



---

**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE**

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

**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 PROFESIONAL DE  
LICENCIADA EN ENFERMERIA**

**AUTORA:**

Bach. Enf. NOEMI NOELIA FLORES TORRES

**ASESORA:**

Dra. ROCÍO BELÚ VÁSQUEZ VERA

**HUARAZ - PERÚ**

**2018**

## **JURADO EVALUADOR DE TESIS**

Dra. María Elena Urquiaga Alva

**Presidente**

Mgtr. Leda María Guillen Salazar

**Miembro**

Mgtr. Fanny Roció Ñique Tapia

**Miembro**

## **AGRADECIMIENTO**

A la plana docente de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote sede Huaraz por la dedicación en formar profesionales competentes, en especial a mi asesora, Dra. Rocío Belú Vásquez Vera, por haberme guiado por medio de sus conocimientos profesionales durante el transcurso de esta investigación y por su constante apoyo.

A los pobladores del A.H Estrella del Nuevo Amanecer, La Joya – Arequipa que, participaron e hicieron posible el desarrollo de esta investigación, por haber mostrado colaboración y comprensión durante la aplicación de las encuestas.

**NOELIA**

## DEDICATORIA

A DIOS, por darme día a día la  
fortaleza necesaria para seguir  
adelante y hoy permitir la  
conclusión de mi carrera  
profesional.

A MIS PADRES, Basilia Torres  
Alvarez y Santos Flores Vilca, con  
mucho cariño por haberme apoyado  
en cada momento, ayudándome a  
valorar la vida, por sus consejos sus  
valores, por su fuente de trabajo,  
sacrificio y por la motivación para  
seguir adelante y lograr mis metas  
trazadas.

A mi esposo **Luis Lozano** por  
impulsarme a seguir adelante  
y apoyarme en cada momento  
difícil, a mis hermanos Raúl y  
Jhumsu.

NOELIA

## RESUMEN

Estudio cuantitativo, con diseño descriptivo correlacional, tuvo como objetivo general determinar si existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del asentamiento humano Estrella del Nuevo Amanecer. La muestra estuvo conformada por 115 adultos, para la recolección de datos se aplicaron dos instrumentos: Cuestionario sobre factores biosocioculturales de la persona y la escala del Estilo de Vida. El análisis y procesamiento de los datos se hicieron con el software SPSS versión 21.0. Para establecer la relación entre las variables de estudio se aplicó la Prueba de Independencia de Criterios Chi cuadrado, con el 95% de confiabilidad y significancia de  $p < 0.05$ . Concluyendo que: La mayoría de los adultos del Distrito de la Joya – Arequipa presentan un estilo de vida no saludable y un porcentaje mínimo presenta estilos de vida saludables. Respecto a los factores biosocioculturales menos de la mitad tienen secundaria completa e incompleta, con estado civil unión libre, de ocupación empleados con un ingreso económico entre 600 a 1000 nuevos soles; más de la mitad son adultos maduros de sexo femenino y la mayoría profesa la religión católica. No hay relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida con la edad, sexo, religión, grado de instrucción, estado civil, ocupación e ingreso económico.

**Palabras claves:** Adulto, Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales.

## **ABSTRACT**

Quantitative study, with correlational descriptive design, had as a general objective to determine if there is a relationship between the lifestyle and the biosociocultural factors of the adults of the Estrella del Nuevo Amanecer human settlement. The sample consisted of 115 adults, for the collection of data two instruments were applied: Questionnaire about biosociocultural factors of the person and the scale of the Lifestyle. The analysis and processing of the data were done with SPSS software version 21.0. To establish the relationship between the study variables, the Chi square Criteria Independence Test was applied, with 95% reliability and significance of  $p < 0.05$ . Concluding that: Most of the adults of the District of La Joya - Arequipa have an unhealthy lifestyle and a minimum percentage presents healthy lifestyles. Regarding the biosocioculturales factors less than half have complete and incomplete secondary, with civil union free status, of employment employed with an economic income between 600 to 1000 nuevos soles; more than half are mature adult women and most profess the Catholic religion. There is no statistically significant relationship between lifestyle with age, sex, religion, educational level, marital status, occupation and economic income.

**Key words:** Adult, Lifestyle and Biosociocultural Factors.

# ÍNDICE

AGRADECIMIENTO .....	iii
DEDICATORIA .....	iv
Resumen .....	v
ABSTRACT .....	vi
<b>I. INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>01</b>
<b>II. REVISIÓN DE LITERATURA.....</b>	<b>09</b>
2.1 Antecedentes .....	09
2.2 Bases Teóricas .....	12
<b>III. METODOLOGÍA .....</b>	<b>21</b>
3.1 Tipo y Diseño de la Investigación.....	21
3.2 Población y Muestra .....	21
3.4 Definición y Operacionalización de Variables.....	22
3.4 Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos .....	26
3.5 Procedimiento y Análisis de Datos .....	28
3.5 Principios Éticas .....	29
<b>IV. RESULTADOS .....</b>	<b>30</b>
4.1 Resultados .....	30
4.2 Análisis de los Resultados.....	39
<b>V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....</b>	<b>76</b>
5.1 Conclusiones .....	76
5.2 Recomendaciones .....	77
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>78</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>95</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
<b>TABLA 1</b> .....	<b>30</b>
ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA – AREQUIPA, 2018	
<b>TABLA 2</b> .....	<b>31</b>
FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA – AREQUIPA, 2018	
<b>TABLA 3</b> .....	<b>37</b>
FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA – AREQUIPA, 2018	
<b>TABLA 4</b> .....	<b>38</b>
FACTORES CULTURALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA – AREQUIPA, 2018	
<b>TABLA 5</b> .....	<b>39</b>
FACTORES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA – AREQUIPA, 2018	

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

	Pág.
<b>GRÁFICO DE TABLA 1</b> .....	<b>30</b>
ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA – AREQUIPA, 2018	
<b>GRÁFICO DE TABLA 2</b> .....	<b>32</b>
EDAD DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA – AREQUIPA, 2018	
<b>GRÁFICO DE TABLA 3</b> .....	<b>32</b>
SEXO DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA – AREQUIPA, 2018	
<b>GRÁFICO DE TABLA 4</b> .....	<b>33</b>
GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA – AREQUIPA, 2018	
<b>GRÁFICO DE TABLA 5</b> .....	<b>33</b>
RELIGIÓN DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA – AREQUIPA, 2018	
<b>GRÁFICO DE TABLA 6</b> .....	<b>34</b>
ESTADO CIVIL DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA – AREQUIPA, 2018	
<b>GRÁFICO DE TABLA 7</b> .....	<b>34</b>
OCUPACIÓN DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA – AREQUIPA, 2018	
<b>GRÁFICO DE TABLA 8</b> .....	<b>35</b>
INGRESO ECONÓMICO DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA – AREQUIPA, 2018	

## **I. INTRODUCCION**

“Los estilos de vida son base de la calidad de vida, están determinados por procesos sociales, tradiciones, hábitos, conductas y comportamientos de los individuos y grupos de población que conllevan a la satisfacción de las necesidades humanas para alcanzar la calidad de vida (1).”

“En cuanto a los factores biosocioculturales son procesos sociales, tradiciones, 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, están determinados por la presencia de factores protectores para el bienestar (2).”

Para tener mayor comprensión, la tesis se ha estructurado en Capítulo I: Introducción; Capítulo II: Revisión De Literatura; Capítulo III: Metodología; Capítulo IV; Resultados; Capítulo V: Conclusión Y Recomendaciones. Finalmente las referencias bibliográficas y anexos. El presente trabajo de investigación contiene hallazgos importantes que contribuirán, al enriquecimiento del sistema de conocimientos teóricos.

“El estilo de vida es la interacción entre las condiciones de vida y los patrones individuales de conducta, determinados por los factores socioculturales y las características personales, determinado por una estructura social, valores, normas, actitudes, hábitos y conductas individuales (3).”

“Los estilos de vida se relacionan con el consumo de alimentos, el consumo de cigarrillo, así como con el desarrollo o no de actividad física, los riesgos del ocio en especial el consumo de alcohol, drogas y otras actividades relacionadas y el riesgo ocupacional (3).”

“La salud de las personas está asociada al estilo de vida, es promotor de salud

procura el bienestar del ser humano y los estilos de vida poco saludables se asocian a factores de riesgo que contribuyen a la presencia de las enfermedades en cualquier edad que se encuentren (3).”

“Los estilos de vida también son determinados de la presencia de factores de riesgo y/o de factores protectores para el bienestar por lo cual deben ser vistos como un proceso dinámico que no solo se compone de acciones o comportamientos individuales, sino también de acciones de naturaleza social (4).”

“Los estilos de vida saludable básicamente está enmarcada dentro de la prevención de enfermedades y promoción de la salud, y el momento clave o el inicio de esta tendencia fue en el año 2004 y se generó por una declaración de la organización mundial de salud, para mejorar los factores de riesgo como alimentación poca saludable y sedentarismo (4).”

“La Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud, al analizar los estilos de vida saludables como componentes importantes de intervención para promover la salud, la salud se inicia y se vive en el marco de la vida diaria, en los centros educativos, en el trabajo y de recreación. La salud es el resultado de los cuidados que cada individuo crea para sí mismo (4).”

“El estilo de vida que lleve de cada persona tiene un gran impacto en la salud y en el bienestar de éstas. La Organización Mundial de la Salud (OMS) sugiere que se adopte un estilo de vida saludable durante todo el ciclo de vida, con el fin de preservar la vida y mantenerse sano (5).”

“Es importante mantener una dieta balanceada para lograr un estilo de vida saludable. Los alimentos que se consumen diario, deben tener las cantidades adecuadas tanto de los macronutrientes (carbohidratos, proteínas, lípidos), como los micronutrientes (minerales y vitaminas), y agua, para satisfacer los requerimientos

fisiológicos de cada individuo (5).”

“La mayor causa de muerte que se da en el mundo, y nuestro país no es la excepción, es la obesidad, los cardiovasculares, algunos cánceres, enfermedades respiratorias crónicas y diabetes, conocidas como Enfermedades No Transmisibles (ENT) (5).”

“América Latina y el Caribe han llegado a convertirse en la región del mundo en desarrollo que tiene la mayor urbanización, puesto que más de 60% de la población habita en centros urbanos. Según datos obtenidos de 24 países en la Región de las Américas, más de la mitad de la población es inactiva, es decir, en varios países del continente americano, la proporción de la población cuya salud está en riesgo debido a una vida inactiva se aproxima a 60% (6).”

“El Perú ha contribuido con 13 alimentos al Fondo de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO); Anchoqueta, Sacha inchi, Camu-camu, Camote, Lúcumá, Maíz morado, Maca, Quinua, Tomate y Yacón (7).”

“La población peruana se encuentra en un creciente proceso de envejecimiento, existe una tendencia decreciente en cuanto al número y tasa de años de vida. Entre 1990 y 1996 se redujo la pérdida de años debido a una reducción en las enfermedades transmisibles tanto en hombres como mujeres; en la actualidad el país presenta la característica de mosaico epidemiológico, con prevalencia en enfermedades crónicas y degenerativas, en términos generales se están incrementando las enfermedades emergentes y reemergentes (Malaria, Dengue, TBC multidrogo resistente, SIDA, violencia social, pandillaje, consumo de drogas; entre otros) (8).”

“En el Perú existen 6 estilos de vida según Arellano, especialista en temas relacionados con el marketing y considerado de los mejores en esta materia, y estos

son (9).”

“Los afortunados con un nivel de ingresos más altos que el promedio; los progresistas hombres que buscan permanentemente el progreso personal o familiar; las modernas mujeres que trabajan o estudian, gustan de comprar productos de marca en general, de aquellos que les faciliten las tareas del hogar; los Adaptados hombres trabajadores y orientados a la familia valoran mucho su estatus social; las conservadoras mujeres con tendencia religiosa y tradicional típicas mamá gallina; los modestos segmento mixto, de bajos recursos económicos que vive resignados a su suerte (9).”

“Sin embargo, no existe una relación directa entre modernidad e ingreso, ni tampoco entre orientación al logro y recursos económicos. Si bien los Afortunados son los más modernos y más ricos, y los Modestos los más tradicionales y más pobres, también se observa que hay pobres modernos, como algunos Progresistas y algunas Modernas, y ricos tradicionales, como algunos Adaptados y algunas Conservadoras. Y más aún muchas personas pertenecientes al más alto nivel económico no se encuentran estipulados ni comerciantes pueblerinos no cuentan con fuerte ingreso económico (8).”

“Esta clasificación está generalizada en el común denominador de la población peruana, esta clasificación permite estimar las necesidades y ambiciones del peruano según su ingreso económico (9).”

“A lo antes mencionado no es ajeno el Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, que se ubica en la Jurisdicción del distrito La Joya, provincia de Arequipa, en la parte sur del Perú. El puesto de salud la Cano brinda servicio de salud al Asentamiento Humano y a otras que se encuentran a su alrededor, pertenece a la jurisdicción de la Micro Red La Joya. Limita por el norte: con la

Asociación de Vivienda Ilaca, por el sur con: el Pueblo Joven San Luis La Cano, por el este: con el asentamiento humano Alto la Cano, por el oeste: con La Irrigación La Cano (10).”

Este Asentamiento Humano está organizado a través de una Junta directiva integrada por: un presidente, un secretario, un tesorero, dos vocales y un fiscal. Esta Junta directiva está conformada por los mismos pobladores de la zona y es elegida por los pobladores en una asamblea general.

El Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer cuenta con una loza deportiva que fue gestionada por la directiva en la municipalidad de dicha Jurisdicción, también encontramos una pequeña Iglesia Evangélica que fue construida por los miembros de esta congregación, a su vez existe una gruta en la que se encuentra la patrona del Asentamiento Humano Santísima Virgen de Copacabana.

En relación al saneamiento básico actualmente cuenta con: servicio eléctrico, telefónico e internet, más no con el de agua y desagüe ya que es un proyecto que recién será ejecutado, los pobladores recolectan el agua potable de una cisterna que se encarga del reparto interdiario, cuentan con letrinas en sus casas. En cuanto a la eliminación de la basura pasa el carro recolector cada dos días.

Su aniversario es el 4 de agosto ya que en esta fecha se fundó, su patrona es la Santísima Virgen de Copacabana la celebran con una misa, un almuerzo de confraternidad en el que invitan a las autoridades locales, luego presentación de danzas que son realizadas por los pobladores terminando con un baile social donde participan artistas de la zona sin faltar la refrescante Cerveza Arequipeña. Los platos a degustar son el Adobo de chanco en el desayuno (este plato es preparado a base de ají panca molido, vinagre, lomo de cerdo, sal, ajos, pimienta, romero,

rocoto ) el caldo blanco, (el caldo es preparado con carne de res, chuño que es lo mismo que el tocush pero este está seco, garbanzos, yuca, leche, arroz y se sirve acompañado del culantro, perejil, hierba buena, cebolla china); cuy chactado (que consta de un cuy entero frito en bastante aceite acompañado de papas sancochadas, ensalada y mote) acompañando todo con una espumante chicha de jora.

“Este Asentamiento Humano no cuenta con un establecimiento de salud y tampoco está considerado porque existe actualmente a solo 5min el Puesto de Salud La Cano en el que se pueden atender los moradores de dicho asentamiento humano. El puesto de salud está construido de material noble, cuenta con 6 ambientes, en este puesto de Salud contamos con una licenciada en enfermera, técnica en enfermería, obstetra y un médico que asiste tres veces por semana, el puesto de salud brinda atención integral ambulatoria con énfasis en prevención y promoción, atención a toda su población asignada; los tipos de servicios que brinda son: inmunización, visita domiciliaria, atención en tópico, planificación familiar y consulta externa (10).”

“Según los datos estadísticos obtenidos en el puesto de salud sobre prevalencia de enfermedades más comunes encontramos que los adultos que residen en el Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer tienen como problemas de salud más comunes las Infecciones respiratorias Agudas (IRAS) 33%, Enfermedades Diarreicas Agudas (EDAS) 17%, Infecciones de transmisión sexual (ITS) 24%, hipertensión Arterial 10%, problemas auditivos 7%, miopía 9% (10).”

Frente a lo expuesto se considera pertinente la realización de la presente investigación, planteando el siguiente problema:

¿Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, La Joya –

Arequipa, 2018?

#### Objetivo general

Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, La Joya – Arequipa.

#### Objetivos específicos

Valorar el estilo de vida de los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, La Joya – Arequipa.

Identificar los factores biosocioculturales: edad, sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico de los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, La Joya – Arequipa.

El presente estudio de tipo cuantitativo y de corte transversal, diseño descriptivo correlaciona fue preparado con mucho esmeros con el propósito de dar a conocer la relación entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales, valorar el estilo de vida e identificar los factores biosocioculturales de los adultos del asentamiento humano Estrella del Nuevo Amanecer Arequipa, de esta manera describir los estilos de vida saludables y poco saludables de los adultos a su vez se podrá cuantificar la cantidad de pobladores que tienen estilos de vida saludables y poco saludables y poder implementar estrategias de solución.

Este estudio se realizó en el Departamento de Arequipa distrito de la Joya para dar a conocer y compartir experiencias con la investigaciones realizadas en este Departamento compartir los resultados obtenidos porque esta información será muy valiosa para poder darnos cuenta del enfoque que le estamos dando a nuestros estilos de vida, también nos permitirá generar nuevos conocimiento en los profesionales de la salud para poder comprender los problemas de salud que está

afectando a nuestra población y desde este punto implementar estrategias de solución. Nos servirá para darnos cuenta que debemos potenciar los trabajos en la prevención y promoción de la salud ya que esto garantizara las buenas practicas saludables.

Además esta investigación es muy importante y compartida con las autoridades regionales, Municipalidad distrital de la joya, Puesto de Salud la Cano, biblioteca virtual de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, profesionales de la salud y demás personas que se muestren interesadas en esta investigación ya que mediante los resultados obtenidos se busque concientizar a la población en la importancia que tiene mantener la salud en su plenitud y evitar estilos de vida nocivos para nuestra salud.

## II. REVISIÓN DE LITERATURA:

### 2.1. Antecedentes

#### **Investigaciones en el ámbito internacional:**

“Leignagle J, Valderrama G, Vergara I, (11). Titulado: Estilo de vida y Sentido de Vida en Estudiantes Universitarios Panamá 2011, estudio cuantitativo, descriptivo. Con una muestra de 157 mujeres y 109 hombres, se obtuvo que: El 76% de las mujeres y el 71% de hombres presentan estilos de vida saludables. En los factores sociodemográficos, el 59% de la muestra corresponde al sexo femenino y el 41% al sexo masculino, el 96% de mujeres tienen de 17 a 25 años de edad y el 95% de hombres también se encuentra en ese rango, el 95% de la muestra es soltero, el 82% de las mujeres y el 86% de hombres es católico.”

“Díaz F, (12). Que investigo: Percepción del Estado de Salud y Estilo de Vida en Trabajadores de una Refinería en México 2012. En 196 trabajadores, obtuvo como resultado: La mayoría son del sexo masculino, con pareja, residentes del estado de Veracruz, en su mayor proporción son obreros. Es una población adulta joven con un nivel de estudios que la media nacional y un ingreso económico mayor a dos salarios mínimos. No existe diferencia en el estilo de vida promotor según sexo y ocupación. Los factores biológicos y socioculturales no mostraron el efecto sobre el estilo de vida promotor. La percepción del estado de salud tuvo efecto esperado en el estilo de vida.”

“Quiroga I, (13). En su estudio: Estilos de Vida y Condiciones de Salud de los Enfermeros 2013. De tipo cuantitativo, descriptivo,

con una muestra de 415 enfermeros se encontró como resultados lo siguiente; El 48% consumen tabaco, y el 61% se consideran fumadores ocasionales, El 55% no tienen horario de comidas, y el resto no respeta los horarios. Consumen de 2 a 3 veces comidas diarias, la clasificación de la comida, es de mala en un 45% a buena un 41%, el 57% aumento de peso desde que empezó a trabajar, El 57% no va a control médico periódico, en cuanto a la valoración de su estado de salud manifiestan que es buena en 46% a regular en un 43% y Según el IMC 36% tiene peso normal, el 39% sobre peso y 25% obesidad; de las cuales 73% tiene obesidad I y el 27% obesidad II.”

#### **Investigaciones en el ámbito nacional:**

“Ramos C, (14). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales en el Adulto Sector VI. Chonta – Santa María 2016. Estudio de tipo cuantitativo, diseño descriptivo y de corte transversal, La muestra estuvo conformada por 176 , se encontró los siguientes resultados, encontrándose que en los adultos el 39,2% tienen un estilo de vida saludable y 60,8% estilo de vida no saludable y en los factores biosocioculturales se reporta que el factor biológico el 51,1% de las personas adultas joven tienen una edad entre 36 y 59 años, el 6,4% son de sexo femenino, en el factor cultural el 61,9 % tienen secundaria , mientras que el 82.4% son católicos, en el factor social tenemos que el 35,8% son convivientes, en cuanto a ocupación tenemos que el 58% son estudiantes, mientras que el 36,9 % de las personas adultas tienen un ingreso económico entre 651 a 850 soles.”

“Vilchez, (15). Estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de Adultos Maduro del Asentamiento Humano 10 de setiembre -Chimbote. 2017. Estudio de tipo cuantitativo, diseño descriptivo y de corte transversal, La muestra estuvo conformada por 176 , se encontró los siguientes resultados, encontrándose que

en los adultos el 25% tienen un estilo de vida saludable y 75% estilo de vida no saludable y en los factores biosocioculturales, el 65,8% son de sexo femenino, en el factor cultural el 55,8% tienen secundaria , mientras que el 68,3% son católicos, en el factor social tenemos que el 42,5% son convivientes, en cuanto a ocupación tenemos que el 65,8% son amas de casa, mientras que el 29,2% de las personas adultas tienen un ingreso económico entre 651 a 850 soles.”

“Atoche J, (16). Estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la Persona Adulta en la Caleta el Ñuro – los Órganos – Talara 2017 Estudio de tipo cuantitativo, diseño descriptivo y de corte transversal, La muestra estuvo conformada por 228 , se encontró los siguientes resultados, encontrándose que en los adultos el 85,9 % tienen un estilo de vida saludable y 14,1% estilo de vida no saludable y en los factores biosocioculturales se reporta que el factor biológico el 63,60% de las personas adultas joven tienen una edad entre 20 a 35 años, el 58,3% son de sexo femenino, en el factor cultural el 50,4% tienen secundaria completa, mientras que el 89,5% son católicos, en el factor social tenemos que el 36,4% son casados, en cuanto a ocupación tenemos que el 53,9% se ubica en otros, mientras que el 42,1% de las personas adultas tienen un ingreso económico de menor a 100 soles.”

### **Investigaciones en el ámbito local**

“Mendoza S, (17). Estudio: Estilos de Vida y Factores de los Adultos de la Comunidad de Collcapampa, Huaraz, 2015. Estudio de tipo cuantitativo, diseño descriptivo y de corte transversal, La muestra estuvo conformada por 90 , se encontró los siguientes resultados, encontrándose que en los adultos el 4,4% tienen un estilo de vida saludable y 95,6% estilo de vida no saludable y en los factores biosocioculturales se reporta que el factor biológico el 56,8% de las personas adultas joven tienen una edad entre 36 y 59 años, el 56,7% son de sexo masculino,

en el factor cultural el 27,8% tienen secundaria incompleta , mientras que el 93,3% son católicos, en el factor social tenemos que el 35.6% son unión libre, mientras que el 27,8% tienen la ocupación agricultores, y el 67,8% de las personas adultas tienen un ingreso económico entre 100 a 599 soles.”

“Nuñez M, (18). Investigo acerca de: Estilos de Vida y Factores de los Adultos del Distrito de Huasta – Bolognesi, 2015; Estudio de tipo cuantitativo, diseño descriptivo y de corte transversal, La muestra estuvo conformada por 130 , se encontró los siguientes resultados, encontrándose que en los adultos el 26% tienen un estilo de vida saludable y 74% estilo de vida no saludable y en los factores biosocioculturales se reporta que el factor biológico el 45% de las personas adultas joven tienen una edad entre 36 y 59 años, el 56% son de sexo femenino, en el factor cultural el 26% tienen primaria incompleta , mientras que el 64% son católicos, en el factor social tenemos que el 39 %son casados, el 58% son agricultores y el 55% de las personas adultas tienen un ingreso económico entre 651 a 850 soles.”

“Ramirez L, (19). Investigo: Estilos de Vida y Factores de los Adultos Custodios del Orden de las Fuerzas Policiales de la Comisaria de Huaraz, 2016; tipo cuantitativo, método descriptivo y de corte transversal, La muestra estuvo conformada por 80 , se encontró los siguientes resultados, encontrándose que en los adultos el 10% tienen un estilo de vida saludable y 90% estilo de vida no saludable y en los factores biosocioculturales se reporta que el factor biológico el 81,2% de las personas adultas joven tienen una edad entre 20 a 35 años, el 76,2% son de sexo masculino, en el factor cultural el 100% son católicos, en el factor social tenemos que el 61,2% son solteros.”

## **2.2. Bases teóricas de la investigación:**

“Para el Dr. Rolando Arellano Cueva los Estilos de Vida son Formas de ser, tener, querer y actuar compartidas por un grupo significativo de personas el estilo de Vida, sería aquél patrón más o menos consistente de comportamiento que caracteriza al individuo en su forma de ser y expresarse, pero su concepto engloba no sólo elementos psicológicos sino también comportamientos y características externas, los cuales son determinados y a su vez determinan la manera de ser y actuar futura de un individuo (20).”

“Los comportamientos de cada individuo que tienen impacto en la salud se denominan habitualmente “Modos o Estilos de Vida”, este término se convierte en un referente de la manera como la gente se comporta con respecto a la exposición a factores nocivos que representan riesgo para la salud (21).”

“El estilo de vida tiene una gran representación en el estado de la salud pública de la población ya que se considera que un tercio de las enfermedades en el mundo pueden prevenirse mediante cambios en el comportamiento y modificaciones en el estilo de vida. Los estilos de vida de cada persona se establecen en la infancia, al interior de la familia y se comienzan a moldear desde entonces de acuerdo a los comportamientos familiares y las Influencias directas de las costumbres y actitudes del grupo social al que se pertenece, es en la adolescencia en donde el sujeto comienza a ejercer su autodeterminación, configurando su estilo de vida (21).”

“La determinación del estilo de vida para su estudio como referente de salud considera; alimentación, actividades físicas, control de tabaquismo, alcohol y otras drogas, conductas sexuales, salud mental, relaciones sociales y familiares, sueño, manejo de estrés, trabajo, tipo de personalidad y responsabilidad civil (21).”

“Estas enfermedades solían considerarse enfermedades de los países

industrializados y se las llamaba "enfermedades occidentales" o "enfermedades de la abundancia", sin embargo, internacionalmente se las conoce como enfermedades no transmisibles y crónicas, y forman parte del grupo de enfermedades degenerativas. Una enfermedad crónica puede resultar en la pérdida de independencia, años con discapacidad o la muerte, y supone una carga económica considerable para los servicios de salud (22).”

“Las enfermedades relacionadas con el estilo de vida comparten factores de riesgo semejantes a los de la exposición prolongada a tres conductas modificables también relacionadas con el estilo de vida, el tabaquismo, una dieta poco saludable y la inactividad física tienen como resultado el desarrollo de enfermedades crónicas, especialmente enfermedades del corazón, accidentes cerebrovasculares, diabetes, obesidad, síndrome metabólico, enfermedad pulmonar obstructiva crónica y algunos tipos de cáncer (22).”

“La Asamblea Mundial de la Salud aprobó una resolución en el año 2000 sobre la prevención y el control de las enfermedades crónicas. Pidió a sus Estados miembros que elaborasen un marco normativo nacional, teniendo en cuenta las políticas públicas en materia de salud, así como las medidas fiscales y tributarias aplicables a los bienes y servicios buenos o malos. En la resolución también se pidió que se establezcan programas para prevenir y controlar las enfermedades crónicas; se evalúen y vigilen la mortalidad y la proporción de morbilidad atribuibles en una zona a enfermedades crónicas (22).”

“La combinación de cuatro factores de un estilo de vida saludable -- mantener un peso saludable, hacer ejercicio regularmente, seguir una dieta saludable y no fumar -- parece estar asociada a una reducción de hasta un 80% en el riesgo de desarrollar las enfermedades crónicas más comunes y mortíferas (22).”

“Esta circunstancia refuerza las recomendaciones actuales en materia de salud pública de que se sigan hábitos de estilo de vida saludables y, como estos hábitos a menudo se adquieren durante las etapas formativas de la vida, es especialmente importante comenzar pronto a impartir lecciones importantes sobre una vida sana (22).”

“Los beneficios conocidos de un estilo de vida saludable, solo una pequeña parte de los adultos la logran poner en práctica; a diferencia de los que llevan una vida sana porque está disminuyendo. Hay muy poca conciencia pública sobre la relación entre la salud y el estilo de vida (22).”

“La mayoría de las personas no son conscientes de que un cambio en el estilo de vida constituye un factor importante en la aparición de las enfermedades crónicas como causas de una mayor morbilidad y mortalidad. Los estilos de vida es generalmente considerado un asunto personal son prácticas sociales y formas de vida adoptadas por las personas que reflejan identidades personales, de grupo y socioeconómicas (22).”

“Así mismo refiere la Dra. Karen Bustamante Gonzales que las enfermedades crónicas se pueden disminuir o retrasar con hábitos saludables implementados desde etapas tempranas, realizar 150 minutos por semana de actividad física es muy beneficiosa para nuestra salud (23).”

“Desde esta perspectiva integral, los estilos de vida no pueden ser aislados del contexto social, económico, político y cultural al cual pertenece y deben de ser acorde a los objetivos del proceso de desarrollo que como fue expuesto es dignificar a la persona humana en la sociedad a través de mejores condiciones de vida y de bienestar (24).”

“La epidemiología dice que el estilo de vida son un conjunto de

comportamientos o actitudes que desarrollan cada persona, que unas veces son saludables y otras nocivas para la salud; pues son causantes de enfermedades entre las más importantes que afectan la salud encontramos: consumo de sustancias tóxicas (hoja de coca, alcohol), estrés, dieta, manipulación de los alimentos y relaciones interpersonales (24).”

“La sociología menciona que el estilo de vida es la manera en que vive una persona (o un grupo de personas). Esto incluye la forma de las relaciones personales. Una forma de vida típicamente también refleja las actitudes, los valores o la visión del mundo de un individuo (24).”

“En el presente estudio el estilo de vida será medido en base a la modificación del instrumento propuesto por el Modelo de Promoción de la salud (MPS) de Nola Pender el cual permite una valoración de los estilos de vida pero basado en el estilo de vida promotor de salud de los individuos; que resulta útil para las enfermeras, en la asistencia tanto en el apoyo como en la educación al paciente (25).”

Las dimensiones consideradas para la presente investigación sobre estilos de vida son: nutrición, actividad y ejercicio, manejo del estrés, responsabilidad en salud, apoyo interpersonal y autorrealización.

**“Dimensión de alimentación:** Es el mecanismo mediante el cual el organismo recibe, procesa, absorbe y utiliza los alimentos para la producción de energía, que permita el funcionamiento normal de los tejidos y órganos, el crecimiento y el mantenimiento en general de la vida de cada individuo (25).”

**“Dimensión Actividad y Ejercicio:** Es el esfuerzo corporal o actividad física que pone en movimiento al cuerpo en su totalidad o una parte del mismo de manera armónica, ordenada y repetida que se realiza regularmente con el propósito de mejorar, desarrollar y conservar las funciones de cada persona (25).”

“La actividad física se refiere a una amplia variedad de actividades y movimientos que incluyen actividades cotidianas, como caminar, bailar, subir y bajar escaleras, tareas domésticas, de jardinería y otras, además de los ejercicios planificados. El sedentarismo se vincula, entre otras cosas, al desarrollo de Obesidad, Diabetes, algunos tipos de cáncer, enfermedades cardiovasculares y sus factores de riesgo. La práctica regular de actividad física no solo previene su desarrollo sino que contribuye al buen control de la enfermedad cuando la misma ya se encuentra instalada (25).”

**“Dimensión Manejo del estrés:** El manejo del estrés se refiere al esfuerzo que hace el adulto por controlar y reducir la tensión que surge cuando la situación es considerada difícil o inmanejable, mediante acciones coordinadas sencillas o complejas para sobrellevar la presión, las emergencias o el estrés (25).”

“El estrés es un proceso natural del cuerpo humano, que genera una respuesta automática ante condiciones externas que resultan amenazadoras o desafiantes, que requieren una movilización de recursos físicos, mentales y conductuales para hacerles frente, y que a veces perturban el equilibrio emocional de la persona (26).”

**“Dimensión responsabilidad en salud:** Esto implica saber escoger y decidir sobre alternativas saludables y correctas en vez de aquellas que generan un riesgo para su salud, además deben modificar su comportamiento y realizar actividades que mantengan su salud (25).”

**“Dimensión apoyo interpersonal:** Esta es una dimensión importante por considerar al adulto como ser eminentemente social, para lo cual él requiere de redes de apoyo familiar y social, lo mismo que le permita sostenerse y seguir creciendo en el camino junto a otros individuos de su entorno (27).”

**“Dimensión Autorrealización:** Esta se refiere a la adopción del adulto mayor

a su inicio como persona en la tercera edad, teniendo como tendencia innata a desarrollar al máximo los propios talentos y potenciales, que contribuyen a obtener un sentimiento de satisfacción hacia el mismo como adulto mayor, alcanzando la superación y a la autorrealización (28).”

En cuanto a los factores biosocioculturales de la persona para el presente estudio se han considerado: la edad, sexo, grado de instrucción, ocupación, ingreso económico, y la religión.

“Ciertos factores tienen influencia indirecta sobre las conductas de salud, a través de los factores cognitivo – perceptual. Estos factores pueden ser: Factores demográficos; se proponen que tanto la edad; sexo, raza étnica, educación procedencia e ingreso económicos tienen influencia indirecta a través de su impacto en el establecimiento de conductas de salud (29).”

“**Características biológicas:** Los factores biológicos han sido encontradas y catalogados como importantes influencias en el establecimiento de conductas promotoras de salud. Influencias interpersonales: Estos elementos están considerados como factores que pueden hacer variar las conductas promotoras de salud, considerándose dentro de ellos los siguientes: Expectativas de las personas significativas, los patrones familiares de atención a la salud y las interacciones con los profesionales de salud (30).”

“**Los factores circunstanciales o ambientales:** Estas son determinantes de la conducta de promoción de la salud. Factores conductuales: Una experiencia previa con acciones de promoción de la salud incrementa la habilidad de la gente para adoptar estas conductas promotoras (30).”

“En relación al factor económico la pobreza es la causa fundamental de la inseguridad alimentaria ya que ella puede ser causa del desempleo o ingresos

insuficientes que no permitan adquirir los alimentos necesarios de forma suficiente, la pobreza existe donde quiera que haya personas extremadamente pobres o gravemente desfavorecidas; tanto en los países pobres como en los ricos. El problema de muchos hogares pobres es que la mayor parte o totalidad de su trabajo y de sus ingresos apenas alcanza para cubrir sus necesidades en circunstancias normales (31).”

“Según el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) en el 2013 menciona que el factor socio cultural, influyen factores sociales relacionados con la inversión, en educación y formación laboral y con la eficiencia y cuantía del gasto social. Cabe considerar así mismo determinantes demográficos y culturales, en que la situación de pobreza está condicionada por el número de dependientes en un hogar, las tasas de fecundidad, de embarazo en adolescente y mayores de 35 años y entre muchos otros. Se estima que los ingresos del hogar están determinados en un 20% en promedio por los ingresos de trabajo; ingreso propio del autoconsumo de sus siembras 80% (31).”

“El estado civil es la situación determinada por sus relaciones de familia, proveniente del matrimonio o del parentesco, que establece ciertos derechos y deberes. Generalmente los estados llevan un registro público con los datos personales básicos de los ciudadanos, entre los que se incluye el estado civil. A este registro se le denomina Registro Civil. Aunque las distinciones del estado civil de una persona pueden ser variables de un estado a otro, la enumeración de estados civiles más habitual es la siguiente: soltero(a), casado(a), conviviente, divorciado(a), viudo(a). Del mismo modo en determinados países se contemplan distintas formas de matrimonio, tales como el matrimonio homosexual o la poligamia, lo que lleva a distintos matices del estado civil (32).”

“La religión es un elemento de la actividad humana que suele componerse de creencias y practicas sobre cuestiones de tipo existencial, moral y sobrenatural esta nos hace referencia a las creencias que cada individuo puede fortalecer (33).”

“El grado de instrucción considerada como el último año escolar cursado por la persona donde puede demostrar sus capacidades cognitivas, conceptuales, aptitudinales, procedimentales (33).”

### **III. METODOLOGÍA**

#### **3.1. Tipo y nivel de investigación**

“Estudio cuantitativo porque usa magnitudes numéricas que pueden ser tratadas con medio de herramientas de campo estadístico; de corte transversal, porque no existe continuidad en el eje del tiempo (34, 35).”

#### **3.2. Diseño de la investigación**

“El diseño de investigación descriptivo porque describe los hechos que se observan y correlacional porque estudia la relación entre variables (35, 36).”

##### **3.2.1. Población Muestral**

La población estuvo conformada por 115 adultos, quienes residen en el Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer del distrito La Joya del departamento de Arequipa.

##### **Unidad de análisis**

Cada adulto (a) que forma parte de la muestra y cumple con los criterios de inclusión.

##### **Criterios de Inclusión**

- Adulto (a) > de 20 años que vivieron en el Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer.
- Adulto (a) que residan más de 3 años en el Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer.
- Adulto (a) que dieron su consentimiento informado. (ver anexo N° 02).

##### **Criterios de Exclusión**

- Adulto (a) que presentaron alguna enfermedad.
- Adulto (a) que presentaron problemas de comunicación.
- Adulto (a) que presentaron problemas neurológicos.

### **3.3. Definición y operacionalización de variables**

#### **ESTILO DE VIDA DE LA PERSONA**

##### **Definición Conceptual**

“El estilo de vida es un conjunto de actitudes y comportamientos que adoptan y desarrollan cada ser humano de forma individual o colectiva para satisfacer sus necesidades como seres humanos y alcanzar su desarrollo personal (37).”

##### **Definición Operacional**

Se utilizó la escala nominal

Estilo de vida saludable: 75 - 100 puntos

Estilo de vida no saludable: 25 – 74 puntos

#### **FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LA PERSONA**

##### **Definición conceptual**

“Los factores biosocioculturales son los procesos sociales, las tradiciones, 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, siendo determinados de la presencia de factores protectores para el bienestar (26).”

##### **Definición Operacional**

Para fines de la presente investigación se operacionalizó en los siguientes indicadores.

#### **FACTOR BIOLÓGICO**

##### **EDAD**

##### **Definición Conceptual**

“Tiempo que ha vivido una persona o ciertos animales o vegetales

también es referida al tiempo de existencia de alguna persona, o cualquier otro ser animado o inanimado, desde su creación o nacimiento, hasta la actualidad (38).”

### **Definición Operacional**

Escala de razón Adulto

Joven 20 – 35

Adulto Maduro 36 – 59

Adulto Mayor 60 a más

### **SEXO**

#### **Definición Conceptual**

“Es la condición orgánica que distingue a los machos de las hembras (39).”

Definición Operacional

Se utilizó la escala nominal

- Masculino
- Femenino

### **FACTORES CULTURALES**

#### **RELIGIÓN**

#### **Definición Conceptual**

“Es el conjunto de creencias religiosas, de normas de comportamiento y de ceremonias de oración o sacrificio que son propias de un determinado grupo humano y con las que el hombre reconoce una relación con la divinidad (un dios o varios dioses) (38).”

#### **Definición Operacional**

Escala nominal

- Católica
- Evangélica

- Otros

## **GRADO DE INSTRUCCIÓN**

### **Definición Conceptual**

“Esta se denomina al nivel de instrucción de una persona es el grado más elevado de estudios realizados o en curso, sin tener en cuenta si se han terminado o es provisional o definitivamente incompletos (40).”

### **Definición Operacional**

Escala nominal

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

## **FACTORES SOCIALES**

### **ESTADO CIVIL**

#### **Definición Conceptual.**

“Condición de una persona según el registro civil en función de si tiene o no pareja y su situación legal respecto a esto (38).”

#### **Definición Operacional**

Escala nominal

- Soltera Casada
- Conviviente

- Separada
- Viuda

## **OCUPACIÓN**

### **Definición Conceptual**

“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, lo que le resta tiempo para otras ocupaciones (41).”

### **Definición Operacional**

Escala nominal

- Obrera
- Empleada
- Agricultor
- Ama de casa
- Estudiante
- Otros.

## **INGRESO ECONÓMICO**

### **Definición Conceptual**

“Es la cantidad de dinero que una persona percibe mensualmente producto de su trabajo (42).”

### **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

### **3.4. Técnicas e instrumentos de 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 utilizaron 2 instrumentos para la recolección de datos que se detallan a continuación:

#### **Instrumento No 01**

##### **Escala del Estilo de Vida**

Este instrumento fue 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 de la Universidad 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 (Ver anexo N° 03).

Está constituido por 25 items 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 en Salud : 20, 21, 22, 23, 24, 25

Cada ítem tiene el siguiente criterio de calificación

NUNCA: N = 1

A VECES: V = 2

FRECUENTEMENTE: F = 3

SIEMPRE: S = 4

En el ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es N=4; V=3; F=2; S=1

Los puntaje 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 N° 02**

### **Cuestionario sobre los factores socioculturales de la persona**

Elaborado por las investigadoras de línea de la escuela profesional de Enfermería de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; Delgado, R; Reyna E y Díaz, R. para fines de la presente investigación y esta constituido por 9 ítems distribuidos en 4 partes: (Ver anexo N° 04).

- Datos de Identificación, donde se obtuvo el nombre y la dirección de la persona entrevistada (2 ítems).
- Factores Biológicos; donde se determinó el sexo y la edad (2 ítems).
- Factores Culturales, donde se determinó la escolaridad y la religión (2 ítems).
- Factores Sociales, donde se determinó el estado civil, la ocupación y el ingreso económico (3 ítems).

## **CONTROL DE CALIDAD DE LOS DATOS**

### **Validez externa:**

“Se aseguró la validez externa por juicio de expertos presentando el instrumento a 4 expertos en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindaron mayor calidad y especificidad a los instrumentos (34, 35).”

## **Validez Interna**

“Para realizar la validez interna se realizó la prueba item por item e item total a través de la prueba piloto a una muestra similar a la población en estudio (34, 35).”

## **Confiabilidad**

Se midió y garantizó mediante la prueba de Alpha de Crombach, luego de aplicar una prueba piloto; y con el método de división en mitades.

### **3.5. Procesamiento y Análisis de Datos**

#### **Procedimiento de recolección de datos**

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

- Se informó y pidió consentimiento a los adultos (as) de dicha comunidad, haciendo hincapié que los datos recolectados y resultados obtenidos mediante su participación son estrictamente confidenciales, (Ver anexo N° 2)
- Se coordinó con los adultos (as) su disponibilidad y el tiempo para la fecha de aplicación del cuestionario.
- Se realizó lectura del contenido o instrucciones de la escala y del cuestionario, para llevar a cabo las respectivas entrevistas.
- Los instrumentos fueron aplicados en un tiempo de 20 minutos, la ejecución total de los instrumentos será en un periodo de 5 días.

#### **Procesamiento y análisis de datos**

Los datos fueron procesados en el paquete SPSS/info/software versión 18.0, se presentaran los datos en tablas simples y se elaboraran gráficos para cada tabla.

Para establecer la relación entre variables de estudio se utilizará la prueba de independencia Chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de  $p < 0.05$ .

### **3.6. Principios Éticas**

“Durante la aplicación de los instrumentos se respetaron y cumplieron los principios de ética (34, 36).”

#### **Anonimato**

Se aplicará el cuestionario indicándoles a los adultos (as) que la investigación será anónima y que la información obtenida es solo para fines de la investigación.

#### **Privacidad**

Toda la información recibida en el presente estudio se mantuvo en secreto y se evitó ser expuesto respetando la intimidad de los adultos (as), siendo útil solo para fines de la investigación.

#### **Honestidad**

Se informó a los adultos (as) los fines de la investigación, cuyos resultados se encuentran plasmados en el presente estudio.

#### **Consentimiento**

Solo se trabajó con los adultos (as) que acepten voluntariamente participar en el presente trabajo.

## IV. RESULTADOS

### 4.1 Resultados:

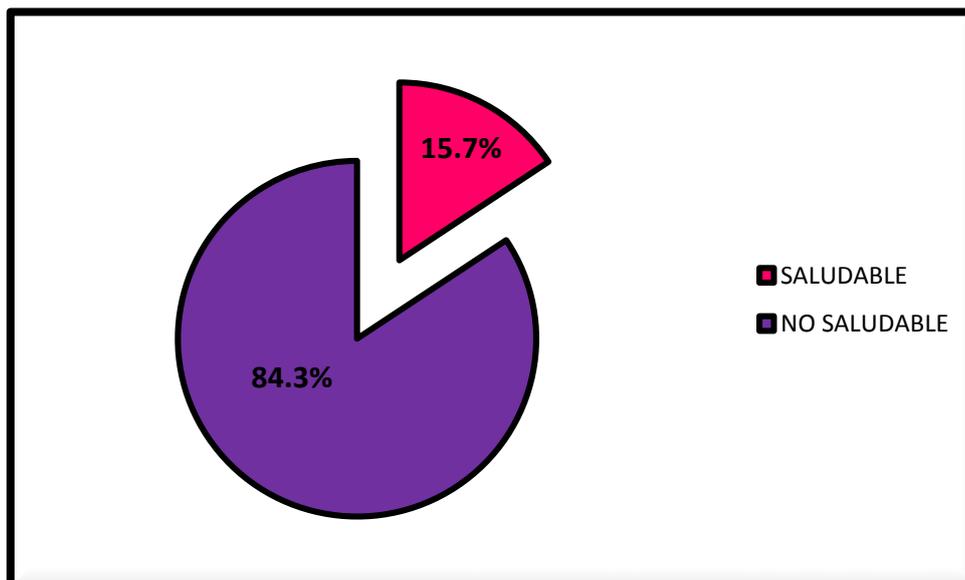
**TABLA 1**  
**ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO**  
**ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA – AREQUIPA, 2018**

ESTILO DE VIDA	FRECUENCIA	%
Saludable	18	15,7%
No saludable	97	84,3%
Total	115	100 %

**Fuente:** Escala de estilo de vida. Elaborado por: Walker, Sechrist, y Pender. Modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a los adultos (a) del Asentamiento Humano Estrella Del Nuevo Amanecer, La Joya – Arequipa 2018.

**GRÁFICO 1**

**ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO**  
**ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA – AREQUIPA, 2018**



Fuente: Tabla 1

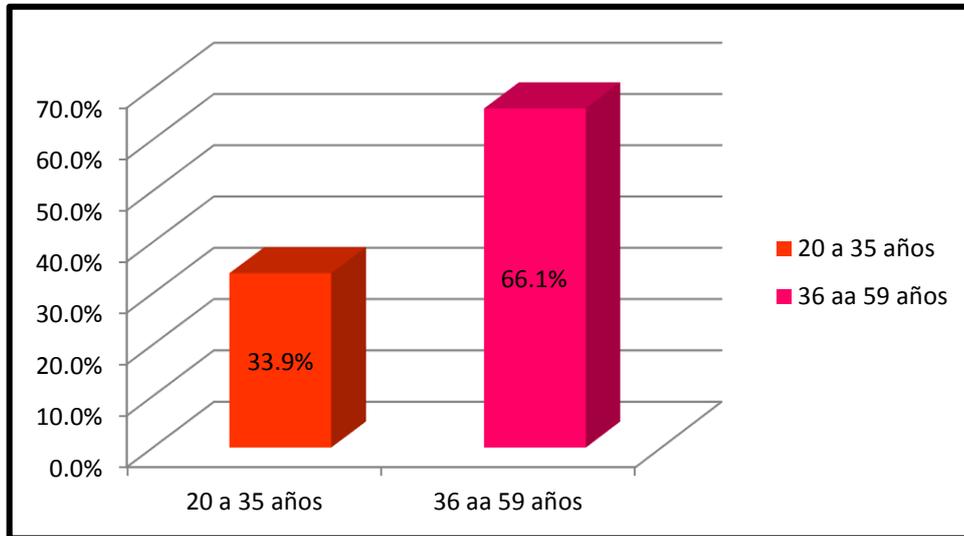
**TABLA 2**  
**FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS ADULTOS DEL**  
**ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA –**  
**AREQUIPA, 2018**

<b>FACTORES BIOLÓGICOS</b>		
<b>Edad (años)</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
20 – 35	39	33,9
<b>36 – 59</b>	<b>76</b>	<b>66,1</b>
60 a más	0	0,0
Total	115	100,00
<b>Sexo</b>		
	<b>n</b>	<b>%</b>
Masculino	39	33,9
<b>Femenino</b>	<b>76</b>	<b>66,1</b>
Total	115	100,00
<b>FACTORES CULTURALES</b>		
<b>Grado de instrucción</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Analfabeto(a)	0	0,00
Primaria incompleta	18	15,7
Primaria completa	12	10,4
<b>Secundaria incompleta</b>	<b>37</b>	<b>32,2</b>
Secundaria completa	23	20,0
Superior incompleta	6	5,2
Superior completa	19	16,5
Total	115	100,00
<b>Religión</b>		
	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Católico(a)</b>	<b>78</b>	<b>67,8</b>
Evangélico(a)	30	26,1
Otras	7	6,1
Total	115	100,00
<b>FACTORES SOCIALES</b>		
<b>Estado civil</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Soltero(a)	27	23,5
Casado(a)	13	11,3
Viudo(a)	13	11,3
<b>Unión libre</b>	<b>46</b>	<b>40,0</b>
Separado(a)	16	13,9
Total	115	100,00
<b>Ocupación</b>		
	<b>n</b>	<b>%</b>
Obrero(a)	0	0,0
Empleado(a)	13	11,3
Ama de casa	27	23,5
Estudiante	0	0,0
<b>Agricultor</b>	<b>74</b>	<b>64,3</b>
Otras	1	0,9
Total	115	100,00
<b>Ingreso económico (soles)</b>		
	<b>N</b>	<b>%</b>
Menos de 100	0	0,0
De 100 a 599	44	38,3
<b>De 600 a 1000</b>	<b>71</b>	<b>61,7</b>
Más de 1000	0	0,0
Total	115	100,00

**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales. Elaborado por: Walker, Sechrist, y Pender. Modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano Estrella Del Nuevo Amanecer, La Joya – Arequipa 2018.

### GRÁFICO 2

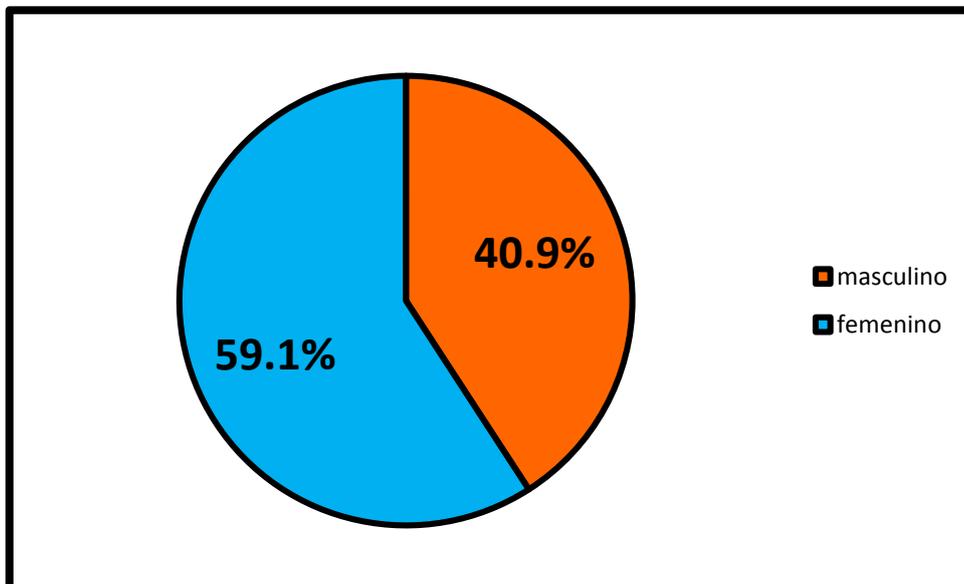
#### EDAD DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA – AREQUIPA, 2018



Fuente: Tabla 2

### GRÁFICO 3

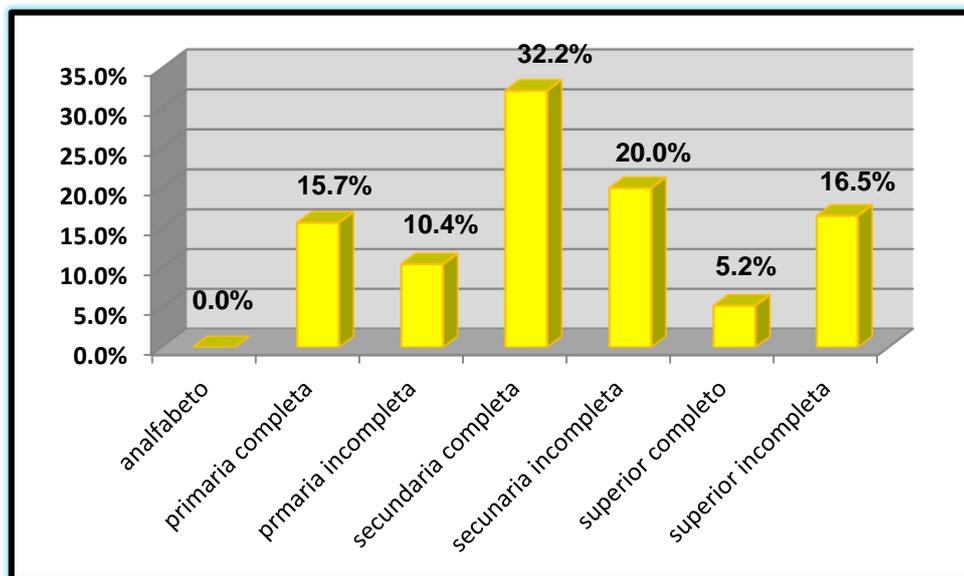
#### SEXO DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA – AREQUIPA, 2018



Fuente: Tabla 2

**GRÁFICO 4**

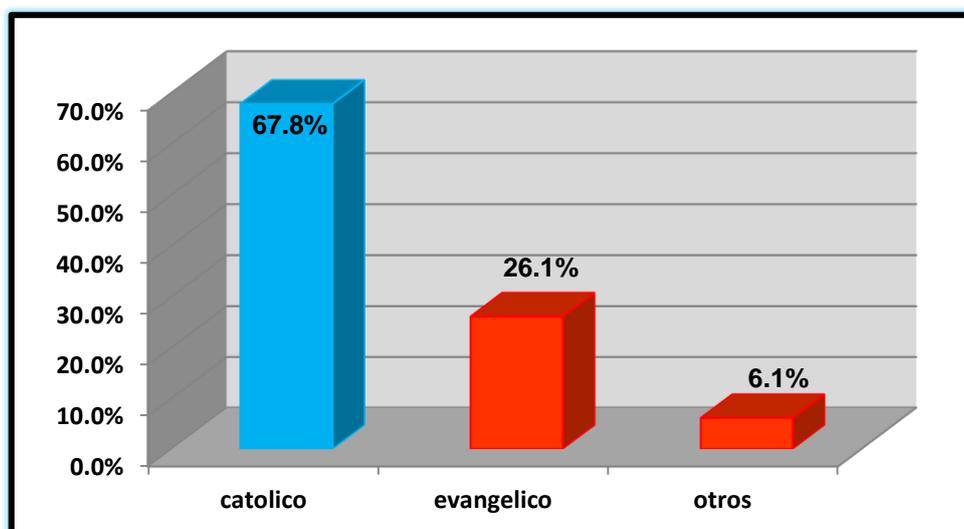
**GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA – AREQUIPA, 2018**



Fuente: Tabla 2

**GRÁFICO 5**

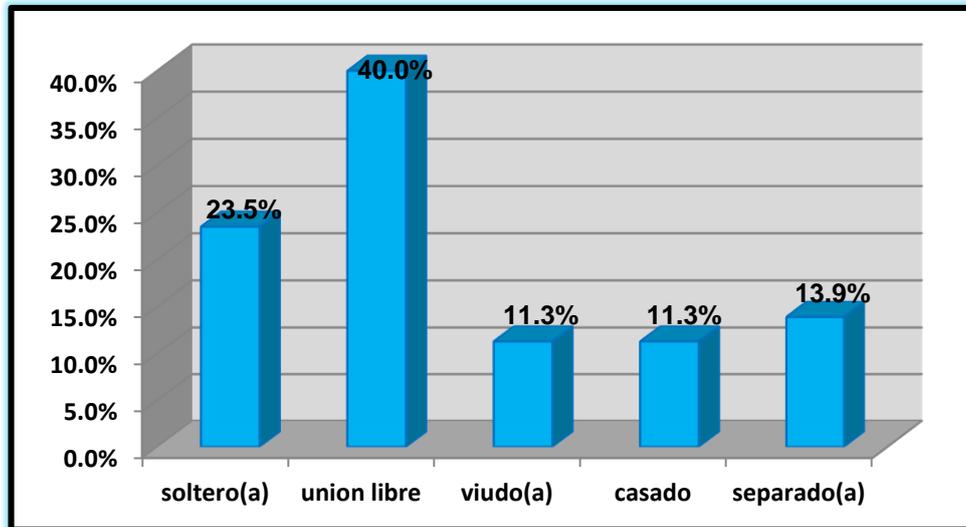
**RELIGIÓN DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA – AREQUIPA, 2018**



Fuente: Idem Tabla 2

**GRÁFICO 6**

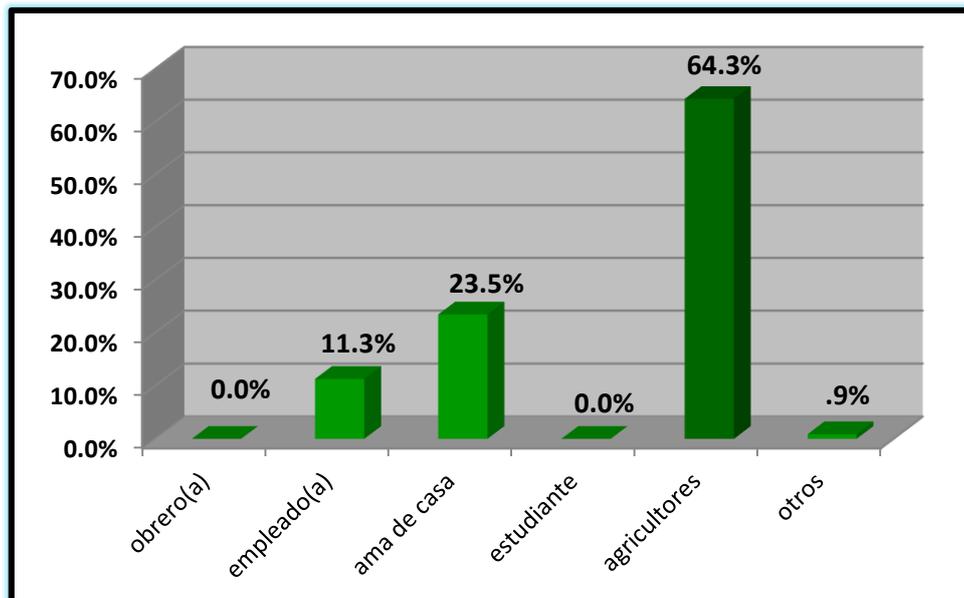
**ESTADO CIVIL DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA – AREQUIPA, 2018**



Fuente: Idem Tabla 2

**GRÁFICO 7**

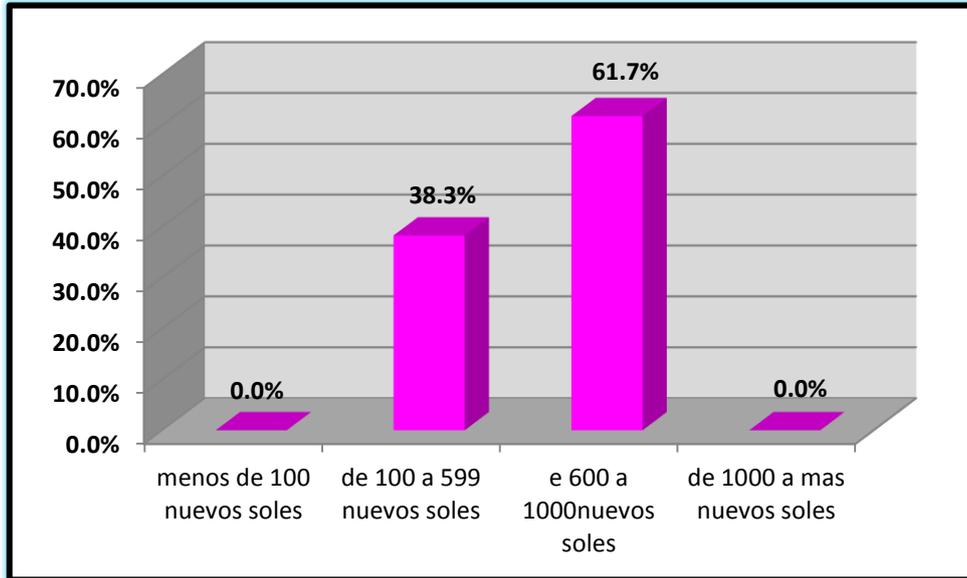
**OCUPACIÓN DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA – AREQUIPA, 2018**



Fuente: Idem Tabla 2

### GRÁFICO 8

#### INGRESOS ECONÓMICOS DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA – AREQUIPA, 2018



Fuente: Idem Tabla 2

**RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES BIOSOCIOCULTURALES Y EL ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA – AREQUIPA, 2018**

**TABLA 3**

**FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA – AREQUIPA, 2018**

Edad	Estilo de vida				Total		Prueba de Chi Cuadrado  $\chi^2 = 0,003$ ; 1gl P = 0,955 > 0,05  No existe relación estadísticamente significativa.
	Saludable		No saludable		N	%	
	N	%	N	%			
20 - 35	6	5,2	33	28,7	39	33,9	
36 - 59	12	10,4	64	55,7	76	66,1	
60 a más	0	0,0	0	0,0	0	0,0	
<b>Total</b>	18	15,7	97	84,3	115	100,0	

Sexo	Estilo de vida				Total		Prueba de Chi Cuadrado  Prueba de Chi Cuadrado $\chi^2 = 3,071$ ; 1gl P = 0,080 > 0,05 No existe relación estadísticamente significativa.
	Saludable		No saludable		N	%	
	N	%	N	%			
Masculino	4	3,5	43	37,4	47	40,9	
Femenino	14	12,2	54	47,0	68	59,1	
<b>Total</b>	18	15,7	97	84,3	115	100,0	

**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz R, Reyna E, Delgado R, aplicado a los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, la Joya – Arequipa, 2018.

**TABLA N° 04**

**FACTORES CULTURALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL  
ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA –  
AREQUIPA, 2018**

Grado de instrucción	Estilo de vida				Total		<b>Prueba de Chi Cuadrado</b>  $\chi^2 = 4,839$ ; 5gl $P = 0,436 > 0,05$  No existe relación estadísticamente significativa.
	Saludable		No saludable				
	n	%	N	%	N	%	
Analfabeto(a)	0	0,00	0	0,00	0	0,00	
Primaria incompleta	3	2,61	15	13,04	18	15,70	
Primaria Completa	2	1,74	10	8,70	12	10,40	
Secundaria incompleta	<b>8</b>	<b>6,96</b>	<b>29</b>	<b>25,22</b>	<b>37</b>	<b>32,20</b>	
Secundaria completa	2	1,74	21	18,26	23	20,00	
Superior incompleta	2	1,74	4	3,48	6	5,20	
Superior completa	1	0,87	18	15,65	19	16,50	
<b>Total</b>	18	15,65	97	84,35	115	100,00	

Religión	Estilo de vida				Total		<b>Prueba de Chi Cuadrado</b>  $\chi^2 = 5,362$ ; 2gl $P = 0,069 > 0,05$  No existe relación estadísticamente significativa.
	Saludable		No saludable				
	n	%	N	%	N	%	
Católico(a)	<b>8</b>	<b>7,0</b>	<b>70</b>	<b>60,9</b>	<b>78</b>	<b>67,8</b>	
Evangélico (a)	8	7,0	22	19,1	30	26,1	
Otras	2	1,7	5	4,3	7	6,1	
<b>Total</b>	18	15,7	97	84,3	115	100,0	

**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz R, Reyna E, Delgado R, aplicado a los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, la Joya – Arequipa, 2018.

TABLA N° 05

**FACTORES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL  
ASENTAMIENTO HUMANO ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER, LA JOYA –  
AREQUIPA, 2018**

Estado civil	Estilo de vida				Total		Prueba de Chi Cuadrado  $\chi^2 = 6,565$ ; 4gl P = 0,161 > 0,05
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Soltero(a)	5	4,3	22	19,1	27	23,5	No existe relación estadísticamente significativa
Casado(a)	2	1,7	11	9,5	13	11,3	
Viudo(a)	3	2,6	10	8,7	13	11,3	
Unión libre	<b>3</b>	<b>2,6</b>	<b>43</b>	<b>37,3</b>	<b>46</b>	<b>40,0</b>	
Separado(a)	5	4,3	11	9,5	16	13,9	
<b>Total</b>	18	15,6	97	84,3	115	100,0	
Ocupación	Estilo de vida				Total		Prueba de Chi Cuadrado  $\chi^2 = 1,029$ ; 5gl P = 0,794 > 0,05 No existe relación estadísticamente significativa.
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Obrero(a)	0	0,0	0	0,0	0	0,0	
Empleado(a)	1	0,9	12	10,4	13	11,3	
Ama de casa	4	3,5	23	20,0	27	23,5	
Estudiante	0	0,0	0	0,0	0	0,0	
<b>Agricultor</b>	<b>13</b>	<b>11,3</b>	<b>61</b>	<b>53,0</b>	<b>74</b>	<b>64,3</b>	
Otros	0	0,0	1	0,9	1	0,9	
<b>Total</b>	18	15,7	97	84,3	115	100,0	
Ingresos económicos (soles)	Estilo de vida				Total		Prueba de Chi Cuadrado  $\chi^2 = 0,993$ ; 1gl P = 0,319 > 0,05
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Menos de 100	0	0,0	0	0,0	0	0,0	No existe relación estadísticamente significativa
100 - 599	5	4,3	39	33,9	44	38,3	
600 – 1000	<b>13</b>	<b>11,3</b>	<b>58</b>	<b>50,4</b>	<b>71</b>	<b>61,7</b>	
Más de 1000	0	0,0	0	0,0	0	0,0	
<b>Total</b>	18	15,6	97	84,3	115	100,0	

**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz R, Reyna E, Delgado R, aplicado a los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, la Joya – Arequipa, 2018.

#### **IV. ANÁLISIS Y RESULTADOS:**

##### **TABLA 1:**

Los resultados obtenidos en la presente tabla muestra la distribución porcentual sobre el estilo de vida de los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, donde se observa que de las personas encuestadas en el estudio el 15,7% (18) tiene un estilo de vida saludable y un 84,3% (97) tiene un estilo de vida no saludable.

“Estos resultados son similares a lo encontrado por León K, (43). En su estudio: Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto maduro en el A.H. 10 de Setiembre – Chimbote, 2017. Donde concluye que el 25% de las personas adultas presentan un estilo de vida saludable y el 75% de las personas adultas tienen un estilo de vida no saludable.”

“Así mismo estos resultados son semejantes al obtenido por Ramos C, (44) En su estudio: Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto. Sector VI. Chonta. Santa María, 2016. Donde llegó a concluir que el 39,2% de los adultos tienen estilo de vida saludable y el 60,8% tienen estilo de vida no saludable.”

“También los resultados de este estudio coinciden con el obtenido por Ramírez L, y (45). En su estudio titulado: Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos custodios del orden de las Fuerzas Policiales de la Comisaria de Huaraz, 2016. Donde reportan que el 10% de las personas adultas presentan un estilo de vida saludable y el 90% tienen un estilo de vida no saludable.”

“Resultados que difieren es lo obtenido por Revilla F, (46). En su estudio: Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto del Distrito de.

Jangas – Huaraz 2015. Concluyó que el 79% de adultos mayores tienen un estilo de vida saludable y un 21% tienen un estilo de vida no saludable.”

“Por otro lado encontramos resultados que difieren con lo obtenido por Cabrera D, (47). Quien investigo el Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Caserío de Cajapampa – Ranrahirca - Yungay - 2012. Donde muestra que el 100% (141) son adultos que participaron en el estudio, el 96% (135) tienen un estilo de vida saludable y un 4% (6) no saludable.”

“Así mismo difieren los resultados obtenidos por Tello K, (48). En su estudio: Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales de las personas Adultas Maduras del A.H. La Balanza Chimbote, 2012. Donde muestra que el 100% (150) de personas adultas maduras que participaron en el estudio el 65% (98) tienen un estilo de vida saludable y un 35% (52) no saludable.”

“El estilo de vida se denomina a aquellos patrones cognitivos, afectivos-emocionales y conductuales que muestran cierta consistencia en el tiempo, bajo condiciones más o menos consistentes y que pueden constituirse en factores de riesgo o seguridad, dependiendo de su naturaleza (49).”

“En ese sentido Gutiérrez, menciona que el estilo de vida es la forma de vivir que adopta una persona o grupo, la manera de ocupar su tiempo libre, el consumo, las costumbres alimentarias y los hábitos higiénicos, son elementos configuradores de lo que se entiende como estilo de vida (50).”

“Los estilos de vida saludable repercuten en forma positiva para la salud, disminuyendo el riesgo de enfermar. Comprende hábitos como la práctica habitual de ejercicio, una alimentación adecuada y saludable, el disfrute del tiempo libre, actividades de socialización, mantener la autoestima alta (51).”

“El estilo de vida no saludable o los denominados poco saludable o nocivo, es

la conducta de riesgo que adopta el individuo, incrementando la posibilidad de padecer lesiones y/o enfermedades. Comprende de hábitos como el consumo de sustancias tóxicas alcohol, drogas, el tabaquismo, el sedentarismo (50).”

“Los estilos de vida no saludables conlleva a la degeneración de la salud. Hoy es claro que la gente enferma fundamentalmente por lo que hace. La conducta se ha ido convirtiendo poco a poco en el elemento explicativo de la salud y de la enfermedad. Poco a poco se ha cambiado de las enfermedades infecciosas a las enfermedades de la civilización, a las enfermedades adquiridas por comportamientos inadecuados (51).”

En el presente trabajo de investigación, se considera en el estilo de vida las siguientes dimensiones: nutrición o alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, responsabilidad en salud, apoyo interpersonal y autorrealización.

Respecto a la dimensión alimentación los pobladores del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer muestra como resultado que la mayoría tiene un estilo de vida poco saludable esto se debe a que han adoptado hábitos de vida nocivos para sus salud, con respecto a la alimentación que es todo aquello que los seres vivos consumen para subsistir ya sea en comida o bebidas y mediante la alimentación se cubre las necesidades fisiológicas del organismo.

Los adultos en estudio tienen como actividad principal la agricultura, ya que estas personas migraron de la ciudad del Cusco, Juliaca, Puno en busca de nuevas oportunidades y cuando llegaron al distrito de la Joya adquirieron sus lotes en el Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, es aquí donde se establecieron con toda su familia. La alimentación de los adultos de este lugar se caracteriza por ser rica en carbohidratos, una de las características importantes es la adecuación que tiene que hacer de sus alimentos por los horarios y tipo de trabajo que realizan.

Como se ha explicado anteriormente ellos realizan labores agrícolas pero no en sus campos de cultivo son contratados por otras personas que tienen sus parcelas en la zona, teniendo un horario que inicia a las 7:00 am y finaliza a las 4:00 pm con una hora de refrigerio; antes de salir a trabajar toman desayuno o en su defecto existen puestos de venta de desayunos en los paraderos donde sus empleadores los recogen y allí desayunan, se estila consumir avena, quinua, leche y pan con algunos complementos .

Para el almuerzo llevan sus alimentos en pequeños tapers de plástico pero los alimentos deben ser ligeros pues el calor en un lugar no muy fresco puede descomponer los alimentos, el consumo de frutas, verduras, agua es muy poco. Finalmente salen del trabajo tarde y en casa complementan su alimentación en la cena donde con calma si consumen mejores alimentos como: segundos calientes, estofado de pollo, caldo blanco que es típico de la zona, pescado frito, arroz a la cubana entre otros platos que puedan preparar y estén al alcance de su presupuesto.

Con respecto a la dimensión actividad y ejercicio los adultos en estudio explican que caminan todos los días pero no a manera de relajación o siendo conscientes de que esta actividad mejora su salud, al contrario lo hacen por necesidad pues de sus casas hacia los paraderos donde sus empleadores los recogen para llevarlos a la zona donde deben realizar su trabajo, una distancia de aproximadamente de 5 a 8 kilómetros.

Sin embargo refieren que algunos días generalmente los fines de semana en el trabajo al final de la jornada se reúnen para realizar un poco de deporte como el futbol actividad física que no implica de un estadio para realizarlo, acondicionan una parcela pequeña como cancha de futbol y allí realizan esta actividad. Otro tipo de actividad física no realizan.

El caminar es una actividad o ejercicio fácil y simple de realizar y tiene muchos beneficios para la salud como el prevenir la obesidad, alivia las tensiones mejora la capacidad física para poder resistir otras enfermedades, reduce el riesgo de padecer enfermedades cardiacas y la hipertensión arterial.

En relación a la dimensión manejo de estrés comentan que el horario de trabajo no les permite compartir con su familia, además luego del trabajo retornan a sus casas muy cansados y sin ganas de comunicarse con su esposa e hijos solo desean descansar. Uno de los factores que les causa estrés es la exposición al sol directamente durante la jornada de trabajo, lo cual los carga de mal humor pero logran desestresarse cuando en la faenas conversan de su día a día con sus compañeros de trabajo.

Los pobladores manifiestan que para aliviar las tensiones durante la jornada de trabajo también escuchan música llevan una radio que funciona a pilas y con ella escuchan el noticiero o música, refieren que conocen algunas técnicas de relajación como salir a pasear en familia descansar, asisten a bailes sociales en donde bailan y consumen bebidas alcohólicas.

Algo importante a destacar es que las personas de mayor edad con mayor experiencia adoptan el papel de guías, de padres y con sus vivencias aconsejan a los demás, mitigando de alguna manera la desesperanza que algunas veces sienten en momentos difíciles que a veces los agobia y muchas veces los llevan a deprimirse.

En la dimensión apoyo interpersonal los adultos mantienen buenas relaciones entre vecinos porque el asentamiento humano es chico y se conocen entre todos, fortalecen sus lazos de confianza y respeto mutuo por cada poblador, se consideran como parte de la familia. Reciben apoyo mutuo cuando algunos están en problemas familiares o económicos también cuando tiene problemas de salud, cuando existe

alguna situación sobre todo de índole económica o salud los pobladores se organizan para realizar algunas actividades de ventas sobretodo de alimentos para obtener fondos para solucionar el problema de la familia en problemas.

En la Dimensión Responsabilidad en salud, los adultos en estudio optan por no asistir al puesto de salud, mencionan que no son atendidos a tiempo otro motivo es que el puesto de salud no cuenta con todos los medicamentos que les recetan, tampoco participan en actividades de promoción y prevención de la salud porque esas actividades se realizan de mañana cuando están en horario de trabajo. Sin embargo si se preocupan por cumplir con la vacunación de sus hijos, pues lo consideran necesario para evitar que enfermen.

En la actualidad no cuentan con un seguro de ESSALUD porque no cuentan con un contrato permanente, el tipo de contrato es solo por días eso condiciona a que no cuenten con seguro social; por este motivo se han acogido al seguro integral de Salud (SIS – MINSA) que es un tipo de salud otorgado por el estado para poblaciones de pobreza extrema.

En nuestro país no existe un control sobre la venta de medicamentos bajo indicación médica por ello la población peruana en general cuando se sienten mal optan por automedicarse, para ello acuden a las boticas, farmacias o algunas bodegas explican sus dolencias y el técnico en farmacia o la vendedora le receta que debe tomar.

Otra forma de curarse de sus males es recurrir al uso de la medicina tradicional o alternativas que consiste en el uso de técnicas y productos naturales en la zona, este tipo de tratamiento se aprende de la tradición o costumbre transmitida de generación en generación, como por ejemplo tenemos: el uso de hierbas como el paico, orégano, que los utilizan para aliviar el dolor de estómago, el eucalipto para aliviar

los síntomas de la gripe.

En la dimensión autorrealización los pobladores se sienten frustrados por tener que depender de otras personas por eso se proyectan en ahorrar dinero para poder alquilar una parcela y poder sembrar y trabajar para ellos mismos. No se sienten autorrealizados y lo que están viviendo no quieren que se repita para sus hijos, desean que sus familia tengan una mejor calidad de vida y que sus hijos sean profesionales.

Las personas adultas que presentan estilos de vida saludable y que se dan en menor porcentaje es porque conocen y practican buenos hábitos de vida y costumbres saludables, como resultado probables del conocimiento del origen de la enfermedad, también a las enseñanzas recibida por sus antepasados; tales factores les genera interés y motivación en él y todos sus familiares por ir mejorando su calidad de vida, ya que el estilo de vida tiene que ver con la forma de ser, conocer y pensar de cada individuo.

## **TABLA 2**

Se muestra la distribución porcentual de los factores biosocioculturales de los adultos del Asentamiento Humano. Estrella del Nuevo Amanecer la Joya – Arequipa 2018. En el factor biológico, se observa que el 66,1% de los adultos encuestados tienen una edad comprendida entre 36 a 59 años, el 59,1% son de sexo femenino, con respecto a los factores culturales el 32,2% de los adultos tienen secundaria incompleta, se observa también que el 67,8% profesan la religión católica, también que el 40% de las personas tienen el estado civil unión libre, el 64,3% son agricultores y el 61,7% tienen un ingreso económico de 600 a 1000 soles.

“Los resultados obtenidos guardan relación con lo encontrado por León K, (44). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los adultos

maduros en el A.H 10 de Setiembre 2017. Donde llegó a la conclusión que en el factor biológico el 100% son adultos maduros, el 65,8% son de sexo femenino; en los factores culturales el 55,8% tienen grado de instrucción secundaria, y el 68,3% tienen religión católica; con respecto a los factores sociales el 42,5% tienen de estado civil conviviente, y el 32,5% (39) tienen un ingreso económico de 851 soles a 1100 soles. Pero difieren en la ocupación donde el 65,8% son amas de casa.”

“Así mismo se relaciona en algunos aspectos con lo encontrado por Castillo Y, (52). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los adultos. Sector 8, Bellamar - Nuevo Chimbote, 2014. En el factor biológico el 54% son de edades de 36 a 59 años; el 54 % son de sexo femenino; con respecto a los factores culturales el 46,4 % tienen secundaria completa, 42,4 % son de religión católica, respecto a los factores sociales el 54% de los adultos son de estado civil conviviente, pero difiere en la ocupación el 41,2 % son amas de casa; el ingreso económico, el 52,4% su ingreso económico es menos de 400 soles.”

“De igual manera los resultados guardan relacionan con lo obtenido por Loayza E, (53). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la Persona Adulta en el Asentamiento Humano Nuevo Amanecer - Piura, 2014. En el factor biológico el 59,6% de las personas adultas tienen una edad comprendida entre 36 – 59 años, el 58,3% de las personas son de sexo femenino; en el factor cultural se observa que el 72,2% profesan la religión católica; en el factor social el 41,1% son de estado civil unión libre; pero difiere en que 31,8 % tienen grado de instrucción primaria incompleta, el 43,7% son amas de casa, mientras que el 76,8% de las personas adultas tienen un ingreso económico entre 100 y 599 soles.”

“A su vez hay estudios que difieren en algunos indicadores, son lo encontrado por Menacho E, (54). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales

de los estudiantes de la Facultad de Ingeniería Civil de la ULADECH Católica filial Huaraz, 2015. En donde reporta que el 62,4% tiene una edad de 20 a 35 años, el 62,4% son de sexo masculino; respecto a los factores sociales el 56,8% son de estado civil solteros, pero son similares en el factor biológico donde el 82,6% son de religión católica y en los factores sociales el 26,8% tienen un ingreso económico de 600 a 1000 soles.”

“Estos resultados también difieren a lo obtenido por Revilla F, (46). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Distrito de Jangas – Huaraz, 2015. Donde muestra que en los factores biológicos el 56% tienen una edad comprendida entre 20 y 35 años, el 55% son del sexo femenino; con respecto a los factores culturales el 21% son de grado de instrucción analfabetos; en lo referente a los factores sociales el 43% son de estado civil casados y el 41% tienen un ingreso económico menor a 100 nuevos soles y 37% son empleados; pero son similares con el factor cultural donde el 83% son de religión católico.”

“También difieren a lo obtenido por Ávila Y, (55). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los adultos de la Urbanización la Colina – Huaraz, 2013. En el factor biológico se observa 66,7% tienen una edad comprendida entre 20 y 35 años; Con respecto al factor cultural el 24,1% de las personas adultas tienen superior incompleta. En lo referente al factor social en el 34,5% son amas de casa y un 32,2% tienen un ingreso económico de 100 a 599 nuevos soles. Pero son similares en el 54% de sexo femenino, en cuanto a la religión 93,1% son católicos y el 36,8% su estado civil es unión libre.”

“El adulto maduro será el crecimiento y a partir de 36 – 59 años hay una disminución progresiva de la talla debido a los cambios degenerativos. Desarrolla un nuevo tipo de relación interpersonal. Desecha a voluntad lo que considera bueno o

no. Contribuye a la transformación del medio (56).”

“En la etapa del adulto la persona puede controlar adecuadamente su vida emocional, permite afrontar los problemas con mayor serenidad y seguridad, se adapta por completo a la vida social y cultural, busca formar su propia familia, ejerce plenamente su actividad profesional, es capaz de reconocer y valorar sus propias posibilidades y limitaciones (57).”

“La edad cronológica como la edad biológica, no instan el grado de madurez que tenga la persona, algunas con menos edad son más maduras que otras de mayor edad, hablando en el plano psicológico más no el físico, pues es sabido que el desarrollo y en general la vida del ser humano se desenvuelve a través de sucesivas etapas que tienen características muy especiales y cada individuo es distinto (58).”

“La denominación sexo originalmente se refiere a la división de género humano en dos grupos: mujer u hombre. Cada ser humano pertenece a uno de estos grupos, a uno de los dos sexos femenino o masculino referentemente, es un conjunto de condiciones anatómicas, fisiológicas y psicológico-afectivas que caracterizan cada sexo ya sea masculino o femenino (59).”

“La organización mundial de la salud, menciona que la sexualidad es un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida. Abarca al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Se vivencia y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, practicas, papeles y relaciones interpersonales (60).”

“El sexo se refiere a las diferencias biológicas que existen entre mujer y hombre, también refiere a las construcciones sociales, psicológicas, culturales e históricas que se asignan a hombres y mujeres en una sociedad y en un tiempo

determinado. Estas características también incluyen los prejuicios y estereotipos, que se tiene de hombres y mujeres. Como el género se construye a través del tiempo y se refuerza con la cultura, también puede modificarse con el tiempo y variar de una cultura a otra (62).”

“Un ser que pertenece al sexo femenino está dotado de órganos para ser fecundado. Esto quiere decir que los integrantes del género femenino producen las células sexuales que se conocen como óvulos. La mujer que alcanza la madurez sexual produce óvulos cada cerca de 28 días. Al madurar en el ovario, el óvulo (que presenta material genético) se traslada a las trompas de Falopio (62).”

“En cuanto al grado de instrucción, es el proceso de aprendizaje que se desarrolla en el aula, de forma específica, de la transmisión de conocimientos por parte del profesor y de la adquisición de esos conocimientos por parte del alumno. Por medio de la instrucción, en clases, el maestro va formando y desarrollando habilidades, destrezas y hábitos en el alumno (63).”

“El grado de instrucción es el nivel de instrucción de una persona el que corresponde al grado más avanzado terminado y/o al último año de estudios cursado o terminado a que haya llegado esa persona en el sistema de enseñanza donde va a ir adquiriendo nuevos conocimientos integradores en el orden social, lo que le permitirá un mejor desenvolvimiento y mejora tanto en ámbitos individuales como colectivos (64).”

“La secundaria incompleta es considerada cuando el adolescente no ha concluido la educación secundaria por motivos del ingreso económico o problemas familiares, así mismo la escuela secundaria es el segmento del sistema educativo que completa los 13 años de educación obligatoria fijados por la Ley de Educación Nacional N° 26.206 (65).”

“La religión es el 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. Como producto del pensamiento, la religión es algo que está en un cambio continuo, ya que a medida que pasa el tiempo, el hombre se desplaza tanto temporal como espacialmente, y es quizás esto segundo lo que hace que cambie más el concepto religión, ya que se va mezclando con las diferentes culturas (66).”

“También podemos mencionar que la religión es uno de los aspectos importantes, en relación a las creencias y valores de cada cultura que determina el tipo de estilo de vida a seguir. Las costumbres alimentarias de cada religión se basa en una creencia común: el alimento no solo se brinda al organismo los nutrientes necesarios para fortalecerse, sino que también tiene una influencia determinante sobre la personalidad y el alma (67).”

“La Iglesia católica es la iglesia cristiana más grande del mundo. La Iglesia católica se considera a sí misma como un sacramento, como un signo e instrumento de la unión íntima con Dios y de la unidad de todo el género humano, en cuanto se auto declara como fundada por Cristo, la iglesia católica en el Perú es la porción mayor tanto de los cristiánanos en este país como de la población misma .como el resto de Latinoamérica ,su historia en se remonta hasta cinco siglos en el pasado y ha modelado importantemente la cultura peruana .la constitución peruana reconoce el valioso aporte que tuvo la religión católica a la formación de la nación peruana. (68).”

“Al estado civil se le denomina como el conjunto de situación jurídica a partir de la cuales se relaciona las personas con su familia de procedencia o que han formado y con elementos de la personalidad jurídica que son elementales en sí

mismo. Es así como el estado civil se constituye como un atributo fundamental de la personalidad, igualmente señala el estado civil de una persona en su situación jurídica en la familia y la sociedad, determina su capacidad para ejercer derechos y contraer ciertas obligaciones, indivisibles, indispensables e imprescriptible (69).”

“La unión libre consiste en que una determinada pareja se presente ante la comunidad como esposos, pero ni la iglesia ni la ley los determina de esta manera. Gracias a la reforma civil podrán gozar y conformar una familia extramatrimonial la cual consiste en: procreación, fidelidad, y obligaciones fundamentales, esté tipo de relación que establece una pareja cuando sin estar casada por la Iglesia o por lo civil y sin tener intención definitiva de casarse, comparten techo y cama. La unión libre de hecho es cuando una pareja vive como matrimonio estable, sin haberse casado (70).”

“Al estado civil también se le conoce como la situación de las personas físicas determinadas por sus relaciones de familia, provenientes del matrimonio o del parentesco, que establece ciertos derechos y deberes. Generalmente los estados llevan un registro público con los datos personales básicos de los ciudadanos, entre los que se incluye el estado civil. A este registro se le denomina Registro Civil (71).”

“La agricultura es la actividad productiva que comprende al conjunto de técnicas y conocimientos para cultivar la tierra los productos alimenticios o industriales que requiere el ser humano para satisfacer sus necesidades vitales. En ella se engloban los diferentes trabajos de tratamiento del suelo y los cultivos de vegetales. Involucra todo un conjunto de acciones humanas que transforma el medio ambiente natural, con el fin de hacerlo más apto para el crecimiento de las siembras (72).”

“Por otro lado la ocupación es el conjunto de funciones, obligaciones y tareas que desempeña una persona en un determinado trabajo, determinados por la posición

en el trabajo, la ocupación es definida también como profesión que una persona está vinculada a este trabajo que le impide emplear el tiempo en otro cosa u oficio (73).”

“Las actividades que se realizan cada ser humano en el desempeño de las diferentes ocupaciones son las actividades económicas todos los procesos que tienen lugar para la obtención de productos, bienes o servicios destinados a cubrir necesidades y deseos en una sociedad en particular (74).”

“Se denomina al ingreso económico como toda atribución que percibe el hombre a cambio de un servicio que prestado con su trabajo. La cantidad de dinero que una familia puede gastar en un periodo determinado sin aumentar o disminuir sus activos netos. Son fuente de ingreso económico (75).”

“Se llama ingreso económico a la retribución del esfuerzo y desgaste físico o mental trabajo en diferentes ámbitos como familiar, empresarial, organizacional, en diferentes terrenos el ingreso económico tiene diferentes objetivos (capitalización, especulación) (73).”

“En los resultados encontrados en la presente investigación se puede evidenciar que respecto a la edad se encontró que predominan los adultos maduros en el Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer una explicación posible es que los jóvenes y adolescentes que están estudiando emigran a otros lugares para poder culminar sus estudios.”

“Según censo realizado por el INEI del año 2015 indica que se presentaría una migración de los niños, niñas y adolescentes desde las zonas rurales hacia las urbanas, la cual es considerable entre los que tienen entre 6 y 11 años y más acentuada entre los adolescentes de 12 a 17 años. Esta migración estaría vinculada a la búsqueda de oportunidades laborales (76).”

En relación al sexo como existe predominio del sexo femenino porque algunas

de ellas se quedan al cuidado del hogar y asumen ser muchas veces ser la dirigente de la familia ya que los varones emigran por mejores oportunidades laborales. Otro motivo es la explicación a través de las leyes de la genética donde las probabilidades de los nacimientos será siempre el del sexo femenino pero actualmente en la planificación familiar y los métodos de elección sexual ya están nivelándose los porcentajes.

“Estos los resultados encontrados se relacionan a lo reportado por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), en el año 2015 donde reporta que el 49,2% de la población son hombres y el 50,8% mujeres. Avalando el resultado obtenido (76).”

En los adultos de Asentamiento Humano se encontró como resultado que la mayoría de tienen un grado de instrucción secundaria incompleta, la mayoría de las personas que viven en dicho sector no lograron terminar sus estudios secundarios, esto se puede deber a que en los lugares donde radicaban, las instituciones educativas quedaban lejos de casa y muchas veces los padres prefieran que los hijos ayuden en las labores agrícolas dejando de lado su educación y de esta forma limitando su superación. Otro factor importante tenemos que los padres enviaban a sus hijos al pastoreo, otro motivo es que muy jóvenes los adolescente se casaban formando sus familia a temprana edad y esto los forzaba a dejar de estudiar por atender a su familia y trabajar para satisfacer sus necesidades.

“Al realizar una comparación con los datos estadísticos obtenidos por el INEI a nivel nacional en el año 2007, de acuerdo con el Ministerio de Educación, en 515 centros poblados rurales había una demanda de educación secundaria, pero se carecía de centros educativos para ese nivel, se estima que sea posible que la población en estudio no culminó sus estudios secundarios por ese motivo ya que provienen de

zonas rurales (76).”

En cuanto a la religión encontramos que la mayoría de adultos profesan la religión católica, estas son creencias inculcadas desde sus antepasados y renovadas mediante el sacramento del Bautismo que para ellos es presentarse ante los ojos de Dios y fortalecen su fe mediante las fiestas patronales que las celebran con gran fervor religioso. Explican que existen otras religiones como el de evangélico, pero no quieren ser parte de ellas ya que tiene nuevas reglas que son: no beber alcohol asistir a sus reuniones todos los domingos, en las tardes y tiene que dar su diezmo (entregar el 10% de su ingreso mensual) es por ello que han elegido ser católicos.

“Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) la población profesan la religión católica el 89% de peruanos esto avala nuestros resultado en donde tenemos que más de la mitad son de religión católica (76).”

Muchos de los adultos encuestados tienen estado civil de unión libre esto se explica porque no cuentan con los recursos económicos necesarios para realizar una boda, pues esto implica gastos y ellos ya tienen carga familiar de hijos, esto hace que prioricen su atención, esta población acostumbra a realizar grandes fiestas y tiene que preparar cantidad de alimentos para los invitados, esto hace que se desanimen en realizar el matrimonio que por cultura es civil y religioso.

“Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) en el año 2015 menciona que en los grupos de mayor edad, la proporción de casados y convivientes aumenta. Entre los 40 y 64 años de edad, los casados constituyen la mayor proporción (65,0%). En los grupos menores de 25 años, los solteros son los más numerosos, y en las personas de 65 y más años, la viudez aumenta en importancia, alcanzando el 30,2% (76).”

En cuanto a lo encontrado en la ocupación tenemos que son agricultores,

realizan trabajos que demandan esfuerzo físico en el campo agrícola, sembrando o cosechando algún producto agrícola como: la papa, cebolla, ají paprika, cochinilla, maíz. Teniendo un horario específico que inicia a las 7: am hasta las 4:00 pm con una hora de almuerzo que es de 12:00 pm a 13:00 pm, es por ello que los adultos salen muy temprano de sus casas para poder encontrar a su empleador porque mediante esta labor pueden satisfacer sus necesidades, es por ello que trabajan todos los días bajo la luz del sol.

Esta población presenta un ingreso económico de 600 a 1000 soles esto se puede explicar porque salen desde muy temprano de casa y trabajan todos los días en las parcelas percibiendo un salario de 30 soles diarios, del cual disponen para todos los gastos en el hogar alimentación, vestido, educación de su familia y el dinero que les sobra lo van ahorrando para poder alquilar una parcela y trabajar para ellos mismos y generarse nuevos ingresos económicos.

“Según el censo realizado por el Instituto Nacional de Estadística e Informática INEI en el 2015, los pobladores con secundaria presentaron ganancias de S/.1 108; mientras que los de primaria promediaron S/.778, al realizar momento de realizar una comparación en estos resultados no se reflejan en la realidad de la población en estudio (76).”

En conclusión los factores biológicos engloba todos los acontecimientos relacionados con la salud física y mental de los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer influyen mucho en patrón de conductas de los seres humanos, la conducta de la persona, lo que piensa, lo que siente y lo que hace, depende no sólo de cómo fue criado o dónde, sino también de la interrelación de los elementos físicos y biológicos del organismo.

### TABLA 3

Se muestra la relación entre los estilos de vida y factores biológicos de la persona adulta del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, la Joya – Arequipa. Al relacionar dichos factores se observa que el 10,4% de los adultos tiene una edad comprendida entre 36 a 59 años y el 12,2% son de sexo femenino estos presentan un estilo de vida saludable. También se observa que el 55,7% tienen una edad comprendida entre 36 a 59 años y el 47% son de sexo femenino los cuales presentan un estilo de vida no saludable.

Al relacionar estadísticamente la variable edad con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi cuadrado de Independencia de criterios ( $\chi^2 = 0,003$ ;  $1gl P = 0,955 > 0,05$ ) se encontró que no existe relación estadísticamente significativa. Así mismo haciendo uso del estadístico Chi cuadrado de Independencia de criterios ( $\chi^2 = 3,071$ ;  $1gl P = 0,080 > 0,05$ ) se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre el sexo y el estilo de vida.

“Estos resultados son similares a lo encontrado en la investigación de Ramos C, (44). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales en el adulto. Sector VI. Chonta. Santa María, 2016. Reporto que no existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida de la persona adulta con el sexo y la edad.”

“También son similares lo encontrado por Cahuana M, (77). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos Trabajadores de las Plantas de Tratamiento de Residuos Sólidos - Huaraz, 2016. Donde concluye que no existe relación estadísticamente significativamente entre el estilo de vida de la persona adulta con el sexo y la edad.”

“Por otro lado también se asemejan a lo obtenido por Kabalan L, (78).

Quien investigó: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la Persona Adulta de la Asociación de Vivienda Villa el Pacífico del Distrito de Calana – Tacna, 2015. Donde no existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y las variable sexo y edad.”

“Estos resultados difieren con lo encontrado por Revilla F, (46). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto del Distrito de Jangas – Huaraz, 2015. Donde concluye que existe relación estadísticamente significativamente entre el estilo de vida de la persona adulta con el sexo pero son similares en relación a la edad que no influye en el estilo de vida.”

“También son diferentes con lo encontrado por Roque R, (79). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los adulto de la Asociación de Choferes y Propietarios de la Ruta Huaraz- Caraz, 2015. Donde concluye que existe relación estadísticamente significativamente entre el estilo de vida de la persona adulta con el sexo pero son similares en relación a la edad que no influye en estilo de vida.”

“También es diferente con lo encontrado por Gutiérrez C, (80). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos de las manzanas del 56 – 60 de la Urbanización José Santos Chocano Collique III zona – Lima, 2014. Donde concluye que existe relación estadísticamente significativamente entre el estilo de vida de la persona adulta con el sexo pero son similares en relación a la edad donde no influye en el estilo de vida.”

“En las personas adultas del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer la Joya, Arequipa se obtuvo que la edad no se relaciona con el estilo de vida, esto se puede explicar con algunas teorías como las de Vives A, (81). Quien refiere que en los distintos grupos de edad en el que se distribuyen en los periodos

de ciclo vital no influyen en la adquisición de hábitos o estilos de vida, cada persona es independiente de optar decisiones que lleven a tener una vida sana a cualquier edad, esto dependerá de los conocimientos que tenga la persona.”

“Tenemos otras teorías que avalan nuestro resultado como el de Elliot D, (82). Que señala aproximadamente que en los 14-15 años como el momento evolutivo donde las conductas aparecen más relacionadas, dando lugar a un menor número de factores, y es a partir de esa edad cuando se incrementa la prevalencia de múltiples conductas de riesgo para la salud en donde remarca que no tiene nada que ver la edad con la relación.”

“Sin embargo, hay estudios que encuentran relación entre la edad y el estilo de vida, así lo afirma Cruz E, (83). Manifiesta en su estudio estilo de vida relacionado con la salud, los estilos de vida de una persona dependerá de determinantes como en primer lugar de aspectos biológicos, ya que están condicionados a través de experiencias de aprendizaje a lo largo de la vida, por ello la edad influye a adquirir o modificar comportamientos, en cada ciclo de vida, la persona tiene la capacidad de decidir, a optar capacidades que influya a tener buenos hábitos o no, esto dependerá de la capacidad cognitiva que obtuvo durante su vida, en segundo incluye factores genéticos y conductuales, así como características psicológicas individuales.”

“Por otro lado encontramos teorías que mencionan que si tiene relación la edad con el estilo de vida esto lo afirma Fernández N, (84). Refiere en su libro que la gente de edad adulta establece prioridades cada día de su vida y toma decisiones importantes que pueden afectar su salud, su carrera y sus relaciones personales, esto nos demuestra que todavía están madurando de muchas maneras. Es decir, los años adultos tienen un gran potencial de desarrollo intelectual emocional y aún físico.”

“Afirma también que los avances importantes ocurren durante temprana

edad adulta periodo entre los 20 y 40 años, a través de la edad media de los 40 a los 65 años y a través de los últimos años de la vida a los 65 y después. Algunos de estos avances suceden como resultado de los papeles nuevos y significativos que mucha gente asume en la edad adulta: como trabajador, esposo y padres. Estos afectan la manera como la gente piensa y actúa; esto afecta la manera como realiza estos papeles o si no los realiza (84).”

“En los resultados encontrados en los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer la Joya, Arequipa se obtuvo que el sexo no se relaciona con el estilo de vida, esto se puede explicar porque el hombre y la mujer tienen exactamente las mismas capacidades físicas e intelectuales. Las diferencias actuales a tener un estilo de vida saludable o no saludable responden a una diferencia de práctica cultural, desde que los hombres asignaron un papel determinado a la mujer, esta se vio sometida a alimentarse de una forma diferente y a realizar actividades diferentes. Pero el correr de los siglos, esas prácticas diferentes dejaron su huella tanto en el aspecto físico, emocional, en la forma de relacionarse con el medio ambiente y el modo de actuar frente a una situación que puede ser adecuada o inadecuada para su salud (85).”

“Valverde S, (86). En su investigación analiza que la variable sexo no tienen relación significativa, eso nos da conocer a que no importa si son hombres y mujeres, para que adopten estilos de vida poco saludable. La salud es únicamente nuestra responsabilidad, y depende de los actos y actitudes que generamos en el transcurso de nuestra vida la alimentación y la salud física, forma de ver la vida, del tipo de pensamiento predominantes que se tiene en mente, del tipo de emociones que se apoderan de la persona para realizar conductas no saludables para el organismo de la persona.”

“Otro autor que menciona lo contrario a nuestro resultado es el de Martínez A, (87). Donde afirma que el género es un determinante de salud de primera magnitud, que condiciona desigualdades de salud de hombres y mujeres e interacciona con otras categorías o determinantes de salud como etnia, clase social, edad, origen geográfico, etc. Es obligada su inclusión si pretendemos analizar y explicar posibles diferencias en los hábitos y estilos de vida en las personas.”

“Bennasar M, (88). Muestra en un estudio publicado sobre el estilo de vida en estudiantes universitarios, que la mayoría de las mujeres tienen mejor estilo de vida a comparación de los varones que participaron en su investigación, dando cuenta que el sexo sí influye en el estilo de vida de las personas, puesto que se observó las actitudes y hábitos mostrados por las mujeres del estudio comprobándose que estas particularmente beben menos alcohol, fuman menos o no lo hacen, mientras que los varones por su parte, viven una vida más liberada.”

“Así también lo afirma Levin, J. (89), en donde afianza que los comportamientos saludables varían de acuerdo al sexo de las personas. Las mujeres por ejemplo, padecen consecuencias menos graves por un menor consumo de alcohol. Pero no sólo el género es un factor determinante y distinto en las actitudes y comportamientos de la salud; también cobran importancia aspectos como la edad, el nivel socioeconómico, las experiencias pasadas, sean propias o ajenas, la susceptibilidad, y la severidad y beneficios percibidos por cada persona.”

Al analizar los datos encontrados de la persona adulta del Asentamiento Humano Estrella Del Nuevo Amanecer, la Joya – Arequipa. Se observa que no existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y el factor biológico edad esto podemos explicarlo porque estos adultos ya han adoptado una personalidad que están profundamente engastados en la mente de una persona, la

personalidad difiere de persona a persona, determina lo que uno comerá lo que mirará en los puntos de venta esta tiene un fuerte impacto en las decisiones que quiera tomar cada adulto. Esto influye al momento que elige sus costumbres saludables

En cuanto al factor biológico sexo no existe relación estadísticamente significativa con el estilo de vida esto se puede explicar porque no se elige el sexo ya que es una construcción determinada por la naturaleza, que viene dada desde el nacimiento. No interesa que sean hombres o mujeres para que lleven estilos de vida saludable o no saludable, ahora hombres y mujeres realizamos las mismas actividades y tenemos los mismos derechos el que elijan tener buenos o malos hábitos de vida depende mucho de la decisión de cada individuo por lo tanto el sexo no influye en el estilo de vida que elija la persona.

**TABLA 4:**

En cuanto al estilo de vida y los factores culturales de los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer la Joya – Arequipa 2018, al relacionar dichos factores se observa que el 6,9% (8) tienen grado de instrucción de secundaria incompleta y el 7,8% (8) son de religión católica estos presentan estilos de vida saludable. También se observa que el 25,2% (29) tienen grado de instrucción de secundaria incompleta y el 60,9% profesan la religión católica presentan estilos de vida no saludables.

Se muestra la relación entre los factores culturales y el estilo de vida, al relacionar el grado de instrucción con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi-cuadrado de Independencia ( $\chi^2 = 10,318$ ; 6gl y  $p > 0,05$ ) encontramos que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables. Así mismo muestra la relación entre la religión y estilo de vida, haciendo uso del estadístico Chi-cuadrado

de Independencia ( $\chi^2 = 0,161$ ;  $1gl$  y  $p > 0,05$ ) se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre la religión y el estilo de vida

“Los resultados encontrados en la presente investigación se relacionan, al estudio realizado por León K, (43). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos Maduros en el A.H 10 de Setiembre 2017. Se encontró que no existe relación estadística entre el estilo de vida con el grado de instrucción y la religión.”

“Así mismo tienen relación con lo encontrado por Roque R, (79). En su investigación titulado: Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos de la Asociación de Choferes y Propietarios de la Ruta Huaraz – Caraz, 2015. Se encontró que el grado de instrucción y la religión no tiene relación estadísticamente significativa con el estilo de vida.”

“También se relaciona con lo encontrado por Chávez M, (90). En su investigación titulado: Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto Mayor, Asentamiento Humano Santa Rosa del Sur, Chimbote, 2015. Se encontró que el grado de instrucción y la religión no tienen relación estadísticamente significativa con el estilo de vida.”

“Pero encontramos resultados que difieren con nuestro estudio como el de Lino N, (91). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Barrio los Olivos sector “O” – Huaraz, 2014. Donde concluye que en el grado de instrucción sí existe relación estadísticamente significativa con el estilo de vida. Pero son similares respecto a que no existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y la religión.”

“Igualmente los resultados difieren con lo obtenido por Zegarra S, (92). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la Persona Adulta Joven en

el Asentamiento Humano Villa Primavera – Sullana, 2013. Donde concluye que en el grado de instrucción y la religión sí existe relación estadísticamente significativa con el estilo de vida.”

“Otro resultado que difiere es lo obtenido por Cárdenas L, (93). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la Persona Adulta de la Cooperativa 28 de Agosto – la Yarada. Tacna, 2013. Donde concluye que en el grado de instrucción sí existe relación estadísticamente significativa con el estilo de vida. Pero son similares respecto a que no existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y la religión.”

“Al analizar los resultados, encontramos que no hay relación estadística entre el grado de instrucción y el estilo de vida. Así Espinoza L, (94). En su investigación tampoco encuentra relación entre estas dos variables y dice que el modo y estilo de vida de la población depende directamente del sistema socioeconómico imperante, por lo tanto, al cambiar el sistema socioeconómico existente por otro, se producen cambios en el modo y estilo de vida, que a su vez, determinan cambios en la calidad de vida y en el proceso salud-enfermedad.”

“También encontramos Durán R, (95). En su estudio no encuentra influencia de la educación en los estilos de vida, donde sostiene que nos vemos afectados por un sistema de cambios tecnológicos, económicos, ambientales, culturales y sociales que nos llevan a modificar nuestro estilo de vida. Tal es el caso del desarrollo de actividades de ocio, como sentarse o acostarse a ver televisión y videos por incontables horas, jugar videojuegos, reunirse con los amigos para consumir alcohol, drogas y desarrollar actividades poco productivas.”

“Así mismo tenemos a Mayo I y Gutiérrez A, (96). Refuerza la no relación entre estas variables (grado de instrucción y estilos de vida), explicando que los

sistemas educativos contemporáneos no se han planteado la educación del estilo de vida desde una perspectiva holística e integradora. El abordaje educativo del estilo de vida solo se formula desde la educación y promoción de salud, con una perspectiva epidemiológica de corte positivista y factorialista.”

“La educación afecta positivamente el estado de salud a través de la adquisición de estilos de vida saludables. Así, Guerrero L y León A, (97). En su estudio encuentra que los hábitos de vida influyen sobre el estado de salud y el nivel educativo resulta ser un determinante del estado de salud porque a través de la enseñanza se producen cambios favorables en el comportamiento del que aprende. El proceso educativo se propone afectar el comportamiento; entendido éste como la manera en que actuamos frente a un estímulo o situación determinada, el cual se deriva de la herencia, la educación familiar y escolar, las relaciones humanas, la situación socioeconómica y nivel intelectual. También tiene que ver con nuestro sentir, pensar y nuestras creencias.”

“Los centros educativos son un escenario donde se favorecen procesos de aprendizaje, convivencia y crecimiento individual y social para el logro del bienestar integral de la persona y su calidad de vida, es un lugar ideal para el desarrollo de acciones de promoción de la salud y de prevención de enfermedades, de amplio alcance y repercusión, la institución social ejerce gran influencia en los niños (as) y en los adolescentes en las etapas formativas más importantes de sus vidas (98).”

“Para Navarro B, (99). El proceso de educación permanente se inicia en los primeros años de la infancia y está orientado hacia el conocimiento de sí mismo en todas sus dimensiones y también del ambiente en sus dimensiones ecológica y social, con objeto de poder tener una vida sana y participar en la salud colectiva; pues tiene una función preventiva y correctiva que exige dotar a la persona, familia y otros

grupos de conocimientos necesarios para prevenir enfermedades, pero su fin principal está en promover estilos de vida saludables.”

“Al analizar los resultados encontramos que no existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y la religión según Villena O, (100). Observa que la religión y el estilo de vida no tienen relación, ya que la religión no repercute para que la persona tenga un estilo de vida saludable, debido a que la prácticas religiosas son una serie de costumbres que el hombre va reformando día a día dependiendo de las influencias de los diferentes tipos de creencias y el estilo de vida va estar dado por comportamientos que el ser humano va adoptando a lo largo de su vida sin importar el tipo de religión que profese.”

“La religión no es un factor importante para la adopción de un determinado estilo de vida en las personas, ya que la religión y la fe están unidas entre sí. Afirmando que cada creyente está convencido de la absoluta verdad de su religión y se halla dispuesto a asumir las consecuencias de esta convicción, sobre la fe transmitida de una generación a otra (101).”

“La calidad de vida nunca ha dependido de modo significativo de los hábitos religiosos. Sí es cierto que, especialmente en las personas de edad avanzada, la vivencia de sentimientos religiosos y la práctica habitual de ritos influyen positivamente en ella, la conciencia de la sociedad que la calidad de vida depende fundamentalmente de cuestiones psicológicas, del ánimo vital especialmente, del influjo de los sentimientos, del control de las emociones, del trabajo por mejorar lo que antes se denominaban pasiones (102).”

“Sin embargo Morales L, (103). Refiere que la religiosidad y la espiritualidad actúan como mecanismos, mediadores y moderadores de las conductas de riesgo (uso de drogas, alcohol y conductas sexuales tempranas en niños, niñas y adolescentes,

sintiendo que una fuerza interna los ayuda para superar estas adicciones y los impulsa a encontrar el camino de la recuperación.”

“La religión y creencias de cada cultura determinan el estilo de vida de cada individuo. Así por ejemplo, las costumbres alimentarias de cada religión manifiestan que el alimento no solo brinda nutrientes al organismo sino también tiene una influencia determinante sobre la personalidad y el alma.se puede decir que la comida constituye una parte fundamental para lograr el bienestar físico pero, para alcanzar una fuerza espiritual (104).”

Al analizar los resultados, encontramos que no hay relación estadística entre el grado de instrucción y el estilo de vida. Posiblemente se debe a que la población del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer tiene una conducta pre-aprendida, que asimiló a lo largo de su vida, conducta o información que fue transmitida de padres a hijos, sin importar el grado de instrucción de estos, lo que predispone a la práctica de estilos de vida no saludables y probablemente esto se ve reforzada por la exposición a los medios de comunicación como la radio y la televisión de donde se copian los estilos de vida del mundo globalizado que no precisamente se caracterizan por ser saludables, por ejemplo: el incentivo al consumo de bebidas gaseosas ahora existen gaseosas cero azúcar aludiendo que es una bebida que previene la diabetes, también podemos observar propagandas donde se incentiva a consumir comida chatarra o a las dietas exageradas.

Debido a la influencia que tienen los medios de comunicación en donde se puede apreciar en imágenes las comidas chatarra, gaseosas, jugos, productos para bajar de peso que son dañinos para nuestra salud, nos inducen al consumo de dichos productos sin necesidad de alcanzar un alto grado de instrucción para saber que está bien o mal y optamos por copiar esos malos hábitos de vida.

La religión católica es un sentido o un propósito en la vida que actúa como un escudo frente a los problemas cotidianos o a las catástrofes personales, como la pérdida de un trabajo o peor aún, de un ser querido esto lo reforzamos mediante la oración y a la creencia en nuestros santos. Mas no influye en los hábitos saludables que puedan tener las personas, es por ello que no existe relación entre el estilo de vida y la religión ya que la religión en este caso la católica nos fortalece espiritualmente.

#### **TABLA 5**

En cuanto a la relación entre los factores sociales y el estilo de vida, el 2,6% (3) tienen unión libre, el 11,3% (13) tiene como ocupación agricultores y el 11,3% (13) tienen un ingreso económico de 600 a 1000 soles estos presentan un estilo de vida saludable. También se observa que el 37,3% (43) tienen como estado civil unión libre, el 53% (61) son agricultores y el 50,4% (58) tienen un ingreso económico de 600 a 1000 soles estos presentan estilos de vida no saludables

Se muestra la relación entre los factores sociales y el estilo de vida. Al relacionar el estado civil con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi-Cuadrado de Independencia ( $\chi^2 = 3,130$ ; 3gl y  $p > 0,05$ ) encontramos que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables. Así mismo se muestra la relación con la ocupación y estilo de vida, haciendo uso del estadístico Chi-Cuadrado de Independencia ( $\chi^2 = 17,706$ ; 4gl y  $p < 0,05$ ) se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables. También se muestra la relación entre los ingresos económicos y el estilo de vida utilizando del estadístico Chi-Cuadrado de Independencia ( $\chi^2 = 4,338$ ; 3gl y  $p > 0,05$ ) se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre el ingreso económico y el estilo de vida.

“Los resultados encontrados en la presente investigación se relacionan, al

estudio realizado por León K, (43). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los adultos maduros en el A.H 10 de Setiembre 2017. Donde reportó que no existe relación estadísticamente significativa entre el estado civil, ocupación y el ingreso económico con el estilo de vida.”

“Estos resultados son similares a lo encontrado en la investigación de Ramos C, (44). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales en el adulto. Sector VI. Chonta. Santa María, 2016. Donde concluye que no existe relación estadísticamente significativa del estado civil, ocupación y el ingreso económico con los estilos de vida.”

“De igual manera se asemejan a lo encontrado por Mendoza R, (105) . En su estudio: Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales los Adultos de la Comunidad de Collcapampa- Huaraz, 2015. Concluye que no existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida con el estado civil, ocupación y el ingreso económico.”

“También encontramos estudios con resultado diferente a nuestro estudio así tenemos a Nuñez M, (106). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto del Distrito de Huasta –Bolognesi, 2015. Donde reportó que si tienen relación estadísticamente significativa el estilo de vida con la ocupación y el ingreso económico. Pero son similares en donde reporta que no tienen relación estadísticamente significativa el estilo de vida con el estado civil.”

“Este resultado difiere con lo encontrado por Estelita F, (107). En su estudio: Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto Joven Varón del Centro Poblado Rinconada – Chimbote, 2013. Quien muestra que si tienen relación estadísticamente significativa el estilo de vida con la ocupación y el ingreso económico. Pero son similares porque encontró que no existe relación

estadísticamente significativa entre el estilo de vida con el estado civil.”

“Así mismo difieren en lo encontrado por Chinguel G, (108). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la Persona Adulta del A.H. Víctor Raúl – Piura, 2013. Donde reportó que si existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida con el estado civil y el ingreso económico. Pero son similares en donde dice que no tiene relación estadísticamente significativa el estilo de vida con el estado civil.”

“Los resultados de la presente investigación difieren con lo encontrado por Castro W, (109). En su estudio Estilos de Vida y Factores Biocioculturales del Adulto Mayor del A.H. Ramiro Priale – Chimbote, 2013. Donde reporto que si tienen relación estadísticamente significativa la ocupación y el ingreso económico con el estilo de vida, pero coincide en que no encuentra relación estadísticamente significativa entre el estado civil y el estilo de vida.”

“Al analizar la variable estado civil se encontró que no existe relación estadísticamente significativa con el estilo de vida, el estado civil es un conjunto de situaciones jurídicas a partir de las cuales se relacionan las personas con su familia de procedencia, o que han formado y con elementos de la personalidad jurídica, que son fundamentales en sí mismos, es así como el estado civil se constituye como un atributo fundamental de la personalidad, ya que ésta se encarga de identificar entre otras funciones, a las personas y se elige con un derecho constitucional, por medio del cual se defiende que toda persona, sin distinguir su condición, pueda tener derechos y contraer obligaciones (110).”

“Encontramos a Retuerce M, (111). Que manifiesta que el estado civil o el tipo de relación, pareja más o menos estable o libertad amorosa que elija una persona ocurre lo mismo: El mayor o menor grado de satisfacción y felicidad dependen de las

experiencias y de la forma de ser de cada ser humano, porque hay matrimonios felices y solteros por obligación, así como vínculos en crisis o al borde del divorcio, y personas libres orgullosas y felices de su condición; deduciendo que el estado civil no influye en los estilos de vida.”

“Así mismo lo afirma Rosow A, (112). Al igual que los resultados obtenidos en el presente trabajo, no encuentra relación estadística entre el estado civil y los estilos de vida. Estado civil, es la situación de las personas determinada por aspectos de su situación familiar desde el punto de vista del registro civil, cada individuo ve el orden a sus relaciones de su familia en cuanto le confiere o le impone determinados derechos y obligaciones civiles , hoy en día los jóvenes no piensan casarse para ellos es igual vivir de forma unión libre, mientras que la cultura hace referencia a toda su producción y actividad transmitida de generación en generación a lo largo de la historia, incluyendo costumbres, lenguas, creencias y religiones, arte, ciencia.”

“También hay estudios que mencionan que el estado civil se relación con el estilo de vida Acosta K, (113). Infiere que después de la educación, es el estado civil el que más contribuye a la incidencia negativa del estilo de vida en las mujeres. Esto se explica porque las mujeres casadas o en unión libre tienen mayor riesgo de obesidad, porque la mayor parte del tiempo pasa en sus domicilios al cuidado de sus hijos y del hogar, consumiendo una diversidad de alimentos y realizando poca actividad física.”

“Encontramos otra teoría que contradice nuestro resultado como el de Maturana R, (114). Menciona que el matrimonio en general, parece ser saludable. La gente casada tiene menos impedimentos o situaciones crónicas que limitan sus actividades y pueden llevar vidas más saludables y seguras que la gente soltera,

debido a que los esposos pueden cuidarse entre sí, proporcionarse mutua compañía ofreciéndose apoyo emocional y se facilitan la vida día a día.”

“Además, el Doctor Haslam D, (115). Sostiene que vivir en pareja puede ser la causa de su gordura, debido a que ahora tiende a ingerir porciones para hombres y a darse el gusto con comidas empalagosas. Cuando combina ese nuevo régimen alimenticio: de convivencia; las mujeres tienden a subir de peso una vez que cohabitan, porque empiezan a compartir comidas con hombres, quienes tienen necesidades energéticas más altas y, por lo tanto, más apetito. Además, hacen menos ejercicio cuando tienen un compañero y van a cenar a restaurantes mucho más a menudo que cuando estaban solteras, cayendo en excesos no habituales.”

“Al analizar la variable ocupación se encontró que no existe relación estadísticamente significativa con el estilo de vida, la OMS manifiesta que en entornos laborales saludables, no garantiza que los trabajadores experimenten una salud excelente. La salud de un empleado también está influenciada por sus hábitos personales de salud (116).”

“Rueda L, (117). Menciona que la ocupación no se encuentra vinculado a la adopción o adquisición de estilos de vida en el individuo, sino que están vinculados a los hechos del mundo a través de un saber hacer, dentro de esta entidad los aspectos del saber son preferentemente teóricos, circunscritos al establecimiento de una ciencia de la ocupación y los aspectos centrados preferentemente en el saber qué hacer, es decir, la generación de herramientas para el desarrollo de la disciplina específica, renovado por la investigación para su aplicación y demandas de la vida cotidiana; que conducen a cumplir con intereses sociales, estéticos, terapéuticos, económicos, científicos.”

“A menudo observamos que sea cualquiera el tipo de ocupación que

desempeñan las personas, este no repercute en su forma de llevar la vida o las conductas que se adquiere. Tanto un agricultor, un empleado, una persona que desempeña un trabajo, un ambulante, una persona con trabajo independiente todos ellos en su mayoría y como está la realidad, dependiendo del contexto en el que se desenvuelven presentan estilos de vida poco saludables, y una pequeña cantidad de personas que tal vez gozan de los conocimientos de salud y algunos sufren de muchas enfermedades ya que no llevan una vida saludable (118).”

“Sin embargo contrario al resultado es lo que afirma Jaramillo M, (119). Refiere que las ocupaciones que desempeña un sujeto le permiten la expresión individual, favorecen el desarrollo de vínculos sociales y culturales, contribuyen a la construcción de su identidad y le posibilitan sentirse partícipe de la sociedad, incidiendo en el bienestar psicológico, y por ende, en su salud individual. Sostiene que el bienestar psicológico y social, aspectos esenciales en el concepto actual de salud, está vinculado a la capacidad del ser humano de desarrollar ocupaciones socialmente valoradas.”

“Como también advierten Reed K y Sanderson S, (120). La realización o participación de los seres humanos en actividades productivas, juegos y actividades lúdicas y actividades de la vida diaria a lo largo del ciclo vital de un individuo coadyuva a la maduración sensorial, física y psicológica, al desarrollo social y emocional del sujeto y al aprendizaje de habilidades y destrezas para su adaptación al entorno. Por tanto, la ocupación humana está estrechamente vinculada con el proceso de desarrollo ontogenético individual, el comportamiento ocupacional contribuye a la organización y desarrollo de las estructuras físicas y al desarrollo psicológico, afectivo y social.”

“En esta investigación se encontró que el ingreso económico no tiene relación

estadística con el estilo de vida. Hay referencias que mencionan que el ingreso económico deja de ser el factor económico condicionante del estilo de vida saludable. Demostrando así la capacidad de los pobladores para la distribución equitativa de dinero para la satisfacción de las necesidades de primer orden, no se confirma que los ingresos económicos influyan de manera directa en el estilo de vida (121).”

“Del mismo modo tenemos Vargas F, (122). Quien asegura que el estilo de vida y el ingreso económico no tienen relación estadísticamente significativa porque los estilos de vida dependerán de la familia o individuo. También comprenden una serie de pautas determinada socialmente y de interpretaciones de situaciones sociales. Estas pautas son desarrolladas y utilizadas por la familia o individuo como mecanismo para afrontar los problemas de la vida que pueden determinar el tipo de estilo de vida de una familia o individuo, así como también las capacidades productivas de una persona.”

“Para Arellano R, (123). Refiere que se le da mucha importancia al dinero, la orientación al ahorro o al gasto, las selecciones racionales o emocionales, la tendencia de la búsqueda de información, la necesidad de estatus a través de la compra, etc. Estos estilos ayudan a explorar la elección de la marca, las motivaciones personales, las creencias y percepciones acerca de los productos y servicios.”

“En relación a nuestro estudio también encontramos teorías en la que afirman que el estilo de vida se relaciona con el ingreso económico tenemos a Martínez F, (124). Pues sostiene que el momento económico referido a: la producción de bienes y servicios mediante el trabajo la producción, distribución y consumo de bienes y servicios, es un aspecto muy influyente en la accesibilidad de recurso como las medicinas, servicios médicos, lugares de recreación, entretenimiento y demás, que

tienen un gran peso en la condición de salud de cada persona y que por tanto, las interacciones que se puedan dar a nivel de estas cuatro esferas o dimensiones de reproducción social, son las que encaminan el desarrollo de la persona adulta, su estilo y calidad de vida y su salud.”

“Además, Sen A, (125). Refiere que el no contar con un ingreso económico adecuado afecta de manera negativa a la salud, limita a las capacidades básicas, las cuales reconocen que el no generar ingresos económicos es una causa más de problemas de salud mas no las únicas. Las personas que tienen mayores ingresos viven más tiempo y gozan de una mejor salud que las personas de bajos ingresos. Esta relación persiste, independientemente del sexo, la cultura o la raza, aunque las causas de la enfermedad y la muerte pueden variar.”

“Los pobres enferman debido a la ausencia de precondiciones materiales de la salud, como dieta deficiente, malas condiciones de la vivienda, hacinamiento, exposición a la violencia, contaminantes medioambientales también refiere que no se trata de negar a la pobreza como explicación, sino entenderla como una condición compleja, con múltiples dimensiones, entre las cuales la económica es una de ellas (123).”

“Además Chande R y Cornejo E, (126). Menciona que el ingreso económico brinda una serie de satisfacciones muy gratificantes en la vida del ser humano, permitiendo la socialización e imprimiendo un sentimiento de utilidad, están relacionadas con el deseo de vincularse a la experiencia ocupacional y a las oportunidades que ayudan a sentirse bien y mantener la propia estima.”

Al analizar los resultados de los adultos encontramos que no existe relación entre el estilo de vida y el estado civil esto lo podemos explicar porque el hecho que mantengan una relación de casados, convivientes o solteros, cabe resaltar que en este

caso predomina la unión libre, ningún estado sea cual fuese no es condicionante a que estos mantengan buenos hábitos alimenticios dependerá de la personalidad que tiene cada persona, pudiendo llevar una vida muy sana sin necesariamente tener una pareja a su lado, y si lo tuviesen tampoco influye en los hábitos de cada persona.

En cuanto a la ocupación y el estilo de vida de los pobladores del asentamiento humano se encontró que no tienen relación estadísticamente significativa entre ambas variables. Debido a que en nuestra población estudiada la mayoría son personas que trabajan en la agricultura y no va a cambiar fácilmente las conductas que ellos han formado desde su infancia, además el mismo trabajo que realizan les limita, haciéndoles muy difícil a adoptar nuevas conductas saludables ya que son experiencias compartidas en todo el Asentamiento Humano en estudio, todos comparten las mismas costumbres como es el caso del preparado del almuerzo el cual lo realizan en horas de la mañana y al momento que lo van a comer ya está frío es demostrado que algunas costumbres producto del trabajo no son saludables pero muchas veces se adoptan por necesidad.

Por último, el ingreso económico no se relaciona con los estilos de vida, podemos decir que el ingreso económico que perciben no influye en los adultos, le dan otra prioridad al dinero dejando de lado realizarse su chequeo médico además su ingreso económico no llega a satisfacer todas sus necesidades, tienen que distribuir muy bien su dinero para poder finalizar el mes sin muchas necesidades. Otro factor importante que indica que no se relaciona es que prefieren guardar el dinero extra que tengan para poder emprender su propio negocio, siendo esta práctica muy común en la zona de estudio.

## **V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES:**

### **5.1 Conclusiones:**

- La mayoría de las personas adultas del Asentamiento Humano Estrella Del Nuevo Amanecer presenta estilo de vida no saludable y un menor porcentaje presentan estilo de vida saludable.
- En relación a los factores biosocioculturales tenemos que más de la mitad son adultos maduros, de sexo femenino, de religión católica, de ocupación empleados y tienen un ingreso económico de 600 a 1000 soles; menos de la mitad tiene grado de instrucción secundaria completa e incompleta y de estado civil unión libre.
- No existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: edad, sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación, e ingreso económico al aplicar la prueba de independencia de criterios Chi- cuadrado.

## 5.2 Recomendaciones:

- Dar a conocer los resultados y recomendaciones del presente estudio de investigación a las diferentes autoridades, actores sociales, y principalmente al personal del Puesto de Salud de La Cano para que se involucre junto con estas personas adultas en el reto de promocionar la salud; adoptando diferentes estrategias educativas, o mediante la implementación de un programa dirigido netamente al adulto, en donde se pueda realizar actividades preventivas de salud; así mismo fomentar estilos de vida saludables.
- Coordinar charlas educativas para los adultos en horarios que ellos puedan asistir.
- Utilizar los medios de comunicación fomento el cuidado de la salud ya que escuchan la radio cuando están trabajando.
- Realizar otros estudios de investigación que permita identificar los factores de riesgo que puedan existir en relación con el estilo de vida de las personas; para así poder tomarlos en cuenta en las estrategias de salud, desde una perspectiva preventiva promocional.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Uniminuto. Calidad y hábitos de vida [Documento de internet] Bogota: Bienestar UVD; publicado el 10 setiembre del 2014 [Citado el 09 de setiembre del 2017] [Alrededor de 1 planilla]. Disponible desde el URL: [http://www.uniminuto.edu/web/bienestaruvd/vida-saludable/-/asset\\_publisher/HBJfz6IGSN46/content/calidad-y-habitos-de-vida](http://www.uniminuto.edu/web/bienestaruvd/vida-saludable/-/asset_publisher/HBJfz6IGSN46/content/calidad-y-habitos-de-vida)
2. Bardález C, la salud en el Perú. Consorcio de investigación económica y social. [Documento en Internet]. [Citado 10de setiembre del 2017]. [09 páginas]. Disponible en URL: <http://www.bvsde.paho.org/bvsacd/cd67/saludenelperu.pdf>
3. García L, Estilos de Vida (Spanish). Hacia La Promoción De La Salud. [Documento en Internet]. [Citado 10de setiembre del 2017]. [08 páginas]. Disponible en URL: <https://www.estilos de vida.gob.sv/archivos/pdf/>.
4. Ministerio de salud el Salvador Unidos Crecemos Todos [Documento de internet] El Salvador: estilos de vida saludable; [Citado el 26 de diciembre del 2017] [Alrededor de 4 planillas]. Disponible desde el URL: [https://www.salud.gob.sv/archivos/pdf/telesalud\\_2016\\_presentaciones/presentaciones12072016/ESTILOS-DE-VIDA-SALUDABLE.pdf](https://www.salud.gob.sv/archivos/pdf/telesalud_2016_presentaciones/presentaciones12072016/ESTILOS-DE-VIDA-SALUDABLE.pdf)
5. Organización Mundial de la Salud OMS. Vida saludable [Documento en Internet]. [Citado 10de setiembre del 2017]. [1 páginas]. Disponible en URL: <http://www.who.int/es/>
6. Chaney C. Estilos de vida. Edición 2017. Disponible en URL:[https://es.wikipedia.org/wiki/wikipedia:texto\\_de\\_la\\_licencia\\_creative\\_commons\\_atribuci%c3%b3n-compartirIgual\\_3.0\\_Unported.31mayo2017](https://es.wikipedia.org/wiki/wikipedia:texto_de_la_licencia_creative_commons_atribuci%c3%b3n-compartirIgual_3.0_Unported.31mayo2017).
7. Fundación Universia. Tienes una Vida Saludable [Documento de internet]; publicado el 05 de abril del 2017 [Citado el 27 de diciembre del 2017]

- [Alrededor de 1 planilla]. Disponible desde el URL:  
<http://noticias.universia.edu.pe/cultura/noticia/2017/04/05/1151282/vida-saludable.html>
8. Ministerio de Salud lineamientos para la dirección general de las personas adultas mayores [Serie Internet] [Citado el 2017 set 05] [Alrededor de 1 planilla]. Disponible desde el URL:  
<http://www.upch.edu.pe/vrinve/gerontologia/minsapdf/lineamientos.pdf2>.
  9. Cconsumer. Estilos de Vida en el Perú [Documento de internet] Perú; [Citado el 27 de diciembre del 2017] [Alrededor de 1 planilla]. Disponible desde el URL:  
<https://cconsumer.wordpress.com/comportamiento-del-consumidor-2/los-estilos-de-vida-en-el-peru/>
  10. Puesto de Salud la Cano Sistema de Vigilancia Comunitaria (SIVICO) sector Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer.
  11. Leignagle J, Valderrama G, Vergara I. Estilo de vida y sentido de vida en estudiantes universitarios. [Documento en internet]. Panamá. [Citado el 10 de noviembre del 2017]. Disponible desde el URL:  
<http://usmapanama.com/wpcontent/uploads/2011/10/INFORME-FIN...>
  12. Díaz F. Percepción del estado de salud y estilo de vida en trabajadores de una refinería. [Tesis para optar el grado de magister en enfermería]. Universidad Autónoma de Nuevo León. España. [Citado el 12 de noviembre del 2017]. Disponible desde el URL: <http://eprints.uanl.mx/1798/1/1080093843.PDF>
  13. Quiroga I, Estilos de vida en personas adultas con diabetes mellitus 2. [Revista en internet]. México; [Citado 12 de noviembre del 2017]. [1 pantalla]. Disponible en URL <http://dgsa.uaeh.edu.mx/revista/sicologia/>
  14. Ramos C, Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales en el adulto sector VI.

- Chonta – Santa Maria. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería].  
Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2016.
15. Vilchez M. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de adultos maduro del asentamiento humano 10 de setiembre -Chimbote. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Chimbote:Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2017
16. Atoche J. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la persona adulta en la caleta el Ñuro – los Órganos – Talara 2017. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Chimbote:Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2017.
17. Mendoza S. Estilos de Vida y Factores de los adultos de la Comunidad de Collcapampa, Huaraz. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2015
18. Nuñez M. Estilos de Vida y Factores de los adultos del Distrito de Huasta – Bolognesi. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2015.
19. Ramirez L. Estilos de Vida y Factores de los adultos custodios del Orden de las Fuerzas Policiales de la Comisaria de Huaraz. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2016.
20. Arellano R. Marketing [Documento de internet] Estilos de Vida en el Perú; [Citado el 28 de diciembre del 2017] [Alrededor de 15 planillas]. Disponible desde el URL: <https://es.scribd.com/doc/12770553/ESTILOS-DE-VIDA-SEGUN-ROLANDO-ARELLANO>
21. Congreso internacional Estilos de Vida Saludables [Documento de internet]

- Estilos de Vida Saludables; [Citado el 28 de diciembre del 2017] [Alrededor de 4 planillas]. Disponible desde el URL: <http://www.acmor.org.mx/cuam/2009/Humanidades/338Cog%20Univ%20Marcelino%20Champag-Estilos%20de%20vida%20saludables.pdf>
22. Crónica ONU [Documento de internet] Enfermedades relacionadas con el estilo de vida; [Citado el 28 de diciembre del 2017] [Alrededor de 2 planillas]. Disponible desde el URL: <https://unchronicle.un.org/es/article/enfermedades-relacionadas-con-el-estilo-de-vida-una-carga-econ-mica-para-los-servicios-de>
23. Bustamante K. [Documento de internet] Estilos de vida saludable para vivir publicado el 27 diciembre del 2016 [Citado el 09 de setiembre del 2017] [Citado el 30 de diciembre del 2017] [Alrededor de 1 planillas]. Disponible desde el URL: <http://vital.rpp.pe/expertos/estilos-de-vida-saludables-para-vivir-mas-y-mejor-noticia-1019427>
24. Maya L. estilos de vida saludables: componente de la calidad de vida. [Documento en internet]. Colombia; 2001. [Citado 10 de diciembre del 2017]. [Alrededor de 3 pantallas]. Disponible en URL: <http://www.funlibre.org/documentos/lemaya1.htm>
25. Pender N. Promoción de la salud, dimensiones en salud: [Documento en internet]. [Citado 10 de diciembre del 2017]. [Alrededor de 7 pantallas]. Disponible en URL: [promocion.de.la.salud.stareas.com/ensayos](http://promocion.de.la.salud.stareas.com/ensayos)
26. Ministerio de Salud Argentina. [Documento de internet] Argentina, Actividad Física; [Citado el 31 de diciembre del 2017] [Alrededor de 1 planilla]. Disponible desde el URL: <http://www.msal.gob.ar/ent/index.php/informacion-para-ciudadanos/actividad-fisica>
27. Consultas Salud y bienestar. [Documento de internet] estres; [Citado el 31 de

- diciembre del 2017] [Alrededor de 1 planilla]. Disponible desde el URL:  
<https://www.webconsultas.com/mente-y-emociones/emociones-y-autoayuda/controlar-el-estres-772>
28. Lopategui E. la Salud como responsabilidad Individual. [Serie Internet] [Citado el 2017 setiembre 09] [Alrededor de 1 planilla]. Disponible desde el URL: <http://www.saludmed.com/Salud/CptSalud/CptSaRes.html>
29. Camacho K y Lau Y. Estilo de vida y el estado nutricional del adulto mayor del AAHH Fraternidad del distrito de Chimbote [tesis para optar el título de enfermería]. Chimbote. Universidad católica los Ángeles de Chimbote. 2010 [Citado el 31 de diciembre del 2017].
30. Figueroa D. Seguridad alimentaria. [Monografía en Internet] [Citado el 2017 set 08] [Alrededor de 01 planilla]. Disponible desde el URL: [http://www.respyn.uanl.mx/iv/2/ensayos/seguridad\\_alimentaria.htm](http://www.respyn.uanl.mx/iv/2/ensayos/seguridad_alimentaria.htm)
31. INEI. Definición de Estado Civil. [Citado 2017 set 12]. [Alrededor de 04 panillas]. Dispo. desde el URL: <http://www.inei.gob.pe/biblioineipub/bancopub/Est/Lib0044/C6-6.htm>
32. Las Religiones. [Ensayo en internet]. [Citado 2017 Set. 04]. Disp. en: <http://www.com/ensayos/Las-Religiones/5136.html>
33. Nivel de instrucción. [Portal de internet]. [Citado 2017 Set. 04]. En: [http://www.eustat.es/documentos/idioma\\_c/opt\\_0/tema\\_303/elem\\_2376/definicion.html](http://www.eustat.es/documentos/idioma_c/opt_0/tema_303/elem_2376/definicion.html)
34. Pollit D y Hungler B. Investigación Científica en Ciencias de la Salud. Edit. Interamericana Mc Graw Hill. México. D.F. 2007. [Serie Internet] [Citado el 2017 Set 24] [Alrededor de 01 planilla]. Disponible desde el URL: [www.hjunin.ms.gba.gov.ar/capacitacion/mi\\_programa\\_metodologia\\_2008](http://www.hjunin.ms.gba.gov.ar/capacitacion/mi_programa_metodologia_2008)

35. Hernández R. Metodología de la Investigación. Edit. Mc Graw, 3 a. Hill. Interamericana México 2003. [Serie Internet] [Citado el 2017 Set 24] [Alrededor de 01 planilla]. Disponible desde el URL: <http://www.metabase.net/docs/unibe/03624.html>
36. Canales F y Alvarado E. Metodología de la Investigación. Edit. Limusa, a.Reimpresión, México.
37. Estilos de vida y edad Consumidores bien informados [Serie Internet] [Citado el 2017 Set 24] [Alrededor de 01 planilla]. Disponible desde el URL: <https://www.consumoteca.com/bienestar-y-salud/vida-sana/estilo-de-vida/>
38. Edad, Obra social la Caixa. [Documento en internet]. [Citado el 31 de diciembre del 2017]. [Alrededor de 1 pantallas]. Disponible el URL: <http://dle.rae.es/?id=EN8xffh>
39. Sexo. Documento en internet]. [Citado el 31 de diciembre del 2017]. [Alrededor de 1 pantallas]. Disponible el URL: [https://www.google.com.pe/search?rlz=1C1TSNG\\_enPE561PE561&ei=w3FOWufYBNKRsfVjbboDw&q=definicion+de+sexo&oq=definicion+de+sexo&gs\\_l=psy-ab.3..0l8j0i10k1.2747.5487.0.6205.5.5.0.0.0.365.686.3-2.2.0....0...1.1.64.psy-ab..3.1.320....0.frzXDFTX3C8](https://www.google.com.pe/search?rlz=1C1TSNG_enPE561PE561&ei=w3FOWufYBNKRsfVjbboDw&q=definicion+de+sexo&oq=definicion+de+sexo&gs_l=psy-ab.3..0l8j0i10k1.2747.5487.0.6205.5.5.0.0.0.365.686.3-2.2.0....0...1.1.64.psy-ab..3.1.320....0.frzXDFTX3C8)
40. Grado de Instrucción [Documento en internet]. [Citado el 31 de diciembre del 2017]. [Alrededor de 1 pantallas]. Disponible el URL: [http://www.eustat.eus/documentos/opt\\_0/tema\\_165/elem\\_2376/definicion.html](http://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_165/elem_2376/definicion.html)
41. Ocupación. [Portada en internet]. 2008. [Citado el 31 de diciembre del 2017]. Disponible desde el URL: <http://definicion.de/ocupacion/>
42. Ingreso económico. [Portada en internet]. 2008. [Citado 2010 Set 09]. Disponible desde el URL: <http://definicion.de/ingresoeconomico/>

43. León K. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto maduro en el A.H. 10 de Setiembre – Chimbote, 2017. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
44. Ramos C. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto. Sector VI. Chonta. Santa María, 2016. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
45. Ramírez L. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos custodios del orden de las Fuerzas Policiales de la Comisaria de Huaraz, 2016. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
46. Revilla F. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto del Distrito de Jangas – Huaraz 2015. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
47. Cabrera D. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Caserío de Cajapampa – Ranrahirca- Yungay -2012. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
48. Tello K. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales de las personas Adultas Maduras del A.H. La Balanza Chimbote, 2012. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
49. Los Estilos de Vida en la Salud. En: La Salud Pública en Costa Rica. [Artículo en Internet]. [Citado 2018 febrero 20]. [20 planillas]. En: <http://www.saludpublica.ucr.ac.cr/Libro/06%20Los%20estilos.pdf>

50. El estilo de vida. (2014). Estilos de Vida. [Artículo de Internet]. [Citado 2018 febrero 20]. En: <http://www.consumoteca.com/bienestar-y-salud/vida-sana/estilo-de-vida>
51. Gutiérrez E (2014). Promoción de Estilos de Vida Saludables. Colombia [Citado 2018 febrero 20]. En: <http://www. /bienestar-y-salud/vida-sana/estilos de vida saludable>
52. Castillo Y. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales en los adultos. Sector 8, Bellamar - Nuevo Chimbote, 2014. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
53. Loayza E. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la persona adulta en el Asentamiento Humano Nuevo Amanecer - Piura, 2014. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
54. Menacho E. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los estudiantes de la Facultad de Ingeniería Civil de la ULADECH Católica filial Huaraz, 2015. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
55. Ávila Y. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los adultos de la Urbanización la Colina – Huaraz, 2013. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
56. Aguayo M. la edad. [Artículo en Internet]. [8 páginas]. [Citado el 21 de febrero del 2018.] Disponible desde el URL: <http://www.slideshare.net/azucuzco/adulto-joven>.

57. La etapa adulta. [Serie internet] [Citado el 21 de febrero del 2018.] [Alrededor de una planilla]. Disponible en URL: <http://esanswers.yahoo.com/question/index?quid=201000701071>.
58. Edad. [Artículo en Internet]. [Citado 2018 febrero 21]. Disponible desde URL: <http://www.buenastareas.com/ensayos/edad/2605701>.
59. Girondella L, Sexo y Género: Definiciones [monografía internet]. Perú: Naturaleza humana; 2013 [Citado 2018 febrero 21]. [alrededor de 5 pantallas]. Disponible desde: <http://contrapeso.info/2012/sexo-y-genero/definiciones/>.
60. Organización Mundial de la Salud – sexualidad. [Serie internet] [Citado 2018 febrero 21]. Disponible en URL: <http://nuevodiario.com.do/app/antide.aspx?i=>
61. Ministerio de Salud, guías nacional de atención integral de salud reproductiva: lima ,2016. [monografía internet]. 2013 [Citado 2018 febrero 21]. [alrededor de 5 pantallas]. Disponible desde: <http://sexo-y-genero/definiciones/>
62. Sexo [Serie internet] [Citado 2018 febrero 21]. [alrededor de una planilla] Disponible en URL: <http://www2.huerlin.des/sexología/ecs/index1.htm>.
63. Educación y la instrucción [Serie internet] [Citado 2018 febrero 21]. [alrededor de una planilla] Disponible en URL: [http://www2.huerlin.des/educación y la instruccion/ecs/index1.htm](http://www2.huerlin.des/educación%20y%20la%20instruccion/ecs/index1.htm).
64. El grado de instrucción [Apuntes en internet]. 2009. [Citado 2018 febrero 21]. [1 pantalla] Disponible en URL; <http://espanol.answers.yahoo.com/question/index?quid=20120203145248AAWXQHK>
65. La educación secundaria incompleta [Apuntes en internet]. 2015. [Citado 2018 febrero 23]. [1 pantalla]. Disponible en URL; [https://www.google.com.pe/?gws\\_rd=ssl#q=el+estado+provee+educaci%C3%B3n+b%C3%A1sica+universal+a+todos+los+peruanos.+As%C3%AD+mismo%2C+seg%C3%BAn+l](https://www.google.com.pe/?gws_rd=ssl#q=el+estado+provee+educaci%C3%B3n+b%C3%A1sica+universal+a+todos+los+peruanos.+As%C3%AD+mismo%2C+seg%C3%BAn+l)

a+investigaci%C3%B3n+de+CAD+Ciudadanos+en+++al+d%C3%ADa%2C+al+  
base+a+informaci%C3%B3n+del+INEI.

66. Sheinbaum D. Creencias religiosas [Serie internet] [Citado 2018 febrero 23].

[alrededor de una planilla] Disponible en URL:  
[http://sepiensa.org.mx/contenido/5/2007/1\\_costumbrealimen\\_1.html](http://sepiensa.org.mx/contenido/5/2007/1_costumbrealimen_1.html).

67. Rojas S. Filosofía y el porqué de la religión. [monografía en internet] [Citado 2018 febrero 23] [alrededor de una planilla] Disponible en URL:

<http://www.monografias.com/trabajos6/filo/filo>.

68. Rojas L. El efecto de la religión católica. [monografía en internet] [Citado 2018 febrero 23]. [alrededor de dos planilla] Disponible en URL:

<http://labibliaweb.com/?=p577>.

69. Goncebat R. El estado civil influye en la salud. [serie internet] [Citado 2018 febrero 23]. [alrededor de una planilla] Disponible en URL:

<http://www.univision.com/content.hym/?cid=746616>

70. Estado civil biblioteca del congreso Nacional de Chile. La persona; tipo de persona [artículo en internet] Citado 2018 febrero 23 [1 pantalla disponible en URL; disponible en URL; <http://www.bcn.cil.civica/tiper>]

71. Carrasco V, unión libre. [Artículo en internet]. 2013 [Citado 2018 febrero 23]. Disponible en URL: [//deconceptos.com/ciencias-juridicas/estado-civil](http://deconceptos.com/ciencias-juridicas/estado-civil).

72. Aranda P. Guía de ocupación el estado civil influye en la salud. [Citado 2018 febrero 24]. [alrededor de una planilla] Disponible en URL:  
[http://www.dian.gou.co/content/ayuda/guáarutal/content/main/manual/pagina/0440\\_cupo.htm](http://www.dian.gou.co/content/ayuda/guáarutal/content/main/manual/pagina/0440_cupo.htm).

73. Salario y Ocupación. [Artículo en internet]. 2010 [Citado 2018 febrero 24] disponible en URL: [http:// es. wikipedia.org/Wiki/salario](http://es.wikipedia.org/Wiki/salario).

74. Los agricultores. [Artículo en Internet]. [Citado 2018 febrero 24]. [Alrededor de 01 plantilla]. Disponible desde: <http://www.definicionabc.com/social/ocupacion.php>.
75. Robin K. Ingreso económico editor [serie internet] [Citado 2018 febrero 24]. [alrededor de una planilla] Disponible en URL: <http://www.ecofinanzas.com/diccionario/ingresos-economicos.htm>.
76. Datos estadísticos Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) [serie internet] [Citado 2018 febrero 24]. [alrededor de una planilla] Disponible en URL: <https://www.inei.gob.pe/>
77. Cahuana M. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos Trabajadores de las Plantas de Tratamiento de Residuos Sólidos - Huaraz, 2016. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
78. Kabalan L. Estilos de Vida y Factores Bisocioculturales de la Persona Adulta de la Asociación de Vivienda Villa el Pacífico del Distrito de Calana – Tacna, 2015. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
79. Roque R. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los adulto de la Asociación de Choferes y Propietarios de la Ruta Huaraz- Caraz, 2015. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
80. Gutiérrez C. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos de las manzanas del 56 – 60 de la Urbanización José Santos Chocano Collique III zona – Lima, 2014. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.

81. Vives A. Salud Actual. [artículo en internet]. [citado 2018 febrero 26]. disponible en URL: [http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S03704106201000020100002000058&script=sci\\_artt\\_ext](http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S03704106201000020100002000058&script=sci_artt_ext).
82. Elliot D. (1998). Health-Enhancing and Health-Compromising Lifestyles. En: Promoting the Health of Adolescents. New Directions for the Twenty-First Century (pp. 119-150). Inglaterra, citado 2018 febrero 26.
83. Cruz E. “Estilos de Vida relacionado con la Salud.” [artículo en internet] [citado 2018 febrero 26], disponible en URL: <http://www.Muyinteresante.es/salud/articulo/el-estilo-de-vida-afecta-a-la-memoria-a-cualquier-edad-4514019676620>.
84. Fernández N y Aebli H. Una didáctica fundada en la psicología de Jean Piaget. citado 2018 febrero 26, Buenos Aires: Editorial KAPELUSZ. 1979. Disponible 79 en: [http://www.ite.educacion.es/formacion/materiales/124/cd/guia/documentacion%20complementaria/15\\_persona\\_adulta.pdf](http://www.ite.educacion.es/formacion/materiales/124/cd/guia/documentacion%20complementaria/15_persona_adulta.pdf).
85. Sexualidad [apuntes de internet] 2011 [citado 2018 febrero 26] [4 paginas]. disponible en URL; <http://clubensayos.com/psicolog/c3%ada/ensayo-sobre-sexualidad/79925.html>
86. Valverde S. 2018. Diferencias de Sexo en Conductas de Riesgo y Tasas de Mortalidad Diferencial Entre Hombres y Mujeres. Ediciones Fundación Mapfre. España.
87. Martínez A. (2018). Influencia del Género en los Estilos de Vida que se Asocian a Enfermedades Vasculares en Universitarios. Revista Hipertensión y Riesgo Vascular. 27(4): 138-145. España.
88. Bennasar M. Estilos De Dirección Y Género. [Monografía en internet]. 2009: Universidad Católica Boliviana. [Citado Febrero, 27]. [Alrededor de 02 pantallas].

Disponible desde el URL: <http://www.ucb.edu.bo/publicaciones/ajayun/v1n1/v1n1a10.pdf>

89. Levin J. Hábitos sanos para una vida sana. Instituto de Sanidad, Costa Rica, 2018.
90. Chávez M. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto Mayor, Asentamiento Humano Santa Rosa del Sur, Chimbote, 2015. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
91. Lino N. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Barrio los Olivos sector “O” – Huaraz, 2013. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
92. Zegarra S. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la Persona Adulta Joven en el Asentamiento Humano Villa Primavera – Sullana, 2013. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
93. Cárdenas L. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la Persona Adulta de la Cooperativa 28 de Agosto – la Yarada. Tacna, 2013. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
94. Espinosa L. (2018). Cambios del Modo y Estilo de Vida: Su Influencia en el Proceso Salud-Enfermedad. Revista Cubana Estomatología, 41 (3). Cuba. Disponible en: [http://www.bvs.sld.cu/revistas/est/vol41\\_3\\_04/est09304.htm](http://www.bvs.sld.cu/revistas/est/vol41_3_04/est09304.htm)
95. Durán R. (2018). Estilos de Vida de los Adolescentes de Educación Secundaria y Media Superior del Municipio de Atlahuilco, Veracruz. [Tesis Para Optar el Título de Licenciado en Psicología]. México: Universidad Veracruzana.
96. Mayo I y Gutiérrez A. Actualidad y Pertinencia del Enfoque Personológico del

Estilo de Vida. Centro de Estudios de la Educación de la Universidad Pedagógica de Holguín. Cuba.

97. Guerrero L y León A. Estilo de Vida y Salud: Un Problema Socioeducativo, Antecedentes. Revista EDUCERE, 49: 287-295. Venezuela.
98. Arce A. Educación Para la Salud Como Tema Transversal en el Sistema Educativo Costarricense: Guía Para Docentes y Personal de Salud. Ediciones OPS. Costa Rica.
99. Navarro B. La Educación Para la Salud, Reto de Nuestro Tiempo. [Artículo en Internet]. [citado 2018 febrero 28]. [Alrededor de 10 Pantallas]. Disponible en: [http://html.rincondelvago.com/educacion-para-la-salud\\_4.html](http://html.rincondelvago.com/educacion-para-la-salud_4.html)
100. Villena O. Socialización, instrucción, educación. [serie en internet]. [citado 2018 febrero 28]. [Alrededor de 2 pantallas]. Disponible desde el URL: <http://www.biblioteca.itam.mx/estudio/letras45-46/texto>
101. Aebli H. Una Didáctica Fundada en la Psicología de Jean Piaget. Buenos Aires: Editorial KAPELUSZ. 1979. Disponible en: [http://www.ite.educacion.es/formacion/materiales/124/cd/guia/documentacion%20complementaria/15\\_persona\\_adulta.pdf](http://www.ite.educacion.es/formacion/materiales/124/cd/guia/documentacion%20complementaria/15_persona_adulta.pdf).
102. Religión en Términos Generales: Forma de Vida o Creencia. [Artículo en Internet]. [citado 2018 febrero 28]. [Aprox. 5 páginas]. Disponible en URL: <http://www.monografias.com/trabajos11/temrelig/temrelig.shtml>
103. Morales L. La Influencia de la Religión y Espiritualidad en las Conductas de Riesgo de la Salud en Niños/as y Adolescentes. [Artículo en Internet]. [citado 2018 febrero 28]. [Alrededor de 01 Pantalla]. Disponible
104. Religión y el estilo de vida. [Artículo en Internet]. [citado 2018 febrero 28]. [Alrededor de 01 Pantalla]. Disponible

en:[http://citation.allacademic.com/meta/p\\_mla\\_apa\\_research\\_citation/5/5/8/2/4/p558241\\_index.html](http://citation.allacademic.com/meta/p_mla_apa_research_citation/5/5/8/2/4/p558241_index.html)

105. Mendoza R. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales de los adultos los Adultos de la Comunidad de Collcapampa- Huaraz, 2015. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
106. Nuñez M. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto del Distrito de Huasta –Bolognesi, 2015. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
107. Estelita F. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto Joven Varón del Centro Poblado Rinconada – Chimbote, 2012.. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
108. Chinguel G. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la Persona Adulta del A.H. Víctor Raúl – Piura, 2011. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
109. Castro W. Estilos de Vida y Factores Biocioculturales del Adulto Mayor del A.H. Ramiro Prialé – Chimbote, 2011. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
110. El Matrimonio no Siempre es Saludable. [Artículo en Internet]. [Alrededor de 02 Pantallas] [citado 2018 Marzo 06]. Disponible en: <http://www.abc.es/salud/noticias/matrimonio-siempre-saludable-14401.html>
111. Retuerce M. Soltería: Ventajas e Inconvenientes. [Artículo en Internet]. [Alrededor de 02 Pantallas]. [citado 2018 Marzo 06]. Disponible en:

- <http://estilodevida.latam.msn.com/especiales/san-valentin/articulo.aspx?cp-documentid=26935122>
112. Rosow A. Estado civil influye en la salud. Managua, Nicaragua. Noviembre del 2005. Edición 9084. [Artículo en internet]. 2011 [citado 2018 Marzo 06]. Disponible en URL: <http://archivo.elnuevodiario.com.ni/2005/11/27/variedades/6664>.
113. Acosta K. Estado civil influye en el estado civil., Chile. Marzo 2018.. [Artículo en internet]. 2018 [citado 2018 Marzo 06]. Disponible <https://www.google.com.pe/search?rlz=1C1TSNG>
114. Maturana R. capacitación registro civil. Definiciones del registro civil. [citado 2018 Marzo 07] Disponible en URL: [http://www.monografias.com/trabajos23/definicionesregistrocivil/definiciones\\_registro-civil.shtm](http://www.monografias.com/trabajos23/definicionesregistrocivil/definiciones_registro-civil.shtm)
115. Haslam D. Instituto Karolinska de Estocolmo, en Suecia Cuestionario de estilos de vida en jóvenes, [ artículo en internet citado 2018 Marzo 06, [1 una pantalla] disponible en URL;<http://revistas.javerianacali.edu.com>
116. OMS. Estilos de Vida Saludables en la Escuela. [Documento en Internet]. [citado 2018 Marzo 06]. [Alrededor 10 pantallas]. Disponible en: <http://www.col.ops-oms.org/Municipios/Cali/08EstilosDeVidaSaludables.htm>
117. Rueda L. Ocupación/tiempo libre/ adulto [Artículo en Internet]. [citado 2018 Marzo 06]. Disponible en URL: <http://www.monografias.com/trabajos84/ocupacion-tiempo-libre-adulto-mayor/ocupacion-tiempo-libre-adulto-mayor.shtml>
118. El trabajo y la salud. [Artículo de Internet]. [citado 2018 Marzo 07]. [Alrededor de 02 pantallas] Disponible en: <http://www.juntadeandalucia.es/>

averroes/recursos\_informaticos/proyectos2003/orientacion\_laboral/ tema11/  
tema11.html

119. Jaramillo M. Ocupación en la adultez media. [Documento en internet].2008  
[citado 2018 Marzo 08] [Alrededor de+1+pantalla].  
[http://www.ucursos.cl/medicina/2008/0/tootoc12/1material\\_alumnos/previsualizarid\\_material=12621](http://www.ucursos.cl/medicina/2008/0/tootoc12/1material_alumnos/previsualizarid_material=12621).
120. Reed K y Sanderson S. Concepts of Occupational Therapy. Cuarta Edición.  
Baltimore. Lippincott Williams and Wilkins. Estados Unidos de América.
121. Los Modelos Explicativos del Proceso de Salud y Enfermedad: Los  
Determinantes Sociales. Ediciones McGraw Hill. España.
122. Vargas F. Programa estilo de vida para la salud. [power point en internet].  
Colegio oficial de médicos Santa Cruz de Tenerife. [citado 2018 Marzo 08].  
[Alrededor de 34 pantallas]. Disponible desde el URL: <http://www.comtf.es/cursos/EPS/EPS%202004%20presentacion.ppt>
123. Arellano R. Los Estilos de Vida en el Perú: Como somos y pensamos los  
peruanos del siglo XXI.2 ed. Lima. Arellano Investigaciones de Marketing S.A.  
2018.
124. Martínez F. Los Modelos Explicativos del Proceso de Salud y Enfermedad: Los  
Determinantes Sociales. Ediciones McGraw Hill. España.
125. Sen A. (1999, Salud en el Desarrollo. Discurso Inaugural de la 52º Asamblea  
Mundial de la Salud. Organización Mundial de la Salud Ginebra
126. Chande R y Cornejo E, Factores socioeconómicos y condiciones de salud de la  
población adulta. Chile.



ANEXO N° 01

ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

AUTOR: Walker, Sechrist, Pender Modificado

por: Díaz E.; Reyna, E; Delgado, R (2008)



N°	ITEMS	CRITERIOS			
<b>ALIMENTACIÓN</b>					
1	Come Ud. tres veces al día: desayuno almuerzo y comida.	N	V	F	S
2	Todos los días, Ud. consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos.	N	V	F	S
3	Consumes 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
<b>ACTIVIDAD Y EJERCICIO</b>					
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
<b>MANEJO DEL ESTRÉS</b>					
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
<b>APOYO INTERPERSONAL</b>					
13	Se relaciona con los demás.	N	V	F	S



ANEXO N° 02



UNIVERSIDAD LOS ANGELES DE  
CHIMBOTE FACULTAD CIENCIAS DE  
LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



CUESTIONARIO SOBRE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES  
DE LA PERSONA

**AUTOR:** Díaz R.; Reyna, E; Delgado, R (2008)

DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:

.....

**A. FACTORES BIOLÓGICOS**

- **¿Qué edad tiene usted?**  
a) 20 a 35 años ( )    b) 36 – 59 años ( )    c) 60 a más años ( )
- Marque su Sexo  
a) Masculino ( ) b) Femenino ( )

**B. FACTORES CULTURALES**

- **¿Cuál es su grado de instrucción?**  
a) Analfabeto(a) ( )    b) Primaria completa ( )  
c) Primaria incompleta ( )    d) Secundaria completa ( )  
e) Secundaria incompleta ( )    f) Superior completa ( )  
g) Superior incompleta ( )
- **¿Cuál es su religión?**  
a) Católico (a)    b) Evangélico    c) Mormón  
d) Protestante    e) Otra religión

**C. FACTORES SOCIALES**

- **¿Cuál es su estado civil?**  
a) Soltero(a) ( )    b) Casado(a) ( )    c) Viudo(a) ( )

d) Unión libre ( )      e) Separado(a) ( )

- ¿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 ( )

- ¿Cuál es su ocupación?

a) Obrero(a) ( )      b) Empleado(a) ( )      c) Ama de casa ( )

d) Estudiante ( )      e) Agricultor ( )      f) Otros.....



### 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

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

Si  $r > 0.20$  el instrumento es válido.

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



## 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



CONSENTIMIENTO INFORMADO



**“ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE  
LOS ADULTOS DE AA.HH ESTRELLA DEL NUEVO AMANECER  
LA JOYA – AREQUIPA 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 informaran de modo general, guardando en reserva la identidad de las personas entrevistadas.

Por lo cual autorizo mi participación firmando el presente documento.

FIRMA: