cuidado personal e ir a un puesto de salud cercano para chequearse mensualmente y descartar enfermedades ya que están propensos a enfermarse fácilmente.

Además de ello también ayuda mucho a su salud ya que muchas de los adultos maduros no consumen bebidas alcohólicas y ni fuman, eso es favorable para su salud de ellos, ya que así ayuda a prevenir diferentes enfermedades. Es por ello que es muy importante que los adultos maduros lleven un buen estilo de vida que les ayude a fomentar el habito de vida saludable.

Los adultos maduros de ambos sexos ya sea femenino o masculino tienen sus propias decisiones de cómo llevar un estilo de vida saludable o no saludable, muchas veces el llevar un estilo de vida saludable con comportamientos y conductas saludables toda persona lo adquiere desde el comienzo de su vida ya sea desde la niñez. Es por ello que el sexo no influye mucho en poder tener un estilo de vida saludable o saludable.

Es muy importante y necesario que en los adultos maduros se puede promover controles médicos periódicos con ayuda del personal de salud y de las autoridades del Asentamiento Humano, también es importante realizar actividades para sensibilizar a la población de la importancia de tener un estilo de vida saludable para el bienestar de la población para así poder lograr que todos las personas pueden llevar un estilo de vida saludable, es por ello que es muy importante orientes que realicen actividades físicas, que promuevan una mejor calidad de vida. El incentivarlos a poder llevar una mejor calidad de vida es importante para la salud ya que así gozarían de mejores oportunidades en su vida diaria.

Tabla 4: Con respecto al factor cultural, se observa que el 54, 8 % (137) de los adultos tienen primaria completa, el 27, 2 % (68) tienen estilo de vida saludable, 27, 6 % (69) tienen un estilo de vida no saludable, el 44, 4 % (150) son católicos y el 44, 4 % (111) tienen estilos de vida saludable y el 15, 6 % (39) tienen estilos de vida no saludables.

En los resultados se evidencian que entre las variables de estilo de vida y grado de instrucción no existe relación significativamente entre las variables. Con respecto a la religión al aplicar el chi cuadrado se obtiene que no existe relación significativamente entre las variables religión y estilo de vida.

En cuanto a la investigación de Revilla F, (72). Señala que el 10 % (35) de las personas adultas son analfabetas y llevan un estilo de vida saludable, por lo que estadísticamente determino que no existe relación significativa entre ambas variables; y el 66 % (225) son católicos que presentan estilo de vida saludable, determinando una relación existente entre la variable religión y los estilos de vida, llegando a ser similar con lo encontrado en la investigación; de esta misma forma, la investigación de Acero R, (73). Señala que el 13,8% de las personas católicas tiene estilos de vida saludables. existiendo relación estadísticamente significativa entre ambas variables, siendo similar a lo encontrado en la investigación; el grado de instrucción el 4,6 % de mujeres adultas analfabetas presentan estilos de vida saludable, donde concluye que, no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Respecto al grado de instrucción es el proceso mediante el cual una persona o un grupo de personas atraviesan un período de adquisición de conocimientos en un campo determinado. Así, la educación refiere a una amplia gama de tareas, en particular

aquellas orientadas a desarrollar algún tipo de destreza laboral además es un proceso de aprendizaje en lo que respecta el aprendizaje y la socialización (74).

El grado de instrucción que presente el adulto maduro no va indicar que pueda presentar un estilo de vida saludable, pero si puede ayudarte a poder adquirir más conocimientos sobre los estilos de vida o referentes a temas relacionados con la salud todo esto implica que muchas veces las mismas personas se cuestionen sobre el nivel de instrucción que pueda presentar.

El tener un grado de instrucción muchas veces ayuda a poder presentar una mejor calidad de vida o mejores oportunidades como el poder llevar una alimentación optima diariamente y también el poder presentar una mejor calidad de vida con respecto en su salud ya sea físicamente o psicológicamente es por ello que la educación es muy importante en todas personas ya que nos ayudarían a adquirir conocimientos de una buena alimentación adecuada y balanceada, y sobre los diversos factores que conllevan a perjudicar la salud. En muchas ocasiones la educación influye mucho a lo largos de los años ya se para el beneficioso de uno mismo o también para el de tu familia para poder llevar una vida diaria sin muchas dificultades.

En el Asentamiento Humano 25 de mayo la gran mayoría de los adultos maduros tienen un nivel de educación primaria completa o como también algunos no tienen un nivel de educación primaria esto es un riesgo para la salud de las personas ya muchas veces el nivel de educación influye mucho en la vida de las personas. Todo esto puede a conllevar a que los adultos presentes hoy en día o como a largos de los años diferentes tipos de problemas o enfermedades que afecten directamente a su salud o como al de su familia. Aunque cabe la posibilidad de que ellos puedan ir adquiriendo

conocimiento o experiencias a lo largo de su vida son que pueda ir ocurriendo en su vida cotidiana.

Muchas veces las carencias de conocimientos dificultan a las personas a poder adquirir conocimientos sobre diferentes temas relacionados a su persona ya sea sobre su salud entre otros temas como también no es un obstáculo para el personal de salud ya muchas veces se buscan estrategias necesarias para poder brindar la información necesaria a las personas lo cual les ayude a poder adquirir conocimientos necesarios para su bienestar de cada persona como también les ayudaría a poder prevenir diferentes tipos de riesgos a su salud a los adultos maduros mediante diferentes estrategias que se puedan ir aplicando para ayudar al adulto maduro a poder llevar una mejor calidad de vida.

Muchas veces el grado de instrucción de cada adulto mayor no influye en tomar sus propias decisiones en poder mejorar la calidad de vida que pueden estar presentando, es por ello que pueden participar en sesiones educativas para que así puedan ir adquiriendo conocimiento y puedan así llevar un estilo de vida saludable es por ello que no tiene que ver nada el grado de instrucción que puedan presentar los adultos maduros ya que ellos pueden llevar una mejor calidad de vida si se lo proponen conjuntamente con la ayuda del personal de salud y su familia, ya que de esa manera adquieren mucha responsabilidad para su salud y así puedan prevenir enfermedades.

La religión es un sistema de creencias, costumbres y símbolos establecidos en torno a una idea de la divinidad o de lo sagrado. Las religiones son doctrinas constituidas por un conjunto de principios, creencias y prácticas sobre cuestiones de tipo existencial, moral y espiritual (75).

Con respecto a la religión encontramos que la mayoría de los adultos maduros profesan la religión católica está claro que la religión no es un factor determinante para determinar que el adulto maduro tenga hábitos de vida adecuados ya que depende del comportamiento de cada persona durante su vida diaria. Además de ello las creencias que ellos presenten no interfiere en el estilo de vida que puedan tener. El que las personas puedan pertenecer alguna religión no implica que no tengan un estilo de vida optimo ya sea saludable o no saludable.

Asimismo, la religión no es un factor que impida a poder llevar una mejor calidad de vida, las personas pueden presentar diferentes tipos de religiones, pero eso no afectaría que no tengan un estilo de vida saludable las prácticas religiosas son una serie de costumbres que el hombre va adquiriendo a través de su fe y va reformando la religión y el estilo de vida va estar dado por enlazado las personas a lo largo de su vida sin importar el tipo de religión que profesen ellos pueden presentar un mejor calidad de vida

Se puede ver que para los adultos maduros la religión que profesan no es un factor que influye en su alimentación de ellos directamente ya que ellos refieren consumir diferentes tipos de alimentos ya que no tienen alguna costumbre que interfiera en su alimentación. Es muy importante para el adulto maduro ya que pueden así poder consumir alimentos que necesarios sin poder verse restringido algún alimento que pueda contribuir a su brindar los beneficios necesarios y adecuados para su salud y así poder tener una buena calidad de vida diariamente o con las personas de su entorno ya que pueden realizar también diferentes tipos de actividades.

Promover que el establecimiento de salud trabaje conjuntamente con los adultos maduros en lo que respecta promoción de salud utilizando los medios o estrategias necesarias para poder hacer llegar la información de manera eficaz en la cual ellos puedan ir optando por llevar una alimentación saludable en su vida diaria además de ello también así ayudaría a poder prevenir enfermedades que puedan estar en riesgo la salud de los adultos maduros y también así puedan sentir el apoyo que se le está brindando y así ellos mismo como persona salir adelante a poder tener una mejor calidad de vida como una buena salud tener acceso a la educación, al mercado laboral, incremento en la productividad y el patrimonio además así ellos puedan ser conscientes de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de contribuir dentro de su comunidad

Tabla 5: Se muestra la distribución porcentual de los factores sociales del adulto maduro, indica que el 56,8 % (142) son convivientes, del cual 44,4 % (111) tienen estilo de vida saludable, el 12,4 % (31) tienen estilo de vida no saludable; en la ocupación los resultados, el 41,6 % (104) son ama de casa 28,0 % (70) tienen un estilo de vida saludable, el 13,6 % (34) tienen un estilo de vida no saludable; en el ingreso económico los resultados, el 52,0 % (130) de 600 a 1000 soles, el 34,8 % (87) tienen un estilo de vida saludable, el 17,2 % (43) tienen un estilo de vida no saludable.

Las investigaciones se asemejan con Estudios similares a lo encontrado por LLontop M, (76). Al relacionar el estado civil con el estilo de vida, se encontró que no cumple la condición para aplicar la prueba del Chi cuadrado. De igual forma las variables ocupación e ingreso con el estilo de vida, no cumplen las condiciones para aplicar la prueba del chi cuadrado. La investigación se difiere con Palacios G, (77).

Concluye que al realizar estadísticamente el Chi cuadrado de independencia encontró que si existe relación estadísticamente entre factores sociales y estilos de vida.

El estado civil es la condición particular que caracteriza a una persona en lo que hace a sus vínculos personales con individuos de otro sexo o de su mismo sexo, con quien creará lazos que serán reconocidos jurídicamente como también es aquella que ha de desarrollarse en régimen vivencial de coexistencia diaria, estable, con permanencia temporal consolidada a lo largo de los años (78).

Muchas veces el estado civil influye mucho en tener un estilo ya sea saludable o no saludable ya que muchas veces el tener una familia no es fácil ya que los jefes de familia tienen una responsabilidad en su hogar y es por ello que muchas veces tienen que trabajar más de los horarios establecidos y es todo esto que influye mucho en la vida de las personas ya pueden presentar cansancio, estrés, el no alimentarse bien, les conlleva a consumir comidas chatarras, gaseosas, ya que para ellos es más fácil y rápido consumir estas comidas por motivo que no tienen mucho tiempo para consumir alimentos nutritivos.

La ocupación de una persona hace referencia a lo que ella se dedica; a su trabajo, empleo, actividad o profesión, lo que le demanda cierto tiempo, y por ello se habla de ocupación de tiempo parcial o completo, en donde realizar diferentes tipos de actividades en su vida diaria para poder tener un ingreso en su familia (78).

En la investigación encontramos que más de la mitad son amas de casa muchas veces esto se debe a que las mujeres tienen a ocuparse de los hijos a la realización de las actividades en el hogar y siempre estar pendiente de su familia es por ello que muchas veces las madres no trabajan o no tienen las mismas oportunidades ya que

muchas veces ella son las responsables del hogar. Y es por ello mismo que no pueden tener las mismas oportunidades ya no tienen tiempo para poder trabajar como también para ellas mismas para poder salir distraerse darse tiempo para su propia persona.

El ingreso económico es una suma de caudal que la familia disipa en un ciclo fijo sin ampliar ni acortar sus activos claros. También es un principio de ingresos económicos, que se puede adquirir con el trabajo realizado con sus honorarios, pagas, ganancias, pago por beneficios, pagos de abono, rentas y otro (79).

Muchas veces el ingreso económico afecta a las necesidades básicas de la canasta familiar lo que demanda lo gastos de alimentos, vestimenta, escolaridad, vivienda y la salud; debido a que lo que ganan mensualmente en sus trabajos eventuales no les permitirá tener una alimentación saludable y equilibrada; no poder acceder seguros o consultas sanitarias al no contar con un control de su salud todo esto a largo de los años puede provocar u ocasionar diferentes tipos de enfermedades como el sobrepeso, obesidad, diabetes entre otras enfermedades.

Muchas veces el ingreso económico puede afectar directamente al estilo de vida de las personas y mucho más cuando el ingreso de cada familia no es lo suficiente para poder llevar una buena calidad de vida, por lo tanto, que los escasos de dinero hacen que por necesidad lleguen a desarrollar hábitos de estilos de vida no saludables.

Con lo que respecta al ingreso toda la familia tiene la responsabilidad de proveer de lo necesario para sus propias necesidades hasta donde le sea posible. La responsabilidad de administrar la economía familiar debe compartirse entre el esposo y la esposa con una actitud de confianza y franqueza además puede proporcionar seguridad y promover el bienestar de la familia.

De acuerdo a esta realidad existente en dicha investigación los personales de salud juntamente con las autoridades deben promover estilos de vida saludable en cual se les puede informar ya sea mediante sesiones educativas o implementando programas de prevención en la cual ayude a poder fortalecer los conocimientos de los adultos maduros y le ayude a poder a llevar una mejor calidad de vida.

Sugerir que en Asentamiento Humano se realicen acciones de prevención y habilidades que ayuden conjuntamente a los adultos maduros a poder tener una mejor calidad de vida como también se realice algunas acciones para poder promover habilidades en cada uno de ellos para isentivarlos a salir adelante. Debido a que la mayoría de los adultos maduros no cuentan con un estudio superior, es por ello que desconocen los riesgos que pueden afectar para su salud. Es por ello que es muy importante que todos los adultos maduros puedan adquirir conocimientos que le ayuden a mejorar su estilo de vida de cada uno de ellos.

VI. CONCLUSIONES

- En el asentamiento Humano 25 de mayo, la mayoría tiene un estilo de vida no saludable y un porcentaje mínimo tiene un estilo de vida saludable.
- En relación a los factores biosociales tenemos que la mayoría son de sexo femenino, tienen grado de instrucción primaria completa, profesan la religión católica, son amas de casa. La mayoría tienen un ingreso económico de 600 a 1000 soles.
- Los resultados obtenidos por la prueba del Chi cuadrado determina que no existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosociales. Y no cumple la condición para aplicar la prueba Chi cuadrado porque más del 20 % de frecuencias esperadas son inferiores a 5 entre estilo de vida y grado de instrucción, estado civil, ocupación y el ingreso económico.

ASPECTOS COMPLEMENTARIOS

Recomendaciones

- Proporcionar los resultados obtenidos de la presente investigación a las autoridades y al puesto Salud, con la finalidad de dar a conocer los problemas encontrados, para que así puedan trabajar conjuntamente con adultos maduros sobre los estilos de vida, planificando estrategias que puedan ayudar a poder prevenir dichos problemas que se están presentando.
- Fortalecer las estrategias de atención integral en la salud del adulto maduro considerando los factores que tienen relación con el estilo de vida en la población estudiada, motivando a los profesionales de salud a realizar nuevas investigaciones sobre dicho tema para así fortalecer más los conocimientos de personas.
- Sensibilizar al equipo de salud, a las autoridades del Puesto de Salud para realizar campañas o programas o también talleres educativos con la finalidad de fomentar estilos de vida saludables en los adultos maduros.
- Fomentar y promover en el Asentamiento Humano 25 de mayo Chimbote la implementación y aplicación de estrategias de salud en los adultos con el apoyo del personal de salud y los dirigentes del Asentamiento Humano y conjuntamente con las personas de dicha población.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Datos sobre la situación sanitaria mundial la esperanza de vida [Internet]. Acta Científica Ediciones Carriles disponible en <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/324774/WHO-CCU-19.06-spa.pdf?ua=1>
2. Organización Panamericana Identificación de patrones poco saludables de alimentación y actividad física en cuatro países de la Región de las Américas: un análisis de clases latentes [Internet] fecha de acceso el 01 de Mayo 2021 disponible https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/49537/v42SupplENT2018_spa.pdf?sequence=9
3. Organización Mundial de la salud Guia de entornos y estilos de vida saludables[Internet] fecha de acceso 01 de mayo 2021 disponible en https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/EB148/B148_7-sp.pdf
4. OPS Informe COVID – 19 Tiempos de pandemia. [Internet]. [14 de octubre]. [Internet] fecha de acceso 7 Marzo 2021 disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/5485.pdf>
5. Minsalud La salud es todos análisis de la situación de la salud [Documento en internet]. Colombia. [Fecha de consulta 02 octubre del 2019] Disponible https://www.minsalud.gob.bo/images/pdf/PLAN_ESTRATEGIA_INSTRUMENTAL_2016_2020.pdf
6. Ministerio de salud y desarrollo social encuesta nacional de factores de riesgo [Internet]. 2016 [fecha de acceso 01 de octubre] disponible: https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2020-01/4ta-encuesta-nacional-factores-riesgo_2019_principales-resultados.pdf

7. Salvador H, alimentación y estilos de vida saludable [Internet]. México [fecha de acceso 10 de septiembre] Disponible https://www.usmp.edu.pe/recursoshumanos/induccin/pdf/2020_I/alimentacion_estilos.pdf
8. Ministerio de salud Boletín epidemiológico Perú México [fecha de acceso 10 de septiembre] Disponible <https://www.dge.gob.pe/portal/docs/vigilancia/boletines/2020/04.pdf>
9. Ministerio de Salud [Internet]. 2016 fecha de acceso 01 de octubre Perú disponible <http://www.saludarequipa.gob.pe/moduloatencionciudadano/promocion/Modulo%20Educativo%20Alimentaci%C3%B3n%20y%20Nutrici%C3%B3n%20Saludable%20Edici3n%20v2.pdf>
10. Rogerio L. Organización Mundial De La Salud. “cruz roja sobre estilos de vida no saludables“2016 [Documento en internet] [fecha de acceso el 26 de octubre del] Disponible en: <http://www.cruzroja.es/crj/docs/salud/manual/002.pdf>
11. Ministerio de salud boletín [Internet]. 2016 fecha de acceso 01 de Mayo Perú disponible <https://www.dge.gob.pe/portal/docs/vigilancia/boletines/2019/05.pdf>
12. INEI- ENDES - CNN Noticias 2018[documento en internet]. Argentina. [fecha de consulta 05 octubre del 2019] disponible: <https://www.ipe.org.pe/portal/wp-content/uploads/2020/01/2019-08-25-Ancash-como-vamos-en-salud-Informe-IPE-Diario-de-Chimbote.pdf>
13. Red Pacifico norte oficina de estadísticas, puesto de salud Santana 25 de Mayo
14. Vera C, Tenelema J. Estilo de vida de los comerciantes de verduras del mercado feria libre “el arenal. [Proyecto de investigación previo a la obtención del título de licenciado en enfermería]. Cuenca – Ecuador: Universidad de cuenca

- facultad de ciencias médicas carrera de enfermería; 2018. [Fecha de acceso el 8 octubre2018] Disponible: [Repositorio Institucional Universidad de Cuenca: Identificador inválido \(ucuenca.edu.ec\)](#)
15. Sarduy A, Promoción del estilo de vida saludable del club de adultos mayores en el Centro de salud tipo C Venus de Valdivia 2017 [Internet] 2016 fecha de acceso 01 de octubre 2018 disponible <http://repositorio.upse.edu.ec/handle/46000/4537>
 16. Ugalde K, Estilos de vida saludables en Adultos de 35 A 65 Años de edad con Enfermedades Crónicas en el recinto Chigue de la Provincia Esmeraldas [internet] Tesis Doctorado Pontificia Universidad Catolica Del Ecuador Sede Esmeralda 2016 [fecha de acceso 01 de octubre de 2018] disponible en <https://repositorio.pucese.edu.ec/bitstream/123456789/870/1/UGALDE%20LAR A%20KATHYA%20PAMELA.pdf>
 17. Bayas N, Campos 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 ecuador 2017 [Internet]. 2016 fecha de acceso 01 de octubre 2018 disponible en <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/10125/1/T-UCE-0006-121.pdf>
 18. Vegas S, Estilos De Vida Saludables en Hipertensos Adultos. Bellavista Baja. Agosto 2015 - [Internet]. 2016 fecha de acceso 01 de octubre 2018 disponible <http://repositorio.educacionsuperior.gob.ec/bitstream/28000/5156/1/T-SENESCYT-01713.pdf>
 19. Flores N, Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del asentamiento humano estrella del nuevo amanecer, La Joya – Arequipa, 2018.

- [Internet]. Universidad católica los ángeles chimbote facultad de ciencias de la salud escuela profesional de enfermería; [cited 2019 Oct 29]. Disponible http://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/123456789/120/T_047_47503199_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y
20. Jauregui M, Estilos de vida e Hipertensión Arterial, en adultos mayores atendidos en el Puesto de Salud Pedro Castro Alva, Chachapoyas – 2017. [internet] universidad san juan bautista 2016 [fecha de acceso 01 de octubre de 2018] disponible <http://repositorio.untrm.edu.pe/bitstream/handle/UNTRM/1287/Maribel%20Jauregui%20Sanchez.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
21. Giraldo Y, Santisteban P “Estilos de vida y su relación con el nivel de conocimiento del paciente diabético. Hospital la Caleta. Chimbote, 2016” [internet] universidad del santa Nuevo Chimbote 2016 [fecha de acceso 01 de octubre de 2016] disponible en <http://repositorio.uns.edu.pe/bitstream/handle/UNS/2584/42714.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
22. León K, Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto maduro. Asentamiento humano 10 de Setiembre - Chimbote, 2017 [internet] universidad del santa Nuevo Chimbote 2016 [fecha de acceso 01 de octubre de 2018] <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/3795?show=full>
23. Romaniuk M, Huayaney J, Castro D, Trujillo L , Casas J : Estilos de vida y cáncer ginecológico en mujeres atendidas en el Hospital Regional Chimbote. 2017. [internet] universidad del santa Nuevo Chimbote 2017[fecha de acceso 01 de octubre de 2018] disponible en <http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/313/PII720>

[191.pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)

24. Ruiz B, estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos jóvenes de Loma de San Luis, nuevo Chimbote 2018 [internet] [fecha de acceso 01 de octubre de 2018] disponible <https://revistas.uladech.edu.pe/index.php/increscendo/article/view/218>
25. Lalonde M , estilos de vida [internet] (fecha de acceso 10 de octubre 2018) disponible en <https://prezi.com/f9hcfwlr2wf/determinantes-de-la-salud-segun-modelo>
26. Pender N ,Estilos de vida y teoría [internet] (fecha de acceso 10 de octubre) - disponible en [¿Qué es un buen estilo de vida? \(sumedico.com\)](#)
27. Pender N. estilos de vida bases teóricas [internet] (fecha de acceso 10 de octubre) disponible <http://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/2859>
28. Aristizába G, Blanco D, Sanchez A, Ostiguín R, Modelo de la promoción de salud de Nola Pender Una reflexión en torno a su comprensión [Artículo de revisión en internet]. Enfermería Universitaria ENEO-UNAM México. [Citado 2016 agosto 10]. Disponible <https://www.redalyc.org/pdf/3587/358741840003.pdf>
29. El cuidado [Artículo de internet]. [Citado el 2018]. Disponible en URL <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/nola-pender.html>
30. Ministerio de la salud modelo de abordaje promoción de la salud [Artículo de internet]. [Citado el 2018]. Disponible http://bvs.minsa.gob.pe/local/promocion/203_prom30.pdf

31. Teorías de enfermería Promoción de la salud [Artículo de internet]. [Citado el 2018] disponible en <http://teoriasenfermeras.blogspot.com/2013/06/teoria-de-la-enfermeria-modelo-de.html>
32. Raile, A. Martha. Tomey, M. Ann. (2011). Modelos y teorías en enfermería. Barcelona, España [internet]. [Citado el 2018] disponible <https://www.enfermerialugo.org/wp-content/uploads/2021/09/Tema-Modelos-de-Enfermeria.PAE.pdf>
33. Torres E, Echevarria J, Conceptos básicos de la alimentación [internet] disponible <https://revistas.unah.edu.pe/index.php/puriq/article/view/33/121>
34. Ros J, Actividad Física + Salud hacia un estilo de vida activo [internet] (citado 2018) disponible en https://deporteparatodos.com/imagenes/documentacion/ficheros/20081202101906actividad%20fisica_salud.pdf
35. Naranjo M, una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo [internet] [artículo de revisión] <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>
36. Vergara A, Olalla A, Ytularde J, Sorhegui R, Responsabilidad: ¿Qué es? Concepto y claves para ser más responsable. [Artículo de internet]. [Citado el 29 de abril del 2018]. Disponible en <https://revistaespacios.com/a20v41n10/a20v41n10p13.pdf>
37. Universidad del País Vasco las relaciones interpersonales [Artículo] [Artículo] disponible <http://www.ehu.es/xabier.zupiria/liburuak/relacion/1.pdf>
38. Bernal A, definición de autorrealización [Internet]. [Citado el 2018]. Disponible en

<https://www.researchgate.net/publication/244484750> El concepto de autorrealización como identidad personal Una revisión crítica

39. Bajaras J, Autorrealización concepto de autorrealización como identidad personal [Internet]. [Citado el 2018] Disponible en <https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/realizacion-personal-autorrealizacion-y-el-personal-de-enfermeria/>
40. Alvarez G, Delgado J. Diseño de estudios Epidemiológico. El estudio transversal: tomando una fotografía de la salud y la enfermedad Rev. Bol Clin Hosp Infant Edo [Internet]. [Citado el 2018]. Disponible <https://www.researchgate.net/publication/329051321> Diseno de investigacion de Corte Transversal
41. Neill D, Cortez L, Procesos y fundamentos de la investigación científica [Internet] [Citado el 2018] <http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/14232/1/Cap.4-Investigaci%C3%B3n%20cuantitativa%20y%20cualitativa.pdf>
42. Calpa A, Santa cruz G, Alvarez M, Zambrano C, Hernandez E, Promoción de los estilos Vida Saludables estrategias y sanitarios [Internet]. [Citado el 2018] disponible en <https://www.redalyc.org/journal/3091/309162719011/309162719011.pdf>
43. Abad F, Ramirez R, Fernades S, Ramírez R, Definición de Sexo [Documento en internet] [Citado 24 octubre 2019]. [Disponible en http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772019000200011

44. Godoy N. Religión, en términos generales, forma de vida o creencia basada en una relación esencial de una persona con el universo. [Monografía en internet]. [Citado octubre 2019]. Disponible en <https://www.monografias.com/trabajos11/temrelig/temrelig#conceptoda>
45. Merino M. Definición de grado de instrucción. [internet]. [Citado 27 de octubre del 2019]. Disponible en <https://definicion.de/instruccion/>
46. Definición ABC Definición de Estado Civil. [Internet] [Citado 2019 octubre 25] Disponible en <https://www.definicionabc.com/derecho/estado-civil.php>
47. Definición de ocupación 2018. [Internet] [Citado 28octubre del 2019]. Disponible desde el URL: <http://definicion.de/ocupacion/>
48. Monografías Ingreso económico. [Internet] [Citado 28octubre del 2019] disponible <https://www.monografias.com/docs/Ingreso-Econ%C3%B3mico-PKBVQA3RLLCP#:~:text=Cantidad%20de%20Dinero%20que%20una,de%20transferencia%2C%20alquileres%20y%20dem%C3%A1s>
49. Uladech católica. Código de ética para la investigación [documento en Línea] 2019 [Citado 28 octubre del 2019] Disponible en <https://www.uladech.edu.pe/images/stories/universidad/documentos/2019/codigo-de-etica-para-la-investigacion-v002.pdf>
50. Palacios D, Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de llama- piscobamba, [Internet] Perú 2018 (fecha de acceso 06 de julio 2019) disponible: [file:///C:/Users/MARIA/Downloads/Uladech_Biblioteca_virtual%20\(3\).pdf](file:///C:/Users/MARIA/Downloads/Uladech_Biblioteca_virtual%20(3).pdf)

51. Villacorta G, Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales De Los Adultos Del Centro Poblado De Cochac – Huaraz, 2018 [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Disponible en <https://es.scribd.com/document/562287593/FACTORES-BIOSOCIOCULTURALES-ADULTOS-VILLACORTA-CHAVEZ-GISSELA-ELSA>
52. Soriano A, Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales De Los Adultos Del Centro Poblado De Shiqui – Cátac, 2020 [file:///C:/Users/MARIA/Downloads/Uladech Biblioteca virtual%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/MARIA/Downloads/Uladech%20Biblioteca%20virtual%20(2).pdf)
53. Cadena Contenidos actualizados de nutrición y alimentación [Internet]. (fecha de acceso 06 de julio 2019) disponible <file:///C:/Users/MARIA/Downloads/Alimentacion%20del%20adulto%20mayor.pdf>
54. Wong C, Estilos de vida [Internet] [Citado 05 octubre del 2020] disponible en <https://saludpublica1.files.wordpress.com/2012/08/estilos-de-vida-2012.pdf>
55. Hábitos saludables .Estilos de vida saludable [Internet] [Citado 05 octubre del 2020] disponible en https://www.sanitas.es/sanitas/seguros/es/particulares/biblioteca-de-salud/estilo-vida/prepro_080021.html
56. Águila R, Promoción de estilos de vida saludables [internet] [fecha de acceso 05 de Octubre de 2020] disponible en <https://www.doktuz.com/wikidoks/prevencion/estilos-de-vida-saludable.html>

57. Vargas S, Estilos de vida en la salud [portada de internet] 2018 [Citado el 05 de octubre del 2020] <https://www.binasss.sa.cr/opac-ms/media/digitales/Los%20estilos%20de%20vida%20en%20la%20salud.pdf>
58. Perrilla J, Dimensión Interpersonal [internet] [fecha de acceso 05 de Octubre de 2020] disponible en <http://msalcedoespinosa30.blogspot.com/2009/02/dimension-interpersonal.html>
59. Hernández A, Dimensión de autorrealización [internet] [fecha de acceso 05 de Octubre de 2020] disponible en <http://biblioteca.clacso.edu.ar/Cuba/cips/20120822013410/angelo11.pdf>
60. Sánchez D, Dimensión de actividad física [internet] [fecha de acceso 05 de Octubre de 2020] disponible en <https://g-se.com/definicion-y-clasificacion-de-actividad-fisica-y-salud-704-sa-N57cfb271785ca>
61. Flores N. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, la Joya – Arequipa, 2018” [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Disponible en http://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/123456789/120/T_047_4750319_9_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y
62. Ordeano C. Estilo de Vida Y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Caserío de Queshcap – Huaraz, 2018 [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Disponible en [file:///C:/Users/MARIA/Downloads/Uladech_Biblioteca_virtual%20\(4\).pdf](file:///C:/Users/MARIA/Downloads/Uladech_Biblioteca_virtual%20(4).pdf)

63. Mendoza R, Estilos de vida y factores biosocioculturales en los adultos maduro en el Asentamiento Humano nuevo Belen 2018 [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Disponible en http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3072/adulto_estilo_de_vida_asentamiento/humano.nuevo,belenA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
64. Informe sobre sexualidad [Citada 03 de octubre del 2019] <https://mujeresconciencia.com/2018/11/07/sexo-y-genero-no-son-binarios/>
65. Eustat Nivel de Instrucción [internet] [Citado 05 octubre del 2020]. Disponible https://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_395/elem_2376/definicion.htm
66. Pérez J, Definición de Religión [Artículo en internet] [Citado 05 octubre del 2020] disponible en <https://definicion.de/religion/>
67. De conceptos Estado civil [Internet] [Citado 05 octubre del 2020] disponible en <https://deconceptos.com/ciencias-juridicas/estado-civil>
68. Definición Ingreso económico [Internet] [Citado 05 octubre del 2020] disponible en <https://definicion.mx/ingresos/>
69. Leon K, Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto Maduro. Asentamiento Humano 10 De Setiembre – Chimbote [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Disponible en http://repositorio.uladech.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/20.500.13032/3800/A_DULTO_MADURO_ESTILOS_DE_VIDA_LEON_TUANAMA_KATERINE_MASSIEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y

70. Echabautis A, Gómez Y, Zorrilla A, Estilos de vida saludable y factores biosocioculturales en los adultos de la agrupación familiar Santa Rosa De San Juan De Lurigancho, 2019 [Tesis para optar el título de Licenciada en Enfermería] Lima [Citado 05 octubre del 2020] disponible en <http://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/UMA/206/472019%20%28Final%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
71. Definición de sexualidad [Internet] [Citado 10 octubre del 2020] disponible en <https://es.wikipedia.org/wiki/Sexualidad>
72. Revilla F, Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales De Los Adultos Del Distrito De Jangas – Huaraz [Tesis para optar el título de Licenciada en Enfermería] Lima [Citado 10 octubre del 2020] [file:///C:/Users/MARIA/Downloads/Uladech_Biblioteca_virtual%20\(6\).pdf](file:///C:/Users/MARIA/Downloads/Uladech_Biblioteca_virtual%20(6).pdf)
73. Acero R, Estilo de vida y factores biosocioculturales de la mujer adulta. pariacoto, 2018 [Internet] disponible en <http://repositorio.uns.edu.pe/bitstream/handle/UNS/3297/48969.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
74. De conceptos grado de instrucción [Internet] [Citado 10 octubre del 2020] disponible en <https://deconceptos.com/ciencias-sociales/instruccion>
75. Asociación de academia de lenguas españolas Definición Religión [Internet] [Citado 10 octubre del 2020] disponible <https://dle.rae.es/religi%C3%B3n>
76. LLontop M. Estilos de vida y factores biosocioculturales del Adulto. Asentamiento Humano Costa verde -Nuevo Chimbote. [Tesis] [Citado 10 octubre, 2020]. Disponible en: [file:///C:/Users/MARIA/Downloads/Uladech_Biblioteca_virtual%20\(7\).pdf](file:///C:/Users/MARIA/Downloads/Uladech_Biblioteca_virtual%20(7).pdf)

77. Palacios N, Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Distrito de Ilima- Piscobamba, 2018 [Tesis] [Citado 10 Octubre, 2020]. Disponible en: [file:///C:/Users/MARIA/Downloads/Uladech Biblioteca virtual%20\(8\).pdf](file:///C:/Users/MARIA/Downloads/Uladech%20Biblioteca%20virtual%20(8).pdf)
78. Conceptos jurídicos. Estado civil: definición, clasificación e inscripción [Internet]. [consultado el 7 de noviembre de 2019]. Disponible en: <https://www.conceptosjuridicos.com/estado-civil/>
79. De concepto. Ingreso: Concepto y Tipos de ingresos [Internet]. [consultado el 7 de noviembre de 2019]. Disponible en: <https://concepto.de/ingreso-2/>



ANEXO N° 01

ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

Elaborado por Walker y pender y modificado por las investigadoras de línea de la escuela profesional de enfermería universidad católica de los Angeles de Chimbote, Díaz; Reyna E; Delgado R, (2008)

N°	ITEMS	CRITERIOS			
ALIMENTACIÓN					
1	Come Ud. tres veces al día: desayuno almuerzo y comida.	N	V	F	S
2	Todos los días, Ud. consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos.	N	V	F	S
3	Consumo de 4 a 8 vasos de agua al día	N	V	F	S
4	Incluye entre comidas el consumo de frutas.	N	V	F	S
5	Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales o químicos para conservar la comida.	N	V	F	S
6	Lea Ud. las etiquetas de las comidas empaquetadas, enlatadas o conservas para identificar los ingredientes.	N	V	F	S
ACTIVIDAD Y EJERCICIO					
7	Hace Ud., ejercicio por 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana.	N	V	F	S
8	Diariamente Ud. realiza actividades que incluyan el movimiento de todo su cuerpo.	N	V	F	S

MANEJO DEL ESTRÉS					
9	Usted identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida.	N	V	F	S
10	Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación.	N	V	F	S
11	Ud. plantea alternativas de solución frente a la tensión o preocupación	N	V	F	S
12	Realiza alguna de las siguientes actividades de relajación tales como: tomar siesta, pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de respiración	N	V	F	S
APOYO INTERPERSONAL					
13	Se relaciona con los demás.	N	V	F	S
14	Mantiene buenas relaciones interpersonales con los Demás	N	V	F	S
15	Comenta sus deseos inquietudes con los demas personas	N	V	F	S
16	Cuando enfrenta situaciones difíciles recibe apoyo de los demás.	N	V	F	S
AUTORREALIZACION					
17	Se encuentra satisfecho con lo que ha realizado durante su Vida	N	V	F	S
18	Se encuentra satisfecho con las actividades que actualmente realiza	N	V	F	S
19	Realiza actividades que fomenten su desarrollo personal	N	V	F	S
RESPONSABILIDAD EN SALUD					
20	Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica	N	V	F	S

21	Cuando presenta una molestia acude al establecimiento de Salud	N	V	F	S
22	Toma medicamentos solo prescritos por el medico	N	V	F	S
23	Toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud	N	V	F	S
24	Participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud	N	V	F	S
25	Consume sustancias nocivas.: cigarro, alcohol y/o drogas	N	V	F	S

NUNCA N = 1

A VECES V = 2

FRECUENTEMENTE F = 3

SIEMPRE S = 4

Ojo en el ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es, al contrario,

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

PUNTAJE MÁXIMO: 100 puntos

75 a 100 puntos saludable

25 a 74 puntos no saludable.



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

ANEXO N° 02:

Autoras: Díaz, Reyna, E, Delgado R, (2008)

**CUESTIONARIO SOBRE: ESTILOS DE VIDA Y FACTORES
BIOSOCIOCULTURALES EN EL ADULTO MADURO DEL ASENTAMIENTO
HUMANO 25 DE MAYO _CHIMBOTE ,2018**

DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

Iniciales o seudónimos del nombre de la persona

.....

A) FACTORES SOCIALES:

1. ¿Cuál es su estado civil?

- a) Soltero (a) b) Casado(a) c) Viudo(a)
d) Unión libre e) Separado(a)

2. ¿Cuál es su religión?

- a) Católico (a) b) Evangélico c) Mormón
d) Protestante e) Otra religión

B) FACTORES CULTURALES:

1. ¿Cuál es su grado de instrucción?

- a) Analfabeto b) Primaria completa c) Primaria incompleta
d) Secundaria completa e) Secundaria incompleta f) Superior completa
g) superior incompleta

2.-Cuál es su ocupación?

- a) Obrero b) Empleado c) Ama de casa
- d) Estudiante e) Ambulante f) Otros

3.- ¿Cuál es su ingreso económico?

- Menos de 100 nuevos soles () De 100 a 500 nuevos soles ()
- De 600 a 1000 nuevos soles () De 1000 a más nuevos soles ()

C) FACTORES BIOLÓGICOS:

1. Marque su sexo

- Masculino () Femenino ()



ANEXO N° 03

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

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

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

Si $r > 0.20$ el instrumento es válido.

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



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

ANEXO N° 04

CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

Resumen del procesamiento de los casos

	N	%
Casos Válidos	27	93.1
Excluidos(a)	2	6.9
Total	29	100.0

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

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
0.794	25



ANEXO N° 5

UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

CONSENTIMIENTO INFORMADO

TITULO

**ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO
MADURO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 25 DE MAYO CHIMBOTE, 2018**

Yo,Acepto
participar voluntariamente en el presente estudio, señalo conocer el propósito de la
Investigación. Mi participación consiste en responder con veracidad y de forma oral
a las preguntas planteadas.

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

FIRMA

.....

ANEXO N° 6

"Año de la lucha contra la corrupción e impunidad"

Sr: Carmen Sullon

Presidente de la comunidad: Asentamiento Humano 25 de Mayo

De mi mayor consideración:

Es particularmente grato dirigirme a su despacho, para saludarlo cordialmente, y al mismo tiempo informarle que soy Estudiante de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, y con finalidad de obtener mi grado de Bachiller en Enfermería, por ello estoy realizando la Investigación titulada: Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto maduro en el Asentamiento Humano 25 de Mayo. El objetivo central de mi investigación es determinar la relación entre estilos de vida y los factores biosocioculturales en el adulto maduro del Asentamiento Humano 25 de Mayo. La investigación es Determinar la relación entre estilos de vida y los factores biosocioculturales en el Adulto maduro del Asentamiento Humano 25 de Mayo Chimbote, 2018. A los que se le aplicara una encuesta de 38 preguntas, con la finalidad con la finalidad de poder identificar los estilos de vida

Po todo lo expuesto, solicito a su persona me otorgue las facilidades del caso, con la finalidad que se me brinde la información necesaria que me permita desarrollar mi proyecto de investigación, además las facilidades para la aplicación de la encuesta, comprometiéndose mi persona en hacer llegar un ejemplar de los resultados de mi investigación realizada en el Asentamiento Humano 25 de Mayo.

Sin otro particular me despido de usted.

Atentamente,

Estudiante de Enfermería
Investigación

ULADECH- Católica

DNI:

Asesora del Proyecto de

Dra. Enf. Adriana Vílchez

ANEXO N° 07

Declaración De Compromiso Ético Y No Plagio

Mediante el presente documento denominado **declaración de compromiso ético y no plagio** el autor(a) del presente trabajo de investigación titulado: **ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO MADURO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 25 DE MAYO CHIMBOTE, 2018** declaro conocer las consecuencias por la infracción de las normas del Reglamento de Investigación de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote y el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en todos los casos se ha incorporado la cita y referencias respectivas conforme orienta las normas vancouver, previsto en la Universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento profesionales – RENATI; que exigen veracidad y originalidad de todo trabajo de investigación, respeto a los derechos de autor y la propiedad intelectual. Asimismo, cumpla con precisar que éste trabajo forma parte de una línea de investigación denominado “Estilos de vida de las personas” dentro del cual se tiene como objeto de estudio Determinar la relación y los factores biosocioculturales del adulto maduro, se aplicó un diseño metodológico cuantitativo, por lo tanto, es posible que tenga similitud en ese sentido y se explica, porque forma parte de dicha línea. También se declara que al recolectar los datos se tuvo acceso a nombres, apellidos, a cada uno se les asignó un código para preservar su identidad y proteger los derechos constitucionales, siendo el único aspecto inserto en los instrumentos. Finalmente se declara que: el presente trabajo es auténtico, siendo el resultado el producto de un trabajo personal acorde con la línea de investigación del cual se deriva, trabajado bajo los principios de la buena fe y respeto de los derechos de autor y propiedad intelectual, de modo que al utilizar las fuentes para su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en normas Vancouver, previsto en la Universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento.