



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

**ESTILO DE VIDA Y FACTORES
BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO- CENTRO
POBLADO DE JAHUA- JANGAS- HUARAZ- ANCASH,
2021**

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

AUTORA

CHINCHAY PONCIANO, ROSA ANA

ORCID: 0000-0003-1486-2384

ASESORA

REYNA MÁRQUEZ, ELENA ESTHER

ORCID: 0000-0002-4722-1025

HUARAZ – PERÚ

2023

EQUIPO DE TRABAJO

AUTORA

Chinchay Ponciano, Rosa Ana

ORCID: 0000-0003-1486-2384

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Pregrado,
Huaraz, Perú.

ASESORA

Reyna Márquez, Elena Esther

ORCID: 0000-0002-4722-1025

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de
la Salud, Escuela Profesional de Enfermería, Piura, Perú.

JURADO

Romero Acevedo Juan Hugo

<https://orcid.org/0000-0003-1940-0365>

Cerdán Vargas Ana

<https://orcid.org/0000-0001-8811-7382>

Ñique Tapia Fanny Rocio

<https://orcid.org/0000-0002-1205-7309>

HOJA DE FIRMA DEL JURADO

Dr. Romero Acevedo Juan Hugo

PRESIDENTE

Mgtr. Cerdán Vargas Ana

MIEMBRO

Mgtr. Ñique Tapia Fanny Rocio

MIEMBRO

Mgtr. Reyna Márquez Elena Esther

ASESORA

AGRADECIMIENTO

Primeramente, agradecerle a Dios todo Poderoso, por ser mi guía, mi luz, soporte y por brindarme sabiduría y guiarme en este camino para hacer lo posible el desarrollo de esta investigación.

A mis padres por estar siempre apoyándome emocionalmente y económicamente y dándome consejos a seguir adelante, así mismo, por enseñarme ser una persona responsable y hacer que cumpla mis metas u objetivos.

A Mgtr. Elena Esther Reyna Márquez, por orientarnos, por su paciencia y preocuparse para lograr y cumplir nuestros sueños y por ser el guía en este trabajo de investigación.

Rosa Chinchay

DEDICATORIA

A mis queridos padres por haber creído y confiado en mí, por sus apoyos incondicionales y enseñarme a soñar y cumplir mis anhelos y por darme la oportunidad de demostrarles que puedo lograr lo que propongo, por ello, les dedico este trabajo de investigación con todo el amor.

A todas las personas que creyeron en mí, que me brindaron sus consejos y siempre estuvieron cuando me desvanecía alentándome a seguir adelante, dándome fuerzas se los dedico con mucho amor.

Rosa Chinchay

RESUMEN

El presente trabajo de investigación titulado estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto- centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Ancash, 2021. Con metodología de tipo cuantitativo corte transversal, de nivel descriptivo-correlacional, con diseño no experimental de doble casilla, cuyo objetivo general es: Determinar la relación entre estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto de centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Ancash, 2021. Con una muestra de 110 adultos a quienes se les aplicó la escala de estilo de vida y el cuestionario de factores biosocioculturales del adulto, la técnica utilizada fue la entrevista. Los datos fueron procesados en Microsoft Excel y los resultados fueron presentados en tablas y gráficos. Para establecer la relación entre los dos variables se empleó la prueba estadística de Chi cuadrado con 95% de confiabilidad y significancia de $p < 0.05$, obteniendo los siguientes resultados y conclusiones: La mayoría presenta un estilo de vida no saludable y en los factores biosocioculturales, se identificó que, más de la mitad son de sexo femenino y de ocupación ama de casa; la mayoría son de edad adulto medio; menos de la mitad tienen grado de instrucción primaria, de estado civil conviviente y con ingreso económico de 601 a 800 nuevos soles; casi todos son de religión católica. No existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales.

Palabras claves: Adultos, Estilo de Vida y Factor Biosocioculturales

ABSTRACT

The present research work entitled lifestyle and biosociocultural factors of the adult- populated center of Jahua- Jangas- Huaraz- Ancash, 2021. With quantitative cross-sectional methodology, descriptive-correlational level, with non-experimental design of double box, whose general objective is: To determine the relationship between lifestyle and biosociocultural factors of the adult in the town of Jahua- Jangas- Huaraz- Ancash, 2021. With a sample of 110 adults to whom the lifestyle scale and the questionnaire of biosociocultural factors of the adult, the technique used was the interview. The data was processed in Microsoft Excel and the results were presented in tables and graphs. To establish the relationship between the two variables, the Chi square statistical test was used with 95% reliability and significance of $p < 0.05$, obtaining the following results and conclusions: That the majority present an unhealthy lifestyle and in biosociocultural factor, I know that more than half are female and housewives; most are middle-aged adults; less than half; they have a primary education degree, cohabiting marital status and an economic income of 601 to 800 nuevos soles; Almost all of them are Catholic. There is no statistically significant relationship between lifestyle and biosociocultural factors.

Keywords: Adults, Lifestyle and Biosociocultural Factor

CONTENIDO

1. Carátula.....	i
2. Equipo de Trabajo.....	ii
3. Hoja de firma del jurado y asesor	iii
4. Hoja de agradecimiento y dedicatoria	iv
5. Resumen y Abstract	vi
6. Índice de Contenido.....	viii
7. Índice de gráficos y tablas.....	ix
I. Introducción.....	1
II. Revisión Literaria	10
2.1. Antecedentes	10
2.2. Base teórica de la investigación	14
III. Hipótesis.....	28
IV. Metodología.....	29
4.1. Diseño de la investigación.....	29
4.2. Población y muestra.	30
4.3. Definición y operacionalización de los variables e indicadores	31
4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	35
4.5. Plan de análisis.	37
4.6. Matriz de consistencia.....	39
4.7. Principios éticos	40
V. Resultados.....	42
5.1. Resultados.....	42
5.2. Análisis de los resultados.....	52
VI. Conclusiones.....	79
VII.Recomendaciones.	80
Referencias bibliográficas. .	81
Anexos.....	100

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
TABLA 1: ESTILO DE VIDA DEL ADULTO- CENTRO POBLADO DE JAHUA- JANGAS- HUARAZ- ANCASH, 2021.....	42
TABLA 2: FACTOR BIOSOCIOCULTURAL DEL ADULTO- CENTRO POBLADO DE JAHUA- JANGAS- HUARAZ- ANCASH, 2021.....	43
TABLA 3: FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO- CENTRO POBLADO DE JAHUA- JANGAS- HUARAZ- ANCASH, 2021.....	49
TABLA 4: FACTORES CULTURALES Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO- CENTRO POBLADO DE JAHUA- JANGAS- HUARAZ- ANCASH, 2021.....	50
TABLA 5: FACTORES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO- CENTRO POBLADO DE JAHUA- JANGAS- HUARAZ- ANCASH, 2021.....	51

ÍNDICE DE GRÁFICOS

	Pág.
GRÁFICO 1: ESTILO DE VIDA DEL ADULTO- CENTRO POBLADO DE JAHUA- JANGAS- HUARAZ- ANCASH, 2021.....	42
GRÁFICO 2: SEXO DEL ADULTO - CENTRO POBLADO DE JAHUA- JANGAS- HUARAZ- ANCASH, 2021.....	45
GRÁFICO 3: EDAD DEL ADULTO - CENTRO POBLADO DE JAHUA- JANGAS- HUARAZ- ANCASH, 2021.....	45
GRÁFICO 4: GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS ADULTO - CENTRO POBLADO DE JAHUA- JANGAS- HUARAZ- ANCASH, 2021.....	46
GRÁFICO 5: RELIGIÓN DE LOS ADULTO - CENTRO POBLADO DE JAHUA- JANGAS- HUARAZ- ANCASH, 2021.....	46
GRÁFICO 6: ESTADO CIVIL DE LOS ADULTO - CENTRO POBLADO DE JAHUA- JANGAS- HUARAZ- ANCASH, 2021.....	47
GRÁFICO 7: OCUPACIÓN DE LOS ADULTO - CENTRO POBLADO DE JAHUA- JANGAS- HUARAZ- ANCASH, 2021.....	47
GRÁFICO 8: INGRESO ECONÓMICO DE LOS ADULTO - CENTRO POBLADO DE JAHUA- JANGAS- HUARAZ- ANCASH, 2021.....	48

I. INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial De la Salud (OMS) (1) indica que hay un aumento notable de esperanza de vida y un descenso de valoración en fecundidad, asimismo, refiere que la población en general está envejeciendo de una manera muy acelerada, esto indica que los habitantes en los años 2000 y 2050 se duplicarán a nivel mundial, pasando el 11% a 22%, ya que la población en este grupo superará los 605 millones hasta los 2000 millones en un promedio de la mitad del ciclo.

Según la Organización de Naciones Unidas (ONU) (2) las patologías están estrechamente relacionadas con el estilo de vida del adulto, ya que intervienen factores de riesgo como: El tabaquismo, una dieta insalubre y actividad física deficiente, estos problemas son los que aquejan a los países más desarrollados, puesto que, en los últimos años se vio problemas de salud pública calculando que el, 61 % de muertes eran a causa de patologías crónicas, además en el año 2030 a nivel mundial el 70% de los adultos, dejaran de existir a consecuencia de enfermedades crónicas, esto se pronostica principalmente en las regiones de Mediterráneo Oriental y África.

Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS) (3) establece que la población adulta se enfrenta a múltiples retos diariamente, como los cambios biológicos, demográficos y sociales, en el año 2019, la OPS mencionó que la contaminación ambiental es uno de los factores que perjudica la salud de la población, trayendo riesgos o enfermedades infecciosas. Asimismo, el crecimiento demográfico de la población está en descenso, lo cual nos indica que, en los países en desarrollo se dará más oportunidades laborales, pero en América latina la población adulta cuenta con un 60% de desarrollo físico, social. También cuentan con mayores oportunidades

de empleo, servicios de sistema de salud y de viviendas saneadas, estos son básicos para mantener una calidad de vida saludable.

La Organización Panamericana de salud (OPS) (4) nos indica que a nivel mundial el 2 300 millón de personas adultos son consumidores de alcohol, pero la región más afectados es el Pacífico Occidental que el 53,8% consumen esta sustancia, de la misma manera, el consumo de tabaco es de 82% de 1337 000 millones de personas consumidores a nivel mundial, por otro lado, el sedentarismo es un problema que aqueja al mundo, asimismo, en la actualidad existe el 44.7 % de personas sedentarias, a esto se suma, el consumo de alimentos ultra procesados, ya que en Estados Unidos el 60% de personas consumen este tipo de alimento. Por lo tanto, esto se ve reflejado en distintas patologías, pero la obesidad es uno de los problemas más comunes en el mundo, lo cual, 2.000 millón de adultos actualmente son obesos.

Asimismo, las principales enfermedades crónicas degenerativas fueron derivan de un estilo de vida no saludable, estos son causantes de las muertes de un 60% aproximadamente a nivel mundial, de los cuales los más comunes son enfermedades respiratorias, cardiovasculares, la diabetes y tipos de cánceres. En donde en un estudio de salud nutricional, se mostró que, en México, el 22.4 millones de las personas adultas tienen hipertensión, asimismo el 6.4 millones presentan diabetes mellitus y finalmente los 26 millones tienen problemas de obesidad y sobrepeso de los adultos de México (4).

La Organización de Naciones Unidas para la educación, la ciencia y cultura (UNESCO) y OMS (5) nos manifiesta que el 50% de jóvenes y adultos son analfabetos a nivel mundial, esto porque el acceso a la educación son limitados, dejando que 774 millones de adultos sin oportunidades de educación, trayendo consigo consecuencias

de pobreza y perjudicando la salud, ya que el 8.8% de la población son desempleados y 51.4% de la población adulta tienen un ingreso menor a lo establecido por la Organización Mundial del trabajo. Todo ello, no les permite el acceso a alimentos variados, al sistema de salud, etc. Trayendo problemas de salud como enfermedades no transmisibles ya que, a nivel mundial, el 41 millón de personas mueren por enfermedades no transmisibles equivalente a 71% de muertes a nivel mundial en cada año.

El Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) (6) nos da conocer que Perú se encuentra ubicado en oeste de América del sur donde limita con Ecuador, Brasil, Colombia y con Océano Pacífico. Perú fue desarrollándose para alcanzar metas relacionados con la salud de los habitantes, en el año 2017 la población fue censada donde los resultados fueron que, el 29 millones 381 mil 884 ciudadanos en todo el territorio peruano, lo cual hubo un incremento de diferencia de 3 millones que del año 2007, por otro lado también, la mortalidad tiene una prevalencia elevada de 9,5 a 13,3 por 100 000 pobladores peruanos entre los años 2012 a 2017, esto se relaciona con factores de consumo nocivo de tabaco, hábitos malos de alimentación y consumo de alcohol en los adultos, donde Perú queda en posición intermedio entre otras regiones.

Según el Ministerio de Salud (MINSA) (7) indica que, en el territorio peruano, la mortalidad por enfermedades no transmisibles está situado por debajo de otras regiones, estas patologías como la diabetes, el cáncer, enfermedades del corazón, infecciones respiratorias se evidencia en la población de 30 a 70 años de edad, además de ello la obesidad es uno de los factores más comunes en las provincias de la región. Por otro lado, tenemos enfermedades específicas ya que, en el año 2016, la incidencia

de tuberculosis (TB) fue 117 casos por 100 000 pobladores, lo cual la situación en el Perú es preocupante.

Los indicadores que están relacionados a la salud del adulto es específicamente la pobreza, ya que es uno de los factores principales que afecta a la salud, esto está ligado con alfabetismo, donde en Perú se refleja un incremento muy alto de 88,6% a 94,1% en los años 2006 a 2016 de población sin recibir educación, esto va implicar tanto en el desarrollo físico como también social, por ende, los adultos que no recibieron una educación van a presentar una mala nutrición y un deterioro de salud, esto influye dentro del hogar viéndose las condiciones de viviendas inadecuadas, agua sin tratar, falta de ingresos económicos y saneamiento. Esto además está ligado a su estilo tradicional, a la cultura, por lo tanto, al no tener una educación la población va presentar problemas de salud a corto y a largo plazo que puede llevar a aumento de tasa de mortalidad en el Perú (7).

En el año 2020, Perú no fue ajeno de sufrir consecuencias graves a causa del virus llamado COVID- 19, con una tasa de ataque nacional de 3,3% desde inicios de marzo de 2020 hasta enero de 2021, donde los adultos de mediana edad y adulto mayor son los más vulnerables a contraer esta enfermedad y también las personas con enfermedades no transmisibles como: La obesidad, hipertensión, enfermedades cardiovasculares, diabetes, entre otros, lo cual van a presentar síntomas más graves y llevarlos a la muerte (8).

Por otro lado debido a la pandemia, el estado decreto la cuarentena, esto como consecuencia trajo el deterioro de salud de las personas adultas debido al sedentarismo, una mala alimentación, la ansiedad, etc. Además de ello en un estudio realizado por la universidad Nacional, se muestra que el 56% de la población adulta presentan estrés

moderado y se suma la crisis económica de la población peruana donde en el año 2020 se registra una notable disminución de un -1,7% de la economía peruana (8).

En la región Ancash, la situación de salud no es distinta a otros departamentos, ya que existe una alta prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles, dentro ello está la obesidad, en el año 2019 tuvo una incidencia de 37.6% casos de adultos obesos, este problema en su mayoría parte de los 40 años de edad, de la misma manera a fines del año 2020 la diabetes mellitus tuvo una incidencia del 4% de casos en la población de la región Ancash, lo cual indica que está relacionada a malos hábitos, por ende este problema de salud genera consecuencias graves como pie diabético, paro cardíaco y la pérdida de visión de la población adulta (9).

Asimismo, el Congreso de la República Ancash en el año 2020, nos menciona la problemática de salud que se está viviendo actualmente, por la falta de atención oportuno en los centros de salud, ya sea por escasos de insumos o falta del personal de enfermería, por ende, la población en general se queda en abandono. Esto es uno de los factores que aumenta la tasa de incidencia de mortalidad en Ancash, ya que a mediados del año de 2020 hubo una incidencia de mortalidad de 30.2% de los pobladores adultos. Frente a ello la Diresa regional de Ancash se presenta con nuevas propuestas de trabajo mediante programas de promoción y prevención con el fin de lograr una calidad de vida saludable para la población Ancashina (10).

Igualmente, la problemática de salud en la región Ancash está relacionado con el medio ambiente y sociales, ya que en la actualidad el principal foco de contaminación del aire y de agua, es de 46.47%, la cual cambia drásticamente los estilos de vida de los habitantes, esto indica que el saneamiento básico de la población es deficiente por ende aumenta los niveles de contaminación influyendo en una calidad

de vida baja, debido a ello en el año 2018 a 2019 se registraron un 53.899 % caso de EDAS, por otro lado, se ha incrementado la anemia o desnutrición en adultos mayores en gestantes, en los últimos años se evidencio 45.74% de casos con este problema, al mismo tiempo por la mantención de una dieta no saludable, sin embargo, Áncash es potencial en diversidad de biología y cultural (11).

El centro poblado de Jahua, se encuentra ubicado en el Distrito de Jangas-Provincia de Huaraz, en la región Áncash, en una altitud de 3043 metros sobre el nivel del mar (m.s.n.m) y una distancia de 3.00 km (Jangas- Jahua), cuenta con más de 450 habitantes aproximadamente entre varones y mujeres. El centro poblado de Jahua tiene dos vías de acceso que es el camino de herradura y la carretera principal, donde los medios de transporte son: Autos, camionetas y mototaxi, el viaje tiene una duración de 30 min de Distrito de Jangas hasta el centro poblado de Jahua, también tiene los servicios básicos de luz, agua y desagüe.

La población de Jahua cuenta con las siguientes autoridades: Alcalde y sus regidores, juez de paz, teniente gobernador, presidente de luz y agua potable, además de ello cuenta con asociaciones de vaso de leche, club de mujeres, junta de regantes de agua. Asimismo, con una iglesia evangélica llamado “Senai” e iglesia católica llamada “San Isidro el Labrador de Jahua”. Además, cuenta con centros educativos inicial y primaria llamada “Cesar Merino de Jahua N° 108” los días de clase son de lunes a viernes en los horarios de 8:00am hasta 1:00 pm, igualmente algunos pobladores tienen el beneficio del estado como programas de pensión 65 y el vale fice.

La gran parte de población del centro poblado de Jahua, se dedica a la agricultura cultivando diversos productos entre ellos tenemos: maíz, papa, cebada, quinua, oca, trigo, tarwi, alverja y lentejas, lo cual todos estos productos son sustentos

diarios para el consumo de toda la población, en cuanto a la ganadería, la población se dedica a criar animales domésticos para venta y consumo personal, entre ellos tenemos: La crianza de torro, vaca, oveja, burro, caballo, chancho, gallina, conejo, pato y cuy, De la misma manera la Municipalidad de Jangas está impulsando a la población de Jahua al desarrollo de una agricultura mejorada mediante un programa llamada Kulli a través de un sembrío de papa en la zona alta de la población donde participan todos los adultos voluntarios.

El centro poblado de Jahua tiene un Puesto de Salud, la cual esta inoperativo por motivo de falta de implementación de insumos, por esta razón los adultos habitantes de la población, acuden al establecimiento de salud del Distrito de Jangas, ubicado en jr. San José S/N, de categoría 1-3, red Huaylas Sur y Microred Monterrey, el establecimiento de salud está construido junto al centro educativo “Virgen de las Mercedes Jangas”, la construcción es de material noble de 2 pisos, donde está a cargo de la Licenciada en Enfermería Vega De La Cruz Dana, donde brinda una atención integro y de calidad dependiendo de las necesidades y enfermedades que presenta los usuarios que acuden a dicho establecimiento.

De acuerdo a la información brindada por el establecimiento de salud en el año 2019, nos indica que, los adultos de dicha población tienen una mayor prevalencia de presentar enfermedades como: de diabetes mellitus 5% aproximadamente, hipertensión arterial un 10% aproximadamente, cáncer 5% aproximadamente, infecciones respiratorias aguda (IRAS) un 14 %, EDAS 16%. Por otro lado, los adultos del centro poblado de Jahua tienen problemas en cuanto a la vivienda por que la mayoría de las casas son de adobe, lo cual representa un riesgo para la salud de manera que se pueda colapsarse ante un sismo o frente a una lluvia intensa, agregado a ello la

población en su gran mayoría cocinan con leña, esto representa que los adultos de dicha población están propensos a presentar problemas respiratorios o cardiovasculares.

Por lo expuesto, se ha creído importante desarrollar la presente investigación con la siguiente interrogante: ¿Existe relación entre estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz, 2021?, de la misma forma para poder responder a la pregunta del problema se ha planteado el siguiente objetivo general: Determinar la relación entre estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos- centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Áncash, 2021. Asimismo, para lograr cumplir con este objetivo general, se ha creído necesario considerar los siguientes objetivos específicos: Valorar el estilo de vida de los adultos- centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Áncash, 2021. Identificar los factores biosocioculturales de los adultos- centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Áncash, 2021. Establecer la relación estadística entre estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos- centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Áncash, 2021.

El presente informe de tesis permite ver la problemática de salud de la población en estudio, conocer los estilos de vida que presentan el adulto, de la misma manera busca determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales, ya que los resultados obtenidos ayudara a implementar estrategias, intervenciones y acciones nuevas dando orientaciones y concientización mediante la prevención y promoción, esto con el fin de mejorar la salud del adulto en todas las dimensiones y disminuir los factores de riesgos.

Asimismo, permite al profesional de salud de informarse para poder estar fuera del círculo de enfermedades y de pobreza, así edificar un país donde predomine

una vida saludable. De la misma forma, las autoridades de la población tendrán una visión del problema real, para intervenir mediante vigilancia y control. Por último, este trabajo de investigación ayudará realizar estudios posteriores referido al tema, además, servirá para el marco referencial y ahondar en la comprensión de factores que están relacionados al comportamiento y conducta del riesgo que presente la población. Asimismo, al estudiarte de la carrera enfermería va ayudar a obtener conocimientos para tener habilidad en el área de investigación.

Estudio con enfoque cuantitativo, con diseño correlacional en donde se trabajó con una muestra de 110 personas adultas y para la recolección de datos se utilizó la entrevista y como instrumentos, cuestionarios debidamente validados, para el procesamiento de los datos se utilizó el programa de Microsoft Excel y para la estadística inferencial, la prueba de independencia de criterios Chi cuadrado. Los resultados obtenidos fueron que el 86.36% presentan estilo de vida no saludable; en relación a los factores biosocioculturales, el 51.82% son de sexo femenino, el 60% son de edad adulto medio comprendido desde 30-59 años, el 84.55% son católicos, el 40.91% con grado de instrucción primaria, el 41.82% son convivientes, el 41.82% son amas de casa y el 36.36% percibe de 601 a 800 soles mensuales. Se concluyó que no existe relación entre los factores biosocioculturales: Sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico con la variable estilo de vida.

II. REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. Antecedentes

Nivel Internacional

Vera C, Telenchana J (12) en su estudio titulada: Estilo de vida de los comerciantes de verduras del mercado feria libre El Arenal, Cuenca, 2018, tuvo como objetivo determinar el estilo de vida de los comerciantes de verduras que laboran en el Mercado El Arenal, con una metodología de tipo cuantitativo- descriptivo de corte transversal, con una muestra de 60 comerciantes, obteniendo los siguientes resultados: El 100% se alimentan tres veces al día; en actividad física el 87%; en manejo del estrés 62%; en apoyo interpersonal 90%; en autorrealización 95%; en responsabilidad en salud 77%; en higiene 85%; en recreación 52% y en cuanto al nivel socioeconómico se encuentra bajo con 55%. Se concluye que los comerciantes de verdura la Feria Libre el Arenal tienen un buen estilo de vida.

Serrano M (13) en su estudio titulado: Estilo de vida y estado nutricional del Adulto Mayor del Centro de Salud Venezuela de la ciudad de Machala 2018; el objetivo fue determinar la relación que existe entre el estilo de vida y el estado nutricional del adulto mayor del centro de salud “Venezuela”, con una metodología de carácter descriptivo y corte transversal. Se obtuvo como resultado que su mayoría se encuentran en una edad comprendida entre 65-69 años, de los cuales más de la mitad son de sexo femenino, la mayoría tienen nivel de educación básico y viven con su familia, la mitad de adultos mayores practican estilo de vida no saludable y la otra mitad, saludable, respecto al estado nutricional, se evidenció que menos de la

mitad presenta sobrepeso, menos de la cuarta parte tiene un estado nutricional normal y un bajo porcentaje obesidad tipo I. En conclusión, no existe relación entre estilo de vida y el estado nutricional de los adultos mayores.

Guarate Y, Toapaxi E (14) en su estudio titulada: Influencia del estilo de vida en el estado de salud de los adultos mayores del Sector la Unión en el barrio Alpamalag perteneciente al Cantón Pujilí, Provincia de Cotopaxi, Ecuador, 2019; tuvo como objetivo analizar el estilo de vida y su influencia en el estado de salud de los adultos mayores. Con método de tipo cuantitativo, correlacional de corte transversal, donde la muestra estuvo conformada por 35 adultos mayores. Los resultados, muestran que el, 61% manifestó tener un estilo de vida bueno, el 31% fantástico y el 9% regular. Por otra parte, el estado de salud varió de muy bueno con el 23%, bueno 17%, regular 49% y malo 11%. Se concluyó que la población en estudio mantiene un estilo de vida adecuado, sin embargo, se evidenció la falta de promoción de salud que promueva el control periódico de esta población.

Nivel nacional

Flores N (15) en su estudio titulada: Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, la Joya – Arequipa, 2018; tuvo como objetivo determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales, con una metodología de tipo cuantitativo, descriptivo, correlacional con una muestra de 115 adultos. Los resultados muestran que la 84,3% (97) presentan un estilo de vida no saludable y respecto a los factores biosocioculturales, el 32,2 % tienen secundaria incompleta, el 37,3% (43) con estado civil unión libre, con

47% (54) de ocupación empleados, con un ingreso económico entre 600 a 1000 nuevos soles; asimismo el 40% de sexo femenino y el 60.9% profesan de la religión católica. En conclusión, no hay relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos.

Dioses C (16) estilos de vida y factores biosocioculturales en pacientes Adulto, Centro de Salud la Matanza Piura – 2018; tuvo como objetivo determinar la relación entre Estilos de Vida y Factores socioculturales, con metodología de tipo cuantitativo, corte transversal-descriptiva, con una muestra de 80 adultos mayores. Obteniendo los siguientes resultados: Factor biológico muestra que, el género predominante fue masculino con un 58.2% (39), en los factores culturales, el grado de instrucción con un 56.7% (38) de nivel secundario, de creencias católica con un 68.7% (46), los factores sociales con un 64.2% (43) y de estado civil casados con un 47.8% (32), con ingresos menores a 400 nuevos soles con un 34.3% (23) y el 79.1% tienen un estilo de vida saludable (53). Se concluye que existe relación entre los factores socioculturales y los estilos de vida.

Echabautis A, Gómez Y, et al (17) la presente tesis titulada: Estilos de Vida Saludable y Factores Biosocioculturales en los Adultos de la Agrupación Familiar Santa Rosa de San Juan de Lurigancho, 2019; tuvo como objetivo determinar la relación entre los factores biosocioculturales y los estilos de vida, la metodología fue de un estudio cuantitativo, de nivel correlacional y corte transversal, con una muestra de 60 adultos mayores. En cuanto a los resultados, el 81,7% tienen estilos de vida no saludable y el 17,3% tienen estilos de vida saludable, en cuanto al factor biosociocultural se obtuvo

que el 27,3% son hombres y el 72,7% mujeres, asimismo, el 65,3% cuenta únicamente con agua potable y luz eléctrica y el 36,7% han culminado el nivel secundario o superior. Se concluye que los factores biosocioculturales están relacionados con los estilos de vida saludable en adultos.

Nivel Local

Zenón A (18) en su estudio titulada: Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Caraz - Ancash, 2020; tuvo como objetivo determinar los estilos de vida y factores biosocioculturales en los adultos, la metodología es de tipo cuantitativa, de nivel descriptivo – correlacional, de diseño transversal y no experimental con una muestra de 369 adultos. Los resultados obtenidos son: El 76,96% de los adultos no tienen un estilo de vida saludable, el 57,45% tienen edades entre los 36 a 59 años, el 42,82% tienen ingresos entre 600 a 1000 soles, de la misma manera son empleados y conviviente, con grado de instrucción secundaria incompleta. Se concluye que existe relación directa y estadísticamente significativa entre los factores biosocioculturales y el estilo de vida de los adultos del distrito de Caraz.

Soriano A (19) en su tesis titulada. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Shiqui - Cátac, 2020; tuvo como objetivo determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales, con una metodología de tipo cuantitativo, corte transversal, con diseño descriptivo correlacional, con una muestra de 150 adultos. Los resultados son los siguientes: El 76% (114), de los adultos presentan un estilo de vida adecuado, respecto a los factores

biosocioculturales, 46.7% (70), son adultos analfabetos, 51.33% con estado civil conviviente, de ocupación obrero, con un ingreso económico mensual menor de 500 soles; más de la mitad son adultos, 69,3% (104) son de sexo masculino y 70% (105) de religión católica. Se concluye que existe relación significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales.

Ordiano C (20) en su estudio titulada: Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Caserío de Queshcap-Huraz,2018; tuvo como objetivo determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales, con metodología de tipo cuantitativo, con diseño descriptivo correlacional, con una muestra de 120 adultos. Los resultados muestran que el, 91 % (109) tienen un estilo de vida no saludable, los factores biosocioculturales menos de la mitad tienen primaria completa e incompleta, el 27% (3) casados, 40% (48) agricultores con ingreso económico de 100 a 599, el 57%, de sexo femenino, la mayoría de religión católica. En conclusión, no hay relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: Edad, sexo, ocupación e ingreso económico. Pero hay relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: grado de instrucción, religión y estado civil.

2.2. Base teórica de la investigación

Esta investigación se fundamenta en los modelos de Marc Lalonde y en la teoría de enfermería de Nola Pender, estas teorías están vinculadas al estilo de vida y factores biosocioculturales del usuario, además de ello la Organización Mundial de la Salud fundamenta esta investigación que influyen en la salud.

Marc Lalonde nació en el año 1929 en Canadá, fue de oficio abogado y político jubilado, Marc Lalonde se dio conocer en el año 1972 cuando llegó a formar parte del gabinete como ministro de bienestar y Salud Nacional del parlamento liberal de Canadá, ya que este modelo facilita una nueva idea para estudiar, analizar los problemas y diagnosticar las necesidades de salud, por ejemplo, como escoger los medios que pueden ser satisfactorias (21).

Después de ello, en el año 1974 tuvo un cargo más importante ser Ministerio de Salud Pública en Canadá, donde dio una misión a un grupo de epidemiólogos con el fin de que estudiaran en una muestra específica de las causas de mortalidad y patologías de los habitantes de Canadá, al culminar dicho estudio Marc Lalonde muestra un informe llamado “Nuevas perspectivas sobre la salud de los canadienses” esto resalta la importancia del estudio en la salud pública que tiene labor de vigilar la salud de la población (21).

Para Marc Lalonde, el grado de salud de la población, está respaldado por cuatro extraordinarios conjuntos de determinantes, dentro de ello encontramos: El estilo de vida, biología humana, medio ambiente y sistema de asistencia sanitaria, ya que estos elementos se registraron de los resultados de los estudios realizados por los epidemiológicos, donde demostraron que estos determinantes afectan la salud de la comunidad en el país. Por lo tanto, se detalla cada uno de los determinantes en las siguientes líneas (22).

Figura 1. Los cuatro factores determinantes de la salud



Fuente: modelo holístico canadiense de Lalonde .1974.

Estilos de vida son conductas y actitudes que tiene la persona en cuanto a la salud, esto implica en la toma de decisión de los hábitos personales como la alimentación, consumo de alcohol, drogas, sedentarismo, estado de ánimo, etc. Si estos hábitos o decisiones que adoptan los usuarios son inadecuadas pueden afectar negativamente en el estado de salud, llevando a presentar enfermedades no transmisibles ya sea a largo o a corto plazo e incluso puede causar la muerte (23).

La biología humana abarca todo referido a los factores hereditarios que no son modificables por la ciencia que implica en la salud en lo físico y mental, de la misma manera, contribuye en la genética del usuario, la fase de la maduración y la vejes. La biología puede ser un factor que condiciona a múltiples problemas de salud, además de ello, es uno de los elementos que conlleva a la muerte y a muchas enfermedades, entre ellos esta las malformaciones, enfermedades crónicas y retraso mental, donde los tratamientos están fuera del alcance de muchas personas (24).

El medio ambiente es uno de los factores que está vinculado con la salud de la persona, que son superficiales al cuerpo donde, el individuo no tiene ningún control hacia sí mismo, ya que el medio ambiente no solo abarca a la naturaleza sino también a lo social. Por ende, tiene una prevalencia mayor en la salud, esto viene de la contaminación ambiental, ya sea por causas biológicas, químicas, físicas y el cambio climático. Dentro de los sociales predomina la situación de trabajo, la escolaridad, economía y culturales (25).

En cuanto al sistema sanitario se entiende como la calidad, cantidad y orden relacionada a la persona dentro de un centro y los recursos en la atención adecuada de salud hacia a la población, este sistema esta adoptado a brindar una accesibilidad de calidad, eficiente y eficacia que incluye una mayor cobertura de servicio para el bienestar de la persona, con la finalidad de un mejor desarrollo para el país y satisfacer las necesidades de la población como por ejemplo: Dentro de las organizaciones, estructuras, políticas y recursos (26).

Marc Lalonde menciona que, el estilo de vida es la forma de vivir de acuerdo a las acciones o decisiones y de comportamientos en distintos campos de la vida como: la alimentación, lugar laborar, descanso, sexualidad, consumo de sustancias nocivos, actividad y el entorno social, ya que estos determinantes están relacionados con la salud, además, depende de la conducta adoptada como en su forma de pensar, sentir y actuar. Todo ello, está relacionado al entorno y en las condiciones de vida y causas socioculturales dentro de la comunidad, cabe recalcar que Marc Lalonde nos refiere que los conocimientos de hábitos buenos y la prevención de patologías

es importante tener en cuenta para poder llevar una calidad de vida saludable (27).

Por lo tanto, esta teoría es un base importante que abarca en esta investigación, porque en con cada uno de los elementos mencionados a través de su estudio, nos muestra que estos elementos tienen un grado de afección hacia la salud, ya que en su mayoría las personas tienen la idea de que el estilo de vida es lo único que conlleva a tener una vida sana, pero Marc Lalonde nos muestra que la mantención de la salud abarca de los elementos o determinantes mencionados líneas arriba. Pero el estilo de vida es fundamental para la salud, ya que a través de los comportamientos y conductas adecuadas de la persona se va lograr conservar una vida saludable libre de afecciones.

Asimismo, este teoría remarca los factores que influyen en la salud de la persona, como la biología que abarca aspectos tanto mentales y físicos, tales como el envejecimiento y la herencia genética, por otro lado tenemos el entorno, que es fundamental para la salud ya el medio ambiente en donde vivimos va influir en el salud de cada individuo tanto físico como social, de la misma manera, cabe resaltar que uno de los más importantes es el servicio sanitario, ya que la atención que se brinda debe ser de calidad, con estructura adecuada para satisfacer las necesidades de cada individuo. Asimismo, esta teoría menciona que no solo estos aspectos mencionados afectan la salud, sino que las características negativas de las personas. Todo lo mencionado son primordiales para la mantención de un estilo de vida saludable.

Prosiguiendo con Nola Pender, inicia con la inclinación en el campo de la enfermería a los 7 años, desde entonces su dedicación y su enfoque ayudaron a lograr cumplir las metas establecidas, donde después de culminar sus estudios profesionales en Estados Unidos, realizó el modelo de la promoción de salud, con la finalidad de poder enfatizar la prevención para que los usuarios tengan presente y de esta manera no presentar ninguna enfermedad y proteger la salud. Después de ello, Pender desarrolla una investigación referida a jóvenes en movimiento, donde el estudio ayuda a la población juvenil a mantener e implementar un estilo de vida activo y de la misma manera combatir con la calidad de vida sedentaria (28).

Asimismo, define la salud no solo como ausencia de enfermedad, sino como un estado dinámico positivo de la persona, de la misma forma para Pender, el estilo de vida es un patrón multidimensional de las conductas de la persona que viene realizando desde edades tempranas y que se relaciona directamente con la salud, por lo cual, Pender en su modelo de promoción de la salud hace referencia que el modelo es predominante en la salud, ya que los determinantes de salud y estilo de vida se divide tanto cognitiva y percepción, estas entidades son parte de la creencia que tiene cada persona respecto a su estado de salud que conlleva a conductas definidas, asimismo está relacionado a la toma de decisión favorable para la salud (29).

El modelo de Pender, da más trascendencia a lo cultural, ya que todo lo aprendido a largo de la vida como experiencia y conocimientos adquiridos, son conducidas de una generación a la otra, por ello, en sus tres teorías hace mención la influencia de la cultura y conducta, el primero es acción razonada

en donde explica el propósito que tiene la persona para obtener un resultado factible, en la segunda se refiere a la acción planteada en donde aquí menciona la seguridad y control hacia las conductas propias sobre sí mismo y la tercera es social cognitiva donde se refiere a la autoeficacia que influye en el ser humano, ya que va adoptar la confianza para tener un éxito en cualquier actividad que desarrolla (29).

La teoría de Nola Pender ayuda a la comprensión de conductas y comportamientos de los individuos vinculados a la salud, asimismo impulsa a generar una calidad de vida saludable, por otro lado, muestra la importancia de roles que cumplen las enfermeras en el cuidado y contribuir en la prevención de problemas que tienen las persona en el autocuidado y en la toma de decisión correcta , frente a ello proponer o establecer nuevas estrategias ayudaran a impulsar y mantener una vida sana sin problemas de salud (30).

Por lo tanto, esta teoría, contribuye en la mejora de un estilo de vida saludable, ya que hace hincapié que el estilo de vida son comportamientos y acciones de la persona para mantener e incrementar una vida saludable y el compromiso que cada uno tiene hacia su salud, frente a ello, es importante la labor del personal de salud, por que aporta en la atención primaria enfocados en la prevención y promoción de los problemas que presentan los adultos, enfatizando el cuidado propio y en la toma de decisión optima en beneficio propio. Para lograr este objetivo se requieren de conocimientos más amplios y detallados que les guie a desarrollar cambios de una conducta y comportamiento responsable para mejorar el estilo de vida.

De la misma forma, esta teoría aporta en el bienestar y mantención de una salud óptimo, enfatizando diversos factores que intervienen en el estilo de vida y salud de la persona como las decisiones en su propia salud, experiencias vividas y las características de la persona, a esto se suma los factores personales como la psicología, biología humana y el factor sociocultural que abarca la conducta de la persona, además de ello, va de la mano con las emociones y pensamientos ya sea positivo o negativo de cada individuo.

Por otra parte, la OMS (31) menciona que los estilos de vida son conjuntos de acciones, actitudes y comportamientos que presenta el individuo con la idea de mantener la mente y cuerpo de forma adecuada, asimismo el estilo de vida es fundamental para la mantención de una calidad de vida saludable, del mismo modo indica que es la percepción de la persona en cuanto a su existencia, cultura, valores, normas, expectativas y objetivos en cada etapa de su vida. También está estrechamente vinculada con la alimentación, consumo de tabacos, realizar o no la actividad física, drogas y actividades que ponen riesgo la salud, a su vez estos factores pueden ser de protección o perjudicial para la salud dependiendo de la acción del individuo.

También la OMS (32) hace referencia que el estilo de vida son los resultados de los hábitos de vida de la persona, ya que menciona que es muy importante tener en cuenta y practicar los buenos hábitos, esto con la finalidad de cambiar y tener una vida adecuada, por ende a ello, es imprescindible modificar los estilos de vida con la ayuda de un personal de salud con asesoramiento y recomendaciones de llevar una calidad de vida sana y para la

orientación de cambios adecuados para lograr las metas establecidas en la vida. Además, la motivación y pasión es la clave para lograr una buena salud físico y mental.

Bases Conceptuales

Estilo de vida en los adultos

El envejecimiento es una etapa de la vida comienza con las evidencias de daños moleculares, esto lleva al descenso de la capacidad física y mental y trae consigo a ello factores de riesgo como: Las enfermedades y conllevar a la muerte, hay otros adultos que llegan a disfrutar la salud y otros dependen de otras personas e inician a sentirse frágiles, pero no solo existe cambios biológicos sino también está relacionado con la formación de una familia, con la mudancita a otra propiedad, perdida de amistades, parejas y la jubilación. La vejes es caracterizado por presentarse distintas afecciones de salud como las úlceras, caídas, entre otros (33).

En esta etapa los adulto logran alcanzar el desarrollo completo de todo el organismo e incluso la reproducción, ya que esta etapa inicia con el adultez temprana desde los 18 a 29 años, en donde los pensamientos son diferentes a la de un adolescente y se le hace más fácil identificar los conflictos para su solución, empieza los cambios de metas u objetivos , en cuanto adultez media comienza desde los 30 a 59 años, en esta etapa de la vida, la gran mayoría presenta cambios reproductores y sexuales, además se presentan problemas como la menopausia en caso de la mujer y del varón periodo crítico masculino, se nota la disminución de los movimientos musculares, flexibilidad, agilidad y cansancio, el adultez tardío es de los 60

años a más, en esta etapa los cambios se presentan de distintas maneras como la pérdida de algunos órganos principales y el deterioro cognitivo (34).

Dimensiones del estilo de vida

Las dimensiones de esta investigación son las siguientes: Alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, responsabilidad en salud y la autorrealización, estas dimensiones ayudan a identificar la problemática que presenta en la comunidad en estudio.

Dimensión de la alimentación: La alimentación es uno de los componentes necesarios y primordiales para la salud, ya que va a ayudar a conservar una buena calidad de vida, las variedades de los alimentos van a brindar los nutrientes necesarios para el cuerpo, esto tiene los beneficios que aporta al cuerpo dándole energía, aportando proteínas, vitaminas y minerales que van a ayudar a un mejor funcionamiento de los organismos, además de ello va a ayudar a prevenir distintas patologías y mantener una vida sana (35).

En la adultez la alimentación saludable es indispensable y debe ser completa, equilibrada, con los nutrientes necesarios y variado, la alimentación a medida que uno va madurando cambia por factores como peso, trabajo, ambiente, entre otros. Así mismo, la calidad de los alimentos debe ser buena para mantener una salud adecuada, disminuye el temprano deterioro de los músculos, ayuda a tener una etapa adulta sana y disfrutar de la salud sin ninguna afección (36).

Dimensión de actividad y ejercicio: Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) (37) la actividad física es el movimiento involuntario del cuerpo, genera que los músculos se ejerciten y requieran más

energía a la vez reposo, para ello la actividad física se planifica con el fin de adquirir beneficios para el cuerpo, así mismo poder evitar lesiones a nivel del óseo, esto se inicia desde edades tempranas para un buen desarrollo del cuerpo, además uno de los principales beneficios es la prevención de la pérdida de la masa muscular.

Además de ello, la OMS (38) deduce que, para las personas adultas, la actividad ejercicio se basa en realizar distintas actividades como entretenimiento y desplazamiento (caminatas, ejercicios aeróbicos), tareas dentro del hogar, deportes programados ya sea en familia o en la comunidad con la finalidad contribuir un buen funcionamiento cardíaco, mejorar los músculos y óseos, además disminuye las enfermedades no transmisibles como la obesidad, hipertensión, etc. Asimismo, mejora el estado de ánimo de la persona en la etapa adultez.

Dimensión del manejo del estrés: Según la Psicóloga Juárez C (39) el estrés en la etapa adulta puede ser por distintas causas: Sufrir de patologías crónicas, pérdida de un familiar, jubilación y también al no poder realizar actividades recreativas con la familia y comunidad. Otras de las causas del estrés es volver a vivir las experiencias del pasado, por ende, a ello hay algunas recomendaciones para ayudar a manejar el estrés que pueden ser las actividades físicas o disciplinas como yoga, taichi, gimnasia y asistir a cursos de asertividad, donde podrán manifestar sus carencias o necesidades y así poder manejar los problemas. De la misma forma la melodía de la música puede traer recuerdos placenteros para los adultos y va ayudada a disminuir el dolor físico, emocional. Asimismo, el baile ayudar a calmar el estrés, tener

mayor flexibilidad, agilidad que ayuden al cuerpo y a la mente de la persona adulto.

Dimensión apoyo interpersonal: El apoyo interpersonal es uno de los principales factores que ayuda la mejora de la condición de salud en cuanto al estado psicológica, ya que la relación entre amistades que se desarrolla desde la niñez va prevalecer en esta etapa de la vida, asimismo el apoyo por parte de los amigos, familiares tiende a mejorar el estado de ánimo, la aceptación y valorarse del adulto. Además, la compañía favorece positivamente en el envejecimiento, por otro lado, el apoyo no solo abarca la parte económica, sino al estado emocional de la persona ya que la falta o ausencia del apoyo interpersonal puede ser un factor perjudicial para el estado de salud del usuario, por ello la relación de las amistades ayuda a mejorar la felicidad de la persona (40).

Dimensión autorrealización: La autorrealización es el logro de las metas u objetivos trazados a largo de la vida, no solo se refiere a metas sino que son caminos en donde día a día se aprende a ser una mejor persona y estar más cerca de la misión, además es poder lograr las necesidades como el cumplimiento de una objetivo, estatus social, pero lo más importante de la autorrealización, es saber en realidad cómo y quién eres más allá de lo superficial, física, familia, nombre, tu historia personal y que nos recuerda la fuerza que poseemos (41).

Dimensión responsabilidad en salud: La responsabilidad en salud implica en la toma de decisión correcto sin la implicancia de riesgos para la salud, ya que la responsabilidad es el éxito de una vida sana, la

responsabilidad se debe de recibir desde edades tempranas como por ejemplo en como alimentarse, el aseo personal, ser responsable en la familia, etc. Estas decisiones abarcan en el grado de responsabilidad de cada individuo de esta manera evitar comportamientos no saludables que lleguen afectar a la salud (42).

Factor biosociocultural: Son entendidos como un proceso social, hábitos de comportamientos, tradiciones y conductas de la persona o población en general, que les orienta a la satisfacción, la carencia o las necesidades humanas con el fin de obtener el bienestar, de mismo modo hace referencia al proceso relacionado con lo biológico, social y además implica la cultural del usuario, dentro de ello se considera la edad, sexo, religión, ocupación, grado de instrucción y el ingreso económico (43).

Factor biológico: El factor biológico hace referencia que cada persona es diferente y muy particulares, dentro de ello abarca la edad y el sexo, ya que esto va definir a cada persona, además, la biología es el estudio de la anatomía tanto interno como externo, asimismo, estudia los comportamientos y evolución de ser vivo, con la finalidad de conocer el origen de los seres vivos y el proceso de desarrollo (44).

Factor cultural: La cultura son distintas formas de vida y costumbres que ayuda al desarrollo de la humanidad, dentro de la cultura encontramos los valores, normas, creencias, actitudes que tiene cada persona de acuerdo a su convivencia, así como vivir en su costumbre, religión. Pero la cultura tiende a ser diferentes en todo el mundo, la cultura propia de una comunidad tiene una raíz de antigüedad en donde los ancestros inculcaron a

las personas en ese entonces, lo cual en la actualidad aún siguen practicando en otros lugares, pero así también van perdiendo la cultura en otros lugares (45).

Factor social: En este factor se muestra el estado de civil de la persona, la relación que presenta dentro de la familia y las conductas. Asimismo, se refiere a la crisis económica y el crecimiento descontrolado demográfico que existe en cada país. Además, dentro de ellos esta los roles de cada integrante de la familia y el estatus social. De la misma manera abarca la ocupación o empleo del individuo (46).

III. HIPÓTESIS

H₀ = No existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Ancash, 2021.

H_a = Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Ancash, 2021.

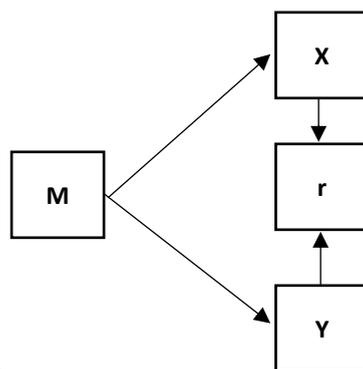
IV. METODOLOGÍA

4.1. Diseño de la investigación

La investigación fue de tipo cuantitativo, se caracterizó por basarse en la medición numérica y el análisis estadístico, con el objetivo de comprobar la prueba de hipótesis planteada, así mismo la medición de los fenómenos y para poder llegar a establecer patrones de comportamiento y probar las teorías mencionadas (47).

El presente trabajo de tesis de investigación fue de nivel descriptivo-correlacional, ya que buscó describir los rasgos importantes de las 2 variables, así mismo buscó medir el grado de relación que existe entre dos variables de estudio que son: El estilo de vida y los factores biosocioculturales (47).

El diseño del informe de investigación fue no experimental de dos casillas, ya que se estudió dos variables que son: el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos. Además, el proyecto se realizó conforme a la realidad, sin ninguna modificación alguna a las variables en estudio, por ende, a ello se presentó de la siguiente manera.



Donde:

M: Representa la población muestral

X: Representa la variable estilo de vida

Y: Representa la variable de los factores biosocioculturales

R: Representa la relación entre la variable 1 y 2

4.2 Población y muestra

Población

El presente informe de tesis de investigación tuvo como población a 153 adultos del centro poblado de Jahua.

Muestra

La muestra del presente informe de tesis, se consideró mediante un muestreo aleatoria en donde se determinó como muestra a 110 adultos con 95% de nivel de confianza y 5% de error. (Ver anexo 1)

Criterio de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión:

- Persona adulta que radicó más de 6 meses en centro poblado de Jahua.
- Persona adulta que acepto participar en el presente proyecto de investigación.
- Persona adulta que tuvo la disponibilidad de participar en la encuesta que se realizará.

Criterio de exclusión:

- Persona adulta que tuvieron algún trastorno mental o psiquiátrico.
- Persona adulta que radicaron menos de 6 meses en centro poblado de Jahua.

4.3 Definición y operacionalización de los variables e indicadores

Estilos de vida de los adultos

Definición Conceptual:

Los estilos de vida vienen hacer conjunto de patrones conductuales y comportamientos del individuo en cuanto a su salud, los cuales precisan ejercer ciertos grados de control: las decisiones malas que toma en cuanto a la alimentación y hábitos perjudiciales conllevan a generar riesgos en el individuo (48).

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 los adultos

Definición conceptual:

Son los patrones de comportamiento, características o circunstancias, detectables en la persona, que pueden ser modificables. Los factores considerados son: edad, sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico (49).

Definición operacional:

Para fines metodológicos del presente proyecto de investigación, se operacionalizó en los siguientes indicadores.

Factor biológico

Sexo:

Definición conceptual:

Es la caracterización del ser humano, que permite la distinción entre machos y hembras, se clasifica en masculino (macho) y femenino (hembra) (50).

Definición operacional:

Según escala nominal:

- Masculino
- Femenino

Edad:

Definición Conceptual

La edad, es una cualidad temporal del organismo entero o, al menos, a una relación intrínseca de sus subprocesos, la edad viene a ser el tiempo que tiene de vida un determinado individuo, animal o vegetal (50).

Definición Operacional:

- Según escala de razón:
- Adulto joven: 18 – 29
- Adulto maduro: 36 – 59
- Adulto mayor: 60 años a más.

Factores culturales

Religión:

Definición conceptual

Credo o conjunto de conocimientos dogmáticos sobre una entidad divina, implica un vínculo del hombre y Dios, en relación a sus creencias, donde la persona regirá su comportamiento de acuerdo a sus principios morales (51).

Definición operacional:**Según escala nominal:**

- Católica
- Evangélica
- Otros

Grado de instrucción:**Definición Conceptual**

El nivel de instrucción viene relacionado con el grado más elevado de estudio que tiene un individuo, sin contar con las que aún se tiene incompletas (52).

Definición Operacional**Escala ordinal**

- Sin instrucción
- Primaria
- Secundaria
- Superior

Factores sociales**Estado civil:****Definición Conceptual**

El estado civil, viene relacionada con la condición de una persona la cual también, viene relacionada con su nacimiento, nacionalidad, filiación o matrimonio, esto normalmente se hacen constar en el registro civil de la persona (53).

Definición Operacional

Escala nominal

- Soltero
- Casado
- viudo
- Conviviente
- Separado

Ocupación:**Definición conceptual:**

Es el oficio o profesión de una persona, independiente del sector en que pueda estar empleado o del tipo de estudio que hubiese recibido (54).

Definición operacional:**Según escala nominal:**

- Obrero (a)
- Empleado (a)
- Ama de casa
- Estudiante
- Otros

Ingreso económico:**Definición Conceptual**

El ingreso económico, viene a ser la ganancia que suma a un conjunto presupuesta individual, en términos generales, los ingresos son los elementos tanto monetarios como no monetarios que se acumulan y que generan como consecuencia un círculo de consumo y ganancia (55).

Definición Operacional

Escala de intervalo

- Menos de 400 nuevos soles.
- De 401 a 600 nuevos soles.
- Mas de 601 a 800 nuevos soles.
- De 801 a 1000 nuevos soles
- Mayor de 1001 nuevos soles

4.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas:

En el presente trabajo de investigación se utilizó la entrevista para la aplicación de los instrumentos de las dos variables del estudio.

Instrumentos:

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

Instrumento Nro. 01:

Escala de estilo de vida

Para la recolección de datos se utilizó el cuestionario de escala de estilo de vida, promotor de salud, elaborado por Walker, Sachrist y Pender, modificado por los investigadores de línea de la escuela profesional de Enfermería de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; Delgado R; Reyna E. y Diaz R. Para fines de la presente investigación; la cual está constituida por seis dimensiones y subdividida por 25 ítems, permitiéndonos evaluar y medir el estilo de vida, a través de sus siguientes dimensiones: alimentación, actividad y ejercicio, manejo de estrés, apoyo interpersonal,

autorrealización y responsabilidad en salud.

Asimismo, dichas dimensiones están estructuradas de la siguiente manera, según los ítems:

- Alimentación 1, 2, 3, 4, 5, 6.
- Actividad y ejercicio 7, 8.
- Manejo de estrés 9, 10, 11, 12.
- Apoyo interpersonal 13, 14, 15, 16.
- Autorrealización 17, 18, 19.
- Responsabilidad en salud 20, 21, 22, 23, 24 y 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=1; V=2; F=3; S=4

Los puntajes obtenidos para la escala total resultan del promedio de las diversas respuestas a los 25 ítems, de la misma manera se procede en cada sub escala.

Instrumento Nro. 02

Cuestionario Sobre Factores Biosocioculturales

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. Este instrumento para fines de la presente investigación. Estuvo constituido por 7 ítems distribuidos en 4 partes:

- Datos de identificación, donde se obtuvo las iniciales o seudónimo de la persona entrevistada (1 ítems).
- Factores biológicos, donde se determinó la edad y el sexo de la persona (2 ítems).
- Factores culturales, donde se determinó la escolaridad y la religión (3 ítems).
- Factores sociales, donde se determinó el estado civil, la ocupación y el ingreso económico (4 ítems).

Control de Calidad de los datos:

Validez externa:

Se aseguró la validez externa por juicio de expertos presentando el instrumento a tres (3) expertos en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindaron mayor calidad y especificidad a los instrumentos (56).

Validez Interna

Para la validez interna de la escala Estilo de Vida, se aplicó la fórmula de Pearson en cada uno de los ítems. Se obtuvo un $r > 0.20$, lo cual indicó que el instrumento es válido (56).

Confiabilidad

De un total de 20 encuestas realizadas a nivel piloto para medir la confiabilidad del instrumento se obtuvo para la escala total un índice de confiabilidad Alfa de Cronbach de 0.794, lo cual indicó que la escala para medir el estilo de vida del adulto es confiable (56).

4.5 Plan de análisis.

Procedimiento para la Recolección de Datos: Para la recolección de datos del trabajo de investigación se consideró lo siguiente:

- Se le informó y se le pidió el consentimiento al adulto del centro poblado de Jahua.
- Se hizo una coordinación con el adulto del centro poblado de Jahua para poder realizar el proyecto.
- Se realizó la aplicación del cuestionario a cada participante del estudio.
- El cuestionario se aplicó en un tiempo de 15 min, en cuanto a las respuestas fueron marcadas de forma personal y directa por cada participante.

Análisis y Procesamiento de los Datos: Los datos fueron procesados en el paquete estadístico SPSS V.25.0 y fueron presentados en tablas simples de frecuencia y porcentajes para su respectivo análisis, de la misma manera para establecer la relación de los variables en estudio se empleó la prueba de independencia de criterios Chi cuadrado con el 95% de significancia de $p < 0,05$.

4.6 Matriz de consistencia

Título	Enunciado	Objetivo general	Objetivo específico	Hipótesis	Variables	Metodología
Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto-centro poblado de Jahua-Jangas-Huaraz-Ancash, 2021	¿Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en los adultos del Centro Poblado de Jahua-Jangas-Ancash, 2021?	Determinar la relación entre estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos-centro poblado de Jahua-Jangas-Huaraz-Ancash, 2021.	-Valorar el estilo de vida de los adultos-centro poblado de Jahua-Jangas-Huaraz-Ancash, 2021. -Identificar los factores biosocioculturales de los adultos-centro poblado de Jahua-Jangas-Huaraz-Ancash, 2021. -Establecer la relación estadística entre estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos-centro poblado de Jahua-Jangas-Huaraz-Ancash, 2021.	Ho = No existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Jahua-Jangas-Huaraz-Ancash, 2021. Ha = Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Jahua-Jangas-Huaraz-Ancash, 2021.	Estilo de vida - Estilo de vida Saludable - Estilo de vida no saludable Factores Biosocioculturales -Factores biológicos (edad y sexo) -Factor cultural (grado de instrucción y religión) -Factor social (estado civil, ocupación e ingreso económico)	Tipo: Cuantitativo de corte transversal y no experimental. Nivel: descriptivo-correlacional. Diseño: de dos casillas. Muestra: Esta conformado por 110 adultos. Técnica: La entrevista Instrumento: Escala del estilo de vida y cuestionario de factores biosocioculturales

4.7 Principios éticos

Durante el presente trabajo de investigación se respetó los principios éticos establecidos por la universidad.

Protección a las personas

Este principio tiene la finalidad de brindar protección a las personas, respetar la dignidad humana, la identidad, la confidencialidad y la privacidad, ya que no sólo implica que las personas que son sujetos de investigación participen voluntariamente y dispongan de información adecuada, sino también involucra el pleno respeto de sus derechos fundamentales, en particular, si se encuentran en situación de vulnerabilidad (57). Este principio se aplicó de una manera muy firme respetando la dignidad de la persona, la identidad, la diversidad, la confiabilidad y la privacidad.

Libre participación y derecho a estar informado

En cuanto a este principio los usuarios tendrán una libre elección y participación manera voluntaria y sin ser forzados, además cuando realizamos una investigación tienen el derecho de estar bien informados sobre el propósito y finalidad de la investigación a desarrollar (57). En este informe de tesis los participantes estuvieron informados sobre la finalidad de la investigación y de este modo tuvieron una libre elección y participación voluntaria.

Beneficencia no maleficencia

Este principio se basa en el cuidado de la vida y el bienestar de las participantes en este proyecto además no causar daño, disminuir los posibles efectos adversos y maximizar los beneficios (57). A los participantes no se les expuso en peligro y no se les causó ningún daño, ya que se les informó de una

manera clara y precisa, de esta manera no se generó incomodidad en el desarrollo de la entrevista.

Justicia

En cuanto a este principio tiene como un punto muy importante de tratar equitativamente a las participantes durante el proceso de este proyecto de investigación, asimismo los beneficiarios tienen derechos a ver los resultados sin impedimento alguno así, también la justicia en el investigador debe ejercer un juicio razonable ponderable y tomar siempre las precauciones necesarias (57). En esta investigación los participantes tienen acceso a los resultados sin discriminación alguna.

Integridad científica

En este principio nos basamos en las actividades de enseñanza y a su ejercicio profesional, la integridad del investigador resulta especialmente relevante cuando, en función de las normas deontológicas de su profesión, se evalúan y declaran daños, riesgos y beneficios potenciales que puedan afectar a quienes participan en una investigación (57). Por lo cual, en este informe de investigación se desarrolló de una manera responsable, honesto, con una investigación real y se respetó la integridad de los participantes.

V. RESULTADOS

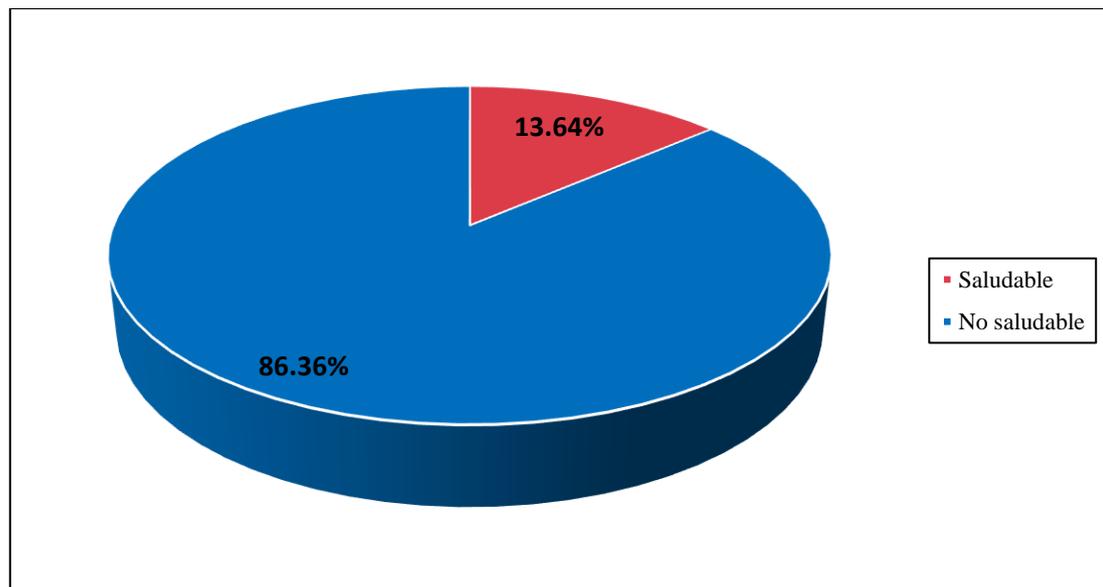
5.1 Resultados

TABLA 01 Estilo de vida del adulto- centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Áncash, 2021

ESTILO DE VIDA	N	%
Saludable	15	13.64%
No saludable	95	86.36%
TOTAL	110	100%

Fuente: Escala de estilos de vida, elaborado por Walker, Sechrist, Pender y modificado por Delgado R; Reyna E. y Diaz R, aplicado al adulto del centro poblado de Jahua - Jangas – Huaraz, 2021.

GRÁFICO 01 Estilo de vida del adulto- centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Ancash, 2021



Fuente: Escala de estilos de vida en el Perú, elaborado por Walker, Sechrist, Pender y modificado por Delgado R; Reyna E. y Diaz R, aplicado al adulto del centro poblado de Jahua - Jangas – Huaraz, 2021.

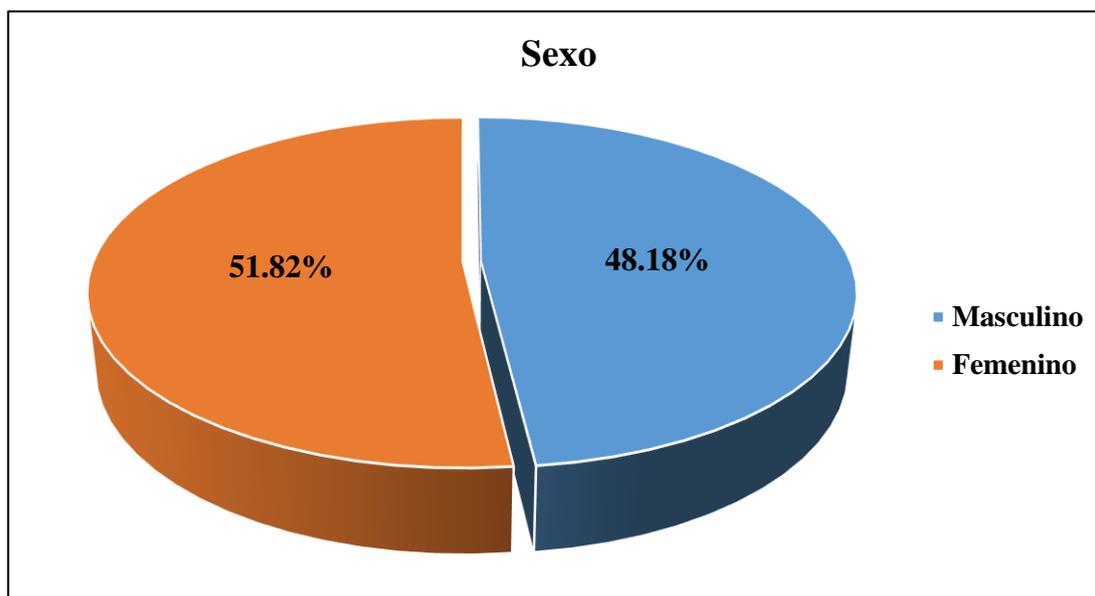
**TABLA 02 Factor biosociocultural del adulto- centro poblado de Jahua- Jangas-
Huaraz- Áncash, 2021**

FACTORES BIOLÓGICOS		
Sexo	n	%
Masculino	53	48.18%
Femenino	57	51.82%
TOTAL	110	100.00%
Edad	n	%
Adulto joven (18-29 años)	27	24.55%
Adulto medio (30-59 años)	66	60.00%
Adulto mayor (60 a más)	17	15.45%
TOTAL	110	100.00%
FACTORES CULTURALES		
Grado de instrucción	n	%
Sin instrucción	40	36.36%
Primaria	45	40.91%
Secundaria	21	19.09%
Superior	4	3.64%
TOTAL	110	100.00%
Religión	n	%
Católico	93	84.55%
Evangélico	17	15.45%
Otras	0	0.00%
TOTAL	110	100.00%
FACTORES SOCIALES		
Estado civil	n	%
Soltero	19	17.27%
Conviviente	46	41.82%
Casado	38	34.55%
Separado	4	3.64%
Viudo	3	2.73%
TOTAL	110	100.00%
Ocupación	n	%
Obrero	32	29.09%

Empleado	24	21.82%
Ama de casa	46	41.82%
Estudiante	6	5.45%
Otros	2	1.82%
TOTAL	110	100.00%
Ingreso económico	n	%
Menor de 400 nuevos soles	19	17.27%
De 401 a 600 nuevos soles	31	28.18%
De 601 a 800 nuevos soles	40	36.36%
De 801 a 1000 nuevos soles	18	16.36%
Mayor de 1001 nuevos soles	2	1.82%
TOTAL	110	100.00%

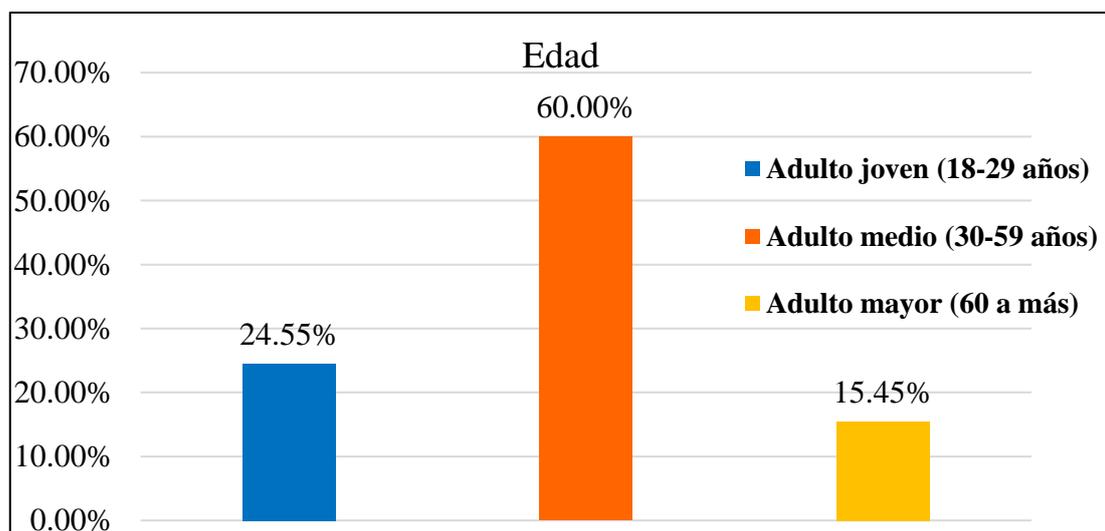
Fuente: Cuestionario de factor biosociocultural en el Perú, elaborado por Delgado, R; Reyna E y Díaz R, aplicado al adulto del centro poblado de Jahua - Jangas – Huaraz, 2021.

GRÁFICO 2 Sexo del adulto - centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Ancash, 2021



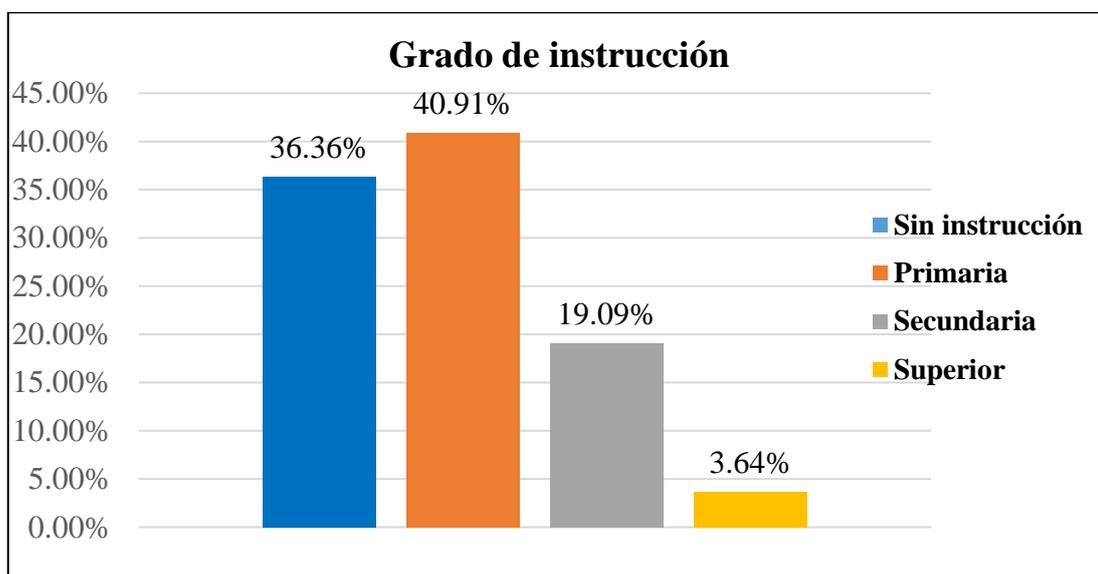
Fuente: Cuestionario de factor biosociocultural en el Perú, elaborado por Delgado, R; Reyna E y Díaz R, aplicado al adulto del centro poblado de Jahua - Jangas – Huaraz, 2021.

GRÁFICO 3 Edad del adulto - centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Ancash, 2021



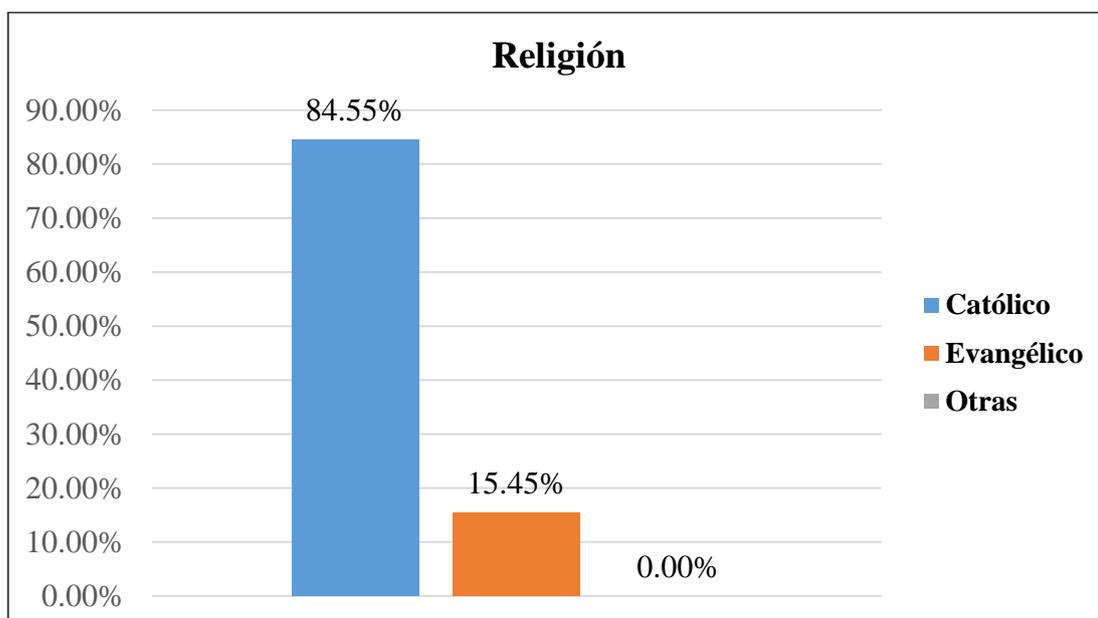
Fuente: Cuestionario de factor biosociocultural en el Perú, elaborado por Delgado, R; Reyna E y Díaz R, aplicado al adulto del centro poblado de Jahua - Jangas – Huaraz, 2021.

GRÁFICO 4 Grado de instrucción de los adulto - centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Ancash, 2021



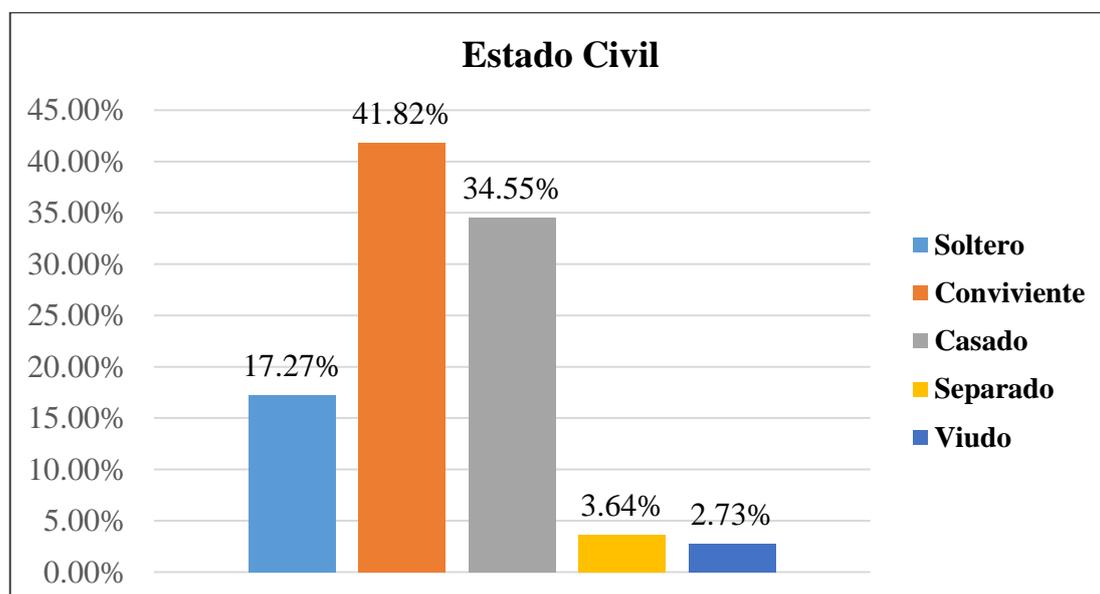
Fuente: Cuestionario de factor biosociocultural en el Perú, elaborado por Delgado, R; Reyna E y Díaz R, aplicado al adulto del centro poblado de Jahua - Jangas – Huaraz, 2021.

GRÁFICO 5 Religión de los adulto - centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Ancash, 2021



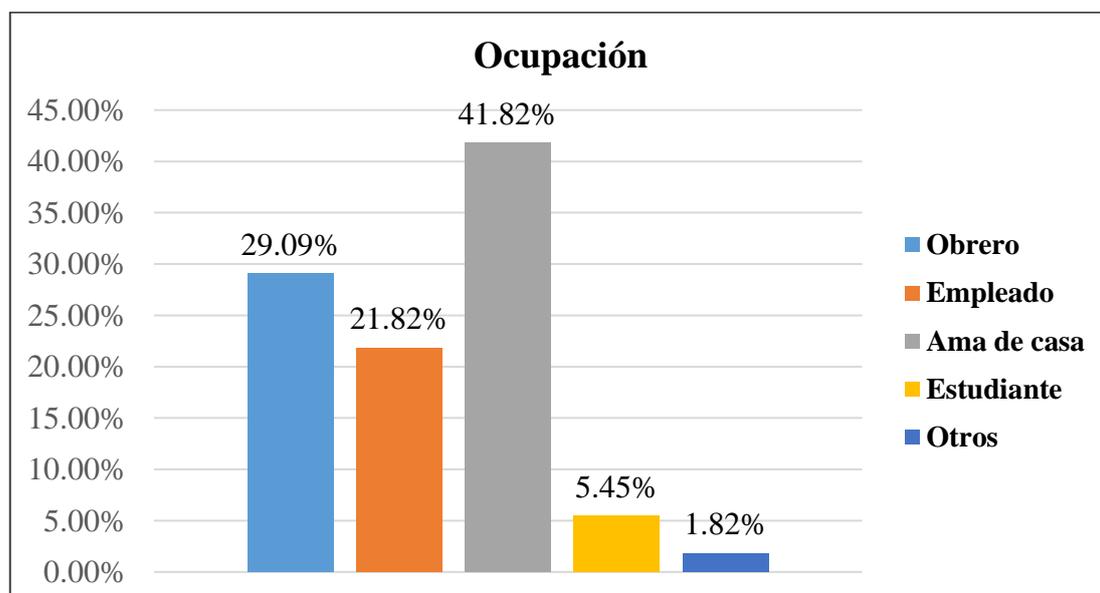
Fuente: Cuestionario de factor biosociocultural en el Perú, elaborado por Delgado, R; Reyna E y Díaz R, aplicado al adulto del centro poblado de Jahua - Jangas – Huaraz, 2021.

GRÁFICO 6 Estado civil de los adulto - centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Ancash, 2021



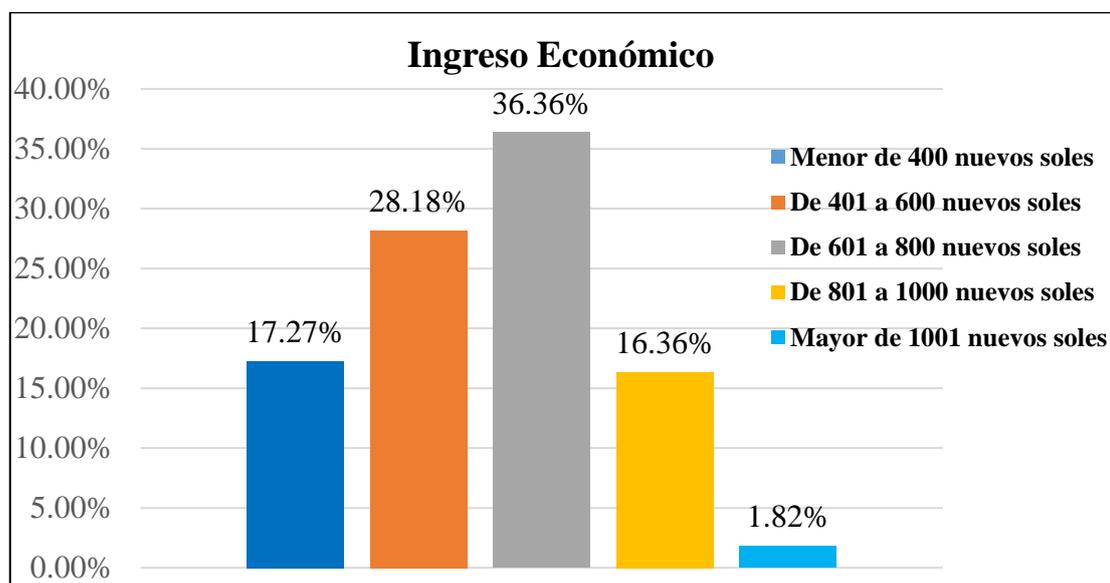
Fuente: Cuestionario de factor biosociocultural en el Perú, elaborado por Delgado, R; Reyna E y Díaz R, aplicado al adulto del centro poblado de Jahua - Jangas – Huaraz, 2021.

GRÁFICO 7 Ocupación de los adulto - centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Ancash, 2021



Fuente: Cuestionario de factor biosociocultural en el Perú, elaborado por Delgado, R; Reyna E y Díaz R, aplicado al adulto del centro poblado de Jahua - Jangas – Huaraz, 2021.

GRÁFICO 8 Ingreso económico de los adulto - centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Ancash, 2021



Fuente: Cuestionario de factor biosociocultural en el Perú, elaborado por Delgado, R; Reyna E y Díaz R, aplicado al adulto del centro poblado de Jahua - Jangas – Huaraz, 2021.

RELACIÓN ESTADÍSTICA ENTRE EL ESTILO DE VIDA Y LOS FACTORES
BIOSOCIOCULTURALES DE LOS ADULTOS- CENTRO POBLADO DE
JAHUA- JANGAS- HUARAZ- ANCASH, 2021

TABLA 3 Factor biológico y estilo de vida del adulto- centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Ancash, 2021

Sexo	Estilo de vida				Total		Prueba chi cuadrado $X^2 = 2.3770$ gl=1 p=3.8415 >2.3.3770 No existe relación estadística significativa
	Saludable		No saludable		n	%	
	n	%	n	%			
Masculino	10	9.1%	43	39.1%	53	48.2%	Prueba chi cuadrado $X^2 = 0.3784$ gl=2 p=5.9915 >0.3784 No existe relación estadística significativa
Femenino	5	4.5%	52	47.3%	57	51.8%	
Total	15	13.6%	95	86.4%	110	100.0%	

Edad	Estilo de vida				Total		Prueba chi cuadrado $X^2 = 0.3784$ gl=2 p=5.9915 >0.3784 No existe relación estadística significativa
	Saludable		No saludable		n	%	
	n	%	n	%			
18-29 años	3	2.7%	24	21.8%	27	24.5%	Prueba chi cuadrado $X^2 = 0.3784$ gl=2 p=5.9915 >0.3784 No existe relación estadística significativa
30- 59 años	9	8.2%	57	51.8%	66	60.0%	
60 años a +	3	2.7%	14	12.8%	17	15.5%	
Total	15	13.6%	95	86.4%	110	100.0%	

Fuente: Escala de estilos de vida en el Perú, elaborado por Walker, Sechrist, Pender y modificado por Delgado R; Reyna E. y Diaz R. Y Cuestionario de factor biosociocultural en el Perú, elaborado por Delgado, R; Reyna E y Díaz R. Aplicado al adulto del centro poblado de Jahua - Jangas – Huaraz, 2021.

TABLA 4 Factor cultural y estilo de vida del adulto- centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Ancash, 2021

Grado de instrucción	Estilo de vida				Total		Prueba chi cuadrado X ² =1.4909 gl=3 p=7.81473>1.4909
	Saludable		No saludable		n	%	
	n	%	n	%			
Sin instrucción	7	6.4%	33	30.0%	40	36.4%	No existe relación estadística significativa
Primaria	5	4.5%	40	36.4%	45	40.9%	
Secundaria	2	1.8%	19	17.3%	21	19.1%	
Superior	1	0.9%	3	2.7%	4	3.6%	
Total	15	13.6%	95	86.4%	110	100.0%	

Religión	Estilo de vida				Total		Prueba chi cuadrado X ² =0.2746 gl=2 p=5.99146>0.2746
	Saludable		No saludable		n	%	
	n	%	n	%			
Católico	12	10.9%	81	73.6%	93	84.5%	No existe relación estadística significativa
Evangélico	3	2.7%	14	12.8%	17	15.5%	
Otras	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	
Total	15	13.6%	95	86.4%	110	100.0%	

Fuente: Escala de estilos de vida, elaborado por Walker, Sechrist, Pender y modificado por Delgado R; Reyna E. y Díaz R. Y Cuestionario de factor biosociocultural, elaborado por Delgado, R; Reyna E y Díaz R. Aplicado al adulto del centro poblado de Jahua - Jangas – Huaraz, 2021.

TABLA 5 Factor social y estilo de vida del adulto- centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Ancash, 2021

Estado civil	Estilo de vida				Total		Prueba chi cuadrado $X^2=1.9392$ gl=4 p=9.48773>1.9392 No existe relación estadística significativa
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Soltero	2	1.8%	17	15.5%	19	17.3%	
Conviviente	6	5.5%	40	36.4%	46	41.8%	
Casado	6	5.4%	32	29.1%	38	34.5%	
Separado	0	0.0%	4	3.6%	4	3.6%	
Viudo	1	0.9%	2	1.8%	3	2.7%	
Total	15	13.6%	95	86.4%	110	100.0%	

Ocupación	Estilo de vida				Total		Prueba chi cuadrado $X^2=3.9827$ gl=4 p=9.48773>3.9827 No existe relación estadística significativa
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Obrero	6	5.5%	26	23.6%	32	29.1%	
Empleado	3	2.7%	21	19.1%	24	21.8%	
Ama de casa	4	3.5%	42	38.3%	46	41.8%	
Estudiante	1	0.9%	5	4.6%	6	5.5%	
Otros	1	0.9%	1	0.9%	2	1.8%	
Total	15	13.6%	95	86.4%	110	100.0%	

Ingreso económico	Estilo de vida				Total		Prueba chi cuadrada $X^2=3.626$ gl=4 p=9.48773>3.626 No existe relación estadística significativa
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Menor 400	2	1.8%	17	15.5%	19	17.3%	
401 a 600	5	4.5%	26	23.7%	31	28.2%	
601 a 800	6	5.5%	34	30.9%	40	36.4%	
801 a 1000	1	0.9%	17	15.5%	18	16.4%	
Mayor 1001	1	0.9%	1	0.9%	2	1.8%	
Total	15	14.6%	95	86.4%	110	100.0%	

Fuente: Escala de estilos de vida, elaborado por Walker, Sechrist, Pender y modificado por Delgado R; Reyna E. y Díaz R. Y Cuestionario de factor biosociocultural, elaborado por Delgado, R; Reyna E y Díaz R. Aplicado al adulto del centro poblado de Jahua - Jangas – Huaraz, 2021.

5.2 Análisis de los resultados

Tabla 1

En el estudio realizado respecto al estilo de vida del adulto en el centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Ancash, 2020, de una muestra de 110 entrevistados se obtuvo los siguientes resultados, que el 13.63 % (15) tiene un estilo de vida saludable y, por otro lado, el 86.36% (95) presentan un estilo de vida no saludable.

Los resultados obtenidos de la investigación se deben a comportamientos contraproducentes de los adultos de dicha población, a esto se suma otros factores como el desconocimiento, la falta de economía y la falta de práctica de un estilo de vida saludable, lo cual implica una dieta saludable, actividad física, manejo del estrés, responsabilidad en salud, apoyo interpersonal y la autorrealización. Son fundamentales para mantener una vida saludable, pero en dicha población no practican estos comportamientos y hábitos, por la cual, están más propensos a adquirir diversas patologías que altera la salud de los adultos de la población.

Detallando los resultados, en cuanto a la dimensión de alimentación, se puede evidenciar que la población estudiada presenta una alimentación insalubre, esto porque muchos adultos no consumen frutas y verduras, ya que acostumbran consumir el arroz, fideos, comidas rápidas, enlatadas y otros alimentos fáciles de preparación, además, la población acostumbra a beber agua en muy pocas cantidades, a esto se suma la falta de información de los alimentos balanceados y el desconocimiento sobre los nutrientes que posee los alimentos

ende a ello, la alimentación no saludable afecta a la salud del adulto generando trastornos en el cuerpo y estar más propensos de adquirir enfermedades.

Según Organización Panamericana de Salud (OPS) (58) mencionó que la alimentación es muy importante en toda la etapa de vida, pero al alcanzar la adultez el organismo va modificando y requiriendo más vitaminas y nutrientes, esto con el fin de poder conservar la salud del cuerpo. Por ello, alimentarse saludablemente con frutas, verduras, cereales, entre otros, va ayudar a mantener una vida saludable libre de afecciones prevenibles.

Asimismo, en el centro poblado de Jahua, presentan un déficit de actividad física y ejercicio, esto ocurre por falta de información de los beneficios de la práctica de ejercicio, no lo ponen en importancia, ya que tienen pensamiento de que los ejercicios en su mayoría solo realizan los adolescentes y los deportistas. Esto pasa por que las personas no han tenido ningún tipo de orientación o educación sobre el tema por parte de los personales de salud y están en riesgo de sufrir problemas cardiovasculares, obesidad, entre otros.

Barrera D (59) manifiesta que, la actividad y ejercicio en el adulto tiene beneficios importantes por lo que ayuda en la disminución de aparición de enfermedades tempranas permitiendo en la mejora de una vida sana y saludable, asimismo, un déficit de actividad y ejercicio va generar problemas de salud como la obesidad, enfermedades coronarias e infarto, presión arterial alta, hipertensión, etc.

En cuanto al manejo del estrés, los adultos de la población estudiada manifiestan estar viviendo en situaciones estresantes, esto se debe a la situación actual de la pandemia por Covid-19, lo cual trajo a diferentes problemas

emocionales como la ansiedad, estrés, preocupación, tristeza, miedo y soledad, pero además hay factores que están asociados al estrés como: Cambios de dinámica familiar, pérdida del cónyuge, falta de economía dentro de la familia, entre otros.

Además, en dicha población los adultos no están acostumbrados a conversar o expresar sus problemas o a identificar la raíz de sus preocupaciones, esto porque ellos, no quieren preocupar a los demás integrantes de la familia, por otro lado, un porcentaje mínimo de los adultos manifestaron que, si se distraen realizando actividades del campo, criando sus animales y los más jóvenes realizando caminatas entre amigos.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) (60) el estrés es parte de la vivencia de cada persona, que puede provenir de cual situación de la vida, ende a ello durante la pandemia de covid -19 se vio afectado el estado de salud mental de las personas, ya que se dieron cambios importantes en la vida cotidiana como el aislamiento de seres querido, de los trabajos y de la educación, en donde se vio reflejados en el miedo, ansiedad, preocupación y tristeza.

Respecto a la dimensión de apoyo interpersonal los adultos de la población de Jahua, muestran que, tienen una buena relación con las personas de su entorno de manera que participan en las actividades de la comunidad, pero muchos no suelen a dialogar sobre sus deseos o algún fastidio frente a los demás, asimismo hay adultos que no buscan apoyo frente a situaciones difíciles, pero hay algunos que si tratan de buscar apoyo con la finalidad de solucionar los problemas que están atravesando.

Referente a la dimensión de la autorrealización se evidencia que los adultos de la población en su mayoría no lograron cumplir sus sueños o metas trazadas a largo de su vida, lo cual en la actualidad se encuentran realizando actividades que no les satisface en su totalidad, asimismo, tenemos a adultos que son optimistas ya que ellos están enfocados a apoyar a sus hijos con finalidad de que sean profesionales y orgullo de la familia, de la misma manera, hay adultos jóvenes que están en proceso de cumplir metas y contribuir en la sociedad.

En relación a la dimensión de responsabilidad en salud en centro poblado de Jahua, se evidencia que la mayoría de los adultos no acuden al establecimiento de salud por razones como el miedo, el desconocimiento, la distancia o falta de educación, asimismo, los adultos suelen automedicarse sin importar que les pueda causar una intoxicación, reacciones adversas, etc. Esto refleja la falta de presencia del personal de salud en dicha población ya que manifestaron que no se realiza campañas, sesiones educativas de ningún tema en la población.

El Ministerio de Salud (MINSA) (61) manifiesta que la automedicación es un elemento del autocuidado, lo cual cada individuo es responsable del cuidado personal de cualquier patología que presente, ya que es una forma de conservar y mantener la salud, además MINSA menciona que la automedicación es una irresponsabilidad personal ya que se ingiere cualquier medicamento sin instrucción de un médico, esto trae consecuencias como la resistencia de un medicamento, aparición de toxicidad, dependencia, falta de efectividad, etc.

Asimismo, muchos adultos de dicha población, son de bajos recursos económicos, que en mayormente pasan tiempo trabajando en la chacra y no han

recibido una educación adecuada, esto nos indica que, tienen dificultades en adquirir ciertos alimentos, la falta de información sobre los beneficios y variedades de alimentos que se debe de consumir diariamente. Además, en sus prioridades no está la educación, esto trajo muchas consecuencias negativas en los adultos, ya que muchos de ellos a temprana edad han tenido hijos y no han logrado cumplir sus metas u objetivos, por lo tanto, los adultos de la población no tienen un estilo de vida saludable.

Por otro lado, en la población en estudio se evidencio un porcentaje considerable de adultos con un estilo de vida saludable, esto nos indica que ellos si practican hábitos y comportamientos saludables, a pesar de que la población adulta tiene limitaciones, asimismo la población se alimentas de comidas saludables incluyendo frutas y verduras, de la misma manera realizan ejercicios o caminatas diariamente, esto con el fin conservar una vida saludable, también, la población en estudio adquieren conocimientos e informaciones de cómo mantener una vida saludable.

Los resultados obtenidos se asemejan a los resultados de la investigación de Soriano A (62) en donde concluyó que, de una muestra de 150 adultos participantes, el 76% tienen un estilo de vida no saludable y por otro lado el 24 % presentan un estilo de vida saludable.

Asimismo, los resultados obtenidos son similares a la investigación de Avila M, Erices L, Muñoz G (63) en donde concluyen que, de una muestra conformado por 40 adultos, el 10% de la población presentan un estilo de vida saludable, mientras que 90 % tienen un estilo de vida no saludable.

Los resultado obtenido se asemejan, porque en ambas poblaciones estudiadas en su mayoría presentan un estilo de vida no saludable, esto nos indica que no tienen hábitos y prácticas de una calidad de vida adecuada, asimismo, en ambas poblaciones existe el desconocimiento sobre el estilo de vida, la falta de información, falta de interés en la salud personal, falta de economía y tener ideologías erróneas acerca de cómo mantener una vida adecuada, por lo tanto en los dos estudios se evidencia un déficit de una calidad de vida saludable al igual que los resultados obtenidos del presente investigación.

Por otro lado, difiere los resultados de la investigación de Barron V, Rodríguez A, et al (64) en donde concluyen que, de muestra de 183 adulto, el 96% presentan un estilo de vida saludable, mientras que de un 4% tienen un estilo de vida no saludable.

De la misma manera, difiere los resultados de la investigación de Acero R (65) en donde concluyó que del 100% de los adultos participantes en dicha población, el 66% presentan un estilo de vida saludable y el 44% mantienen un estilo de vida no saludable.

Los dos estudios mencionados que diferente a los resultados obtenidos de la población en estudio, discrepan porque, en su mayoría presentan un estilo de vida saludable esto porque tienen hábitos y conductas saludables como realizar ejercicios, consumir comidas balanceadas, tienen un alto porcentaje de adultos con un nivel de educación adecuada, asimismo, el personal de salud trabaja conjuntamente con la población teniendo como objetivo mejor la calidad de vida de cada adulto. Todo ello, es lo contrario al presente estudio como se puede visualizar.

En base a los resultados, en la población de centro poblado de Jahua, los adultos en su mayoría presentan un estilo de vida no saludable, por lo tanto, esto afecta negativamente a la salud de cada uno de los investigados, lo cual, a raíz de ello van adquirir diferentes patologías crónicas como la obesidad, diabetes mellitus, osteoporosis, cáncer, hipertensión arterial, arritmias cardiacas, entre otros, que no les va permitir vivir una vida saludable.

Debido a ello, se recomienda a la población en estudio a reflexionar y tomar más conciencia sobre la mantención de un estilo de vida saludable asimismo podemos promover y fomentar nuevas prácticas de normas de un estilo de vida saludable, dando énfasis en un cambio de conducta y comportamientos que les va permitir mantener una calidad de vida saludable. Además de ello se podrá prevenir enfermedades no transmisibles que afecta la salud del adulto.

Tabla 2

En la presente tabla los resultados de la distribución porcentual de la variable factor biosociocultural del adulto del centro poblado de Jahua- Jangas-Huaraz- Ancash, 2021, muestra los siguiente: En el factor biológico se visualiza que el 51.82% (57) son de sexo femenino, por otro lado, el 60 % (66) son de edad adulto medio comprendido desde 30-59 años, respecto a factor cultural, el 40.91% (45) tienen grado de instrucción primaria, de la misma forma, el 84.55% son de religión católico, por otra parte, en factor social, el 41.82% (46) son de estado civil conviviente, asimismo, el 41.82% tiene la ocupación de ama de casa y finalmente el 36.36% tienen un ingreso económico de 601 a 800 nuevo soles mensuales.

Al analizar los resultados, se puede visualizar que la mayoría de los adultos del centro poblado de Jahua son de sexo femenino, esto porque se encontró en su mayoría a las mujeres en domicilio realizando actividades rutinarias como: Limpieza, cocina, cuidado de los hijos, entre otros, ya que las mujeres tienen un rol importante dentro de una familia y en el hogar, por lo que están más dedicados a ello y el hombre es el sustento del hogar, por ello no se encuentran presente durante el día. Por lo tanto, las mujeres de dicha comunidad están más propensos de adquirir problemas de salud por el hecho que realiza trabajos arduos sin descanso y descuidan su salud.

Asimismo, se pudo observar que en dicha población la mayoría de las familias tienen hijos mayores de cuatro y las madres son jóvenes, esto nos indica la falta de educación, información, orientación, economía y la falta de presencia del establecimiento de salud, por lo que muchos de los adultos jóvenes toman decisiones equivocados o inadecuadas que no les permite tener una vida saludable.

Según la Corporación Universitaria Especializada en Gerencia de labores (66) menciona que un alto porcentaje de mujeres en el mundo son ama de casa, que están dedicadas a los labores del hogar y al cuidado de los hijos, dejando de lado la atención personal en su salud, asimismo existen factores como la falta de información, los costumbres de la familia o la sociedad, que acondicionan a que no tengan ambiciones hacia un futuro adecuado, ende a ello muchas de las mujeres y varones que viven en sociedades que aun practican los costumbres de sus antepasados que no les permite tener o cumplir sus objetivos o metas para mejorar la calidad el estilo de vida.

De la misma forma, los adultos en la población de Jahua, en su mayoría son adulto medio que comprende desde los 30 a 59 años, lo cual indica que los adultos jóvenes de dicha población están fuera de la comunidad en busca de oportunidades o dedicados al estudio con la finalidad de superarse como profesionales y tener un futuro adecuado, ende a ello, en su mayoría se encontró a los de edad medio los cuales están enfocados, centrados en la familia y en el trabajo para mantener el hogar.

En cuanto al factor cultural que respecta al grado de instrucción y religión, se observa que en dicha población más de la mitad mantienen el nivel de educación primaria, esto se debe a la falta de importancia de parte de los padres ya que muchos de ellos por la ideología de sus antepasados tiene pensamientos erróneos de que el estudio son para las personas de alta sociedad o de que las mujeres están hechas solo para formar una familia y tener hijos, además, los adultos de dicha población formaron sus propias familias en temprana edad sin culminar sus estudios ya sea por falta de economía, orientación y educación de los padres o por personal de salud. Esto repercute en estilo de vida del adulto de manera que no lograran cumplir metas o sueños planteados a futuro, ya que al tener mayor nivel de instrucción o educación podemos acceder a empleos mejor renumerados, asimismo, desarrollo de la vida será mucho mejor y así poder satisfacer las necesidades de cada individuo.

Asimismo, la Escuela Nacional de Administración Pública (67) da mención que, el grado de instrucción es un factor para poder alcanzar un nivel de salud adecuada que favorezca el desarrollo y crecimiento tanto social y económico, que influye en la accesibilidad de un mejor empleo, condiciones de

vida satisfactorias y contribuye en mejorar la condición cultural de la sociedad, por lo cual, también conlleva a tener ocupaciones como obreros, ama de casa, empleados, etc., ya que sin la educación las condiciones de vida en su mayoría son deficientes.

También se evidencio que, el adulto del centro poblado de Jahua, más de la mitad son de religión católica, esto porque han venido profesando de generación en generación, que han logrado heredar los hábitos y costumbres de los padres, además, la población en su mayoría participa en la fiesta patronal, lo cual para ellos es un símbolo de fe y esperanza.

En relación al factor social que es el estado civil, ocupación y el ingreso económico de los adultos del centro poblado de Jahua se evidencio que, más de la mitad son de estado civil conviviente, esto porque los adultos no toman importancia en el matrimonio, sino que priorizan otros aspectos como la agricultura, el trabajo, entre otros, asimismo, en cuanto a la ocupación en su mayoría presentaron ser amas de casa, lo cual es un labor que requiere de mucho esfuerzo, además, existen diversos factores que les acondicionan a ello, como la falta de orientación, falta de economía, falta de oportunidades, ideologías de los padres, entre otros, lo cual en la actualidad las mujeres de dicha población tienen el rol del cuidado de la familia y ser madre dejando de lado la priorización de su salud.

Por otro lado, el ingreso económico de la población en estudio está por debajo de los 800 soles, pero asimismo también, se evidencia que un porcentaje de la población tienen el ingreso económico por debajo de los 400 soles mensuales, viendo la realidad de la población probablemente se debe a que

muchos de los adultos trabajan en el campo ya que al no tener estudios culminados no tienen oportunidad de trabajo por ello, se dedican a la ganadería y la agricultura, lo cual, no es suficiente para cubrir las necesidades básicas del hogar y mantener una calidad de vida adecuada, ende a ello, les va dificultar el acceso a servicios sanitarios, chequeos médicos o al acceso de medicamentos y tratamientos, perjudicando en la salud de cada adulto de dicha población.

De acuerdo a la Sociedad Española de Salud Pública y Administrativa Sanitaria (68) la economía es un recurso fundamental dentro de la familia que abarca temas como la educación, nutrición, vivienda, higiene, el acceso a los servicios de salud, etc. Asimismo, menciona que el ingreso económico, es un factor importante que puede minimizar distintos problemas de salud y la falta de esto va acondicionar a que las personas lleguen a presentar patologías que afecte su salud física y emocional.

Los resultados obtenidos se asemejan a la investigación de Vera G (69) en donde el 63.33% son de sexo femenino, el 65.83% con grado de instrucción primaria, el 55.0% son de religión católica, el 40.83% son casados, asimismo el 20.83 % tienen ocupación de ama de casa y el 47.57% (57) tienen con un ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles mensuales.

De la misma forma se asemeja los resultados de su investigación de Morales A (70) En donde concluye que de los 105 los adultos del Asentamiento Humano Fraternidad, muestra que, el 44,0% (46) son de sexo femenino, el 66,0% (69) tienen como grado de instrucción primaria, en cuanto a la religión, el 57,1% (60) son de religión evangélica, asimismo, él 52,31% (55) tienen estado civil de convivientes, por otro lado el 44,0% (46) tienen ocupación amas de casa, y

finalmente el 89% (93) tiene un ingreso económico menor a los 400 nuevos soles.

La semejanza de los dos investigaciones, es porque al igual que en el presente estudio se pudo evidenciar que más de la mitad de los entrevistados son de sexo femenino, esto por la gran mayoría de las mujeres son ama de casa por lo cual se encuentran realizando trabajos de hogar, por lado, se muestra que solo tienen una instrucción de nivel primaria, esto no les permite tener un empleo con una remuneración que les permita cubrir sus necesidades básicas, cumplir objetivos y tener una calidad vida adecuada.

Por otro lado, difiere a los resultados de la investigación, el estudio de Soriano A (71) en donde muestra en sus resultados que, el 46.7% (70) de los adultos participantes son analfabetos, el 51.33% mantienen un estado de civil conviviente, el 53.33 % de ocupación obrero, asimismo, el 47.33% tienen un ingreso económico menor de 500 soles mensuales, del mismo modo, el 70% (105) de los adultos son de religión católica, el 69.3% (104) son de sexo masculino y el 59.33 % con edad promedio de los 36 a 59 años.

Asimismo, difiere a los resultados obtenidos, la investigación Cachique G y López L (72) en donde concluyen que el, 76.6% de los participantes adultos son de sexo masculino y el 62.8% se encuentran entre las edades de 60 a 70 años, asimismo, el 29% de los adultos de dicha población tienen estudios de secundaria completa, el 80% son de religión católica, en cuanto al estado civil, el 67.5% son separados y el 47.6% tienen un ingreso económico de 500 a 1000 soles mensuales.

La investigación, es diferente a los resultados obtenidos del presente estudio porque, en dicha población los adultos en su mayoría son analfabetos esto quiere decir que no han recibido ninguna educación, por lo cual muchos son discriminados, con baja autoestima, tienen frustración de sí misma y además sienten vergüenza de ello, en consecuencia a ello presentan trastornos de salud mental, asimismo, en dicha población tienen muy baja economía que no cubre sus necesidades básicas del hogar repercutiendo en la alimentación de la familia.

En base a los resultados, se demostró que en su mayoría hay adulta media, lo cual indica que en esta etapa comienzan aflorar problemas de salud, asimismo, el factor cultural tiene una implicancia significativa en la salud de la población, ya que, solo tienen estudios de primaria, que no les permite tener un puesto de trabajo con remuneración adecuada y en cuanto al factor cultural los adultos de la población tienen un ingreso económico que no les permite satisfacer sus necesidades y en muchas veces son marginadas por la baja economía que sostienen. Todo lo mencionado son factores que van a conllevar a presentar distintas patologías o enfermedades de salud del adulto en estudio.

A partir de los resultados obtenidos se recomienda a la población de Jahua la priorización de la educación para poder mejorar la calidad de vida de cada individuo, porque a través de ello tendrá más accesibilidad y oportunidades de trabajo, de la misma forma es importante brindar los resultados a las autoridades y a los establecimientos de salud de dicha población con la finalidad de trabajar con nuevas ideas, hacer seguimientos y estrategias para poder fortalecer actitudes y prácticas de una calidad de vida saludable en dicha población.

Tabla 3

Con respecto a la tabla tres, se muestra la relación entre factor biológico y estilo de vida del adulto del centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Ancash, 2021. En donde, al relacionarlo se puede observar que el 51.8% (57) son de sexo femenino, en la cual el 4.5 % (5) tienen un estilo de vida saludable y el 47.3 % (52) presentan un estilo de vida no saludable, por otro lado, el 60 % (66) son de edad adulto joven comprendida desde los 30 a 59 años, en donde 8.2 % (9) muestran un estilo de vida saludable y el 51.8% (57) presentan un estilo de vida no saludable.

Al relacionar el estilo de vida con el sexo utilizando el estadístico Chi-cuadrado de independencia ($\chi^2= 2.3770$, $gl= 1$, $p=3.8415>0.05$), nos indica que no existe relación estadística significativa entre las dos variables de estudio. De la misma manera con el uso de Chi-cuadrada de independencia de criterios ($\chi^2= 0.3784$, $gl=$, $p=5.9915>0.05$) se evidencia que no existe relación estadística significativa entre la edad y el estilo de vida del adulto.

De acuerdo a los resultados obtenidos se puede observar que el estilo de vida y factor biológico no tienen relación alguna, esto porque en dicha población tanto el varón como la mujer tienen las mismas conductas y comportamientos, ya que desde edades muy tempranas adoptan ciertos hábitos y costumbres dentro de la familia o en la sociedad, por lo cual a la medida que se van desarrollando física y emocionalmente van tomando sus propias decisiones, creando sus propios estilos de vida con el fin de vivir adecuadamente.

Según Nola Pender (73) el estilo de vida son conjunto de comportamientos, actitudes y conductas que un individuo adopta y realiza de una

forma individual y que el estilo de vida está relacionado a múltiples factores como la economía, la sociedad que los rodea, la edad, la alimentación, el grado de instrucción, la actividad física, medio ambiente, entre otros, esto va influir de forma positiva o negativa en la salud. Pero al final es depende de la toma de decisión que tenga la persona para mantener un estilo de vida saludable.

Asimismo, se visualiza que no existe relación estadística entre el sexo y el estilo de vida del adulto de dicha población, el sexo no es un factor que afecte el estilo de vida de la persona, ya que tanto la mujer y el hombre, determinan sus propias conductas sin distinción de género, lo cual depende de los conocimientos, intereses propios y el sentido de vida que hayan adoptado en cada etapa de la vida y el valor que le da el adulto a su salud, pero por otro lado, se evidencia que hay adultos jóvenes que por ser hombres están más propensos de adquirir enfermedades, esto porque en dicha comunidad se evidencia que muchos de los adultos jóvenes se dedican a los vicios como el alcohol, juegos de internet, entre otros y tener una vida de libertinaje que les afecta la salud.

De la misma forma, en dicha población cada persona tiene la libertad de tomar decisiones propias en cuanto a los comportamientos, conductas y hábitos, ya que va depender del nivel de conocimiento y habilidades de cada individuo, asimismo, por otro lado, muchos estudios revelan que la edad se relaciona con mantener una calidad de vida adecuada, ya que los hábitos que se optan son de edades muy tempranos y a la medida que uno va creciendo va desarrollando habilidades y destrezas de acuerdo a lo que va adquiriendo en el camino.

Si bien es cierto, estos resultados nos muestran que el estilo de vida no siempre va depender de la edad ni del sexo, ya que está directamente relacionado con los patrones de comportamiento de la persona, en donde está definido por factores como la alimentación, actividad física, el ambiente, entre otros, por lo tanto, esto va determinar el estilo de vida de la persona ya que va depender de la decisión de la persona en mantener un estilo de vida saludable o no saludable.

Los resultados obtenidos son semejantes a la investigación de Flores N (74) donde en su resultado muestra que no existe relación estadística entre el estilo de vida y el factor biológico del adulto del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, la Joya – Arequipa.

De la misma forma, son semejantes al estudio de Palacios N (75) en donde muestra en sus resultados que el factor biológico y el estilo de vida, no tienen relación estadísticamente significativa entre ambas variables del adulto del Distrito de Llama- Piscobanba, 2018.

Los resultados, de los dos estudios citados, son similares al presente estudio ya que, en los dos estudios se evidencia que no existe relación entre factor biológico y estilo de vida, lo cual, nos indica que el sexo no repercute la calidad de vida de la persona, ya que muchos adultos de ambas poblaciones tienen hábitos y conductas de acuerdo a la enseñanza de la familia, además de ello, cada individuo es libre de tomar decisiones propias que sean beneficiosos para su salud.

Por otro lado, Zenón A (76) difiere a los resultados obtenidos de la investigación, teniendo como conclusión en su investigación que, si existe

relación estadística entre el estilo de vida y factor biológico del adulto del del distrito de Caraz – Áncash.

Al igual, los resultados de Sosa F (77) difiere a los resultados obtenidos de la investigación, ya que muestra que al relacionar el factor biológico y el estilo de vida utilizando el estadístico Chi- cuadrado de independencia se encontró que si existe relación entre ambas variables.

Los resultados de los estudios mencionados, difieren al presente estudio, porque se muestra que, si existe relación entre el factor biológico y estilo de vida, ya que nos menciona que en dicha población los padres tienen prioridad para sus hijos varones, brindándoles ayuda económicamente o psicológicamente en sus estudios, pero a las mujeres dejan de lado sin brindarles la oportunidad de ser alguien en la vida. Asimismo, en dicha población la mayoría son de sexo femenino, lo cual menciona que las mujeres tienen hijos de muy temprana edad, ello les obliga a trabajar sin haberse desarrollado adecuadamente, eso más adelante no les permite a tener una calidad de vida adecuada.

Por lo tanto, no existe relación entre el factor biológico y estilo de vida en la población de Jahua, por lo que la salud no depende del sexo ni de la edad, ya que cada individuo tiene la responsabilidad y la decisión propia de adoptar y mantener conductas que puedan influir para la mantención de una calidad de vida saludable, teniendo en cuenta que, el estilo de vida son conjunto de comportamientos, actitudes y conductas que un individuo adopta y realiza de una forma individual con la finalidad de satisfacer sus necesidades y poder alcanzar el desarrollo individual.

Ende a ello se puede sensibilizar, orientar y educar a la familia de dicha población a treves del personal de salud y autoridades sobre la importancia de del desarrollo en cada etapa de la vida, asimismo, sobre la igualdad de género con la finalidad de cambiar sus pensamientos y comportamientos dentro de la sociedad.

Tabla 4

Después de obtener los resultados, al relacionarlos entre el factor cultura y estilo de vida del adulto del centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Ancash, 2021, se muestra que el 40.9% (45), tienen grado de instrucción primaria, en donde el 4. 54% (5) presentan un estilo de vida saludable y el 36.4 % (40) tienen un estilo no vida saludable, por otro lado, el 84.5% (93) son de religión católica, en el cual, 10.9 % (12) tienen un estilo de vida saludable y el 73.6 % (81) presentan un estilo de vida no saludable.

Al realizar la relación entre el grado de instrucción y el estilo de vida, empleando el estadístico Chi-cuadrado de independencia ($\chi^2= 1.4909$, $gl= 3$, $p= 7.81473 > 0.05$), nos indica que no existe relación estadística significativa entre las dos variables. De la misma forma empleando el estadístico Chi-cuadrado de independencia ($\chi^2= 0.2746$, $gl= 2$, $p= 5.99146 > 0.05$), lo cual indica que no existe relación estadística entre religión y estilo de vida del adulto.

Después de analizar los resultados obtenidos de la investigación, se puede decir que el estilo de vida y la educación no siempre van estar relacionados, ya que los estilos de vida se alcanza obtener desde edades muy tempranas, a través de hábitos y prácticas que se adquieren durante el camino de

la vida, en donde muchas personas van modificando o cambiando algunas conductas o comportamientos que estén afectando la salud de cada persona y en la población estudiada muchos de los adultos han adquirido los hábitos y costumbres de los antepasados lo cual siguen practicando.

Según Pender (78) mantener un estilo de vida saludable o no saludable está relacionado con las características individuales, actitudes, motivación propia y con los factores personales, por lo cual indica que la decisión acerca del cuidado personal sobre su propia salud es individual además de ello requiere el compromiso y responsabilidad de sí mismo para poder disfrutar una vida sana sin problemas de salud.

Por lo tanto, en la población en estudio se muestra que más de la mitad tienen nivel de instrucción primaria, esto porque muchos de ellos formaron sus propias familias y tuvieron hijos a temprana edad, lo cual, ya nos le permitió seguir estudiando y a esto se suma la falta de economía en dicha población ya que limita y no les permite a superarse profesionalmente, si bien es cierto, la población estudiada es una zona rural en donde los padres generalmente trabajan en el campo haciendo participar a los hijos dejando de lado los estudios, ende a ello, muchos adultos tienen desconocimiento de las medidas preventivas de salud por falta de información y lectura, esto puede conllevar a presentar problemas de salud.

Asimismo, se evidencia que en la población estudiada en su mayoría son de religión católica y solo un porcentaje mínimo de religión evangélica, en donde indica que la población participa a través de ceremonias católicas que se realizan los días domingos en la misma población y que esta religión católica no tiene

exigencias ni compromisos, por lo cual las personas de esta comunidad optan mantenerse en ello, con la finalidad de enriquecerse espiritualmente y buscar cada uno sus beneficios a través de la fe y oraciones.

Por lo tanto, la religión no afecta el estilo de vida de la persona, porque en cada localidad tienen costumbre y creencias que respetan de sus antepasados, lo cual les fortalece como persona y los lleva a diferenciar el bien y el mal, pero el estilo de vida es el comportamiento que adopta el ser humano sin distinción de religión que pertenezca, lo cual no perjudica a la población estudiada.

Asimismo, en dicha población uno de los factores que acondicionan en mantener un estilo de vida, ya sea saludable o no, es la sociedad y los conocimientos, esto implica en la toma de decisión y optar los estilos de vida de acuerdo a las opciones que presentan en cada etapa de la vida, ende a ello los adultos son responsables de las conductas o comportamientos. Pero, como se puede evidenciar en los resultados se muestra que el factor cultural no tiene relación alguna con el estilo de vida, por lo tanto, no depende de ello para poder mantener una vida saludable.

Los resultados obtenidos son casi similares a los de Vera G (79) en donde en su investigación muestra que no existe relación estadística significativa entre el factor cultural y el estilo de vida, ya que el grado de instrucción no tiene relación con el estilo de vida y asimismo la región no tiene relación significativa con el estilo de vida del adulto de la Urbanización Cáceres Aramayo, Nuevo Chimbote.

Del mismo modo, la investigación es similar a los resultados de Orbegoso A (80) en donde concluyó en su estudio de investigación, al relacionar

las dos variables que es el estilo de vida y factor cultural, encontró que no existe relación estadística significativa entre las dos variables de estudio.

Los resultados de las dos investigaciones son casi similares a la presente investigación por que, muestra que el factor cultural y el estilo de vida no tienen relación estadística en dichas poblaciones estudiadas, esto porque el grado de instrucción no garantiza que cada persona pueda optar mantener un estilo de vida insalubre, ya que con esfuerzo y dedicación se puede cumplir metas u objetivos, asimismo, hacen mención que, la religión no determina el estilo de vida ya que todos los hábitos y conductas son aprendidas en cada etapa de la vida, por lo cual en dichas poblaciones el factor cultural no tiene influencia en la calidad de vida que adopten según los resultados de los dos investigaciones.

Zenón A (81) difiere a los resultados obtenidos de la investigación, ya que muestra en su estudio que, el factor cultural y el estilo de vida de los adultos, que si existe relación estadística significativa en el adulto del distrito de Caraz-Ancash, 2020.

Asimismo, Llatas C (82) difiere a los resultados obtenidos de la investigación, en donde al relacionarlos entre el factor cultural y el estilo de vida obtuvo los siguientes resultados: el grado de instrucción y el estilo de vida utilizando el estadístico Chi-cuadrado de independencia encontró que, si existe relación estadísticamente significativa, pero entre, la religión y el estilo de vida no existe relación estadísticamente significativa en donde se aplicó también el chi-cuadrado.

Por consiguiente, ambos resultados obtenidos difieren al presente estudio, esto porque muestran que, el factor cultural y el estilo de vida si tienen

relación estadística significativa, en donde mencionan que el factor cultural juega un papel muy importante dentro de la sociedad, ya que en ambos estudios en cuanto el grado de instrucción en su mayoría presenta estudio de educación primaria, esto indica que no tienen conocimientos, habilidades cognitivas e información necesaria para la mantención de un estilo de vida saludable, asimismo, mencionan que la religión es un determinante de la salud, ya que en dicha población respetan sus creencias y normas que poseen como por ejemplo: no consumir carne de res, sangrecita, entre otros.

En base a los resultados se evidencia que, el factor cultural y el estilo de vida no tienen relación estadística, ende a ello, podemos decir que este factor no garantiza que la población en estudio tenga conductas y hábitos insalubres, ya que, el estilo de vida no saludable está relacionado a comportamientos y actitudes que cada persona adopte según su decisión y de mejor le parezca para su salud, al igual que la religión es la creencia que heredaron de sus padres y que no implica en que el adulto tenga un estilo de vida saludable o no saludable.

Frente a los resultados obtenidos, podemos recomendar seguir adquiriendo los conocimientos y fortaleciendo los comportamientos y conducta que les conlleve a tomar decisiones adecuada a favor de la salud, asimismo podemos proponer a las autoridades de la comunidad o regionales implementar nuevas estrategias que ayuden en la educación de la población y, asimismo, hacer partícipe a toda la población en sesiones educativas sobre el respeto de los costumbres o creencias que posee la sociedad para mantener la culturalidad.

Tabla 5

En la presente tabla, respecto a la relación entre los factores sociales y el estilo de vida del adulto del centro poblado de Jahua- Jangas- Huaraz- Ancash, 2021, los resultados obtenidos son los siguiente: El 41.8% (46) son de estado civil conviviente, en la cual 5.5% (6) presenta un estilo de vida saludable y el 36.4% (40) tiene un estilo de vida no saludable, de la misma manera, el 41.8% (46) tienen una ocupación de ama de casa, en donde 3.5% (4) tienen un estilo de vida saludable y el 38.3% (42) presentan un estilo de vida no saludable, por otro lado, el 36.4%(40) tienen un ingreso económico de 601 a 800 nuevo soles, en donde 5.5% (6) presentan un estilo de vida saludable y el 30.9% (34) tienen un estilo de vida no saludable.

En cuanto a la relación entre el estado de civil y el estilo de vida, utilizando el estadístico Chi-cuadrado de independencia ($\chi^2= 1.9392$, $gl= 1$, $p= 9.48773 >0.05$) nos señala que no existe relación estadística significativa entre las dos variables, asimismo, utilizando el estadístico Chi-cuadrado de independencia ($\chi^2= 3.9827$, $gl= 4$, $p=9.48773 > 0.05$) se encontró que no existe relación entre ocupación y estilo de vida, por último, empleando el estadístico Chi-cuadrado de independencia ($\chi^2= 3.626$, $gl= 4$, $p= 9.48773 >0.05$) en donde se encuentra que no existe relación estadística entre ingreso económico y estilo de vida.

Al analizar los resultados obtenidos, se puede evidenciar que no existe relación entre estado civil y el estilo de vida del adulto de la población de Jahua, lo cual nos indica que el estado civil de la persona no es un determinante para mantener un estilo de vida no saludable, comprobándose que estar soltero,

conviviente, casado, divorciado o viudo, no influye en la toma de decisiones sobre sus comportamientos o hábitos del adulto que adoptan en dicha población.

Nola Pender (83) refiere que cada persona tiene distintas conductas y comportamientos ya sea positivas o negativas que puedan obstaculizar o mejorar su salud, por lo tanto, la salud de la persona va ser resultado del comportamiento individual, asimismo el compromiso personal es muy importante para poder lograr la mantención de un estilo de vida saludable, ende a ello, la decisión de tener una vida saludable es propia e individual.

De la misma forma en los resultados nos muestra que no existe relación estadística entre la ocupación y estilo de vida, esto se debe a que a pesar de que no tengan un empleo adecuado que pueda satisfacer sus necesidades, ya sea estable o no, la ocupación no contribuir a que la población adulta tenga o no un estilo de vida saludable, ya que no depende de ello la decisión que tomen en tener comportamientos y participar en lo bueno y en lo malo, pero viendo la realidad y evidenciando muchos estudios de otros autores podemos decir que si puede repercutir en la mantención de un estilo de vida saludable ya que, al no tener una ocupación adecuada, muchas personas carecen de falta de ingreso económico, falta de educación y alimentación.

Lo cual, esto nos indica que mantener un estilo de vida saludable va depender de las conductas como una buena alimentación balanceada, mantener una actividad física adecuada, manejo del estrés, etc. Estos son algunos de los indicadores que va a conllevar a que la persona tenga un estilo de vida saludable, pero se puede evidenciar en la presente estudio que el factor social no implica en la mantención de un estilo de vida saludable, ya que, hay que tener en cuenta

que el comportamiento o conducta que conlleven a tomar decisiones son individuales para beneficio propio, por ello ser ama de casa no implica en tener obligaciones más allá de los que pueda lograr ya que el amor propio siempre tiene que estar presente.

Por otro lado, el ingreso económico de la población no está en un promedio alto, por lo que los adultos de la población se dedican más al trabajo en el campo y a la ganadería lo cual no es suficiente para cubrir las necesidades básicas del hogar, ya que, la distribución de ello, son en diversos recursos como: alimentación, educación, vestimenta, salud, entre otros, esto nos indica que, si repercute en la salud de las personas de dicha población, porque muchas veces, las personas se quedan sin poder adquirir variedad de alimentos, un ambiente adecuado o ir a realizarse chequeos anuales para prevenir distintas enfermedades.

Estos resultados se asemejan a los resultados de la investigación de Llatas C (84) en donde concluyó que no existe relación estadística significativa entre estilo de vida y factor social, ya que en el estudio se evidencio que tanto la variable ocupación, ingreso económico no tiene relación con el estilo de vida y se encontró que el estado civil no cumple la condición para su aplicación de chi cuadrada ya que el 20% de frecuencia son inferiores que a 5.

Asimismo, los estudios Morales L (85) son similares a los resultados del presente estudio, ya que en su resultado de investigación muestra, al relacionarlo entre los factores sociales y el estilo de vida, utilizando el estadístico Chi – cuadrado de que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Los dos estudios de investigación son semejantes al presente resultado, ya que nos muestran que no existe relación estadística entre el factor social y el estilo de vida, esto porque los adultos de la población estudiada en ambas investigaciones, mencionan que el factor social no determina que uno pueda optar y tomar decisiones propias y que en su mayoría se evidencia la influencia de la familia y de la sociedad.

Ordiano C (86) muestra resultados diferentes a la investigación, en donde en su tesis que lleva por título estilo de vida y factor biosociocultural del adulto, se encontró que, en el factor social y estilo de vida, si existe relación estadística significativa, en donde utilizando el estadístico chi cuadrada de independencia se encontró la ocupación, estado civil e ingreso económico con relación estadística significativa entre ambas variables.

De mismo modo difiere la investigación de Haro R (87) en donde muestra al relacionarlo entre factores sociales y el estilo de vida los siguientes: el factor estado civil y el estilo de vida muestra que si existe relación estadística significativa entre ambas variables, pero entre la ocupación y el estilo de vida se encontró que no existe relación estadística significativa, sin embargo, entre el ingreso económico y el estilo de vida se encontró que, si existe relación estadística en donde se aplicó la chi cuadrada al relacionarlos.

Asimismo, los dos estudios difieren a los resultados de la investigación, por mostrar resultados opuestos, en donde indican que, si existe relación estadística significativa entre el factor social y el estilo de vida, dando como sustento que la educación y la economía van a permitir a obtener las necesidades del hogar como: un trabajo estable, vivienda adecuada, alimentación variada,

entre otros, permitiendo que los adultos tengan un estilo de vida saludable en dicha población.

Por lo tanto, se demostró que no existe relación entre el factor cultural y el estilo de vida del adulto de la población en estudio, esto nos indica que el factor cultural no determina los hábitos y comportamientos que adoptan a largo de cada etapa de la vida cotidiana, ya que cada persona toma decisiones de acuerdo a sus necesidades, por otro lado, muchos adultos no cuentan con una ocupación adecuado, asimismo, el ingreso económico de la población es bajo, lo cual no les permite mantener un estilo de vida saludable perjudicando la salud de la población de Jahua.

De acuerdo a los resultados obtenidos, podemos orientar a los padres de dicha comunidad sobre la importancia de la educación, con la finalidad de que puedan mejorar el estilo de vida a través de conocimientos, informaciones y poder mantener una vida saludable.

VI. CONCLUSIONES

- Se valoró los estilos de vida del adulto en centro poblado de Jahua en donde se encontró que la mayoría presentan un estilo de vida no saludable y menos de la mitad un estilo de vida saludable.
- Se identificó los factores biosocioculturales en el adulto de centro poblado de Jahua, encontrando que, más de la mitad son de sexo femenino y de ocupación ama de casa; la mayoría son de edad adulto medio; menos de la mitad; tienen grado de instrucción primaria, son de estado civil conviviente y tienen ingreso económico de 601 a 800 nuevos soles; casi todos son de religión católica.
- No existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y factor biosociocultural del adulto de centro poblado de Jahua.

VII. RECOMENDACIONES

- Dar a conocer los resultados obtenidos de la investigación, a las autoridades del puesto de salud de Jahua, autoridades regionales de salud y autoridades locales, con la finalidad de que puedan contribuir con nuevas estrategias enfocados en la adopción de un estilo de vida saludable en los adultos de centro poblado de Jahua.
- Coordinar con las autoridades de la municipalidad de centro poblado de Jahua y con el representante de UGEL para promover e implementar programas de cursos de alfabetización de adultos con el fin de mejorar el nivel educativo y los conocimientos e impulsar la igualdad de género y erradicar la pobreza de la comunidad.
- Gestionar conjuntamente con el alcalde del centro poblado de Jahua, al establecimiento de salud para su reactivación de estrategias de promoción y prevención de salud, orientados en un estilo de vida saludable, partiendo de un entorno saludable, en salud emocional, vivienda saludable, haciendo partícipe a los adultos de la comunidad de Jahua.
- Brindar los resultados obtenidos a la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote teniendo como medio de incentivo hacia los estudiantes de la carrera de enfermería con la finalidad de que sigan profundizando el estudio del mismo tema relacionando con otras variables para su intervención en la etapa adolescente y adultez en otras comunidades.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud (OMS). Envejecimiento y ciclo de vida. [Internet]. 2020. [consultado el 31 de marzo de 2021]. Disponible en: <https://mundomayorpr.com/oms/envejecimiento-y-ciclo-de-vida/>
2. Organización de las Naciones Unidas (ONU). Enfermedades relacionadas con el estilo de vida: Una carga económica para los servicios de salud. [Internet]. 2020. [consultado el 13 de abril de 2021]. Disponible en: <https://www.un.org/es/chronicle/article/enfermedades-relacionadascon-el-estilo-de-vida-una-carga-economica-para-los-servicios-de-salud>
3. Organización Panamericana de la Salud (OPS), Organización Mundial de la Salud (OMS). Cuáles son las principales amenazas a la salud en 2019. [Internet]. 2020. [consultado el 13 de abril de 2021]. Disponible en: https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=14916:ten-threats-to-global-health-in-2019&Itemid=135&lang=es
4. Organización Panamericana de Salud (OPS). El estilo de vida como problema de salud público en México. Rev CES Salud Publica. [Internet]. 2018. [Consultado el 23 octubre de 2020]. 9 (11). Disponible en: https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/51352/OPSNMH19012_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y
5. La Organización de Naciones Unidas para la educación, la ciencia y cultura (UNESCO) y OMS. Informe mundial sobre aprendizaje y la educación de los adultos. [Internet]. 2020. [Consultado el 23 octubre de 2020]. Disponible en: <https://uil.unesco.org/fileadmin/keydocuments/AdultEducation/es/GRALESpanisch.pdf>

6. Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). Características de la población. Perú: Perfil Sociodemográfico, 2017. [Internet]. 2020. [consultado el 13 de abril de 2021]. Disponible en: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1539/cap01.pdf
7. Ministerio de Salud (MINSA). Análisis de la situación de salud del Perú. Editor: Centro Nacional de Epidemiología, prevención y control de enfermedades. [Internet]. 2019. [consultado el 13 de abril de 2021]. Disponible en: https://www.dge.gob.pe/portal/docs/asis/Asis_peru19.pdf
8. Rodríguez J. Ciudadanos empoderados hacia estilos de vida saludable. [Internet].2019. [consultado el 13 de abril de 2021]. Disponible en: <https://www.esan.edu.pe/conexion/actualidad/2019/08/27/ciudadanos-empoderados-hacia-estilos-de-vida-saludable/>
9. Banco Mundial. Perú panorama general. [Internet].2021. [Consultado el 13 de abril de 2021]. Disponible en: <https://www.bancomundial.org/es/country/peru/overview>
10. Minaya O. Diresa revela que 4% de la población Ancashina padece de diabetes Mellitus. Editor: Áncash Noticia, [Internet]. 2019. [Consultado el 13 de abril de 2021]. Disponible en: <https://ancashnoticias.com/2019/11/15/diresa-revela-que-4-de-la-poblacion-ancashina-padece-de-diabetes/>
11. Dirección Regional de Educación Ancash. Proyecto educativo regional. [Internet].2021. [Consultado el 13 de abril de 2021]. Disponible en: [http://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con4_uibd.nsf/0CFB5F7B4312F87305257D0A006021B5/\\$FILE/Proyecto_Educativo_Regional.pdf](http://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con4_uibd.nsf/0CFB5F7B4312F87305257D0A006021B5/$FILE/Proyecto_Educativo_Regional.pdf)

12. Vera C, Telenchana J. Estilo de vida de los comerciantes de verduras del mercado feria libre El Arenal, Cuenca, Ecuador 2018. [Internet]. [Consultado el 20 de enero del 2023] Disponible en: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/31337#>
13. Serrano M. Estilo de vida y estado nutricional del adulto mayor del centro de salud Venezuela de la ciudad de Machala, 2018. [tesis de licenciatura en Educación en Internet]. [consultado el 21 de enero de 2023]. Disponible en: <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/20628/1/TESIS%20MARRIA%20SERRANO.pdf>
14. Guarate Y, Toapaxi E. Influencia del estilo de vida en el estado de salud de los adultos mayores del sector la unión en el barrio Alpamalag perteneciente al cantón Pujilí, provincia de Cotopaxi, Ecuador, 2019. [Tesis de licenciatura en Enfermería en Internet]. [Consultado el 15 de abril de 2021]. Disponible en: <http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/29449>
15. Flore N. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, la Joya – Arequipa, 2018. Universidad los ángeles de Chimbote [tesis para optar licenciatura en internet]. [Consultado el 06 de abril de 2021]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/3077/ADULTO_ESTILO_DE_VIDA_FLORES_TORRES_NOEMI%20NOELIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
16. Dioses C. Estilos de Vida y Factores socioculturales en pacientes Adulto, Centro de Salud La Matanza Piura - 2018. Universidad San Pedro. [tesis para optar licenciatura en internet]. [Consultado el 09 de abril de 2021]. Disponible

en:http://repositorio.usanpedro.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/11831/tesis_60127.pdf?sequence=1&isAllowed=y

17. Echabautis A, Gómez Y, Zorrilla A. Estilos de vida saludable y factores biosocioculturales en los adultos de la agrupación familiar Santa Arosa de San Juan de Lurigancho, 2019. Universidad María Auxiliadora. [tesis para optar licenciatura en internet]. [Consultado el 09 de abril de 2021]. Disponible en: <https://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12970/206/47-2019%20%28Final%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
18. Zenón A. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Caraz - Ancash, 2020. Universidad los ángeles de Chimbote [tesis para optar licenciatura en internet]. [Consultado el 06 de abril de 2021]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19047/ESTILOS_FACTORES_ANICETO_TOLENTINO_ZENON_ANTONIO.pdf?sequence=1
19. Soriano A. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Shiqui - Cátac, 2020. Universidad los ángeles de Chimbote [tesis para optar licenciatura en internet]. [Consultado el 06 de abril de 2021]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/16781/ADULTOS_ESTILO_DE_VIDA_SORIANO_CORONEL_AMY_MINERVA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
20. Ordiano C. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los Adultos del Caserío de Queshcap, Huaraz, Perú, 2018. Universidad Católica los Ángeles Chimbote, [tesis para optar licenciamiento de internet]. [Consultado 15 de abril

de 2021]. Disponible en:

[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/7788/ESTILO DE VIDA ADULTOS ORDEANO FIGUEROA CAROLINA MAGDALENA.pdf?sequence=1](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/7788/ESTILO_DE_VIDA_ADULTOS_ORDEANO_FIGUEROA_CAROLINA_MAGDALENA.pdf?sequence=1)

21. Velasco C. El modelo como marco descriptivo dentro de las investigaciones sobre *Cryptosporidium*. Del grupo de investigación Gastrohnutp de la universidad del valle del Cali, Colombia. Rev. Gastrohnutp. [Internet]. 2017 [Consultado 19 de abril de 2021]. Vol. 17(3). Disponible en: <https://revistas.univalle.edu.co/index.php/gastrohnutp/article/view/1353>
22. Material didáctico: Estilo de vida y promoción de la salud. Determinantes de salud. Modelo y teorías del cambio en conducta de salud. [Internet]. 2017 [Consultado 19 de abril de 2021].). Disponible en: <http://grupo.us.es/estudiohbsc/images/pdf/formacion/tema4.pdf>
23. Acevedo G, Martínez D, Utz L. La salud y sus determinantes. La salud pública y la medicina preventiva. Editorial: Manual de medicina preventiva y social. [Internet]. 2017 [Consultado 19 de abril de 2021].). Disponible en: <http://preventivaysocial.webs.fcm.unc.edu.ar/files/2014/04/MPyS-1-Unidad-1-Determinantes-de-la-Salud-V-2013.pdf>
24. Cheesman S. Determinantes del proceso salud enfermería. Universidad de San Carlos de Guatemala. [Internet]. 2016 [Consultado 19 de abril de 2021].). Disponible en: <https://saludpublica1.files.wordpress.com/2015/01/doc-determinantes-proceso-s-e.pdf>

25. Villar M. Factores determinantes de la Salud: Importancia de la prevención. Rev. Acta Med Per. [Internet]. 2017 [Consultado 19 de abril de 2021] Vol. 28 (4). Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/amp/v28n4/a11.pdf>
26. Dávalos M. Determinante de la salud. [Internet]. 2017 [Consultado 19 de abril de 2021]. Disponible en: <https://www.binasss.sa.cr/opac-ms/media/digitales/Diagn%C3%B3stico%20de%20salud.%20Los%20determinantes%20de%20la%20salud.pdf>
27. Atlas Mundial de la Salud. Estilo de vida y factores de riesgo. [Internet]. 2022. [Consultado 05 de mayo de 2022]. Disponible en: <http://www.atlasdelasalud.org/seccion.aspx?idbloque=4>
28. Arrechadora I. Nola Pender: Bibliografía y Teoría. [Internet]. 2021 [Consultado 19 de abril de 2021]. Disponible en: <https://bit.ly/3BQEIT2>
29. Meiriño J, Vásquez M, Simonetti C, Palacio M. El cuidado. [Internet]. 2018 [Consultado 19 de abril de 2021]. Disponible en: <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/nola-pender.html>
30. Guecha P, López K. Promoción de la salud y factores que influyen en los estilos de vida saludable de los docentes del colegio integrado Juan Atalaya según la teoría de Nola Pender, 2018. Universidad de Santander “UDES” Campus Cucuta. [Internet]. [Consultado 19 de abril de 2021]. Disponible en: <https://repositorio.udes.edu.co/bitstream/001/4069/1/PROMOCI%C3%93N%20DE%20LA%20SALUD%20Y%20FACTORES%20QUE%20INFLUYEN%20EN%20LOS%20ESTILOS%20DE%20VIDA%20SALUDABLE%20DE%20LOS%20DOCENTES%20DE.pdf>

31. Organización Mundial de la Salud (OMS). Estilo de vida saludable. [Internet]. 2020. [Consultado 19 de abril de 2021]. Disponible en: <https://www.doktuz.com/wikidoks/prevencion/estilos-de-vida-saludable.html>
32. Colegio Médico Colombia. En busca de un estilo de vida saludable. Rev. CMC. [Internet]. 2018. [Consultado 19 de abril de 2021]. Disponible en: <https://sersaludables.org/en-busca-de-un-estilo-de-vida-saludable/>
33. Organización Mundial de la Salud (OMS). Envejecimiento y Salud. [Internet]. 2018. [Consultado 19 de abril de 2021]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/envejecimiento-y-salud>
34. Alorda T. Evolución biofisiológica en la adultez. Editor: Col-legi Oficial DInfermeres, Barcelona, 2021. [Internet]. 2018. [Consultado 19 de abril de 2021]. Disponible en: https://www.infermeravirtual.com/esp/situaciones_de_vida/aduldez#:~:text=Se%20puede%20definir%20la%20etapa,los%2060%20y%20los%2065
35. Escalante V. Beneficios de consumo de alimentos. Rev. Editorial: Centro de investigación de ciencia y tecnología, México. [Internet]. 2018. [Consultado 19 de abril de 2021]. Disponible en: <https://www.uv.mx/cienciauv/blog/beneficiosdeconsumodealimentosfuncionales/#:~:text=Los%20alimentos%20funcionales%2C%20consumidos%20rutinariamente,ayudan%20en%20la%20prevenci%C3%B3n%20de>
36. Instituto de nutrición de Centro Americano. Alimentación en la salud. Editorial: INCAP. Panamá. [Internet]. 2018. [Consultado 19 de abril de 2021]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/3-10-2010-seguridad-alimentaria-nutricional>

37. Ceballos O, Álvarez J, Median R. Actividad física y calidad de vida en adultos mayores. [Internet]. México: Editor; El manual moderno,2016. [Consultado el 23 octubre de 2020]. Disponible en: <http://eprints.uanl.mx/4476/1/Capitulos%20de%20libro.pdf>
38. Organización mundial de la salud (OMS). Actividad física en los adultos. [Internet]. 2021. [Consultado el 23 octubre de 2020]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
39. Juárez C. Cómo ayudar a los adultos mayores a manejar el estrés. [Internet]. 2017. [Consultado el 23 octubre de 2020]. Disponible en: <https://www.transformatuestres.com/como-ayudar-a-los-adultos-mayores-a-manejar-el-estres/>
40. Instituto de Políticas Públicas en salud (IPSUSS). Tercera edad: la importancia de las relaciones interpersonales. Editorial: Universidad San Sebastián, Costa Rica. [Internet]. 2018. [Consultado el 23 octubre de 2020]. Disponible en: <http://www.ipsuss.cl/ipsuss/columnas-de-opinion/eduardo-sandoval/tercera-edad-y-la-importancia-de-las-relaciones-interpersonales/2018-03-06/172633.html>
41. Rodríguez G. Autorrealización en la vejez. Editorial: Aula Mayor. [Internet]. 2017. [Consultado el 23 octubre de 2020]. Disponible en: <https://www.aulamayor.com/autorrealizacion-en-la-vejez/>
42. Limia M. Cambio de mentalidad: Responsabilidad de salud, Rev. Index Emferm. Madrit. [Internet]. 2017. [Consultado el 23 octubre de 2020]. Vol. 19(1). Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-

12962010000100009#:~:text=La%20responsabilidad%20ante%20nuestra%20salud,un%20riesgo%20para%20la%20salud

43. Sosa S. Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores que acuden al centro de salud Materno Infantil el Socorro Huaura, 2020. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. [Internet]. 2020. [Consultado el 23 octubre de 2020]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19269/ADU_LTO_MAYOR_ESTILO_VIDA_SOSA_PILLHUAMAN_SILVIA_DORIS.pdf?sequence=1
44. Mata D. factores que influyen en la salud. [Internet]. 2020. [Consultado el 23 octubre de 2020]. Disponible en: <https://www.vitalseguro.com/blog/salud/factores-que-influyen-en-la-salud/>
45. Nieto P. Factores culturales que influyen la conducta del consumidor. [Internet]. 2019. [Consultado el 23 octubre de 2020]. Disponible en: <https://www.abc.com.py/articulos/factores-culturales-que-influyen-en-la-conducta-del-consumidor-5874.html>
46. Guevara P. Factores Sociales, Culturales en el Centro poblado de alto Trujillo atendidas en la defensoría de la mujer, Perú, 2017. Universidad Nacional de Trujillo. [Internet]. 2018. [Consultado el 23 octubre de 2020]. Disponible en: <https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/11979/PAOLA%20GUEVARA%20CRUZ.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
47. Baena G. Métodos cuantitativos: herramientas para la investigación en salud. 3a. Ed. Editorial: Patricia. [Internet]. 2017. [Consultado 4 de mayo del 2021]. Disponible en:

[http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales de consulta/Drogas de Abuso/Articulos/metodologia%20de%20la%20investigacion.pdf](http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/metodologia%20de%20la%20investigacion.pdf)

48. Lazano M. Estilo de vida saludable para el adulto. [Internet]. 2020. [Consultado el 4 de mayo del 2021]. Disponible en: <http://www.index-f.com/dce/17pdf/17-351.pdf>
49. Martínez J. El entorno general y el entorno específico. [Internet]. 2018. [Consultado el 4 de mayo del 2021]. Disponible en: <http://www.econosublime.com/2018/12/entorno-general-entorno-especifico.html>
50. Álvarez M. La correlación de lo biológico y lo social en el hombre como principio metodológico de las ciencias médica. [Artículos de internet] .2017 [consultado el 22 de abril del 2021]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552001000700008
51. Giménez V. La religión ante los problemas sociales. [Internet]. 2020. [Consultado el 22 de abril del 2021]. Disponible en: <http://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/gt/20200604051639/Beliveau-La-religion.pdf>
52. Vásquez E, Morales J. Influencia del grado de instrucción y ocupación de los padres en el desarrollo socio emocional. [Internet]. 2018. [Consultado el 22 de abril del 2021]. Disponible en: <https://revista.usanpedro.edu.pe/index.php/CPD/article/view/232>

53. Registro Nacional de Identificación y Estado Civil (Reniec). Estado civil. [Internet]. 2018. [Citado 2 de abril del 2021]. Disponible en: <https://www.reniec.gob.pe/portal/detalleNota.htm?nota=232>
54. Ministerio de trabajo y promoción del empleo (MTPA). Ocupación. [Internet].2021. [Consultado 4 de mayo del 2021]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/mtpe/noticias/576491-cuales-fueron-las-ocupaciones-con-mayor-demanda-durante-el-2021>
55. Bárcena A. Ingreso económico. [Internet] . 2020. [Consultado el 22 de abril del 2021]. Disponible en: https://www.cepal.org/sites/default/files/presentation/files/version_final_para_conferencia_de_prensa-1045am.pdf
56. Olivero F. Confiabilidad y Validez de los Instrumentos. [Internet].2017. [Consultado 4 de mayo del 2021]. Disponible en: <https://es.slideshare.net/ug-dipa/capitulo-3-confiabilidad-y-validez-de-los-instrumentos>
57. Universidad Católica los ángeles de Chimbote. Código de ética para la investigación. [Internet]. 2019. [Consultado el 22 de abril del 2021]. Disponible en: <https://www.uladech.edu.pe/images/stories/universidad/documentos/2019/codigo-de-etica-para-la-investigacion-v002.pdf>
58. Organización Panamericana de Salud (OPS). Alimentación saludable, 2022. [Internet]. [Consultado el 17 febrero de 2022]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/alimentacion-saludable>
59. Barrera D. Revisión teórica sobre los efectos de la actividad física en el adulto mayor, 2021. Universidad de ciencias aplicadas y ambientales. Rev. Actividad

- física. [Internet]. [Consultado el 17 febrero de 2022]. Disponible en:
<https://revistas.udca.edu.co/index.php/rdafd/article/view/1937>
60. Organización Mundial de la Salud (OMS). Salud mental y covid-19. [Internet]. 2021.[Consultado el 19 febrero de 2022]. Disponible en:
<https://www.paho.org/es/salud-mental-covid-19>
61. Ministerio de Salud (MINSA). Automedicación dificulta diagnóstico de enfermedades y podría provocar la muerte. [Internet]. 2021. [Consultado el 24 febrero de 2022]. Disponible en:
<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/505041-minsa-automedicacion-dificulta-diagnostico-de-enfermedades-y-podria-provocar-la-muerte>
62. Soriano A. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Shiqui - Cátac, 2020. Universidad los ángeles de Chimbote [tesis para optar licenciatura en internet]. [Consultado el 06 de abril de 2021]. Disponible en:
http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/16781/ADULTOS_ESTILO_DE_VIDA_SORIANO_CORONEL_AMY_MINERVA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
63. Avila M, Erices L, Muñoz G, Vidal Y. Estilos de vida y nivel de actividad física en personas adultas mayores de Ymca Concepción y grupo nuestra señora de Guadalupe De Hualpén, Chile, 2017. [tesis de licenciatura en Educación en Internet]. [consultado el 15 de abril de 2021]. Disponible en:
<http://repositoriodigital.ucsc.cl/bitstream/handle/25022009/1125/Mar%c3%ada%20Fernanda%20%c3%81vila%20Ulloa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

64. Barron V, Rodríguez A, Chavarría P. Hábitos alimenticios, estado nutricional y estilo de vida en adultos mayores activos de la ciudad de Chillan, Chile, 2017. [Tesis de licenciatura en Enfermería en Internet]. [Consultado el 15 de abril de 2021]. Disponible en : <https://revistaschilenas.uchile.cl/handle/2250/150304>
65. Acero R. Estilo de vida y factores biosocioculturales de la mujer adulta, Pariacoto, 2018.Universidad nacional de Santa. [tesis para optar licenciatura en internet]. [Consultado el 18 de febrero de 2022]. Disponible en: <http://repositorio.uns.edu.pe/bitstream/handle/UNS/3297/48969.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
66. Corporación Universitaria Especializada en Gerencia de labores, 2020.Condiciones y efectos para la salud en ama de casa. [Internet]. 2020. [Consultado el 19 febrero de 2022]. Disponible en: https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/11714/5/TE.RLA_ChonaFernando-FajardoHelena-CasasMaria_2020.pdf
67. Escuela Nacional de Administración Pública. Impacto de la crisis en el sector cultural. [Internet]. 2020. [Consultado el 22 noviembre de 2020]. Disponible en:https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/1439604/Contexto7_ENA_P_2020.pdf.pdf
68. Sociedad Española de Salud Pública y Administrativa Sanitaria. Crisis económica y salud. [Internet]. 2019. [Consultado el 18 de febrero de 2022]. Disponible en: <https://www.gacetasanitaria.org/es-crisis-economica-salud-articulo-S0213911109001885>
69. Vera G. Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores de la Urbanización Cáceres Aramayo, Nuevo Chimbote, 2020. Universidad los

ángeles de Chimbote. [tesis para optar licenciatura en internet]. [Consultado el 22 de noviembre de 2021]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19156/ADULTOS_MAYORES_VERA_%20LOAYZA_%20GEORGIBELT_%20RENE%c3%89%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y

70. Morales A. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor. Asentamiento Humano Fraternidad _Chimbote, 2020. Universidad los ángeles de Chimbote. [tesis para optar licenciatura en internet]. [Consultado el 18 de febrero de 2022]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20327/ADULTO_MAYOR_ESTILOS_DE_VIDA_Y_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_MORALES_ELIAS_ALBERTO_JAVIER.pdf?sequence=1&isAllowed=y
71. Soriano A. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Shiqui - Cátac, 2020. Universidad los ángeles de Chimbote [tesis para optar licenciatura en internet]. [Consultado el 19 de febrero de 2022]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/16781/ADULTOS_ESTILO_DE_VIDA_SORIANO_CORONEL_AMY_MINERVA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
72. Cachique G y Lopez L. Estilo de vida y factor biosociocultural en los adultos con Diabetes mellitus tipo II. Programa del adulto. Hospital II- E- Banda de Shilcayo, 2020. Universidad Nacional de San Martín. [tesis para optar licenciatura en internet]. [Consultado el 18 de febrero de 2022]. R Disponible

en:<https://repositorio.unsm.edu.pe/bitstream/handle/11458/3930/ENFERMER%20-%20Gilder%20Cachique%20Guerra%20%26%20Lludi%20L%20%20Sangama.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

73. Guecha P, López K. Promoción de la salud y factores que influyen en los estilos de vida saludable de los docentes del colegio integrado Juan Atalaya según la teoría de Nola Pender, 2018. Universidad de Santander “UDES” Campus Cucuta. [Internet]. [Consultado 19 de abril de 2021]. Disponible en: <https://repositorio.udes.edu.co/bitstream/001/4069/1/PROMOCI%C3%93N%20DE%20LA%20SALUD%20Y%20FACTORES%20QUE%20INFLUYEN%20EN%20LOS%20ESTILOS%20DE%20VIDA%20SALUDABLE%20DE%20LOS%20DOCENTES%20DE.pdf>
74. Flore N. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, la Joya – Arequipa, 2018. Universidad los ángeles de Chimbote [tesis para optar licenciatura en internet]. [Consultado el 06 de abril de 2021]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/3077/ADULTO_ESTILO_DE_VIDA_FLORES_TORRES_NOEMI%20_NOELIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
75. Palacios N. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Distrito de Llama- Piscobamba, 2018. Universidad los ángeles de Chimbote. [tesis para optar licenciatura en internet]. [Consultado el 19 de febrero de 2022]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/3350/ADULTO_ESTILO_DE_VIDA_PALACIOS_NORBERTO.pdf?sequence=1&isAllowed=y

TOS ESTILO DE VIDA PALACIOS MIRANDA NUEVA GRABIELA.pdf?sequence=4

76. Zenón A. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Caraz - Ancash, 2020. Universidad los ángeles de Chimbote [tesis para optar licenciatura en internet]. [Consultado el 06 de abril de 2021]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19047/ESTILOS_FACTORES_ANICETO_TOLENTINO_ZENON_ANTONIO.pdf?sequence=1
77. Sosa F. Estilo de vida y factores biosocioculturales del Adulto en el centro poblado el Papayo, Tambogrande- Piura, 2022. Universidad los ángeles de Chimbote. [tesis para optar licenciatura en internet]. [Consultado el 19 de febrero de 2022]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/30200/ESTILO_VIDA_SOSA_YAMUNAQUE_FELICITA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
78. Pérez C. Modelo de la promoción de la salud Nola Pender. [Internet].2018. [Consultado 4 de enero del 2023]. Disponible en: <https://es.slideshare.net/carlosperezguzman/modelo-de-promocin-de-la-salud-nola-pender>
79. Vera G. Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores de la Urbanización Cáceres Aramayo, Nuevo Chimbote, 2020. Universidad los ángeles de Chimbote. [tesis para optar licenciatura en internet]. [Consultado el 22 de noviembre de 2021]. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19156/ADU>

LTOS MAYORES VERA %20LOAYZA %20GEORGIBELT %20RENE
%c3%89%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y

80. Orbegoso A. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro del Asentamiento Humano Santa Cruz_ Chimbote, 2018. Universidad Católica los Ángeles Chimbote, [tesis para optar licenciamento de internet]. 2018 [Consultado 22 de abril de 2022]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/20.500.13032/17720/ESTILO_DE%20VIDA_ORBEGOSO_JULIAN_ANA_NORA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
81. Zenón A. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Caraz - Ancash, 2020. Universidad los ángeles de Chimbote [tesis para optar licenciatura en internet]. [Consultado el 06 de abril de 2021]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19047/ESTILOS_FACTORES_ANICETO_TOLENTINO_ZENON_ANTONIO.pdf?sequence=1
82. Llatas C. Estilo de vida y factores biosocioculturales en madres adultas. Sector 8, Bellamar -Nuevo Chimbote, 2019. Universidad los ángeles de Chimbote [tesis para optar licenciatura en internet]. [Consultado el 06 de abril de 2021]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/20.500.13032/15299/ESTILO_DE_VIDA_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_LLATAS_SALAZAR_CESAR_FERNANDO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
83. Carranza E, Caycho T, Salinas A, Ramírez R, Campos C, Chuquista K, Pérez J. Efectividad de intervención basada en modelo de Nola Pender en promoción

de estilos de vida saludables de universitarios peruanos. Revista Cubana de Enfermería [Internet]. 2019 [Consultado 4 enero 2023]; 35 (4) Disponible en: <https://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/2859>

84. Llatas C. Estilo de vida y factores biosocioculturales en madres adultas. Sector 8, Bellamar -Nuevo Chimbote, 2019.Universidad los ángeles de Chimbote [tesis para optar licenciatura en internet]. [Consultado el 06 de abril de 2021]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/20.500.13032/15299/ESTILO_DE_VIDA_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_LLATAS_SALAZAR_CESAR_FERNANDO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
85. Morales L. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Barrio Cumpayhuara – Caraz, 2018. Universidad Católica los Ángeles Chimbote, [tesis para optar licenciamiento de internet]. 2018 [Consultado 22 de abril de 2022]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/8947/MORALES_%20JARA_%20LISBETH_CARLA_ADULTO_ESTILO_DE_VIDA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
86. Ordiano C. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los Adultos del Caserío de Queshcap, Huaraz, Perú, 2018. Universidad Católica los Ángeles Chimbote, [tesis para optar licenciamiento de internet]. 2018 [Consultado 15 de abril de 2021]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/7788/ESTILO_DE_VIDA_ADULTOS_ORDEANO_FIGUEROA_CAROLINA_MAGDALENA.pdf?sequence=1

87. Haro R. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Pueblo Joven Magdalena Nueva _Sector 02, Chimbote, 2018. Universidad Católica los Ángeles Chimbote, [tesis para optar licenciamiento de internet]. 2018 [Consultado 23 de febrero de 2022]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/17632/ADU_LTO_MADURO_HARO_VILLACORTA_RAUL.pdf?sequence=1&isAllowed=y

ANEXO: 1



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CÁLCULO DE LA MUESTRA

Tamaño de la población = 153

Por lo que, al ser considerado población muy elevada, se procedió a utilizar la fórmula de cálculo muestral

MUESTRA ALEATORIA SIMPLE:

Formula:

$$n = \frac{Z^2(p \cdot q) N}{E^2 (N-1) + (P \cdot Q)}$$

Donde:

n= Tamaño de la muestra

Z= 1.96 valor de la distribución normal

N= Población conformada por 153 pobladores

E= 5% de margen de error

p= 0.5

q= 1- p= 0.5

Reemplazando valores:

$$n = \frac{1.96^2(0.5 \cdot 0.5) 153}{0.05^2 (153- 1) + 1.96^2 (0.5 \cdot 0.5)}$$

n= 110 pobladores

La muestra aleatoria se determinó empleando la formula quedando con una población de 110 adultos del Centro Poblado de Jahua.

ANEXO: 2

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

ISTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

AUTOR: WALKER, SECHRIST, PENDER

MODIFICADO POR: ROMERO, J; MENDOZA, N. Y ÑIQUE, F. (2021)

ESCALA DE ESTILO DE VIDA

N°	ITEMS	CRITERIOS			
ALIMENTACIÓN					
1	Usted se alimenta 3 veces al día entre el: desayuno, almuerzo y cena.	N	V	F	S
2	Usted injiere una dieta balanceada en su vida cotidiana, como: frutas, vegetales, carne, legumbres, cereales y granos.	N	V	F	S
3	Usted bebe agua diariamente, entre 4 a 8 vasos.	N	V	F	S
4	En su alimentación incluye frutas como postre.	N	V	F	S
5	Usted consume alimentos que contengan ingredientes químicos o artificiales en la comida	N	V	F	S
6	Usted se informa de las etiquetas nutricionales, antes de consumir cualquier tipo de alimentos enlatados.	N	V	F	S
ACTIVIDAD Y EJERCICIO					
7	Realiza ejercicios por 15 a 30 minutos por 3 veces a la semana	N	V	F	S
8	Usted realiza las actividades Inter diarios que involucran el manejo de todo cuerpo.	N	V	F	S
MANEJO DEL ESTRÉS					
9	Usted identifica los problemas de preocupación en su vida que le conlleve al estrés.	N	V	F	S
10	Usted expresa sus emociones y sentimientos como la tensión y/o preocupación	N	V	F	S
11	Usted plantea alternativas para calmar situaciones de tensión y preocupación	N	V	F	S
12	Usted en su tiempo libre realiza alguna actividad de distracción o relajación como: caminar, pasear, ejercicios de respiración o pensar en algo lindo que te ayude a despejar la mente.	N	V	F	S

APOYO INTERPERSONAL					
13	Usted tiene una buena comunicación con las personas de su entorno.	N	V	F	S
14	Usted participa en las actividades que realiza su comunidad.	N	V	F	S
15	Usted dialoga sobre sus deseos o fastidios con los demás.	N	V	F	S
16	Cuando usted se encuentra en las situaciones difíciles busca apoyo en su entorno.	N	V	F	S
AUTORREALIZACIÓN					
17	Usted se encuentra orgulloso con lo realizado en su vida.	N	V	F	S
18	Usted se encuentra satisfecho con las actividades que viene realizando en la actualidad.	N	V	F	S
19	Actualmente tiene actitudes que alienten en su desarrollo personal.	N	V	F	S
RESPONSABILIDAD EN SALUD					
20	Actualmente usted acude a un centro de salud.	N	V	F	S
21	Cuando usted presenta algún problema en su cuerpo acude algún centro de salud.	N	V	F	S
22	Toma los medicamentos bajo receta médica.	N	V	F	S
23	Toma conciencia sobre la información que le brinda el personal de salud.	N	V	F	S
24	Usted participa en las actividades que brindan en los puestos de salud como las: sesiones educativas, campañas de salud.	N	V	F	S
25	Consumo sustancias dañinas (alcohol y drogas) que afecten a su salud.	N	V	F	S

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

N= 1 NUNCA

V=2 A VECES

F= 3 FRECUENTEMENTE

S= 4 SIEMPRE

El ítem tiene 25 criterios de calificación el puntaje es, al contrario

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

PUNTAJE MÁXIMO: 100 Puntos.
25 entre 74= Puntos no saludables
75 entre 100= puntos saludables

ANEXO: 3



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

**CUESTIONARIO SOBRE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL
ADULTO**

AUTOR: Walker, Sechrist, Pender

MODIFICADO POR: Romero, J; Mendoza, N. Y Ñique, F. (2021)

DATOS DE IDENTIFICACIÓN

Iniciales o seudónimo del nombre de la persona

A) FACTORES BIOLÓGICOS

1. ¿Marque su sexo?

a) Masculino () b) Femenino ()

2. ¿Cuál es su edad?

a) Adulto Joven (18- 29 años) b) Adulto medio (30-59 años)
c) Adulto mayor (60 a más)

B) FACTORES CULTURALES

3. ¿Cuál es su grado de instrucción?

a) Sin instrucción b) Primaria c) Secundaria d) Superior

4. ¿Cuál es su religión?

a) Católico b) Evangélico c) Otras

C) FACTORES SOCIALES

5. ¿Cuál es su estado civil?

a) Soltero b) Conviviente c) Casado d) Separado e) Viudo

6. ¿Cuál es su ocupación?

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

7. ¿Cuál es su ingreso económico?

a) Menor de 400 nuevos soles b) De 401 a 600 nuevos soles
c) De 601 a 800 nuevos soles d) De 801 a 1000 nuevos soles
e) Mayor de 1001 nuevos soles

ANEXO: 4



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFECIONAL DE ENFERMERÍA

VALIDEZ INTERNA DE LOS ESTILOS DE VIDA

Validez interna de la escala del estilo de vida, se aplicó la fórmula R de Person en cada uno de los ítems; obteniéndose.

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

	R-Pearson	
Ítems 1	0,35	
Ítems 2	0,41	
Ítems 3	0,44	
Ítems 4	0,10	(*)
Ítems 5	0,56	
Ítems 6	0,53	
Ítems 7	0,54	
Ítems 8	0,59	
Ítems 9	0,35	
Ítems 10	0,37	
Ítems 11	0,40	
Ítems 12	0,18	(*)
Ítems 13	0,19	(*)

Ítems 14	0,40	
Ítems 15	0,44	
Ítems 16	0,29	
Ítems 17	0,43	
Ítems 18	0,40	
Ítems 19	0,20	
Ítems 20	0,57	
Ítems 21	0,54	
Ítems 22	0,36	
Ítems 23	0,51	
Ítems 24	0,60	
Ítems 25	0,04	

Sir>0,20 el instrumento es válido.

ANEXO: 5



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

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

CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

Resumen del procesamiento de los casos

	N.º	%
Casos válidos	27	93.1
Excluidos(a)	2	6.9
Total	29	100

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

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
0,816	25

ANEXO: 6



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

Protocolo de consentimiento Informado para Encuestas (Enfermería)

La finalidad de este protocolo, es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento. De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

La presente investigación en Salud se titula: **Estilo de vida y factores biosocioculturales del adultos- Centro Poblado de Jahua- Jangas- Ancash, 2021** y es dirigido por Chinchay Ponciano Rosa Ana, investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es: Es conocer el comportamiento de los adultos frente a la salud de la población, así mismo, determinar el estilo de vida y factores biosocioculturales la población de Centro Poblado de Jahua.

Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 15 minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través de redes sociales. Si desea, también podrá escribir al correo anychinchay95@gmail.com para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede

comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los
Ángeles de Chimbote.

Si está de acuerdo con los puntos anteriores, complete sus datos a continuación:

Nombre: _____

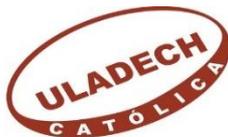
Fecha: _____

Correo electrónico: _____

Firma del participante: _____

Firma del investigador (o encargado de recoger información): _____

ANEXO: 7



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

“Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia”

Huaraz, 17 de mayo de 2021

OFICIO N°-2020-EPE-ULADECH CATÓLICA

Sro(a).

Ángeles León Rolando

Alcalde del Centro Poblado de Jahua- Jangas- Huaraz.

De mi consideración:

Es un placer dirigirme a usted para expresar nuestro cordial saludo en nombre de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. El motivo de la presente tiene por finalidad presentar a la estudiante **Chinchay Ponciano Rosa**, con código de matrícula N° **1212181020**, de la Carrera Profesional de Enfermería, quién ejecutará de manera remota o virtual, el proyecto de investigación titulado “**Estilo de vida y factores biosocioculturales del adultos-Centro Poblado de Jahua- Jangas- Ancash, 2021**” durante los meses de abril, mayo, juni y julio del presente año.

Por este motivo, mucho agradeceré brindar las facilidades a la estudiante en mención a fin culminar satisfactoriamente su investigación el mismo que redundará en beneficio de la comunidad en mención. Es espera de su amable atención, quedo de usted.

Atentamente,

ANEXO: 8



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFECIONAL DE ENFERMERÍA

DECLARACIÓN JURADA

Yo, Chinchay Ponciano Rosa Ana de Nacionalidad peruana con documento de identidad N° :72163156, de profesión estudiante de la escuela profesional de enfermería Natural del Departamento de Ancash de la Provincia de Huaraz del distrito de Jangas y del Centro Poblado de Jahua.

Declaro bajo juramento que:

Que se entregó el oficio de permiso de estudio de investigación al alcalde Ángeles León Rolando del Centro Poblado de Jahua, con fin de adquirir el permiso para realizar el estudio de investigación titulada: **“Estilo de vida y factores biosocioculturales del adultos- Centro Poblado de Jahua- Jangas- Ancash, 2021”**, donde me él señor me expresado que, si me brindara el permiso para poder llevar a cabo mi tesis en dicha población.

Me afirmo y me ratifico en lo expresado, en señal de lo cual firmo el presente documento en la ciudad de Huaraz, a mes de mayo, año 2021.

Firma del estudiante

DNI: 72163156

Firma del alcalde

DNI: 47213005

ANEXO: 9



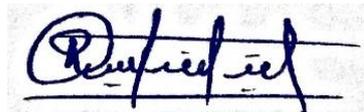
UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

DECLARACIÓN DE COMPROMISO ÉTICO Y PLAGIO

Declaración De Compromiso Ético Y No Plagio Mediante el presente documento denominado declaración de compromiso ético y no plagio el autor(a) del presente trabajo de investigación titulado: ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO- CENTRO POBLADO DE JAHUA-JANGAS- ANCASH, 2021. Declaro conocer las consecuencias por la infracción de las normas del Reglamento de Investigación de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote y el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en todos los casos se ha incorporado la cita y referencias respectivas conforme orienta las normas Vancouver, previsto en la Universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento profesionales –RENATI; que exigen veracidad y originalidad de todo trabajo de investigación, respeto a los derechos de autor y la propiedad intelectual. Asimismo, cumplo con precisar que éste trabajo forma parte de una línea de investigación denominado “Determinantes de la salud de las personas” dentro del cual se tiene como objeto de estudio Desarrollar investigaciones orientadas al cuidado de la salud de las

personas por grupo etario, a partir de los determinantes de la salud de la persona, se aplicó un diseño metodológico común, por lo tanto, es posible que tenga similitud en ese sentido y se explica, porque forma parte de dicha línea. También se declara que al recolectar los datos se tuvo acceso a nombres, apellidos, a cada uno se les asignó un código para preservar su identidad y proteger los derechos constitucionales, siendo el único aspecto inserto en los instrumentos. Finalmente se declara que: el presente trabajo es auténtico, siendo el resultado el producto de un trabajo personal acorde con la línea de investigación del cual se deriva, trabajado bajo los principios de la buena fe y respeto de los derechos de autor y propiedad intelectual, de modo que al utilizar las fuentes para su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en normas Vancouver, previsto en la Universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento.



Chinchay Ponciano Rosa Ana