



---

**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE**

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

**FACTORES BIOSOCIOCULTURALES Y ESTILOS DE  
VIDA DEL ADULTO MAYOR DE PUEBLO JOVEN  
MIRAFLORES BAJO - CHIMBOTE - SANTA, 2020**

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

**AUTORA**

**FRANCISCO VILLANUEVA, ELIENE LUCILA**

**ORCID: 0000-0002-5095-3438**

**ASESORA**

**REYNA MARQUEZ, ELENA ESTHER**

**ORCID: 0000-0002-4722-1025**

**CHIMBOTE– PERÚ**

**2023**

## **EQUIPO DE TRABAJO**

### **AUTORA**

Francisco Villanueva, Eliene Lucila  
ORCID: 0000-0002-5095-3438  
Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Pregrado,  
Chimbote, Perú

### **ASESORA**

Reyna Márquez, Elena Esther  
ORCID: 0000-0002-4722-1025  
Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Facultad Ciencias de la  
Salud, Escuela Profesional de Enfermería, Chimbote, Perú

### **JURADO**

Romero Acevedo Juan Hugo  
ORCID: 0000-0003-1940-0365

Cerdán Vargas Ana  
ORCID: 0000-0001-8811-7382

Ñique Tapia Fanny Rocio  
ORCID: 0000-0002-1205-7309

**HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR**

**DR. ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO  
PRESIDENTE**

**MGTR. Cerdán Vargas Ana  
MIEMBRO**

**MGTR. Ñique Tapia Fanny Rocio  
MIEMBRO**

**MGTR. Reyna Marquez, Elena Esther  
ASESORA**

## **AGRADECIMIENTO**

A Dios por permitir que termine la carrera, por guiarme en cada momento, por su fidelidad y su amor.

A cada miembro de mi familia por brindarme su apoyo, pero en especial a mi madre por su gran amor y su apoyo. A mis amigas por sus palabras de aliento y ánimos.

A la Universidad ULADECH por formarme como profesional, así como también a los diferentes docentes que me brindaron sus conocimientos, por su paciencia y por guiarme

Eliene Francisco

## **DEDICATORIA**

La presente tesis está dedicada a Dios, ya que gracias Él he logrado concluir mi carrera, me ha guiado en el transcurso de la formación profesional.

A toda mi familia que es lo más valioso que Dios me dio, porque siempre estuvieron brindándome su apoyo, sus consejos para hacer de mí una mejor persona.

A mis Docentes tutores por brindarme sus conocimientos y su paciencia.

Eliene Francisco

## RESUMEN

El presente informe de investigación titulado Factores biosocioculturales y estilo de vida del adulto mayor del pueblo joven Miraflores bajo - Chimbote - Santa, 2020. tuvo como objetivo general Determinar la relación entre factores biosocioculturales y estilos de vida del adulto mayor. La investigación es de tipo cuantitativo, descriptivo, correlacional con diseño no experimental de doble casilla, El universo muestral estuvo constituida por 82 adultos mayores, para la recolección de datos se utilizó el cuestionario sobre factores biosocioculturales y la escala del estilo de vida mediante la técnica de la entrevista, el análisis y procesamiento de datos se realizó en una base de datos en el SPSS/info/sotware versión 18.0, se aplicó la prueba de independencia de criterio chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de  $p < 0.05$ , para determinar la relación que existe entre las variables llegando a los siguientes resultados y conclusiones. la mayoría profesan la religión católica, más de la mitad son de sexo masculino, estado civil casados. con un ingreso económico menor de 930 nuevos soles. Menos de la mitad tiene grado de instrucción secundaria, de ocupación empleado. En cuanto al estilo de vida la mayoría tiene un estilo de vida no saludable, menos de la mitad tiene un estilo de vida saludable. Al realizar la prueba de Chi cuadrado encontramos que no existe relación estadísticamente significativa entre los factores biosocioculturales y el estilo de vida.

**Palabra Clave:** Adulto Mayor, Biosocioculturales, Estilo de vida, Salud

## ABSTRACT

The present research report entitled Biosociocultural factors and lifestyle of the elderly in the young town of Miraflores Bajo - Chimbote - Santa, 2020. had as its general objective to determine the relationship between biosociocultural factors and lifestyles of the elderly. The research is of a quantitative, descriptive, correlational type with a non-experimental double-box design. The sample universe consisted of 82 older adults. For data collection, the questionnaire on biosociocultural factors and the lifestyle scale were used using the technique After the interview, the analysis and processing of data was carried out in a database in SPSS/info/software version 18.0, the chi-square criterion independence test was applied with 95% reliability and significance of  $p < 0.05$ , to determine the relationship between the variables reaching the following results and conclusions. the majority profess the Catholic religion, more than half are male, marital status married. with an economic income of less than 930 nuevos soles. Less than half have a secondary education degree, employed occupation. Regarding the lifestyle, the majority have an unhealthy lifestyle, less than half have a healthy lifestyle. When performing the Chi square test, we found that there is no statistically significant relationship between biosociocultural factors and lifestyle.

**Keywords:** Older Adult, Biosociocultural, Lifestyle, Health

# ÍNDICE DE CONTENIDO

Pág.

<b>1. CARÁTULA.....</b>	<b>i</b>
<b>2. EQUIPO DE TRABAJO.....</b>	<b>ii</b>
<b>3. HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESORA.....</b>	<b>iii</b>
<b>4. HOJA DE AGRADECIMIENTO Y DEDICATORIA.....</b>	<b>iv-v</b>
<b>5. INDICE DE CONTENIDO.....</b>	<b>viii</b>
<b>6. INDICE DE GRAFICOS Y TABLA.....</b>	<b>ix-x</b>
<b>7. RESUMEN Y ABSTRACT.....</b>	<b>vi-vii</b>
<b>I. INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>1</b>
<b>II. REVISIÓN DE LITERATURA.....</b>	<b>10</b>
2.1. Antecedentes.....	10
2.2. Bases teóricas de la investigación.....	18
<b>III. HIPÓTESIS.....</b>	<b>26</b>
<b>IV. METODOLOGÍA.....</b>	<b>27</b>
4.1. Diseño de la investigación.....	27
4.2. Población y muestra.....	27
4.3. Definición y Operacionalización variables e indicadores.....	28
4.4. Técnica e instrumentos de recolección de datos.....	33
4.5. Plan de Análisis.....	35
4.6. Matriz de consistencia.....	34
4.7. Principios éticos.....	37
<b>V. RESULTADOS.....</b>	<b>40</b>
5.1. Resultados.....	40
5.2. Análisis de resultados.....	51
<b>VI. CONCLUSIÓN.....</b>	<b>75</b>
<b>VII. RECOMENDACIONES.....</b>	<b>76</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRAFÍAS.....</b>	<b>77</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>91</b>



## ÍNDICE DE TABLAS

	<b>Pág.</b>
<b>TABLA 1:</b> FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO MAYOR, PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO- CHIMBOTE- SANTA,2020 .....	<b>40</b>
<b>TABLA 2:</b> ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MAYOR, PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO- CHIMBOTE- SANTA,2020.....	<b>44</b>
<b>TABLA 3:</b> RELACION ENTRE LOS FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MAYOR, PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO- CHIMBOTE-SANTA ,2020.....	<b>45</b>
<b>TABLA 4:</b> RELACION ENTRE LOS FACTORES CULTURALES Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MAYOR. PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO- CHIMBOTE- SANTA,2020.....	<b>46</b>
<b>TABLA 5:</b> RELACION ENTRE LOS FACTORES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MAYOR DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO- CHIMBOTE- SANTA,2020.....	<b>48</b>

## INDICE DE GRÁFICOS

	<b>Pág.</b>
<b>GRÁFICOS DE TABLA 1:</b> FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO MAYOR DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO- CHIMBOTE-SANTA,2020.....	<b>41</b>
<b>GRÁFICO DE TABLA 2:</b> ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO MAYOR - PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO- CHIMBOTE-SANTA,2020.....	<b>44</b>
<b>GRÁFICO DE TABLA 3:</b> RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO MAYOR DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO- CHIMBOTE- SANTA,2020.....	<b>45</b>
<b>GRÁFICO DE TABLA 4:</b> RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES CULTURALES Y ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO MAYOR PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO- CHIMBOTE- SANTA,2020.....	<b>47</b>
<b>GRÁFICO DE TABLA 5:</b> RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIALES Y ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO MAYOR PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO- CHIMBOTE- SANTA,2020.....	<b>50</b>

## **I. INTRODUCCIÓN**

Los estilos de vida son acciones que realiza cada persona en su forma de vivir ya sea en el ámbito familiar o individual, los estilos de vida va definir la calidad de vida que tiene cada persona y la importancia que le dan en cuidar su salud, que la persona no tenga estilos de vida saludable va traer diversas enfermedades como la obesidad, el sobrepeso, la diabetes, problemas cardiovasculares, los estilos de vida son conductas y comportamientos que el ser humano adapta durante su vida cotidiana que se encuentran enlazados a la salud; los estilos de vida no saludable en estos últimos años se ha convertido en un peligro para los adultos mayores, en el Perú los adultos del sexo masculino están propenso a contraer con mayor facilidad las enfermedades que las mujeres por ende el EsSalud sugiera que las personas adultas deben tener una alimentación saludable (1).

El sobrepeso y la obesidad, es provocada por el sedentarismo, el estrés, la ansiedad, la depresión, una mala alimentación, 30% millones de personas mueren al año por causa del sedentarismo, en la actualidad la causa es que las personas no realizan actividad física es por ellos que corren el riesgo de la de contraer más enfermedades (1).

En el mundo los factores Biosocioculturales Son muy influyentes porque afecta a todos los aspectos de la vida de los seres humanos, cómo cocinan, sus hábitos alimenticios y sus comidas favoritas. Sin embargo, la economía mundial se está viendo afectada negativamente, ya que el crecimiento mundial fue solo del 1,8 % en 2019, lo que está perjudicando a la economía en general. El mundo lleva al desarrollo de todo el país, aumenta la pobreza y el desempleo, la economía

americana es del 2.2%, esta situación hace que las personas no tengan un estilo de vida saludable, pues mueren 16 millones de personas, afecta más a los ancianos, causa el 25% de las muertes por ENT en el mundo (2).

En Colombia, factores biosociales culturales en toda la región, la tasa de pobreza fue de 34,7% en 2018 y subió a 35,7% en 2019, mostrando que 17,5 millones de colombianos son pobres y desempleados, en pobreza y pobreza extrema, especialmente en las áreas rurales. Ante esta situación de pobreza, los adultos mayores y los niños son los más afectados, y con un ingreso mensual de 137.350 pesos para sustentar una familia en la economía de 2019, el 31,5% del PIB, es decir 102.050 millones de dólares, esta situación afecta la forma de vida de colombianos. ya que el 12,3% de los adultos tienen hipertensión arterial, el 52,7% son inactivos y el 34,8% de los adultos mayores colombianos se controlan el colesterol.(3).

Según la Organización mundial de la salud (OMS) el estilos de vida en estos últimos meses los adultos mayores se observa poco saludable y es el principal riesgo en adultos que tienen una mala alimentación e insuficiencia física (sedentarismo) es el principal factor para que puedan aparecer diferentes enfermedades como el estrés, obesidad, sobrepeso, diabetes, el 92,7 a 87,3% ha aumentado día a día mediante la mala alimentación de cada adulto y en esa edad están propensos con mayor facilidad a contraer enfermedades (4).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) El estilo de vida es la conducta y comportamiento que procrea cada persona de acuerdo al modo de que viven, nos menciona que se encuentra enlazados con diferentes dice patrones de

distintas conductas y comportamiento repetitivos que tiene la persona, en los adultos mayores hoy en día es un problema que se da con frecuencia estos hábitos esto les lleva a contraer distintas enfermedades como la mala alimentación, sobrepeso, diabetes mellitus, el consumir alcohol y tabaco, estas enfermedades están afectando a la mayoría de adultos y esto sucede porque las personas no tiene un buen habito de comportamiento (5).

A nivel internacional desde hace 2 años, el sobrepeso y la obesidad en el adulto mayor va en incremento esto se debe a muchos factores uno de ellos es que las personas no tienen estilos de vida saludable, no se preocupan en cuidar de su salud según la Organización Mundial de la Salud la obesidad y el sobrepeso en el adulto mayor se ha incrementado a 3,000 millones con esta enfermedad, la obesidad y el sobrepeso es la acumulación de grasa excesiva en el organismo del ser humano esto va perjudicar la salud, a nivel mundial el sobrepeso y la obesidad en el adulto mayor no asido atendido desde el ámbito de la prevención y promoción de la salud por ellos en la actualidad es un problema en aspecto estético, por ellos muchos adultos mayor mueren cada año de dicha enfermedad (6).

En Reino Unido, 2021. La pandemia ha afectado el estilo de vida de los adultos mayores y ha despertado un mayor interés por la alimentación y la necesidad de mejorar los hábitos alimentarios. Esto es importante porque la mayoría de los pacientes que requieren hospitalización en unidades de cuidados intensivos tienen sobrepeso y obesidad, y la obesidad es uno de los factores de riesgo más importantes para el empeoramiento de la infección viral por SARS-CoV-2. En la actividad física se observaron descensos, principalmente porque las políticas de cierre de

gimnasios, parques y espacios al aire libre impactaron negativamente en la actividad física y la autoestima (7).

En España, 2022. La prevalencia de obesidad y obesidad abdominal es alta en la población española, mayor en hombres, aumenta con la edad y está inversamente relacionada con el nivel socioeconómico. Mayores niveles de actividad física, un estilo de vida sedentario y un estilo de vida con patrón dietético mediterráneo se asocian con una menor probabilidad de obesidad, obesidad abdominal y factores de riesgo cardiovascular (8).

En Chile, 2021. Aumentó el sobrepeso y la obesidad en casi toda la población chilena en todas las edades los resultados de la transición nutricional que enfrentó el país en décadas pasadas y de factores tales como la transición demográfica, económica y epidemiológica, y del desarrollo de Políticas Públicas en alimentación y nutrición de los últimos 30 a 40 años Según la ONU en el 2020 en Chile casi 4 millones de adultos padecen de obesidad, asimismo el 28,8 % de la población chilena alrededor de 3,9 millones de adultos mayores presentan obesidad, según estudios Chile registra la segunda tasa más alta en la obesidad y el sobrepeso en Latinoamérica y el Caribe, Uruguay ocupa la primera tasa en dicha enfermedad no transmisibles (9).

En el Perú el sobrepeso y la obesidad son problemas que necesitan ser atendidos desde el ámbito político ya que en el Perú el 2020 el 70% de las personas adultas mayores padecen esta enfermedad las personas consumen alimentos altos en grasa saturadas, bebidas altas en azúcar, sodio es decir la población peruana consume comidas chatarra frecuentemente este es la causa frecuente. Según el

Instituto Nacional de Salud se debe promover mensajes educativos para concientizar a la población peruana con el fin de que tengan hábitos alimenticios adecuados y tener carácter y estilos de vida saludable, asimismo en el Perú el 69.9 % de adultos tienen obesidad y sobrepeso la causa por el cual sufren dicha enfermedad es porque no tienen una alimentación saludable, consumen poca verdura, frutas, hortalizas, y esto les conlleva a sufrir distintas enfermedades (10).

En el Perú en el 2020 se observó que han ido incrementando la tasa poblacional en estos últimos y ese desarrollo trajo un cambio en el estilo de vida de los adultos. El modo de trabajo ya es de una manera distinta en estos últimos años los individuos trabajan más horas al día y por falta de tiempo no se alimentan de manera adecuada, y no hacen ninguna actividad física y se observa una vida sedentaria. La Encuesta Nacional de Demografía y Salud Familiar (ENDES), Nos menciona que el 35% tienen sobrepeso el 16% tiene obesidad se encuentran entre las edades de 30 a 39 años (43%), el (27%) las mujeres de la edad de 40 a 49 años tienen obesidad y se le conoce como adultas mayores, el tener una alimentación desordenada les conlleva a padecer o sufrir algunas enfermedades que ocasiona el tener una alimentación desordenada (10).

En el Perú los adultos mayores, en estos últimos años han incrementado a 5,7%. El aumento se duplica obteniendo un porcentaje de 10,1% de las personas que habitan en Perú padecen de algunas enfermedades por lo cual continuara aumentando el porcentaje por la mala alimentación y conductas que tiene cada adulto y con el transcurso de tiempo los estilos de vida es muy importante en esas edades porque está vinculado con la alimentación el consumir alcohol y tabaco, que

mantiene una vida sedentaria y la falta de vinculo social que se le considera como un factor de riesgo o de protección que influye el estado de salud y de tal modo aumenta o no a la seguridad de su vida del mismo modo los adultos mayores han ido aumentando con sus hábitos alimenticios inadecuados los individuos actúan inadecuadamente respecto a su salud y también adquieren hábitos, valores, creencias (10).

En Chimbote en los últimos años se incrementó el sobrepeso y la obesidad en los adultos mayores un 40% siendo este un problema mayor las autoridades de Chimbote mencionaron que el dicho problema se debe a los malos hábitos alimenticios y porque la población no tiene un estilo de vida saludable la chimbotana, diferentes autoridades de Chimbote en el 2020 indicaron que los adultos mayores con sobrepeso y obesidad pueden sufrir diversas enfermedades como diabetes, presión alta, enfermedades coronarias, cerebrales y afectar sus riñones por ellos mencionaron que se debe realizar diversas actividades en la promoción y prevención de la salud con la finalidad de que tengan estilos de vida saludable, se debe realizar campañas de salud con diversos temas para prevenir diversas enfermedades y tengan una mejor calidad de vida (11).

Frente a esta problemática no se escapan los adultos del Pueblo Joven Miraflores Bajo, porque tienden a tener una alimentación inadecuada y poco saludable en lo cual se realizara cambios en beneficio de los adultos en referente a los factores biosocioculturales y estilo de vida del Pueblo Joven Miraflores Bajo, tiene un aproximado de 5000 personas entre niños y adultos, la mayoría de sus viviendas son de material noble, la comunidad cuenta con todos los servicios básicos



que son luz, agua y desagüe incluyen también los servicios de internet, telefonía y cable, la población se fundó en años 1857, tiene 164 años de ser fundada, la cual se empezó con pocos habitantes y era todo tierra (12).

Actualmente el Pueblo Joven Miraflores Bajo tiene pista cuenta con tres colegios inicial primaria y secundaria, pertenece al establecimiento de Salud Miraflores Alto les brinda atención de salud de nivel preventivo y atención de asistencia básica a los usuarios con gravedad son referidos al Hospital la Caleta. Cuenta con un mercado tiene 3 iglesias evangélicas, 1 parque, tiene un vaso de leche, tiendas pequeñas así mismo se observa acúmulos de basura por casi todas las calles y presencia de mascotas, se observó pocas áreas verdes (12).

El Pueblo Joven Miraflores Bajo limita por el Norte con el A.H Magdalena Nueva, por el Sur, PJ Antenor Orrego, por el este, PJ Miraflores Alto y con el Oeste PJ 2 de mayo, todas las casas tiene saneamiento básico. Frente a lo mencionado se considera que es importante realizar un proyecto en el pueblo joven Miraflores Bajo (12).

El estilo de vida se describe como un grupo de acciones y el modo de comportarse que realizan cada individuo de manera particular o colectiva para complacer su necesidad como persona y así lograr su desarrollo integral el estilo de vida constituye en la manera de vivir de los seres humanos de una comunidad, se define por elementos físicos, sociales, laborales, que acata el ser humano y en el ambiente que lo rodea, poniendo como consecuencia en ellos el estilo de vida saludable o no saludable (13).

De esta forma consideramos pertinente la realización de la presente

investigación planteando el siguiente problema.

¿Existe relación entre los factores biosocioculturales y el estilo de vida del adulto mayor de Pueblo Joven Miraflores Bajo – Chimbote-Santa, 2020?

Para responder a nuestro problema de investigación, nos plantamos el siguiente objetivo general:

Determinar la relación entre factores biosocioculturales y estilos de vida del adulto mayor de Pueblo Joven Miraflores Bajo- Chimbote- Santa 2020

Para poder cumplir con el objetivo general nos planteamos los siguientes objetivos específicos:

Identificar los factores biosocioculturales: Sexo, religión, grado de instrucción, estado civil, ocupación, ingreso económico, del Adulto Mayor.

Caracterizar el estilo de vida del adulto mayor de Pueblo Joven Miraflores bajo \_Chimbote-Santa

Establecer la relación que existe entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en el Pueblo Miraflores Bajo- Chimbote-Santa

El siguiente estudio es importante porque nos permite explorar y así profundizar en la condición biosociocultural y estilo de vida que actualmente viven los adultos mayores, ya que encontramos que padecen muchas dolencias que pueden ser producto del desconocimiento. Este estudio demostrará con argumentos científicos que mejorará el estilo de vida de los adultos mayores, es decir, fortalecerá la práctica de enfermería.

Este estudio es muy importante en el campo de la salud porque nos permitirá conocer más a nuestra población adulta donde podremos evaluar y

aprender y así buscar mejoras en la población porque aún hay problemas en la vida que nos aquejan. Se espera que la población Chimbotana asegure que los adultos vivan vidas más saludables para mejorar sus estilos de vida y disfrutar de una mejor salud.

Este estudio se desarrollo con el fin de poder encontrar algunos problemas que hay en el adulto o en la comunidad, esta investigación es de utilidad tanto para la profesión de enfermería como para los futuros profesionales, para que quienes quieran beneficiar la calidad de vida y el bienestar de la población puedan mejorar y profundizar la profesión, es muy importante que las instituciones de salud y instituciones , ya que los hallazgos y recomendaciones mejorarán el estilo de vida de los habitantes de Pueblo Joven Miraflores Bajo

Estudio con enfoque cuantitativo, con diseño correlacional en donde se trabajó con una muestra de 82 personas adultos mayores 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 SPSS y para la estadística inferencial, la prueba de independencia de criterios Chi cuadrado. Los resultados obtenidos fueron, la mayoría profesan la religión católica, más de la mitad son de sexo masculino, estado civil casados. con un ingreso económico menor de 930 nuevos soles. Menos de la mitad tiene grado de instrucción secundaria, de ocupación empleado. La mayoría tiene un estilo de vida no saludable, menos de la mitad tiene un estilo de vida saludable. Al realizar la prueba de Chi cuadrado encontramos que no existe relación estadísticamente significativa entre los factores biosocioculturales y el estilo de vida.

## II. REVISIÓN DE LITERATURA

### 2.1. Antecedentes de la investigación:

Se encontró los siguientes estudios relacionados a la presente investigación:

#### **A nivel Internacional**

Serrano M, (14). en su investigación Estilo de Vida y Estado Nutricional del Adulto Mayor del Centro de Salud Venezuela de la Ciudad de Machala 2018. Tiene como objetivo Determinar la relación que existe entre el estilo de vida y el estado nutricional del adulto mayor del centro de salud “Venezuela”. Metodología es descriptivo, cuantitativo y corte transversal, Resultado la mayoría tienen nivel de educación básico y viven con su familia, la mitad de los adultos mayores practican estilo de vida no saludable. Se concluye mitad son de sexo femenino, la mayoría tienen nivel de educación básico y viven con su familia, la mitad de los 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, que no existe relación entre estilo de vida y el estado nutricional de los adultos mayores.

Díaz del Olmo A, (15). el presente estudio titulado Estilos de vida y Cuidados Preventivos en la Hipertensión Arterial del Adulto Mayor, centro de salud Carlos protzel, 2018. Tuvo su objetivo general es determinar en los adultos mayores estadounidenses. La muestra se obtuvo de 74 estadounidense adultos de 65 años de la ciudad de Cuenca 2018, la metodología es de tipo descriptiva. En los resultados menos de la mitad tiene buen estilo de vida, la mayoría regular, Asimismo la minoría presentan buenos cuidados preventivos

de la hipertensión arterial, la mayoría regulares y un porcentaje menor tiene malos. Su conclusión es que el estudio permitió determinar que un alto porcentaje aseguran que tienen un buen estilo de vida como en consumir alimentos procesados, realizar actividad física por 30 minutos, obtuvieron una buena nutrición en su alimentación balanceada, disminución de alcohol.

Vera C, Telenchana J, (16). en su trabajo de investigación titulado Estilo de vida de los Comerciantes Adultos Mayores de Verduras del Mercado Feria Libre Cuenca-Ecuador, 2018. Tuvo como objetivo: Determinar el Estilo de Vida de los Comerciantes de Verduras que Laboran en el Mercado “El Arenal”, en el sector de la Feria Libre, en la Ciudad de Cuenca, durante el año 2019, cuya metodología fue un estudio de tipo descriptivo, cuantitativo, de corte transversal, se trabajó con un universo finito de 60 comerciantes del mercado feria libre El Arenal, se obtuvo los siguientes resultados, ya que 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%. Se concluye que los comerciantes de verdura la Feria Libre el Arenal tienen un buen estilo de vida (97%). Se concluye que los comerciantes de verdura

Cornejo M, Lema A, (17). en Guayaquil, 2018, en su estudio: Estilo de vida del adulto mayor: Evaluación de los niveles de autonomía e Independencia. 2018. El objetivo fue contribuir a la reflexión crítica con los conceptos sobre el envejecimiento, su autonomía e independencia para favorecer un estilo de vida saludable. La metodología fue cualitativa-descriptiva, su población y muestra estuvo constituido por los adultos

mayores de la Fundación NURTAC, para la recolección de datos se empleó las fichas de observación e historiales clínicos. Cuyos resultados fueron: los adultos mayores mantienen su funcionalidad al realizar sus actividades por sí solos, siendo su desarrollo personal óptimo. Concluyendo que los adultos mayores por medio de un adecuado sistema de afrontamiento mejoran su funcionalidad teniendo niveles óptimos de autonomía e independencia.

Yaulema L, Et all, (18). en su investigación: Estilos de vidas de los adultos mayores residentes en parroquias rurales del Cantón Riobamba-Ecuador 2021. El objetivo fue describir el comportamiento de los estilos de vida en adultos mayores. Investigación descriptiva con muestra de 225 personas. En los resultados se observó que la edad promedio fue 67,44 años con predominio de féminas (60,44%). El 76,00% de los ancianos viven solos y el 79,11% presentó diagnóstico de enfermedad crónica. El 94,22% realizan actividades físicas menos de 2 veces por semana y el 92,44% consumía una alimentación inadecuada en el momento de realizar la investigación; el 79,11% acude a controles de salud menos de 2 veces al año. Se concluye que existe un elevado por ciento de adultos mayores con estilos de vida poco saludables caracterizado principalmente por elevada presencia de enfermedades

#### **A Nivel Nacional**

Olivas A, (19). esta investigación tiene como título Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales en Adultos Mayores que acuden al Centro de Salud Chilca 2021 Se planteó el objetivo general determinar la asociación

entre estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores que acuden al Centro de Salud Chilca 2021. La muestra incluye 200 adultos mayores utilizando la técnica de la entrevista y observación, la metodología es cuantitativa, de corte transversal con diseño descriptivo correccional. Su Resultado el 89% tienen estilos de vida saludables y 11% tienen estilos de vida no saludables. Conclusiones Observando el mayor porcentaje practica un estilo de vida saludable. En cuantos a los factores biosocioculturales se observa en cuanto al género el 49% femenino y el 51% es masculino Observando que el género predominante es el masculino.

Cachique G, (20). esta investigación tiene como título Estilo de Vida y Factores Socioculturales del Adulto Mayor con Diabetes Mellitus tipo II programa del adulto mayor. hospital - e - banda de shilcayo. julio - diciembre año 2020 Se planteó el objetivo general, determinar la relación entre estilo de vida y factores socioculturales del Adulto Mayor con diabetes mellitus Tipo II. Programa del Adulto Mayor. Hospital II-E- Banda de Shilcayo. Julio-diciembre 2020. La muestra incluye 145 adultos mayores, utilizando la técnica de la entrevista y observación, la metodología es descriptivo, correlacional, de corte transversal, no experimental, Su Resultado es el 59.3% (86) presentan estado nutricional no saludable, el 67.6%, presentan estilos de vida no saludable, Su conclusión el 62.8%, son de sexo masculino con un 76.6%, de sexo femenino con un 23.4%.

Soriano M, (21). esta investigación tiene como título Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Centro Poblado de Shiqui –

Cátac, 2020. Se planteó el objetivo general, determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Shiqui – Cátac, 2020. La muestra incluye 150 adultos mayores utilizando la técnica de la entrevista y observación, la metodología es cuantitativa, de corte transversal con diseño descriptivo correccional. Su Resultado La mayoría de los adultos presentan un estilo de vida adecuado. En factores biosocioculturales, más de la mitad son adultos analfabetos, con estado civil conviviente, de ocupación obrero. Su conclusión más de la mitad son adultos, del sexo masculino y la mayoría profesa la religión católica. sexo, grado de instrucción, religión e ingreso económico.

Dioses C, (22). la siguiente investigación titulada Estilos de Vida y Factores socioculturales en pacientes Adulto, Centro de Salud La Matanza Piura – 2018. Su objetivo es determinar la relación entre los Estilos de Vida y Factores socioculturales en paciente Adulto, Centro de Salud La Matanza Piura - 2018. La muestra es de un margen de error del 5% será de 67 adultos mayores a las que se aplicaran criterios de inclusión y exclusión; Su Metodología es tipo cuantitativo de corte transversal descriptiva. Resultado, que los factores socioculturales si tienen relación estadísticamente significativa con los estilos de vida de los pacientes adultos con relación a los factores culturales, el grado de instrucción predominante en este estudio es el nivel secundario, además siendo de creencia católica Con respecto a los factores sociales, Su Conclusión se identificó que el estado civil.

Villacorta G, (23). el presente estudio titulado Estilos de Vida y Factores



Biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Cochac – Huaraz, 2018. Tuvo su objetivo general Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Cochac – Huaraz. La muestra estuvo conformada por 137 adultos Mayores, la metodología es tipo cuantitativo, de corte transversal, con diseño descriptivo correlacional. Su Resultado La mayoría de los adultos presentan estilos de vida no saludables y un porcentaje mínimo presenta estilos de vida saludables. Su conclusión En relación a los factores biosocioculturales: más de la mitad son del sexo femenino, con grado de instrucción secundaria completa, menos de la mitad de adultos son de religión católica, estado civil casados, más de la mitad con ingresos económicos de 100 a 599 soles.

#### **A nivel local**

Morales A, (24). esta investigación tiene como título Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto Mayor. Asentamiento Humano Fraternidad \_Chimbote, 2020. Se planteó el objetivo general determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto mayor del Asentamiento Humano Fraternidad – Chimbote 2020, La muestra incluye 105 adultos mayores utilizando la técnica de entrevista y observación, la metodología de tipo cuantitativo, de corte transversal, diseño descriptivo correlacional, Su Resultado la mayoría de los adultos mayores tienen estilos de vida no saludable y un porcentaje significativo saludable. Su conclusión en relación a los factores biosocioculturales la mayoría tienen un ingreso económico menos de 400,00 nuevos soles, más de la mitad son de sexo

masculino, profesan la religión católica.

Pérez L, (25). esta investigación tiene como título Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales Adulto mayor del Asentamiento San Francisco de Asís Chimbote, 2018. Se planteó el objetivo general Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en el Adulto mayor del Asentamiento San Francisco de Asís. La muestra incluye 250 adultos mayores, utilizando la técnica de la entrevista y observación, la metodología De tipo cuantitativo, de corte transversal con diseño descriptivo correlacional. Su Resultado más de la mitad de los adultos mayores de tiene un estilo de vida no saludable y menos de la mitad tiene estilo de vida saludable. Su conclusión La mayoría presenta estilos de vida no saludables, además la mayoría son sexo femenino, católicos. Más de la mitad tiene un ingreso de 600 a 1000 soles. Menos de la mitad son sexo masculino, tienen estado civil.

Urbina S, (26). en su investigación: Calidad y estilos de vida en adultos mayores con hipertensión arterial en tiempos de covid-19. Puesto de salud Santa Ana Costa\_Chimbote, 2021. Cuyo Objetivo fue Determinar la relación entre calidad y estilos de vida en adultos mayores con hipertensión arterial. Estudio cuantitativo, de corte transversal con diseño descriptivo correlacional. Los resultados mostraron que el 42% (42,0) tienen calidad de vida buena, el 32% (32,0) tienen una calidad de vida regular y el 26% (26,0) tienen una calidad de vida mala. Concluyó que menos la mitad tienen calidad de vida buena y un porcentaje significativo calidad de vida regular y un porcentaje mínimo calidad de vida mala. Se concluyó que los adultos mayores

empiecen a mejorar su calidad de vida y estilos de vida.

Vera G, (27). en esta investigación como título Estilos de vida y factores biosocioculturales en Adultos Mayores de la urbanización Cáceres Aramayo, Nuevo Chimbote, 2020. Su objetivo determinar la relación entre estilo de vida y los factores biosocioculturales en adultos mayores de la urbanización Cáceres Aramayo, Nuevo Chimbote, 2020. La muestra es de 120 adultos Mayores. La metodología cuantitativa, de corte transversal con diseño descriptivo correlacional. Resultados y conclusiones, que más de la mitad de los adultos mayores de la Urbanización Cáceres Aramayo–Nuevo Chimbote, tiene un estilo de vida no saludable y menos de la mitad tiene estilo de vida saludable. En relación a los factores biosocioculturales: Más de la mitad son de sexo masculino, con grado de instrucción primaria, menos de la mitad son de religión católica.

Romero M, (28). se realizó una investigación como título Factores Biosocioculturales y Estilo de Vida de los usuarios del programa del Adulto Mayor del Centro de Salud San Pedro Chimbote, 2018. Se planteó su objetivo Determinar relación entre los factores biosocioculturales y el estilo de vida del adulto mayor de los usuarios del programa del adulto mayor del Centro de Salud San Pedro –Chimbote 2018. La muestra estuvo constituida por 156 adultos mayores. Su metodología fue de tipo cuantitativo, de corte transversal de diseño descriptivo, correlacional. Su Resultado y conclusión. El 93% de los usuarios presenta un estilo de vida no saludable. Los factores estado civil, instrucción, edad y sexo no están asociados al estilo de vida.

## **2.2. Bases Teóricas y conceptuales de la investigación**

Según la Organización Panamericana de Salud define la promoción de la salud es un procedimiento que permite a los seres humanos tener la potestad de control de su salud, se pondrá en práctica con relación a los enfoques organizaciones, se unirá todo ello para establecer condiciones que van a garantizar y permitir a que tengan el bien de todos los individuos. Por ello la promoción de salud van a realizar cambios para promover y proteger la salud, la promoción de la salud tiende a tener un enfoque multidisciplinario con la finalidad de promover la salud y así poder prevenir diferentes enfermedades (29).

Marc Lalonde en Canadá 1974 publico Nuevas Perspectivas de la salud de los canadienses está relacionado con la salud y se encuentra vinculado con diferentes causas de enfermedades nos dice que la teoría no solo estaba incorporada con el factor biológico sino con otras teorías como el medio ambiente, estilo de vida, el sistema sanitaria y a la misma vez en otras enfermedades que se predomina la totalidad fue causada por el estilo de vida nos hace conocer lo importante que es investigar y descubrir algunas patologías que afecta al ser humano y por ende debemos demos de analizar con respecto a los determinantes de la salud (30).

**Figura N° 1: MODELO DE DETERMINANTES DE LA SALUD**



**Fuente:** Acta medica Costarricense. Hacia una nueva salud pública: determinantes de la salud. Editorial de la Ministra de Salud. 2009 (30).

La creación del modelo sobre la promoción de la salud donde las personas dieron respuestas de la forma como llevan y toman sus decisiones en cuanto a sus propios cuidados para el beneficio de su salud. Como también la manera de promover la salud está siendo perjudicial ya que cada año el incremento de personas con malos hábitos alimenticios están incrementando. Pender también señala que son los resultados de las acciones que realizan las personas durante su vida que se enfoca directamente en la salud, también refiere que es primordial promover los cuidados en la salud de esa manera buscar disminuir la cantidad en cuanto a las personas enfermas.

El modelo se divide en 4 paradigmas: biología humana, medio ambiente, servicio sanitario y estilo de vida (30).

**Biología Humana**, este determinante está vinculado con la herencia genética comprende, analiza y estudia la variación genética, en el ser humano

hay distintos problemas en el organismo que puede ocasionar daños a la salud de una manera grave o distinta y se exponen a contraer algunas enfermedades crónicas, trastornos genéticos, retraso mental etc. en los últimos años mayormente el desarrollo del envejecimiento y los procesos de maduración de las personas esto les conlleva a tener un alto riesgo para la comunidad (30).

**El Medio Ambiente,** esta englobado todos los factores que se encuentran relacionados con la salud en el cual la persona tiene poco control, el individuo no puede controlar algunos riesgos o peligros que se encuentra en el entorno mediante la contaminación de aire y el agua, los ruidos ambientales y de qué manera prevenir la propagación apropiada de los desechos, la persona es el quien provoca que haya enfermedades que perjudica a la salud y la comodidad del ser humano, cada persona debe actuar con una gran responsabilidad cuidando su entorno para así no provoque cosas que les afecten (30).

**Estilo de vida,** Este es el determinante está vinculado con la salud se encuentra relacionado con el comportamiento del individuo ya que tienden a tener hábitos de vida que tiene pueda ser buena o mala los riesgos que provoca son (El Sedentarismo, Estrés, Mala alimentación, el consumo de bebidas alcohólicas, tabaco etc.,) los malos hábitos causan varios problemas que les conlleva a contraer algunas enfermedades nocivos para la salud, el individuo tiene que desarrollar algunos actividades de promoción y prevención en la salud y de esa manera prevenir enfermedades provocadas por el estilo de vida (30).

**El sistema Sanitaria,** brinda cuidados al ser humano que tiene manifestaciones de alteraciones, molestias, proporcionándole medicamentos y los cuidados necesarios, observando en la manera que se encuentra el individuo en su salud se encuentra vinculado con la medicina y a la enfermería, ambulancias los hospitales y otro servicio más que se le va brindar los cuidados necesarios este determinante se centra en la calidad de atención, la comprensibilidad, de todos los servicios que se le va a brindar a la persona (30),

Otro modelo que toma en cuenta el estilo de vida es el modelo de promoción de la salud de Nola Pender, enfermera, creadora del Modelo de Promoción de la Salud (MPS), explicó que el comportamiento se encuentra motivado por la aspiración de lograr la comodidad y el potencial humanitario. Fue apasionada en la fundación de un patrón enfermero que otorgara respuestas a la conformación, cómo los individuos implantan voluntad en cuanto al cuidado de su propia salud (31).

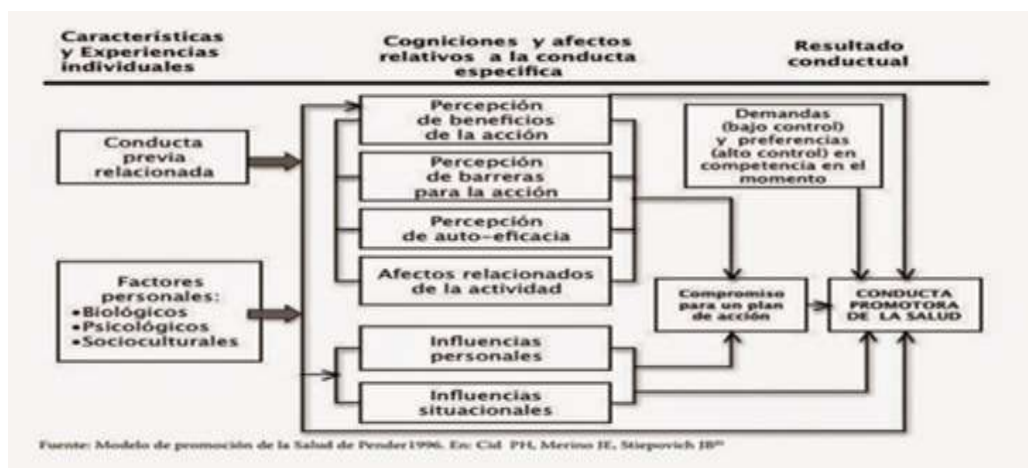
La honorable Nola Pender nació en Lansing en el año 1941 Michigan, EE.UU cuando tenía 7 años experimento por primera vez el campo enfermería, por lo que ella observó de cómo le brindaban el cuidado a su tío que estuvo hospitalizado de la misma manera en el año en el año 1962 logro tener su diploma de la escuela d enfermería de West Suburban Hospital de Oak Park, Illinois luego en 1964 obtuvo su título de la Universidad del Estado de Michigan, tuvo el interés en aprender en el campo de la salud, y accedió que de un paco paso al Modelo de la Promoción de la salud. (32).

La promoción de la salud encima de lo personal y conductual se considera

como planificación más íntegra para su dedicación y difusión cinco elementos básicos relacionados entre sí, así como: la edificación de políticas públicas saludables, la fundación de ambientes favorables, el reforzamiento del acto comunitario y la cooperación social, el incremento de habilidades personales para el sostén de la salud y orientación de los servicios de salud (33).

Para la Organización Mundial de la Salud la promoción de la salud permitirá que cada individuo obtenga el dominio propio de salud, está implicado en distintas intervenciones sociales y ambientales a favor y beneficioso para la salud del individuo y de esta manera la calidad de vida mediante la prevención de diversos problemas de salud la promoción de la salud debe ser formulado y atendido desde el ámbito político de los diferentes departamentos gubernamentales en el cual hagan de la salud algo prioritario desde el central de la política, ya que las personas van a tener conocimiento, información y aptitudes en lo cual se permitirá tener un estilos de vida correcto y tengan control de su propia salud (34).

**Figura N° 02: MODELO DE PROMOCION DE LA SALUD**



**Fuente: Modelo de promoción de la Salud de Pender 1996.**



Según el esquema hay dos columnas a la izquierda y a la derecha, nos menciona que la primera columna muestra las experiencias y características de las personas en su vida cotidiana, según lo cual propone dos conceptos relacionados con los factores conductuales y personales anteriores de los seres humanos (34).

En primer lugar, se menciona que se dirige a todo desde la experiencia de tal modo puede ser de manera directa o indirecta de acuerdo a eso podamos llegar a una comprensión en cuanto a las características de la promoción de la salud de la primera línea la teorista Pender nos indica que esta relacionado con su salud de cada persona (34).

Dentro del siguiente concepto que viene a ser la segunda nos detalla sobre las características personales, biológico, sociocultural y por último psicológico donde comprende todos los seres humanos de acuerdo a sus características y la conducta (34).

La tercera columna Esto nos muestra la autoeficacia, que se considera el punto más importante en el modelo de Pender, que describe la capacidad de una persona para tomar sus propias decisiones o tomar esas decisiones de acuerdo con la situación, para beneficio personal, de tal manera que llegue a tener un comportamiento saludable (34).

De esta manera, culminamos con el cuarto y último componente, donde las personas se relacionan directamente con sus sentimientos, comportamientos y reacciones que puedan tener, lo que demuestra que las personas necesitan pensar no solo en positivo, sino también en negativo, todo depende del

comportamiento que pueda mostrar cada individuo y así también cuidando su salud (34).

La teoría de la promoción de la salud busca permitir que las personas comprendan los factores cognitivos, sociales y las características de diversas situaciones individuales para que todos promuevan buenos comportamientos que beneficien su propia salud. La teoría apoya cuatro metas paradigmáticas (34).

Persona: Todas las especies humanas, masculinas y femeninas, tienen valores, derechos, normas morales y jurídicas nacionales, cada uno es responsable de sus propios actos y en virtud de estos, cada uno es racional y capaz de discernir sus propias acciones, acciones y decisiones, de acuerdo con Nola Pender, los humanos están diseñados para ser únicos en sus estados cognitivos (34).

Entorno: Son aquellos eventos, factores sociales morales o circunstancias que rodean a la persona podemos observar el entorno del ser humano para la teorista el entorno son las interacciones entre los factores cognitivos-preceptuales que todo estos influyen en los comportamientos para la promoción de la salud (35).

Enfermería: Se define como la ciencia del cuidado autónomo de las personas, tanto sanas como enfermas, es decir, se trata del cuidado del individuo. Según los teóricos de enfermería, la capacidad de proporcionar bienestar es precisamente la razón por la cual las enfermeras son las primeras en alentar a sus pacientes a mantenerse saludables (35).

## **Las dimensiones de Nola Pender**

Dimensión de estilo de vida, En cuanto al estilo de vida, nos dicen que es un comportamiento o hábitos que tiene todo el mundo, ya sea saludable o no y que las personas se adaptan a estos comportamientos a lo largo de su vida a través de la educación para la salud de todos y así no puedan sufrir algunas enfermedades en el transcurso de su vida (36).

Dimensión de nutrición, nos menciona que son los alimentos que optamos durante el día consumir que benefician la salud y evitar riesgos (36).

Dimensión de actividad física, nos dice que es bueno realizar ejercicios porque nos ayuda a no contraer enfermedades y así también nos conllevan al sedentarismo (36).

Dimensión de manejo de estrés, quienes nos comentan que cuando sienten que tienen una carga que los agota física y mentalmente, se debe en gran parte al trabajo personal o familiar (36).

Dimensión de relación interpersonal, aquí es de donde vienen comunicación entre dos o más personas que quieren comunicarse con el entorno (36).

Dimensión de crecimiento espiritual, esto tiene que ver con la conexión y la paz interior que sientes los individuos de confiar y creer en algo (36).

Dimensión de responsabilidad en la salud, Aquí, las personas asumen la responsabilidad de su salud y se dan cuenta de lo malo y bueno que puede ser para su bienestar personal (36).

### 2.2.2. Bases Conceptuales

**Estilo de vida,** Este es el determinante que más abarca en la salud esto se basa en la conducta de los individuos también el conjunto de desempeño que están asociados con la salud, ya que los hábitos de vida que mantienen pueden ser saludables o dañinas (El Sedentarismo, Estrés, Mala alimentación, el consumo de bebidas alcohólicas, tabaco etc.,) estos malos hábitos provocan algunos riesgos que les conllevan a tener algunas enfermedades y es dañino para la salud, el ser humano debe desarrolla algunas acciones de promoción y prevención en la salud para así poder prevenir algunas enfermedades provocada por el estilo de vida que leva cada individuo esto abarca con la conducta positiva o negativa de la persona en cuanto a su vida (37).

**Adulto Mayor,** es una etapa más vulnerable a enfermedades ya que por la edad a partir de 60 años se vuelven más vulnerables y puede tener o sufrir algunos problemas referentes a su salud, esos usuarios tengan la posibilidad de envejecer activa saludablemente. Del mismo modo hacer una intervención de incentivar a que realicen ejercicios que aparece una y otra vez como ingrediente esencial para lograr envejecer exitosamente (38).

### **III. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACION**

**H1:** Existe relación entre el Estilo de Vida y los Factores Biosocioculturales del Adulto Mayor de Pueblo Joven Miraflores Bajo-Chimbote-Santa, 2020.

**H2:** No existe relación entre el Estilo de Vida y los Factores Biosocioculturales del Adulto Mayor de Pueblo Joven Miraflores Bajo-Chimbote-Santa, 2020

## **IV. METODOLOGÍA**

### **4.1 Diseño de la Investigación.**

Tipo Cuantitativa: porque se realizó una medición numérica para realizar los datos obtenidos de forma estadística y se formulan las conclusiones (39).

Nivel Descriptivo: porque se buscó describir características importantes de los adultos de la población (40).

El diseño es Correlacional: dado que se buscó determinar la relación entre dos o más variables y la recolección de la información será tomada en un solo periodo de tiempo (41).

### **4.2. La población y muestra**

**Universo Muestral:** Estuvo conformado por 82 adultos mayores que habitan en el pueblo joven Miraflores bajo \_Chimbote- Santa, 2020.

**Unidad de análisis:** Cada Adulto mayor del Pueblo joven Miraflores bajo-Chimbote- Santa-2020

#### **Criterio de inclusión:**

- Adultos mayores del pueblo joven Miraflores Bajo \_Chimbote\_Santa que vivan más de 3 años.
- Adultos mayores del pueblo joven Miraflores Bajo \_Chimbote\_Santa. Que acepte participar en el estudio.

#### **Criterio de Exclusión:**

- Adultos mayores del pueblo joven Miraflores Bajo \_Chimbote\_Santa. Que tengan algún trastorno mental.

### **4.3. Definición y operacionalización de variables:**

## **FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO MAYOR**

### **Definición Conceptual**

Es el procedimiento social las tradiciones, los hábitos, el comportamiento de las personas y en el conjunto de la comunidad que lleva a satisfacer su necesidad de cada persona para así poder obtener el bien de todos aquellos estando denominada como un factor protector para el bien de todos los seres humanos (42).

### **Definición operacional**

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

## **FACTOR BIOLÓGICO**

### **Sexo**

#### **Definición Conceptual.**

El sexo se relaciona a aquel estado genético que diferencia al macho de la hembra, al varón de la mujer, ya sea en seres humanos, plantas o animales (43).

#### **Definición Operacional**

**Se utilizó escala nominal:**

- Masculino
- Femenino

## **FACTORES CULTURALES**

### **GRADO DE INSTRUCCIÓN**

#### **Definición conceptual**

El nivel de formación de un individuo es el grado más alto de estudios efectuados o en curso, sin tener en cuenta si se fue culminado, provisional o incompletos (44).

#### **Definición operacional**

Se utilizará la escala nominal:

- Analfabeto(a).
- Primaria completa/ incompleta
- Secundaria completa/ incompleta.
- Superior completa/incompleta.

## **Religión**

### **Definición conceptual**

Religión se incluyen distintas y diversos fenómenos las personas tiene sus propias creencias de acuerdo a la secta en el que se encuentran reconociendo un vínculo con la divinidad (45).

### **Definición operacional**

Se utilizó la escala nominal:

- Católico(a)
- Evangélico(a)
- Cristiano(a)
- Otra religión

## **FACTORES SOCIALES**

### **Estado Civil**

#### **Definición conceptual**

Esta es la fase del adulto mayor, denominadas por los aspectos de las situaciones de las familias que tiene la capacidad de poder realizar a los derechos y tener responsabilidad (46).

#### **Definición operacional**

Se utilizó la escala nominal:

- Soltero(a)



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

### **Ocupación**

#### **Definición conceptual**

Es en el cual el ser humano realiza sus actividades durante el día y en lo que se dedica ya sea trabajo. Profesión o actividades, es el tiempo en donde ocupa el ser humano una parte y la otra en su actividad (47).

#### **Definición operacional**

Se utilizará la escala nominal:

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

### **Ingreso Económico**

#### **Definición conceptual**

El ingreso económico es cuando el individuo aporta su economía a su familia teniendo un trabajo estable o eventual y así pueda sobrevivir y tener una mejor vida (48).

#### **Definición operacional**

Se utilizará la escala de intervalo:

- Dependiente (persona que depende de otra para subsistir)

- Menor de 930
- De 931 a 1500
- De 1500 a mas
- Sin ingreso económico (personas que actualmente no genera dinero)

## **ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MAYOR:**

### **Definición Conceptual:**

Se define como una forma general de vida que cada individuo lleva y el modo de comportamiento frente a la sociedad, en el estilo de vida se incorpora patrones de conducta que evalúa el bienestar del ser humano que interviene causas o peligros los patrones individuales de conducta, determinados por los factores socioculturales y las características personales (49).

### **Definición operacional**

Se utilizará la escala nominal:

- Estilo de vida saludable: 75 – 100 puntos.
- Estilo de vida no saludable: 25 - 74 puntos.

## **4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos:**

### **Técnicas**

En el trabajo de investigación que se realizó a los Adultos Mayor en el pueblo joven Miraflores Bajo se utilizó la técnica de la entrevista y la observación para aplicar la herramienta.

### **Instrumento**

En la investigación que se realizó en los Adultos Mayor en el Pueblo Joven Miraflores Bajo se utilizó dos instrumentos para recolectar información en la que señala a continuación.

## **Instrumento N° 01**

### **Escala del estilo de vida**

Instrumento elaborado en base al Cuestionario de estilo de vida promotor de salud, elaborado por Walker E, Sechrist k y Pender N, y Modificado por las investigadoras de línea de la escuela profesional de Enfermería ULADECH Delgado, R; Reyna E, y Díaz, R para fines de la presente investigación y poder medir el Estilo de vida a través de sus dimensiones como son alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud (Ver anexo 3).

Está constituido por 25 ítems distribuidos de la siguiente manera:

**Alimentación:** Ítems 1, 2, 3, 4, 5, 6 constituidas por interrogantes sobre la alimentación que consume el adulto.

**Actividad y Ejercicio:** Ítems 7 y 8, constituidas por interrogantes sobre la regularidad de ejercicio que realiza el adulto.

**Manejo del Estrés:** Ítems 9, 10, 11, 12 constituidas por interrogantes sobre las actividades que realiza para manejar situaciones de estrés.

**Apoyo Interpersonal:** 13, 14, 15, 16 constituidas por interrogantes sobre las redes sociales que mantiene el adulto y le proporcionan apoyo.

**Autorrealización:** 17, 18,19 constituidas por interrogantes sobre actividades que mejoran su satisfacción personal.

**Responsabilidad en Salud:** 20, 21, 22, 23, 24,25 constituidas por interrogantes sobre actividades que realiza el adulto para favorecer su salud. Cada ítem tiene el siguiente criterio de calificación:

NUNCA:                                 N = 1                                 AVECES                                 V = 2

FRECUENTEMENTE: F = 3

SIEMPRE:

S = 4

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

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

### **Instrumento N° 02**

### **CUESTIONARIO SOBRE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LA PERSONA**

Elaborado por las investigadoras de línea de la escuela profesional de enfermería ULADECH delgado, R; Reyna, E., Modificado por, Díaz, R. para fines de la presente investigación. Está constituido por 8 ítems distribuidos en 4 partes (ver anexo 4).

- Datos de identificaciones, donde se coloca un seudónimo (1 ítem).
- Factores Biológicos, donde se determinan la edad y el sexo de la persona (02 ítems).
- Factores Culturales, donde se determina el grado de instrucción y la religión (02 ítems).
- Factores sociales, donde se determina el estado civil, la ocupación y el ingreso económico (3 ítems).

Para determinar la relación entre variables se aplicó la prueba estadística de independencia de criterios Chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de  $p < 0.05$ .

### **Control de calidad de los datos:**

#### **Validez**

**Validez externa:** Se aseguró la validez externa por juicio de expertos presentando

el instrumento a 4 expertos en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindaron mayor calidad y especificidad a los instrumentos.

**Validez interna:** Se aplicó una prueba de Personas en cada uno de los ítems. Se obtuvo un  $r > 0.20$ , lo cual indica que el instrumento es válido (Anexo 6).

**Confiabilidad:** De un total de 50 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 indica que la escala para medir el Estilo de Vida del Adulto Maduro es confiable (Ver anexo 6).

#### **4.5. Plan de análisis:**

##### **Procesamiento de recolección de datos**

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

- Se informó y se pidió el consentimiento a los adultos mayores del Pueblo Joven la Pueblo Joven Miraflores Bajo- Chimbote -Santa haciendo énfasis que los datos y resultados son totalmente confidenciales.
- Se coordinó la disponibilidad y el tiempo de la fecha de la aplicación del instrumento para proceder a aplicar el instrumento a cada adulto mayor del Pueblo Joven Miraflores Bajo- Chimbote-Santa
- Se realizó la lectura de las instrucciones de los instrumentos a los adultos mayores del Pueblo Joven Miraflores Bajo- Chimbote -Santa
- El instrumento fue aplicado en un tiempo de 20 minutos, las respuestas serán marcadas de manera personal y directa.

**Análisis y Procesamiento de los datos:**

Los datos estadísticos obtenidos en la investigación son tabulados con la metodología estadística, y presentados en cuadros simples y de doble entrada. Para el análisis o interpretación de los resultados, se utilizó un software especializado en estadística y epidemiología, el SPSS versión 25.0 en sus dos niveles y se dará la prueba de chi cuadrado con un nivel de confianza de 95% y un margen de error de 5%.

#### 4.6. Matriz de Consistencia

Título	Enunciado del problema	Objetivo General	Objetivo específico	Hipótesis	Variable	Metodología
Factores biosocioculturales y estilos de vida del Adulto Mayor del pueblo joven Miraflores Bajo-Chimbote- santa ,2020.	¿Cuál es la relación que existe entre los factores biosocioculturales y el estilo de vida del Adulto Mayor del pueblo joven Miraflores bajo – Chimbote- santa,2020??	Determinar la relación entre los factores biosocioculturales y estilo de vida del Adulto mayor del pueblo joven Miraflores bajo-chimbote- santa,2020.	Caracterizar el estilo de vida del adulto mayor de pueblo joven Miraflores Bajo-Chimbote -Santa ,2020.  Identificar los factores biosocioculturales: Sexo, religión, grado de instrucción estado civil, ocupación, ingreso económico del adulto	<b>H1:</b> Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del Adulto Mayor del pueblo joven Miraflores Bajo-Chimnote- Santa,2020.  <b>H2:</b> No existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del Adulto Mayor del pueblo joven Miraflores Bajo-chimbote-	-Factores biosocioculturales: Factores biológicos Factores culturales Factores sociales  -Estilo de vida: Estilo de vida saludable: 75 a 100 puntos Estilo de vida no saludable: 25 a 74 puntos	<b>Tipo:</b> Cuantitativo, descriptivo  <b>Nivel:</b> Correlacional  <b>Diseño:</b> No experimental, de doble casilla  <b>Técnica:</b> Entrevista  <b>Instrumento:</b> Cuestionario sobre factores biosocioculturales y escala del estilo

			mayor	santa,2020.		de vida
--	--	--	-------	-------------	--	---------



#### **4.7. Principios éticos**

Son conjunto de conceptos, argumentos y normas que valoran y legitiman éticamente los actos humanos que eventualmente tendrán efectos irreversibles sobre fenómenos vitales, en el cual la ética se define como algo que se añade al desarrollo profesional, sino que lo fundamenta y le da sentido (50).

**Protección a las Personas,** Se guardó gran respeto a su dignidad, identidad, diversidad, confidencialidad y la privacidad en el adulto mayor del pueblo joven Miraflores bajo.

**Cuidado del medio ambiente y la biodiversidad,** Se protegió y se respetó el entorno y a todos los seres vivos que habitan en el pueblo joven Miraflores bajo, evitando arrojar basura y causar daño a los animales y plantas.

**Libre participación y derecho al estar informado,** Se informó al adulto mayor del pueblo joven Miraflores bajo, acerca del contenido de la encuesta y la finalidad de la presente investigación, mediante ello se logró la libre participación de cada uno de los pobladores (ANEXO 6).

**Beneficencia no maleficencia,** No se causó ningún daño al adulto mayor del pueblo joven Miraflores bajo, para ello se tomó las medidas adecuada, para lograr conseguir de manera eficaz los datos de la población en estudio.

**Justicia,** Sin importar, su condición social o su estatus económico, del adulto mayor del pueblo joven Miraflores bajo, se les hizo partícipe de la presente investigación, previa consentimiento ante ello.

**Integridad científica,** Se aplicó la encuesta a los adultos Mayores, para que de esta manera si hubo alguna pregunta se respondió con firmeza y seguridad. Se guardó la honestidad, exactitud, eficiencia y la objetividad.

## V. RESULTADOS

### 5.1 Resultados

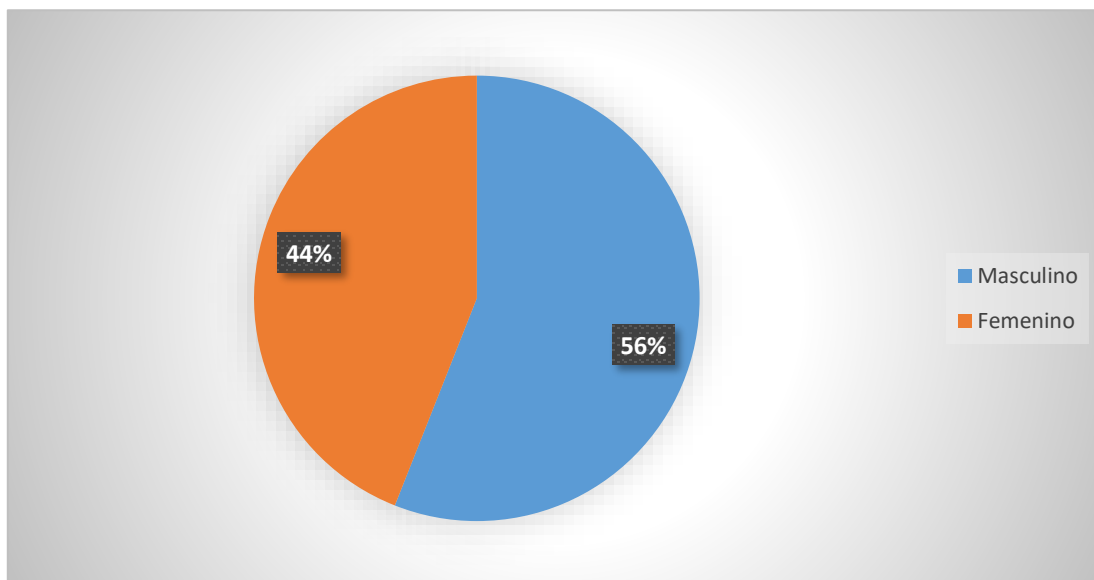
**TABLA 1**

***FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO MAYOR DEL PUEBLO  
JOVEN MIRAFLORES BAJO - CHIMBOTE - SANTA, 2020.***

<b>FACTORES BIOLÓGICOS</b>		
<b>SEXO</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Masculino	46	56,0
Femenino	36	44,0
<b>Total</b>	<b>82</b>	<b>100,0</b>
<b>FACTORES CULTURALES</b>		
<b>GRADO DE INSTRUCCIÓN</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Analfabeto	0	0,0
Primaria	13	15,9
Secundaria	38	46,3
Superior	31	37,8
<b>Total</b>	<b>82</b>	<b>100,0</b>
<b>RELIGIÓN</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Católico	66	80,5
Evangélico	9	11,0
Cristiano	7	8,5
Otras	0	0,0
<b>Total</b>	<b>82</b>	<b>100,0</b>
<b>FACTORES SOCIALES</b>		
<b>ESTADO CIVIL</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Soltero	5	6,1
Casado	45	54,9
Viudo	5	6,1
Conviviente	22	26,8
Separado	5	6,1
<b>Total</b>	<b>82</b>	<b>100,0</b>
<b>OCUPACIÓN</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Obrero	23	28,0
Empleado	33	40,2
Ama de casa	26	31,7
Estudiante	0	0,0
Otro	0	0,0
<b>Total</b>	<b>82</b>	<b>100,0</b>
<b>INGRESO ECONÓMICO</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Dependiente	24	27,3
Menor de 930 nuevos soles	24	29,3
De 931 a 1500 nuevos soles	11	13,4
De 1500 a más	23	28,0
Sin ingreso económico	0	0,0
<b>Total</b>	<b>82</b>	<b>100,0</b>

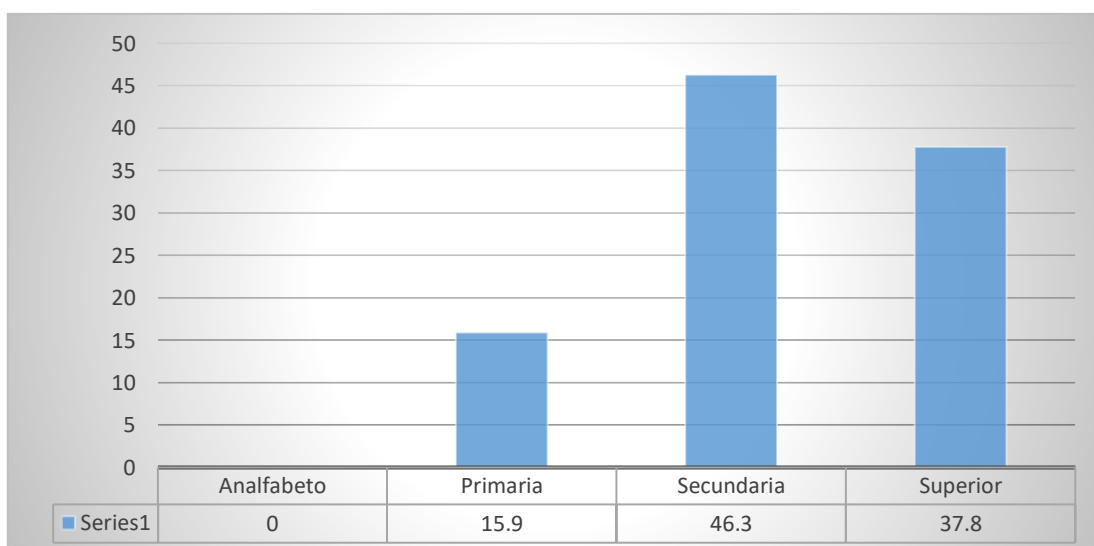
**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Walker, Sechrist, Pender, Modificado por: Delgado R, Aplicado al adulto mayor del pueblo joven Miraflores Bajo - Chimbote - Santa, 2020.

**GRAFICO 1: SEXO DEL ADULTO MAYOR DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO - CHIMBOTE - SANTA, 2020**



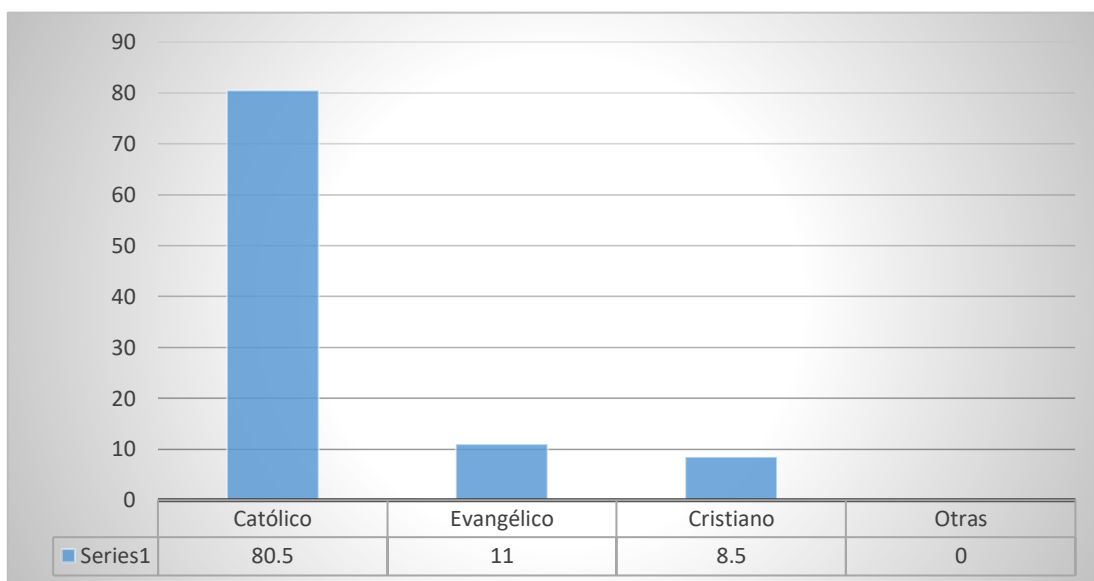
**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Walker, Sechrist, Pender, Modificado por: Delgado R, Aplicado al adulto mayor del pueblo joven Miraflores Bajo - Chimbote - Santa, 2020.

**GRÁFICO 2: GRADO DE INSTRUCCIÓN EN EL ADULTO MAYOR DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO - CHIMBOTE - SANTA, 2020**



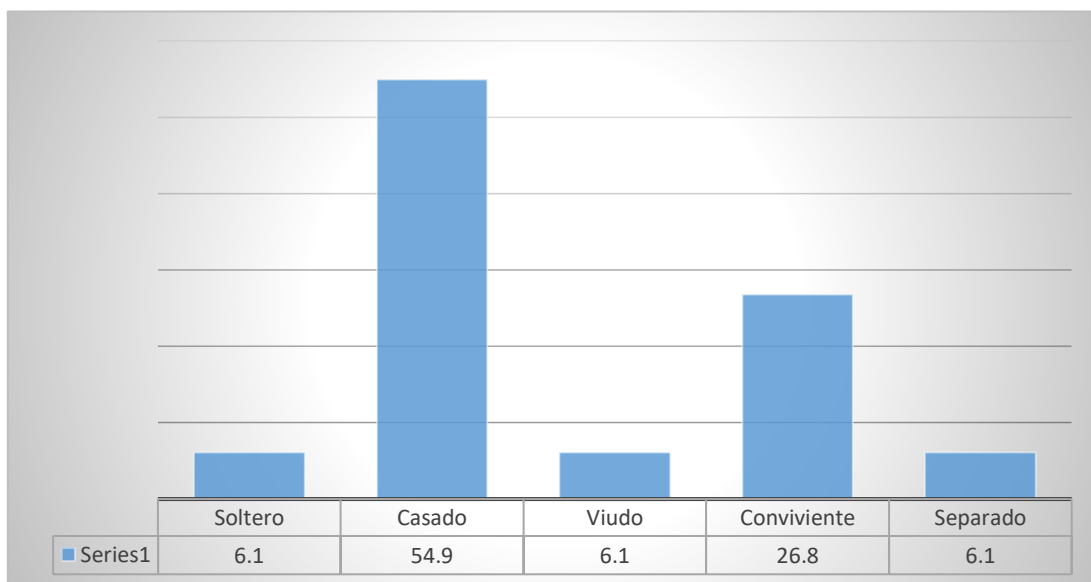
**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Walker, Sechrist, Pender, Modificado por: Delgado R, Aplicado al adulto mayor del pueblo joven Miraflores Bajo - Chimbote - Santa, 2020

**GRÁFICO 3: RELIGIÓN EL ADULTO MAYOR DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO - CHIMBOTE - SANTA, 2020**



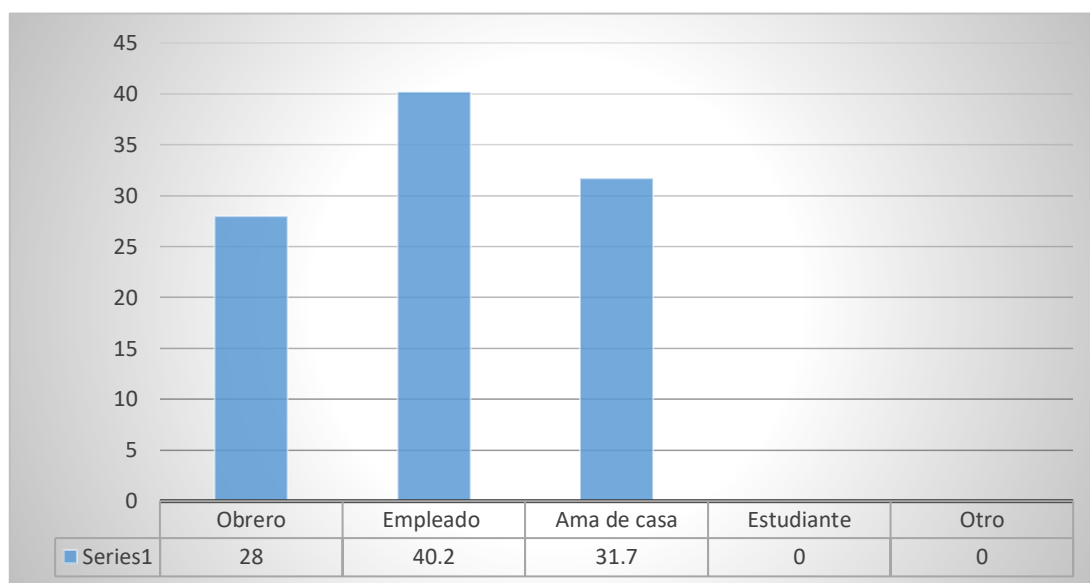
**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Walker, Sechrist, Pender, Modificado por: Delgado R, Aplicado al adulto mayor del pueblo joven Miraflores Bajo - Chimbote - Santa, 2020.

**GRÁFICO 4: ESTADO CIVIL EN EL ADULTO MAYOR DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO - CHIMBOTE - SANTA, 2020.**



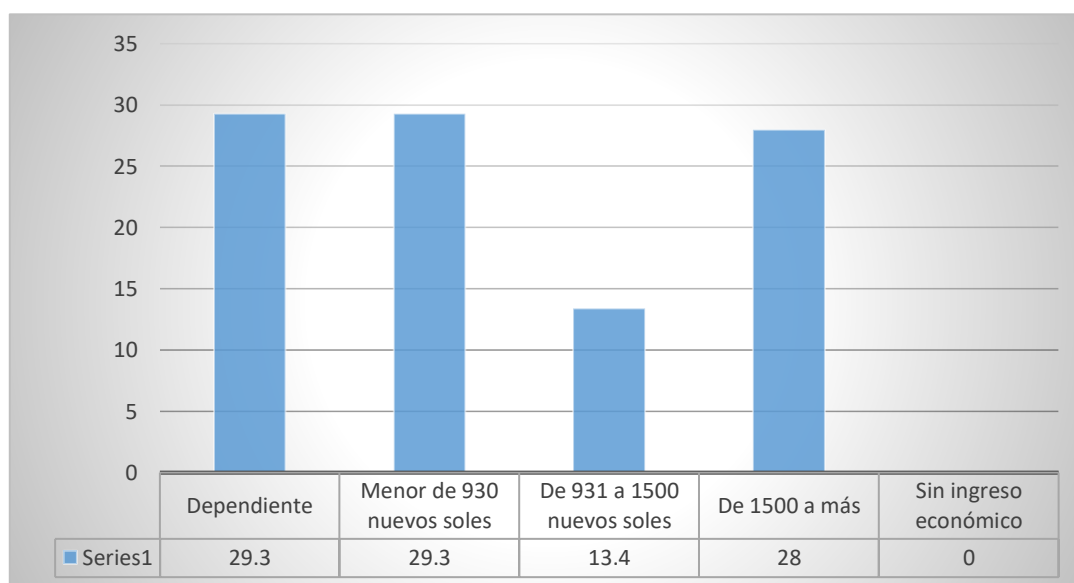
**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Walker, Sechrist, Pender, Modificado por: Delgado R, Aplicado al adulto mayor del pueblo joven Miraflores Bajo - Chimbote - Santa, 2020.

**GRÁFICO 5: OCUPACIÓN EN ADULTO MAYOR DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO - CHIMBOTE - SANTA, 2020.**



**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Walker, Sechrist, Pender, Modificado por: Delgado R, Aplicado al adulto mayor del pueblo joven Miraflores Bajo - Chimbote - Santa, 2020.

**GRÁFICO 6: INGRESO ECONÓMICO EN EL ADULTO MAYOR DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO - CHIMBOTE - SANTA, 2020.**



**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Walker, Sechrist, Pender, Modificado por: Delgado R, Aplicado al adulto mayor del pueblo joven Miraflores Bajo - Chimbote - Santa, 2020.

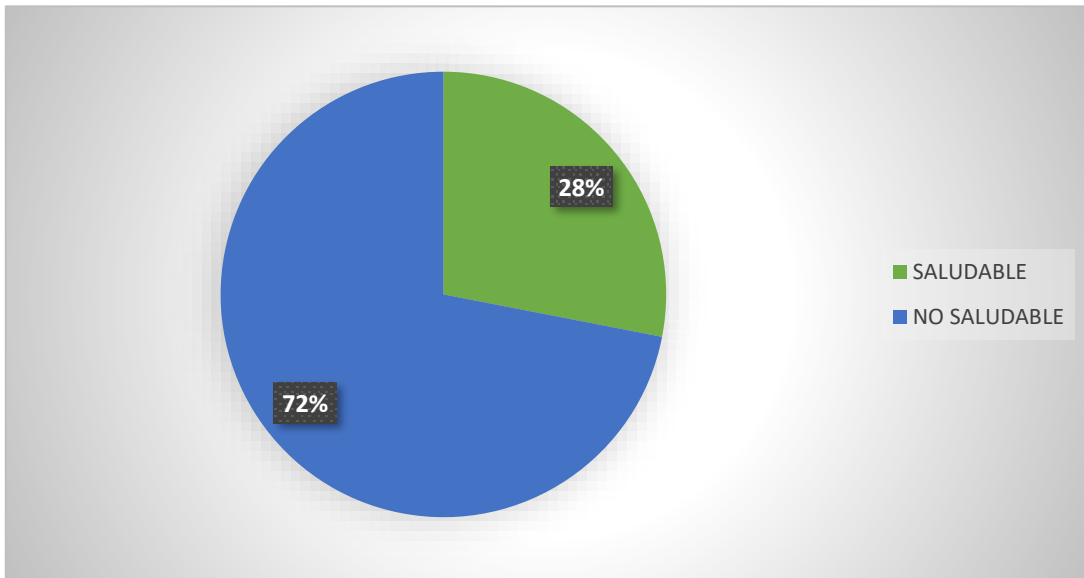
**TABLA 2**  
**ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MAYOR DEL PUEBLO JOVEN**  
**MIRAFLORES BAJO - CHIMBOTE - SANTA, 2020.**

ESTILO DE VIDA	N	%
<b>Saludable</b>	23	28,05
<b>No Saludable</b>	59	71,95
<b>TOTAL</b>	82	100%

**Fuente:** Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado en adultos mayores del pueblo joven Miraflores BAJO - CHIMBOTE - SANTA, 2020.

**GRÁFICO 2:**

**ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO MAYOR DEL PUEBLO JOVEN**  
**MIRAFLORES BAJO - CHIMBOTE - SANTA, 2020.**



**Fuente:** Escala de estilo de vida elaborado por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado en adultos mayores del pueblo joven Miraflores Bajo- Chimbote, 2020

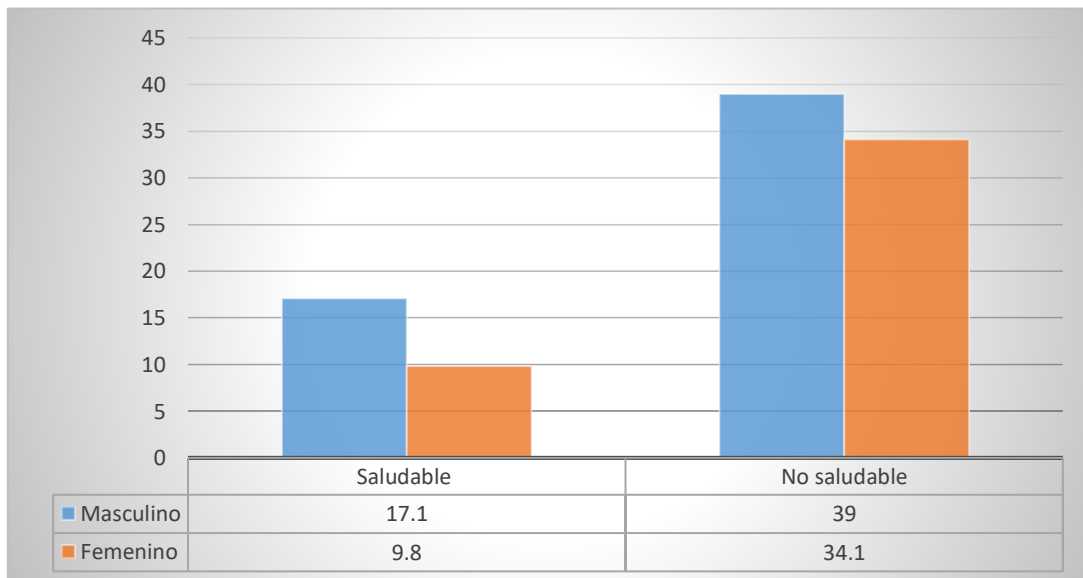
**TABLA 3**

**RELACIÓN ENTRE EL FACTOR BIOLÓGICO Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MAYOR DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO - CHIMBOTE - SANTA, 2020.**

SEXO	ESTILO DE VIDA						-Chi <sup>2</sup> = 0,69 - P= 0,405 -G1= 1 (3.84) NO existe relación estadísticamente significativa entre las variables
	Saludable		No saludable		Total		
	n	%	N	%	N	%	
<b>Masculino</b>	14	17,1	32	39,0	46	56,1	
<b>Femenino</b>	8	9,8	28	34,1	36	43,9	
<b>Total</b>	22	26,8	60	73,2	82	100	

**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Walker, Sechrist, Pender, Modificado por: Delgado R y Escala de estilo de vida elaborado por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado en adultos mayores del pueblo joven Miraflores Bajo - Chimbote - Santa, 2020.

**GRAFICO 3: RELACIÓN ENTRE EL FACTOR BIOLÓGICO Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MAYOR DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO - CHIMBOTE - SANTA, 2020**



**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Walker, Sechrist, Pender, Modificado por: Delgado R y Escala de estilo de vida elaborado por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado en adultos mayores del pueblo joven Miraflores Bajo - Chimbote - Santa, 2020.

**TABLA 4**

**TABLA 4: RELACIÓN ENTRE EL GRADO DE INSTRUCCIÓN Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MAYOR DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO- CHIMBOTE, 2020**

GRADO DE INSTRUCCIÓN	ESTILO DE VIDA						-Chi <sup>2</sup> : 1,11 -gl=2(7,81) -P:0,512
	Saludable		No saludable		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Analfabeto	0	0,0	0	0,0	0	0,0	No existe relación Estadísticamente entre las variables
Primaria completa/Incompleta	2	2,4	11	13,4	13	15,9	
Secundaria completa/Incompleta	10	12,2	28	34,1	38	46,3	
Superior completa/incompleta	10	12,2	21	26,6	31	37,8	
Total	22	26,8	60	76,8	82	100,0	

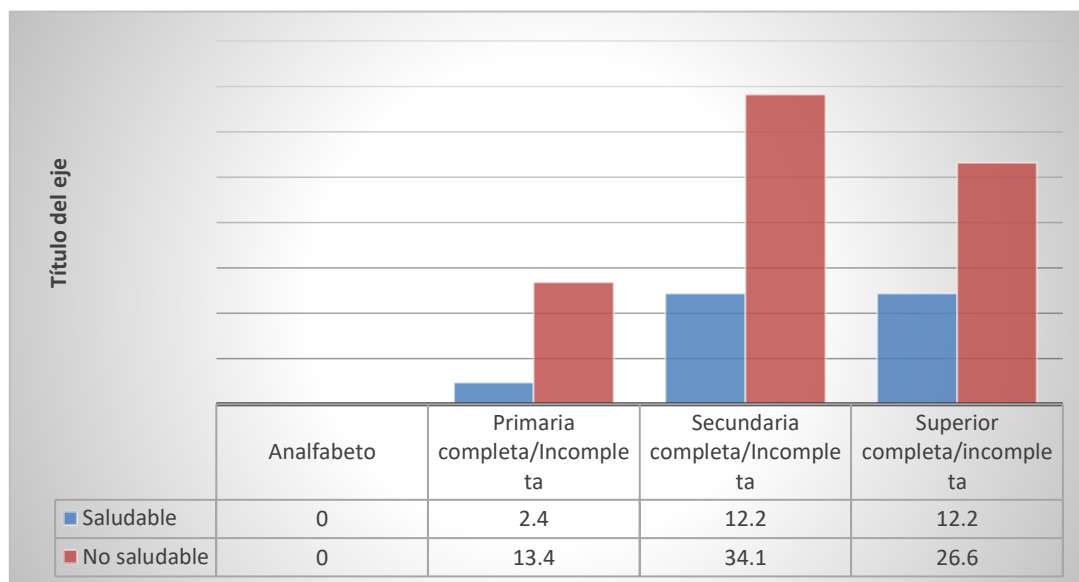
**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Walker, Sechrist, Pender, Modificado por: Delgado R y Escala de estilo de vida elaborado por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado en adultos mayores del pueblo joven Miraflores Bajo - Chimbote - Santa, 2020.

RELIGIÓN	ESTILO DE VIDA						-Chi <sup>2</sup> : 0,95 -Gl: 2 (5,99) -P:0,621
	Saludable		No saludable		Total		
	N	%	n	%	n	%	
Catolico	31	20,7	50	33	81	54	No existe relación estadísticamente entre las variables
Evangelico	16	10,7	37	25	53	35	
Otras	6	4,0	10	6,7	16	11	
Total	53	35,4	97	65	150	100	

**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Walker, Sechrist, Pender, Modificado por: Delgado R y Escala de estilo de vida elaborado por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado en adultos mayores del pueblo joven Miraflores Bajo - Chimbote - Santa, 2020.

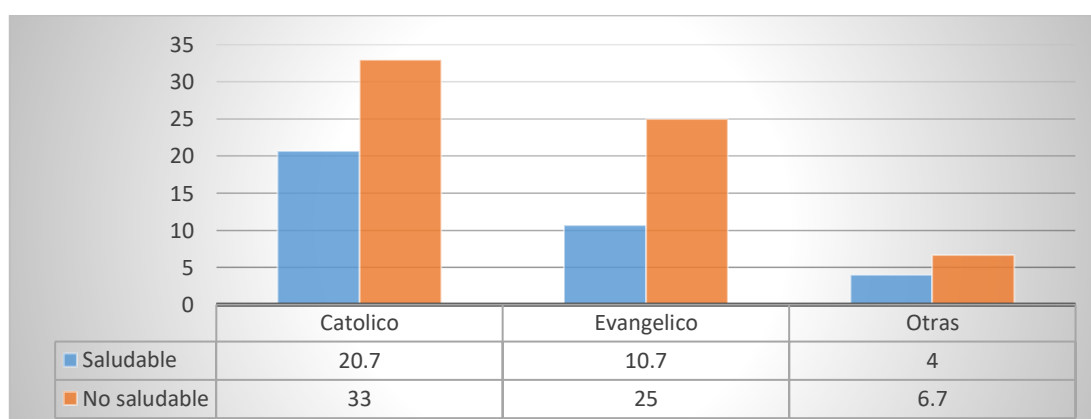


**GRÁFICO 4: RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES CULTURALES Y ESTILO DE VIDA: GRADO DE INSTRUCCIÓN DEL ADULTO MAYOR DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO- CHIMBOTE, 2020**



**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Walker, Sechrist, Pender, Modificado por: Delgado R y Escala de estilo de vida elaborado por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado en adultos mayores del pueblo joven Miraflores Bajo - Chimbote - Santa, 2020.

**GRÁFICO 4: RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES CULTURALES Y ESTILOS DE VIDA: RELIGION DEL ADULTO MAYOR DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO- CHIMBOTE, 2020**



**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Walker, Sechrist, Pender, Modificado por: Delgado R y Escala de estilo de vida elaborado por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado en adultos mayores del pueblo joven Miraflores Bajo - Chimbote - Santa, 2020.

**TABLA 5: RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA: ESTADO CIVIL DEL ADULTO MAYOR DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO - CHIMBOTE - SANTA, 2020.**

ESTADO CIVIL	ESTILO DE VIDA						-Chi <sup>2</sup> : 12,12 -Gl: 7,81 -P:0,010
	Saludable		No saludable		Total		
	n	%	N	%	N	%	
Casado (a)	8	9,8	37	45,1	45	54,9	No existe relación significativamente entre las variables
Conviviente	9	11,0	13	15,9	22	26,8	
Separado(a)	4	4,9	1	1,2	5	6,1	
Soltero (a)	0	0,0	5	6,1	5	6,1	
Viudo (a)	1	1,2	4	4,9	5	6,1	
Total	53	35,4	97	65,0	150	100,0	

*Continúa...*

**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Díaz, R, Reyna, E, Delgado R, y escala de estilo de vida elaborado por Walker, Sechrist, Pender, modificado por: Díaz, R, Reyna, E, Delgado R, Aplicado al adulto mayor pueblo Joven Miraflores Bajo- Chimbote-Santa, 2020

OCUPACIÓN	ESTILO DE VIDA						-Chi <sup>2</sup> : 0,25 -Gl: 2(7,81) -P: 0,843
	SALUDABLE		NO SALUDABLE		Total		
	n	%	n	%	N	%	
Obrero	7	8,5	16	19,5	23	28,0	No existe relación significativamente entre las variables
Ama de casa	6	7,3	20	24,4	26	31,7	
Empleado	9	11,0	24	29,3	33	40,0	
Estudiante	0	0,0	0	0,0	0,0	0,0	
Total	22	26,8	60	73,2	82	100,0	

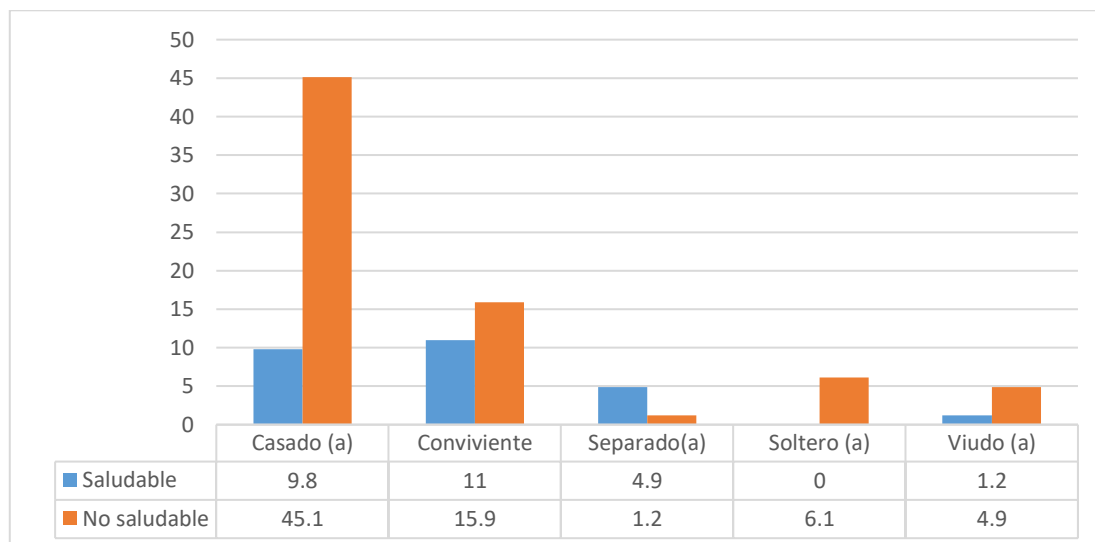
*Continúa...*

**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Díaz, R, Reyna, E, Delgado R, y escala de estilo de vida elaborado por Walker, Sechrist, Pender, modificado por: Díaz, R, Reyna, E, Delgado R, Aplicado al adulto mayor pueblo Joven Miraflores Bajo- Chimbote-Santa, 2020

INGRESO ECONOMICO	ESTILO DE VIDA						Chi <sup>2</sup> : 1,41 Gl: 3(7,81) P: 0,701
	Saludable		No saludable		Total		
	N	%	n	%	N	%	
Dependiente	6	7,3	18	22,0	24	29,3	No existe relación significativamente entre las variables
Menor a 930 Soles	6	7,3	17	20,7	23	28,0	
De 931 a 1500 Soles	2	2,4	10	12,2	12	14,6	
De 1500 soles a más	8	19,8	15	18,3	23	28,0	
Sin ingreso económico	0	0,0	0	0,0	0	0,0	
Total	22	26,8	60	73,2	82	100,0	

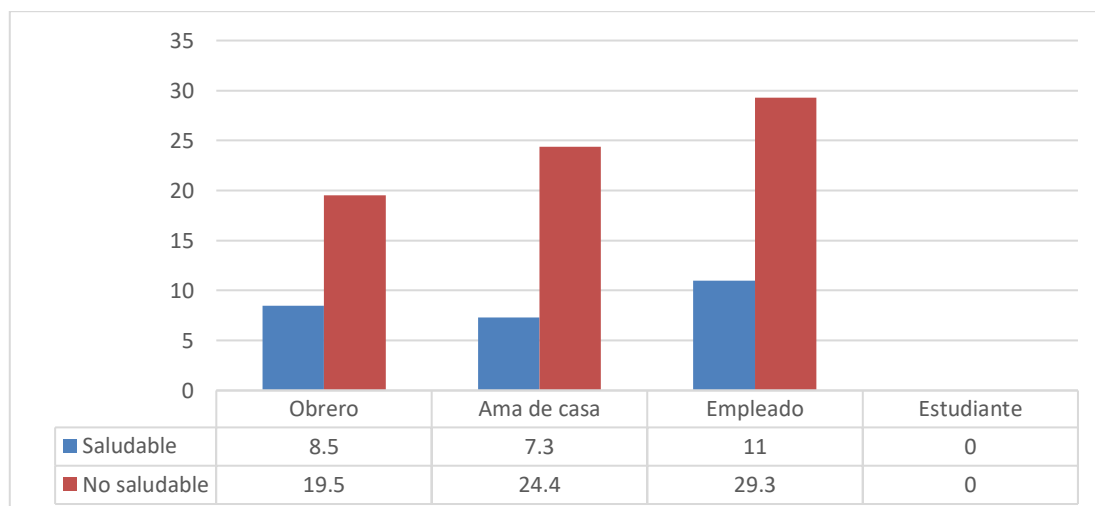
**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Díaz, R, Reyna, E, Delgado R, y escala de estilo de vida elaborado por Walker, Sechrist, Pender, modificado por: Díaz, R, Reyna, E, Delgado R, Aplicado al adulto mayor pueblo Joven Miraflores Bajo- Chimbote-Santa, 2020

**GRÁFICO 5: RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIALES Y EL ESTILO DE VIDA: ESTADO CIVIL DEL ADULTO MAYOR DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO - CHIMBOTE - SANTA, 2020.**



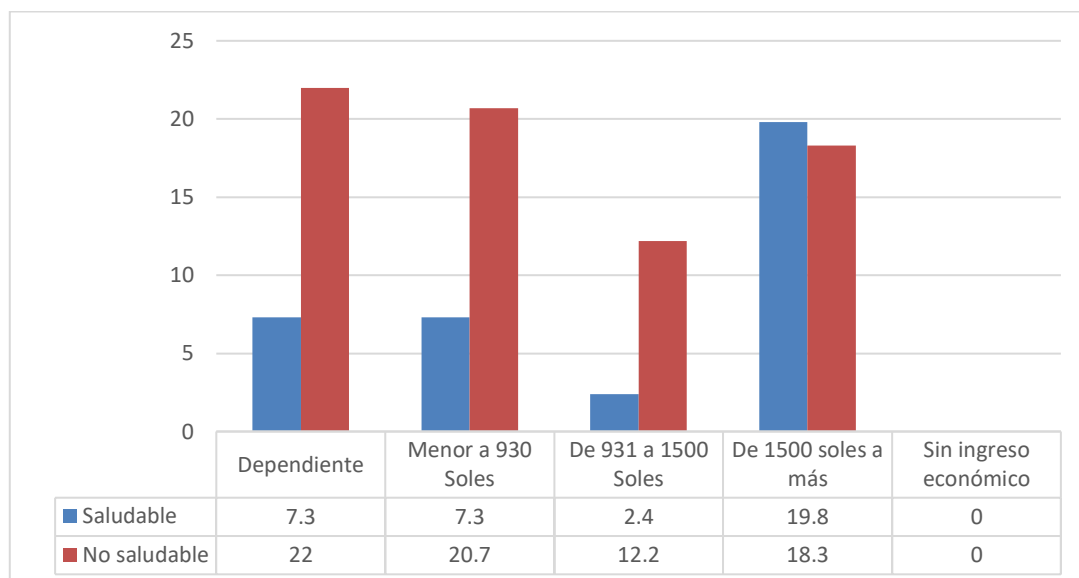
**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Walker, Sechrist, Pender, Modificado por: Delgado R y Escala de estilo de vida elaborado por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado en adultos mayores del pueblo joven Miraflores Bajo - Chimbote - Santa, 2020.

**TABLA 5: RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIALES Y ESTILOS DE VIDA: LA OCUPACIÓN DEL ADULTO MAYOR DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO - CHIMBOTE - SANTA, 2020.**



**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Walker, Sechrist, Pender, Modificado por: Delgado R y Escala de estilo de vida elaborado por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado en adultos mayores del pueblo joven Miraflores Bajo - Chimbote - Santa, 2020

**TABLA 5: RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIALES Y EL ESTILO DE VIDA: INGRESO ECONOMICO DEL ADULTO MAYOR DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO - CHIMBOTE - SANTA, 2020.**



**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por Walker, Sechrist, Pender, Modificado por: Delgado R y Escala de estilo de vida elaborado por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado en adultos mayores del pueblo joven Miraflores Bajo - Chimbote - Santa, 2020.

## 5.2 Análisis de resultado

**Tabla 1:** En los factores Biosocioculturales de los adultos mayores del pueblo Joven Miraflores bajo; el 56,0% (46) de sexo masculino; el 46,3% (38) con grado de instrucción secundaria; el 80,5% (66) profesa la religión católica; el 54,9% (45) son casados; el 40,2% (33) es empleado y el 29,3% (24) con ingreso económico menor de 930 nuevos soles.

Según lo analizado se observa que la población que prevalece es la masculina y que cuentan con un nivel de educación secundaria e ingreso económico que no ayuda a solventar los gastos que este requiere. Teniendo en cuenta ello, es necesario verificar el nivel de apoyo con el que los adultos mayores cuentan, así mismo sensibilizar a la adopción de estilos de vida más saludables e incentivar la participación de la familia para detectar oportunamente alguna enfermedad relacionada a los malos estilos de vida.

El género o sexualidad se ha definido de forma natural desde su creación, así mismo es representada por características físicas y aquellas características expresadas por la anatomía, biología y fisiología humana. Dentro de ello se identifican al sexo masculino y femenino, lo que les diferencia a estos son los genitales y las características corporales (51).

Se puede observar que más de la mitad de los participantes del estudio son del sexo masculino, lo que nos indica que esta población cuenta con más adultos mayores hombres que mujeres o que las mujeres son poco participes en estudios como este.

Así mismo es poco frecuente que una investigación cuente con más hombres con estilos de vida saludables ya que suelen ser las mujeres las que

comúnmente son las que tienen mejores estilos de vida. En esta ocasión el caso es distinto ya que algunos adultos mayores viven con sus familiares y reciben el apoyo de ellos para su autocuidado; Sin embargo, debido a la edad misma los adultos mayores con estilos de vida no saludables son susceptibles a enfermar o adquirir enfermedades crónicas o cualquier otra enfermedad por la condición misma en la que viven. Es por ello necesario que tomen en cuenta estos datos y ver qué sucede con estas adultas mayores, si cuentan con el nivel de apoyo suficiente para poder cuidar su salud o requieren de más apoyo, porque recordemos que ellos ya no tienen la fuerza suficiente para poder protegerse o mantenerse saludables (52).

El nivel de instrucción es uno de los factores que favorece a la adquisición de estilos de vida más saludables, dado que el contar con un nivel de educación alto ayuda a comprender mejor la importancia de mantener la salud estable y evitar los riesgos que vulneran la salud (53).

Menos de la mitad de los adultos cuenta con grado de instrucción secundaria. Algunos adultos manifestaron que formaron su familia a una edad temprana por lo que no lograron cursar estudios superiores ya que tenían que trabajar para poder solventar a la familia que habían conformado y culminar sus estudios en ese entonces no era prioridad para ellos, por lo que no las culminaron.

Al hablar de religión podemos apreciar que es un factor relevante para las personas y sus familias, dado que se refiere a las expresiones específicas de los fenómenos religiosos que comparten un grupo de personas, que están en busca de Dios, para alimentar su espíritu y reconciliarse con la vida, que muchas

veces se ve afectado por su estado de salud o crisis que sucede en la vida. La religión si bien es muy importante en la vida las personas, está en su mayoría no influye en la forma de vivir de las personas, dado que el pertenecer o no a una religión no impide que las personas tengan estilos de vida desfavorables (54, 55).

La mayoría de los adultos profesa la religión católica, si bien la religión solo sirve para diferenciarnos de otras religiones, cabe destacar que para muchos adultos mayores la religión es muy importante y que los comportamientos que ellos tienen Dios la ve y que cuando llega su momento serán juzgados por él. es por ello que los adultos mayores del estudio refieren acudir a sus iglesias frecuentemente y fomentan la paz entre los miembros de su familia.

El estado civil es un estado especial que se caracteriza por la relación personal con otros géneros o del mismo. Este concepto nace desde que se crea el sistema matrimonial, pero que no necesariamente se entra conectado con el país o el sistema político para organizar o establecer esta conexión (56,57).

Respecto al estado civil más de la mitad son casados lo que indica que tienen una familia con la cual cuentan y el apoyo de ellos es constante lo que es favorable dado que podrán detectar alguna anomalía en el estado de salud de estos adultos mayores, lo que también explicaría el por qué no optaron en realizar estudios superiores, ya que se enfocaron en sacar adelante a su familia y cubrir las necesidades que el formar una familia demanda. Y en el caso de los adultos con estilos de vida no saludables puede que se enfocaron en sacar más adelante a su familia y descuidaron su salud, es por ello necesario que se

brinde información a estos adultos de cómo mantener estable su salud.

La ocupación o empleo es una actividad principal que lo desarrolla el jefe de familia, el oficio se denomina independientemente a la labor que se ocupe. Se puede obtener un empleo según las competencias personales o por la carrera estudiada. Siendo el empleo el punto clave para poder sostener a una familia, para satisfacer sus necesidades básicas. Ayuda a progresar y que la descendencia tenga mejores condiciones de vida (58).

Como se observa en los resultados de la investigación menos de la mitad de adultos es aún empleado, es decir algunos aun cuentan con algún empleo que les ayuda a poder tener un salario con el que se mantiene o ayuda al ingreso familiar, sin embargo estos empleos tienen riesgos hacia su salud, dado que son temporales y algunos requieren de realizar un esfuerzo físico alto, que a estos adultos por la edad misma ya presentan dolencias y malestares que les dificulta realizar esa labor como lo realizaban cuando aún eran jóvenes.

El ingreso económico se define como aquel ingreso total que tiene una familia, esta incluye salarios y contribuciones a la economía familiar, esa suma se convierte en la fuente de ingresos de una familia. Que posterior es usado para los gastos como por ejemplo para los pagos de recursos básicos, comida ropa etc (59).

De igual manera menos de la mitad tienen ingresos económicos menor de 930 soles, lo cual es desfavorable para ellos dado que la familia en la actualidad requiere de un mayor ingreso económico para poder satisfacer sus necesidades y subsistir, así mismo para aquellos gastos que surgen cuando alguno de los miembros se enferma o cuando el adulto presenta alguna complicación por la



enfermedad que padece (60).

Existen estudios que se asemejan a los resultados de la investigación como Vera G, (61) en su investigación: “Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores de la urbanización Cáceres Aramayo, Nuevo Chimbote, 2020”. Encontró que el 63,33% (76) de sexo masculino.

También estudios que difieren tenemos a Taype M, (62). en su investigación “Factores biosocioculturales y su relación con el estilo de vida en el personal profesional del policlínico PNP – Ica” Ica 2020. Encontró que de sexo masculino (52,0%). Y por último difiere a Carranco S, Flores R, Barrera J, (63). En su investigación: “Perfil sociodemográfico y estilos de vida saludable en trabajadores de una empresa de agua potable y alcantarillado de México, 2019”. Donde la totalidad de sexo masculino.

Para concluir la investigación se encontró varios puntos negativos que afectan como el ingreso económico donde es muy importante que cuenten con un trabajo para poder solventar necesidades en el hogar, la mayoría tienen un trabajo donde ganan muy poca cantidad misma que no tiene lo suficiente para poder solventar sus gastos, y puedan desenvolverse adecuadamente por ende es preocupante ya que este puede afectar tanto su salud como su economía produciendo problemas en casa.

**Tabla 2:** Del 100% (82) de adultos mayores del pueblo Joven Miraflores bajo el 71,95% (59) tiene estilo de vida no saludable y el 28,05% (23) estilo de vida saludable.

Así en la investigación la mayoría tiene estilo de vida no saludable y un porcentaje considerable estilo de vida saludable. Sabemos que un estilo de vida

saludable es un estilo de vida universal basado en la interacción de las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones de comportamiento individuales determinados por factores sociales, culturales y características personales. Como también el estilo de vida es la forma en que una persona vive y se desarrolla en diferentes actividades cotidianas, como beber, fumar, hacer ejercicio físico, la cantidad de comidas al día, la cantidad de agua que consume y el tiempo para descansar y soñar. Estos comportamientos pueden ser buenos para su salud o pueden ser malos comportamientos que ponen en peligro su salud (64,65).

En los hallazgos del presente estudio observamos que la mayoría de los adultos mayores tienen estilos de vida no saludables lo que es muy perjudicial para ellos. En esta comunidad los adultos se encuentran en una etapa de vida en la que son más susceptibles a enfermarse si no cuidan su salud, ya que el estilo de vida no solo engloba la parte alimenticia, sino también de aquellas conductas y actitudes promotoras de salud que cada persona opta para evitar enfermarse o agravar su estado de salud actual. Así mismo si estas conductas no mejoran estos adultos son candidatos para padecer de alguna enfermedad crónica no transmisible como el cáncer, hipertensión y demás enfermedades que empiezan a surgir por los estilos de vida no saludables.

En el caso de los adultos con estilos de vida saludables se puede afirmar que si es que estos logran adquirir alguna enfermedad podrán recuperarse rápidamente o reducir el impacto de la misma en su estado de salud, ya optan por tener actitudes y acciones que les favorece en llevar una vejez más saludable.

Según señalado por la teoría de Nora Pender sobre estas dimensiones del comportamiento de salud de los adultos. La mayoría de las personas mayores dicen que no tienen responsabilidad sanitaria porque no optan por ir al centro de salud cuando se sienten mal porque dicen que es más fácil ir a la farmacia que a la farmacia porque está más protegido que yendo a la salud. en el centro por miedo. Se contagian de COVID 19 y simplemente optan por acudir a su centro de salud cuando el dolor es más fuerte y no les dan ningún medicamento (66).

Dimensión nutrición, la literatura manifiesta que los requerimientos nutriciones de un adulto mayor son: proteínas de 0,83 g/kg al día en el caso de los varones adultos, así mismo que los lípidos ingeridos en esta edad solo sea para aportar un 20 a 30% de energía ya que si se ingiere en exceso pueden acarrear otras enfermedades por la ingesta inadecuada de la misma. Respecto al agua es importante para la termorregulación y en esta etapa de vida varía entre 2,200- 2,600 ml/ día en varones y mujeres entre 1,900- 2,400 ml/día (67,68).

Algunos de los adultos mayores referían que a veces no comen 3 veces al día y si comen los alimentos que consumen en su mayoría son carbohidratos o alimentos chatarra que se encuentran al alcance de sus bolsillos. Ingieren alimentos balanceados como frutas, verduras, menestras carnes o pescado muy pocas veces, esto debido a la situación misma que vivimos por la pandemia, ya que estos productos mantenían un precio elevado lo que dificultó que estos adultos logren abastecerse de estos productos que ayudan a nutrir su organismo y mantener las defensas altas. Así mismo algunos referían que si se hidratan

bien o que consumen de 4 o 8 vasos de agua a diaria, pero otros adultos referían que no consumían agua lo que preocupa dado que el mantenerse hidratado es muy fundamental para el organismo más aun en estos adultos.

Así mismo si la alimentación no es saludable y adecuada para estos adultos mayores, dado que corren el riesgo de desarrollar enfermedades como hipertensión arterial (HTA), Diabetes o incluso pueden llegar a la muerte.

Según la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA). Los requerimientos nutriciones de un adulto mayor son: proteínas de 0,83 g/kg al día en el caso de los varones adultos, así mismo que los lípidos ingeridos en esta edad solo sea para aportar un 20 a 30% de energía ya que si se ingiere en exceso pueden acarrear otras enfermedades por la ingesta inadecuada de la misma. Respecto al agua es importante para la termorregulación y en esta etapa de vida varía entre 2,200- 2,600 ml/ día en varones y mujeres entre 1,900- 2,400 ml/día (69,70).

Los adultos están expuestos al acumulo de energía por el poco consumo de proteínas y tienen el riesgo de tener sobre peso u obesidad, es por ello que el personal de enfermería realiza sesiones tanto educativas y demostrativas para llevar una vida más saludable en cuanto alimentación, pese a esta intervención algunos adultos mayores por el fácil acceso a los carbohidratos o alimentos chatarras no se alimentan adecuadamente, es por ello que se debe enfatizar e incentivar más a las familias o cuidadores de estos adultos mayores que la alimentación de estos adultos deben de ser más equilibrada para evitar riesgos en su salud.

Así mismo en la dimensión actividad físico, se afirma que el realizar

actividad física reduce el riesgo de presentar obesidad, depresión, sedentarismo y favorece en controlar los niveles en sangre estable como el colesterol, mejora la presión y oxigenación. Algunas actividades que pueden realizar estos adultos mayores para evitar alterar su integridad física y estado de su salud, es realizar caminatas, bailes, deportes de esfuerzo físico moderado y tolerable para ellos (71).

respecto a esta dimensión los adultos mayores referían que no solían salir de sus hogares debido a la pandemia del covid-19. Es decir, no realizaban actividades como caminatas o ejercicios al aire libre por las restricciones que en su momento existían, por lo que pasaban la mayor parte del tiempo en sus hogares mirando tv o durmiendo.

Durante la vejez el deterioro físico es más común, pero esto se puede retrasar realizando actividad física activa, teniendo en cuanto claro esta las limitaciones con las que tenga este paciente; se ha demostrado en algunos estudios que la actividad física ayuda a reducir en envejecimiento, así mismo a prevenir aquellas enfermedades neurodegenerativas que son comunes en esta edad. El dolor articular y molestias son comunes en esta edad es por ello necesario que la actividad física que realicen los adultos mayores no demande demasiado esfuerzo, dado que algunos ya cuentan hasta con dificultad para caminar, pero aun así se puede educar a la familia sobre ejercicios moderados que puedan realizar adaptándose a la patología o malestar que este adulto presente.

En cuanto a la dimensión manejo del estrés; en estos tiempos de Covid-19 la depresión y la soledad fueron las afecciones más comunes que afectaban

durante este tiempo, así mismo se sentían con más tensión y preocupaciones, uno de los primeros era el aislamiento ya que algunos Vivían solos y solían recibir visitas de sus familiares o hijos que Vivían en otras ciudades, aprovechaban esas vivistas para dialogar y expresar sus preocupaciones o alegrías y ahora el no contar con esto les ocasiona más tensión ; otras de las preocupaciones por las que pasaron estos adultos fue el miedo al contagio ya que algunos tienen familias numerosas y comparten la misma vivienda, lo que en momentos se generaban conflictos o peleas debido al reclamo a alguno de los miembros del porque salía mucho a la calle sin haber ninguna necesidad de hacerlo. Para poder manejar estas circunstancias los adultos solían tomar siestas o escuchar algún tipo de música que les hacía recordar momentos agradables.

El estrés puede afectar en la parte física y mental del adulto mayor, las situaciones que la generan no necesariamente son negativas pueden ser situaciones como por ejemplo el logro de un nieto al ingresar a una Universidad u otra actividad, en ese momento ocurre una reacción o alteración en el organismo del adulto mayor que a diferencia de un adulto joven este no logra estabilizarse o regresar a su estado natural con mucha facilidad. Lo que genera complicaciones en la salud de estos adultos, siendo necesario que los familiares estén atentos cuando esto suceda (72).

También en la dimensión relación interpersonal, algunos de los adultos refieren que cuentan con una buena relación tanto con sus vecinos y familiares, así mismo que tienen a quien poder contarle sus deseos o inquietudes y que cuando se presenta algún problema o dificultad económica cuentan con apoyo.

Sin embargo, existen algunos adultos que no tienen una buena relación con sus familiares y el apoyo que reciben de estos son muy pocas o rara las veces que pueden confiar de este apoyo.

Esto va de la mano con el manejo de estrés ya que al mantener una vida social activa en los adultos mayores ayuda por una parte a reducir el riesgo de deterioro mental, así mismo es necesario que la familia opte por realizar actividades recreativas donde se incentive la unión familiar y con ella se de a la estimulación cerebral.

Así mismo la dimensión crecimiento espiritual, en esta dimensión los adultos refieren que en ocasiones no están satisfechos con lo que hicieron en su vida, algunos desearían volver atrás para mejorar el estilo de vida que llevaron como por ejemplo no desperdiciar el poco dinero que ganaban en el consumo de alcohol y tabaco; otros haber culminado sus estudios para que cuenten con alguna pensión en estos momentos que el acceso a un trabajo es un poco más difícil debido a su edad misma. Por otra parte, otros adultos manifiestan estar satisfechos con lo que realizaron en sus vidas y que pese a las dificultades que pasaron lograron sacar adelante a sus hijos y ahora ellos les retribuyen y están al pendiente de su salud.

También en este aspecto los adultos mayores son más apegados a la religión y algunos acuden a las misas o asambleas confiando en su líder religioso, del mismo modo aquellos adultos mayores que son apegados a la religión sienten que pueden afrontar los problemas con más facilidad y que la probabilidad de presentar depresión o ansiedad es poca.

Y por último en la dimensión responsabilidad en salud, los adultos

manifiestan que no suelen acudir mucho al establecimiento de salud por el miedo al contagio del covid-19 y que ante una molestia suelen acudir a las farmacias; Acuden al establecimiento de salud cuando presentan algún dolor que no pueden tolerar; así mismo una minoría son hipertensos y en ocasiones no siguen el tratamiento prescrito por el médico, ocasionándoles muchos dolores de cabeza por la enfermedad que padecen y la ingesta excesiva de carbohidratos sumado a que algunos aun consumen bebidas alcohólicas.

Es importante mantener el estado físico y mental de los adultos mayores en equilibrio, es por ello necesario que se brinde atención integral a cada uno de estos adultos y que cualquier alteración que ponga en riesgo su salud debe ser tratada oportunamente, para así evitar la muerte prematura de los adultos mayores.

Ante lo observado es necesario recomendar a la población adulta a tomar más interés en el mantenimiento de su salud, en el sentido de optar estilos de vida más saludables. Dado que les ayuda a prevenir muchas enfermedades y si es que padecen de alguna enfermedad se reduce el impacto de esta en su salud. Es decir, los síntomas o complicaciones son poco frecuentes. También es necesario que los familiares estén involucrados en la adopción de estilos de vida en sus adultos mayores ya que algunos ya no pueden realizarse el autocuidado y es ahí donde la familia debe estar presente para evitar que estos adultos enfermen o mueran por el solo hecho de no ayudarles a mantener estable su salud.

Existen estudios que se asemejan a los resultados de la investigación como Flores N, (73). En su investigación: “Estilos de vida y factores



biosocioculturales de los adultos del asentamiento humano estrella del Nuevo Amanecer, la joya – Arequipa, 2019”, Encontró el 84,3% (97) con estilo de vida no saludable. Así mismo a los de Soriano A, (74). En su investigación “Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales De Los Adultos Del Centro Poblado De Shiqui – Cátaç, 2020” en cuyos resultados reporto que el 76% (114) con estilo de vida no saludable.

También estudios que difieren tenemos a Ramos J, (75). En su investigación: “Factores Sociodemográficos Y Acciones De Prevención Y Promoción Asociado Al Comportamiento De La Salud: Estilos De Vida Y Apoyo Social Del Adulto. Pueblo Joven La Unión Sector 24 \_Chimbote, 2020” en la que encontró que 78,1% (178) tiene estilo de vida saludable

Al finalizar la investigación muchos de los adultos mayores llevan una vida saludable, tienen una buena alimentación comen 5 veces al día, cuando se enferman acuden al puesto de salud más cercado donde viven y tratan de pasar el tiempo con la familia, se encontró que hay adultos que no llevan una vida saludable los cuales son un peligro para su salud si llevan una mala alimentación hay probabilidades de sufrir hipertensión, diabetes, sobrepeso hasta desnutrición por ende es fundamental que puedan acudir a las campañas, charlas que brinda en puesto de salud para que tengan conocimiento sobre los peligros que pueden causar si no comen alimentos adecuados que nos ayuden a mantener nuestro organismo.

**Tabla 3:** En la relación entre el factor biológico y estilo de vida, el 39,0% (32) de sexo masculino con estilo de vida saludable y del sexo femenino 34,1% estilo de vida no saludable; reportando un  $p=0,405$  y  $X^2=0,69$ ; siendo así que no existe

relación estadísticamente significativa entre el sexo y el estilo de vida.

Al analizar la variable de sexo y estilo de vida de los adultos mayores del Pueblo Joven Miraflores Bajo, se encontró que no existe relación estadísticamente entre las variables, y más de la mitad de los adultos mayores tienen estilos de vida saludables de igual manera menos de la mitad no saludable, esto no quiere decir que no representen riesgos para la salud, y si no reforzamos las medidas preventivas necesarias y tratamos de reducir los problemas que pueden afectar gravemente a los adultos mayores, su calidad de vida irá disminuyendo paulatinamente a medida que los hombres de cierta edad son más propensos al crecimiento y las enfermedades, especialmente enfermedades como la diabetes, la presión arterial alta, la enfermedad de Parkinson, la artritis, etc., pueden corregirse porque pueden cambiar la situación, incluso si no han optado por seguir los hábitos adecuados para los beneficios de salud antes de ser desarrollados y puestos en práctica para mejorar sus vidas.

Por lo tanto, se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre el sexo y estilo de vida, donde observamos que los adultos llevan estilo de vida saludable dentro de ello encuentran factores importantes como la cultura y hábitos que aprendieron durante el pasar de los años.

Como sustenta la teoría de Nola Pender en esta investigación nos dice que el ser humano puede tomar sus propias decisiones en referente a su comportamiento de cada adulto y es donde se involucra a la persona en sus emociones, los comportamientos y las reacciones que pueden producir de manera directa muestran que las personas no solo deben tener pensamientos positivos, sino también pensamientos negativos, pero todo depende del

comportamiento que puedan manifestar, lo que promueve la oportunidad de que los buscadores de salud aprendan aspectos cognitivos, social. factores y características de las diferentes situaciones individuales que les permitirían a todos promover un buen comportamiento en pro de su salud.

El factor biológico son características genéticas inherente de cada ser, que en ocasiones no pueden ser controlados. Es decir, el individuo puede ser más propenso a adquirir alguna enfermedad, estas características influyen en un 20% en el estado general de salud (76).

El estilo de vida de las personas se forma desde una edad temprana e influyen las creencias, costumbres, cultura y entorno que lo rodea, es decir que los hábitos o comportamientos que la persona tenga para cuidar su salud ya están forjadas cuando esta llega a la etapa adulto mayor, por lo cual ya es difícil poder cambiar este comportamiento.

En la relación del chi<sup>2</sup> reporto que no existe relación estadísticamente significativa entre el sexo y el estilo de vida, sin embargo, se observa que el sexo masculino presenta estilos de vida saludables a diferencia del sexo femenino quienes reportaron estilos de vida no saludables. Lo que es un punto muy importante para resaltar dado que siempre las mujeres son las que suelen tener estilos de vida más saludables, es decir las mujeres por su género mismo son más cuidadosas en su salud a diferencia de los hombres. Pero en este caso el estilo de vida de estos adultos está influenciado por otros factores ya sea por la cultura costumbres o hábitos que estos adquiriendo en el transcurso de vida.

Existen estudios que se asemejan a los resultados de la investigación como Ordiano C, (77). En su investigación “Estilo de Vida y Factores

Biosocioculturales de los Adultos del Caserío de Queshcap – Huaraz, 2020”. En cuyos resultados obtuvo que no existe relación estadísticamente significativa entre el sexo y estilo de vida. Así mismo a los de Morales L, (78). En su investigación: “Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del barrio Cumpayhuara - Caraz, 2019” Quien reporto que no existe relación estadísticamente significativa entre el sexo y estilo de vida. Y también se asemejan a los de Vera G, (79) en su investigación: “Estilos de vida y factores biosocioculturales Nuevo Chimbote, 2020”. Donde encontró que no existe relación estadística entre sexo y estilo de vida.

Para concluir se sugiere a los adultos mayores ir al centro de salud más cercano para que se hagan una revisión médica, y también informar a los del centro de salud para que hagan un seguimiento. Se recomienda que los adultos mayores con estilo de vida no saludable no consuman bebidas alcohólicas ya que son hábitos nocivos y perjudiciales para su salud y por ende disminuyen su calidad de vida. Y les conllevan a sufrir riesgos de algunas enfermedades que afectara a su salud el cual se le recomienda que se intensifique las campañas de salud de los adultos para una mayor proyección comunitaria y mejorar el conocimiento a ellos en cuanto a su cuidado

**Tabla 4:** En la relación entre los factores culturales y estilo de vida, el 34,1%(28) con grado de instrucción secundaria incompleta y estilo de vida no saludable y solo el 12,2%(10) con superior incompleta con estilo de vida saludable; reportó un  $p=0,512$  y  $X^2=1,11$ ; en cuanto a la religión el 25%(37) de religión evangélica con estilo de vida no saludable y solo el 20,7%(31) de religión católica con estilo de vida saludable, reporto un  $p=0,621$  y  $X^2=0,95$ .

Mostrando que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables analizadas.

Estilo de vida: Los hábitos de vida o estilos de vida se refieren a una serie de comportamientos diarios que realizan las personas, algunos de los cuales no son saludables. Se considera la unidad de la sociedad y los individuos, y la realización de la individualidad en la solución de sus necesidades en la práctica social diaria. Esto está determinado por los procesos sociales, las tradiciones, los hábitos y los comportamientos y comportamientos de los individuos y grupos de población, estos procesos sociales conducen a la satisfacción de las necesidades del ser humano para lograr la calidad de vida (80).

Como lo sustenta en su teoría Nola Pender el ser humano tiene la libertad de decidir en llevar una vida saludable o no, ya que es un proceso donde las personas mismas buscan incrementar su salud llevando el control y de esa manera mejorarla, ya que el grado de instrucción, La religión no significa e influye en ellos para elegir vivir un estilo de vida saludable o no saludable por el nivel de educación, porque hay muchas personas que no terminan su educación pero viven una vida saludable como muchas religiones, tienen su propia fe, su propia cultura, no hay obstáculo para un estilo de vida saludable, siempre se tienen en cuenta, tratando de mejorar la salud.

La formación de las personas es otro aspecto muy importante, y enseñar y aprender, sin él es imposible describir todo el factor que influyen en el crecimiento humano. Esto significa que la formación debe orientarse hacia el desarrollo integral de la naturaleza, la forma, el espíritu, la inteligencia, la cultura, la religión, el existencialismo, la expresión filosófica, el estilo de vida

y la manera de entender de una persona su importancia en el mundo (81).

Se entiende por religión al sistema de: “prácticas, creencias, símbolos y rituales que ayuda al afrontamiento activo del proceso salud enfermedad o atención teniendo en consideración sus costumbres y creencias religiosas que ayudan a prevenir las consecuencias negativas y a su vez ayuda a poder resolver el problema de salud más rápida (82).

Se observa que el grado de instrucción no tiene relación con el estilo de vida de las personas, sin embargo el grado de instrucción es un factor muy importante para el desarrollo de la persona en la sociedad dado que el contar con nivel de instrucción alto ayuda a comprender mejor la importancia de mantener estilos de vida saludables y como este beneficia en su salud, así mismo garantiza la obtención de puestos laborales bien remunerados que favorecen a cubrir las necesidades personales y familiares de cada individuo.

Respecto a la religión tampoco tiene relación estadística con el estilo de vida, siendo así que la religión no tiene influencia en la forma de vivir de los adultos mayores de este estudio, este puede estar influenciado por otros factores; se sabe que la religión solo influye en la parte moral de la persona y que, si pertenezcas a una religión o no, este no impide tener comportamientos poco favorables para su salud, como por ejemplo pueden ser alcohólicos perteneciendo a una religión o no.

Existen estudios que se asemejan a los resultados de la investigación como Villacorta G (83). En su investigación: “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Cochac – Huaraz, 2020.” Quien reporto que no existe relación estadísticamente significativa entre

el grado de instrucción y religión con el estilo de vida. Así mismo se asemeja con Corcuera Y, (84). En su investigación: “Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales En Adultos Mayores Del Pueblo Joven Florida Alta Sector Iii - Chimbote, 2019” encontró que no existe entre el grado de instrucción, religión y estilo de vida. Y por último se asemeja a Vera G, (85) en su investigación: “Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores de la urbanización Cáceres Aramayo, Nuevo Chimbote, 2020”. Reporto que no existe relación entre no existe relación estadísticamente significativa entre el grado de instrucción y religión con el estilo de vida.

Concluimos esta investigación que hay muchos adultos que tienen estilo de vida saludable estos resultados encontrados tienden a ver mucho con la religión que pertenecen ya que más de la mitad son de religión católico donde tienen sus costumbres creencias, esto se debe respetar porque es muy importante para ellos el estar conectados con Dios por que les permite estar en paz consigo mismo les da tranquilidad.

**Tabla 5:** En la relación entre los factores sociales y estilo de vida, el 45,1%(37) de casados cuenta con estilo de vida no saludables y solo el 11,0%(9) de convivientes con estilo de vida saludable, reporto  $p=0,010$  y  $X^2=12,12$ , teniendo este resultado relación estadísticamente significativa; En la ocupación el 24,4%(20) es ama de casa con estilo de vida no saludable y solo el 11,0%(9) que es empleado con estilo de vida saludable, reportando un  $p=0,843$  y  $X^2=0,25$ . En el Ingreso económico el 20,7%(17) con ingreso menor de 930 soles con estilo de vida no saludable y solo el 19,8% con ingreso de 1500 soles a más con estilo de vida saludable, reportando  $P=0,701$  y  $X^2=1,41$

Mostrando estos resultados que no existe relación estadísticamente significativa entre la ocupación, ingreso económico y estilo de vida.

Los resultados de la muestra observaron que no existe relación entre las variables de estilo de vida y los factores culturales y sociales. Puede tener algo que ver con la forma en que sus padres los criaron y los conocimientos que han adquirido a lo largo de sus vidas. Los porcentajes obtenidos muestran que se trata de otras personas que no pueden concretar y comprender otras actividades que realizan las personas mayores, y por tanto desconocen cuándo es necesario y cuáles son sus medios económicos. La introducción de estas otras ocupaciones no nos dijo si eran inductores positivos o negativos de estilos de vida apropiados.

Los solteros adultos maduros y mayores entre 30 y 78 años se encuentran más activos en las interacciones sociales y familiares, lo que les ayuda a fortalecer su experiencia y conocimiento del mundo que los rodea, a diferencia de las personas casadas que están inmersas en hogares solidarios, dejando de lado las fricciones sociales y familiares. Para que los solteros tengan más probabilidades de recibir apoyo cuando se enfrentan a condiciones de salud adversas (86).

Respecto al estado civil se observa que, si existe asociación con el estilo de vida, esto quiere decir que el estado civil si influye en la adopción de conductas promotoras en salud o de cambiar el estilo de vida ya sea bueno o malo. Dado que una persona soltera a diferencia de una casada tiene menos preocupaciones ya que no cuenta con carga familiar y está al pendiente más de su estado de salud, como aquellas personas casadas que descuidan su salud por



estar al pendiente de sacar adelante a su familia. Esto ocurre en la mayoría de los adultos mayores del presente estudio ya que formaron sus familias a temprana edad y por mantener y sacar adelante a sus hijos, optaron por tener trabajos que era poco favorables para su salud y que alteraban su estilo de vida. Otros por otra parte se mantuvieron solteros hasta llegar a la adultez madura donde ya contaban con un buen estado económico y social que en algunos casos les ayudaba a mantener un buen estilo de vida.

Se define a la ocupación al conjunto de actividades o deberes que tiene las personas en un centro en lo social y laboral, estas actividades son independientes de los lazos con agentes productivos y sociales que garantizan la posición en el centro de trabajo (87).

En cuanto a la ocupación no se encontró relación con el estilo, sin embargo este es factor muy importante que puede influir en el estilo de vida de las personas, ya que muchas veces por mantener un ingreso económico para el hogar muchas personas acceden a trabajos que perjudican su salud, como por ejemplo algunos no duermen las horas necesarios que nuestro cuerpo lo demanda, como también no comen a sus horas adecuadas y en ocasiones presentan desequilibrio nutricional ya sea por deficiencia o exceso.

También algunos no cuentan con todos los beneficios de un profesional contratado, ya que son contratados por terceros y no cuentan con un título universitario o carrera técnica con el cual les puedan brindar los beneficios como salarios favorables o seguros de salud con los que puedan sostenerse y recibir una atención en salud oportuna y de calidad; esta es la realidad con la que vivieron y viven los adultos mayores del presente estudios.

Si bien el acceso a los recursos económicos puede ayudar a satisfacer la demanda, la falta de dichos recursos puede causar graves daños a la salud mental de las personas. En otras palabras, puede verse presionado por el rechazo social debido a la deuda, las necesidades familiares y sociales insatisfechas y el mantenimiento de las limitaciones financieras (incluido el acceso a los servicios médicos) (88).

El Ingreso económico reporto no tener relación con el estilo de vida, aunque se sabe que el mantener un ingreso económico alto a veces es sinónimo de contar con un estilo de vida no saludable, ya que cuentan con mayor acceso a los alimentos chatarras o altos en carbohidratos; al alcohol o drogas, que son los que ocasionan que la salud de las personas vaya en picada o se deteriore; desde otro punto de vista existen aquellas personas con ingresos económicos bajos y altos que son conscientes que pese a su estado económico es necesario que cuiden su salud manteniendo su estilo de vida más saludable. Algunos adultos mayores en su momento trabajaban en ocupaciones que no eran favorables para su salud, no contaban con muchos beneficios como el seguro de salud y buen salario, es por ello que algunos no cuentan con jubilación o pensión con las que puedan satisfacer sus necesidades hoy en día.

Ante lo encontrado en la presente investigación es necesario que siga fomentando la adquisición de estilos de vida más saludables, dado que en la actualidad y realidad que estamos viviendo muchas de las enfermedades que surgen son a consecuencia de tener estilos de vida no saludables, así mismo es necesario que se realicen más investigaciones en población adulta mayor para tener una base científica sobre como es el comportamiento hacia su salud de

este grupo etario y como el personal de salud pueden contribuir para que su estilo de vida mejore o se fortalezca.

Estudios que se asemejan a la investigación tenemos a Acuña R (89). En su investigación “Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores del asentamiento humano 3 Estrellas sector 3 \_ Chimbote, 2019” no existe relación significativamente con ocupación e ingreso económico. Y difiere en que no existe relación con el estado civil y estilo de vida. También se asemejan a los de Carrera K, (91). En su investigación “Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales en Adulto Maduro. Asentamiento Humano Tres Estrellas Sector \_B Chimbote, 2019”. Reporto que no existe relación estadísticamente significativa entre el ingreso económico y ocupación y difiere que no existe relación estadísticamente significativa con la variable estado civil.

Asimismo, otro estudio que se asemejan a los resultados como Vilela R (92). En su investigación: “Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor que asisten al Puesto de Salud de Mallaritos, 2018.” En sus resultados Reporto que no existe relación entre la Religión, Ocupación, Ingreso económico no existe asociación con el estilo de vida.

Al finalizar esta investiga más de mitad de los adultos mayores tienen estilos de vida saludable esto es favorable para su salud ya que tienen conocimientos de como alimentarse saludablemente acompañando de actividad física evitando llevar una vida sedentaria, es recomendable que sigan llevando esta forma de vida y así se evita enfermedades que puedan producirse.

## VI.CONCLUSIONES

- Se identifico que en los factores Biosocioculturales de los adultos mayores del pueblo Joven Miraflores bajo; la mayoría profesa la religión católica; más de la mitad de sexo masculino; con grado de instrucción secundaria, es casado, es empleado; menos de la mitad con ingreso económico menor de 930 nuevos soles.
- Se caracteriza que el Estilo de Vida del Adulto Mayor Del Pueblo Joven Miraflores Bajo - Chimbote - Santa, 2020, la totalidad de adultos mayores del pueblo Joven Miraflores bajo pertenecientes a la investigación la mayoría con estilo de vida no saludable y menos de la mitad con estilo de vida saludables.
- Se estableció la prueba de Chi cuadrado encontrándose que no existe relación estadísticamente significativa entre los factores Biosocioculturales: edad, grado de Instrucción, estado civil, religión, ocupación e ingreso económico.

## **VII. RECOMENDACIONES**

- Dar a conocer los resultados a los moradores del Pueblo joven Miraflores Bajo en llevar estilos de vida saludable como consumir alimentación saludable, desarrollo de actividades físicas, higiene y desarrollo interpersonal para cuidado de su salud
- Se recomienda a las autoridades del pueblo Joven Miraflores Bajo y en coordinación con el establecimiento de salud fomentar la realización de talleres sobre las consecuencias negativas que puede ocasionar un habito no saludable.
- Recomendar a la junta directiva de la jurisdicción del Pueblo joven Miraflores bajo según los resultados obtenidos para concientizar a los adultos mayores que tomen las medidas de prevención ya que a esa edad el adulto mayor se encuentra bajo muchos factores de riesgo en la salud.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Envejecimiento y salud [Serie en internet]. 2021. [Citado 8 noviembre 2021]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/envejecimiento-y-salud>
2. Organización Mundial de la Salud. Situación y Perspectivas de la Economía Mundial 2020: Resumen ejecutivo. [ Sede Web]. [Acceso el 28 de diciembre 2022]. Disponible en <https://www.un.org/development/desa/dpad/publication/situacion-y-perspectivas-de-la-economia-mundial-2020-resumen-ejecutivo/>
3. Jewell. R. El Estado de Salud del Adulto Mayor en América Latina. [Sede web]. [Citado el 28 de diciembre el 2022]. Disponible en URL: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S012147722007000100006](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S012147722007000100006)
4. Organización mundial de la salud. principales causas de muerte y discapacidad en el mundo Who [Internet]. 2020 [cited el 8 de noviembre del 2021], Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/09-12-2020-who-reveals-leading-causes-of-death-and-disability-worldwide-2000-2019>
5. Organización Mundial de la Salud. Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. Actividad física. [Fecha de publicación 2020]. [Acceso el 8 de noviembre 2020]. Disponible en: [https://www.who.int/dietphysicalactivity/strategy/eb11344/strategy\\_spanish\\_web.pdf](https://www.who.int/dietphysicalactivity/strategy/eb11344/strategy_spanish_web.pdf)
6. Portafolio. Obesidad y Sobrepeso, una realidad que enfrentar. [ Sede Web]. Colombia 2020 [ Acceso el 8 de noviembre 2021]. Disponible en:

<https://www.portafolio.co/mas-contenido/obesidad-y-sobrepeso-una-realidad-que-enfrentar-544154>

7. Cantisano L, et al. Cambios en el Estilo de Vida y en las Emociones durante el Confinamiento por Covid-19. International Journal of Developmental and Educational Psychology INFAD Revista de Psicología, N°1 - Volumen 1, 2021. ISSN: 0214-9877. pp:413-424 [Internet] Republica Dominicana, 2021[Citado el 27 de Mar. de 22]Disponible en: [https://dehesa.unex.es/bitstream/10662/13667/1/02149877\\_2021\\_1\\_1\\_413.pdf](https://dehesa.unex.es/bitstream/10662/13667/1/02149877_2021_1_1_413.pdf)
8. Carmen R, Gotzone B, et al. Prevalence of obesity and associated cardiovascular risk factors in the Spanish population: the ENPE Revista Española de Cardiología (English Edition), Volume 75, Issue 3, March 2022, Pages 232-241.[Internet] España 2022 [Citado el 27 de Mar. de 22]Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0300893220307156>
9. Flores C. Prevención, riesgos y recomendaciones especial sobre obesidad: Reconocimientos y falencias. Universidad de Chile 2021. [ Sede Web]. [ Acceso el 8 de noviembre 2021]. Disponible en: <https://www.uchile.cl/noticias/173299/especial-sobre-obesidad-la-otra-pandemia>
10. Ministerio de Salud. Prevención y Control de Enfermedades, Perú 2020[ Sede Web]. [ Acceso el 8 de noviembre 2021]. Disponible en: [https://www.dge.gob.pe/epipublic/uploads/boletin/boletin\\_202039.pdf](https://www.dge.gob.pe/epipublic/uploads/boletin/boletin_202039.pdf)

11. Informativo. Más del 40% de los adultos mayores de Chimbote padecen sobrepeso y obesidad. Perú 2020 [ Sede Web]. [ Acceso el 23 de noviembre 2020]. Disponible en: [https://radiorsd.pe/noticias/todas-las-noticias/8394-mas-del-40-de-los adultos-mayores-de-Chimbote-padecen-sobrepeso-y-obesidad](https://radiorsd.pe/noticias/todas-las-noticias/8394-mas-del-40-de-los-adultos-mayores-de-Chimbote-padecen-sobrepeso-y-obesidad)
12. Red Pacifico Norte. Oficina de Estadísticas. Centro de Salud Magdalena Nueva.
13. Guerrero L. Estilos de vida y salud, Universidad de los Andes Mérida, Venezuela 2019 [ Sede Web]. [ Acceso el 8 de noviembre 2021]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/356/35616720002.pdf>
14. Serrano, M. “Estilo de Vida y Estado Nutricional del Adulto Mayor del Centro de Salud Venezuela de la Ciudad de Machala 2018. [Tesis para optar el título de Licenciada en Enfermería]. Universidad Nacional de Loja 2018. [Acceso el 8 noviembre 2021]. Disponible en [URL file:///C:/Users/HP/Downloads/TESIS%20MARIA%20SERRANO.pdf](file:///C:/Users/HP/Downloads/TESIS%20MARIA%20SERRANO.pdf)
15. Diaz del Olmo A, Estilos de Vida y cuidados preventivos en la Hipertensión Arterial del Adulto mayor, Centro de Salud Carlos Protzel, 2018 [Acceso 8 de noviembre 2021]. Disponible en: <file:///C:/Users/GOREHCO/Downloads/TESIS%20 DIAZ%20DEL%20OLMO%20ILIZARBE.pdf>
16. Vera C, Telenchana J. Estilo de vida de los comerciantes adultos mayores de verduras del mercado feria libre “el arenal”, cuenca, 2019. [Tesis] Universidad de cuenca. Facultad de ciencias médicas. Ecuador.2019, [citado 8 de noviembre 2021]. Disponible en: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/31337/1/PROYECTO%20DE%20INVESTIGACION%20C3%93N.pdf>
17. Cornejo M, Lema A. Estilo de vida del adulto mayor: Evaluación de los niveles de autonomía e independencia [Internet]. Universidad de Guayaquil; 2018. Disponible en: [http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/34719/3/CORNEJO\\_LEMA%20TITULACION.pdf](http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/34719/3/CORNEJO_LEMA%20TITULACION.pdf)
18. Yaulema L, Parreño A, Ríos P. . ESTILOS DE VIDAS DE LOS ADULTOS



MAYORES RESIDENTES EN PARROQUIAS RURALES DEL CANTON RIOBAMBA. Revista de Investigación Enlace Universitario. 20. 75-87. 10.33789/enlace.20.2.98.[Internet]Ecuador- 2021[Citado el 21 de Mar. de 22]Disponible en:  
[https://www.researchgate.net/publication/354982805\\_ESTILOS\\_DE\\_VIDAS\\_DE\\_LOS\\_ADULTOS\\_MAYORES\\_RESIDENTES\\_EN\\_PARROQUIAS\\_RURALES\\_DEL\\_CANTON\\_RIOBAMBA](https://www.researchgate.net/publication/354982805_ESTILOS_DE_VIDAS_DE_LOS_ADULTOS_MAYORES_RESIDENTES_EN_PARROQUIAS_RURALES_DEL_CANTON_RIOBAMBA)

19. Olivas A. “Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales en Adultos Mayores que acuden al Centro de Salud Chilca 2021”. Huancayo 2020. [citado 4 de febrero 2021]. Disponible en:  
<http://repositorio.upecen.edu.pe/bitstream/UPECEN/283/1/TESIS%20AGUSTIN%20BENIGNO%20OLIVAS%20ALVAREZ.pdf>
20. Cachique G. “Estilo de Vida y Factores Socioculturales del Adulto Mayor con Diabetes Mellitus tipo II programa del adulto mayor. hospital - e - banda de shilcayo. julio - diciembre año 2020”, Tarapoto 2021, [citado 4 de febrero 2021]. Disponible en:  
<https://repositorio.unsm.edu.pe/bitstream/handle/11458/3930/ENFERMER%20C3%8DA%20Gilder%20Cachique%20Guerra%20%26%20Lludi%20%20C3%B3pez%20Sangama.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
21. Soriano A. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Shiqui – Cátac, 2020. [citado 8 de noviembre 2021]. Disponible en:  
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/16776/ADULTOS\\_ESTILO\\_DE\\_VIDA\\_SORIANO\\_CORONEL\\_AMY\\_MINERVA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/16776/ADULTOS_ESTILO_DE_VIDA_SORIANO_CORONEL_AMY_MINERVA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
22. Dioses C. Estilos de Vida y Factores socioculturales en pacientes Adulto, Centro de Salud La Matanza Piura - 2018. [Citado 8 de noviembre 2021]. Disponible en:  
[http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/11831/Tesis\\_60127.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/11831/Tesis_60127.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
23. Villacorta G. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Cochac – Huaraz, 2018. [30 de marzo 2021]. Disponible

en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/7552>

24. Morales A.” Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto Mayor. Asentamiento Humano Fraternidad \_Chimbote, 2020.” Chimbote 2020, [citado 4 de febrero 2021]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/20322/ADULTO\\_MAYOR\\_ESTILOS\\_DE\\_VIDA\\_Y\\_FACTORES\\_BIOSOCIOCULTURALES\\_MORALES\\_ELIAS\\_ALBERTO\\_JAVIER.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/20322/ADULTO_MAYOR_ESTILOS_DE_VIDA_Y_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_MORALES_ELIAS_ALBERTO_JAVIER.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
25. Pérez L. Estilos de vida y factores biosocioculturales en el Adulto maduro del Asentamiento San Francisco de Asís\_Chimbote, 2018. Chimbote 2020. [citado 4 de febrero 2021]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/17910/ADULTO\\_MADURO\\_PEREZ\\_%20PEREZ\\_%20LEIDI%20\\_MELINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/17910/ADULTO_MADURO_PEREZ_%20PEREZ_%20LEIDI%20_MELINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
26. Vera G. Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores de la urbanización Cáceres Aramayo, Nuevo Chimbote, 2020. Repositorio Institucional Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. [Internet] Chimbote, 2021[Citado el 27 de Mar. de 22]Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/19156>
27. Vera G. Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores de la Urbanización Cáceres Aramayo–Nuevo Chimbote, 2020. [citado 7 de octubre 2020]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19151/ADULTOS\\_MAYORES\\_VERA\\_%20LOAYZA\\_%20GEORGIBELT\\_%20RENE%c3%89%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19151/ADULTOS_MAYORES_VERA_%20LOAYZA_%20GEORGIBELT_%20RENE%c3%89%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
28. Romero M. Factores Biosocioculturales y Estilo de Vida de los usuarios del programa del Adulto Mayor del Centro de Salud San Pedro Piura, 2018”. [citado 24 de junio 2021]. Disponible en: [http://repositorio.unac.edu.pe/bitstream/handle/UNAC/3796/ROMERO%20Y%20QUEREVALU\\_TESIS2DAESP\\_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unac.edu.pe/bitstream/handle/UNAC/3796/ROMERO%20Y%20QUEREVALU_TESIS2DAESP_2018.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
29. Organización Panamericana de la Salud. Promoción de la Salud. [Sede web]. [Citado el 4 de octubre del 2019]. Disponible en URL:

[https://www.paho.org/hq/index.php?option=com\\_topics&view=article&id=144&Itemid=40829&lang=es](https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_topics&view=article&id=144&Itemid=40829&lang=es)

30. Villar, M. Factores determinantes de la salud: Importancia de la prevención\* Determining factors in health: Importance of prevention [Internet]. Vol. 28, Acta Med Per. 2011 [cited 2018 Oct 25]. Available from: <http://www.scielo.org.pe/pdf/amp/v28n4/a11.pdf>
31. Aristizábal. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. [Sede web]. [Citado el 30 de marzo del 2021]. Disponible en URL: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S166570632011000400003](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S166570632011000400003)
32. Universidad de Caldas. Hacia la promoción de la salud. [Internet]. Universidad de Caldas, Facultad de Ciencias para la Salud, Programa de Enfermería; 2010 [citado 23 de junio de 2021]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/html/3091/309126693010/>
33. Organización Mundial de la Salud. ¿Qué es la promoción de la salud? [Sede web]. [Citado el 23 de noviembre del 2020]. Disponible en URL: <https://www.who.int/features/qa/health-promotion/es/>
34. Cisneros. F. Teorías y Modelos de Enfermería. [Sede web]. [Citado el 24 de junio del 2021]. Disponible en URL: <http://artemisa.unicauca.edu.co/~pivalencia/archivos/TeoriasYModelosDeEnfermeriaYSuAplicacion.pdf>
35. Blanco. D. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. [Sede web]. [Citado el 24 de Junio del 2021]. Disponible en URL: <http://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v8n4/v8n4a3.pdf>
36. Giraldo. A. La Promoción de la Salud como Estrategia Para el Fomento de Estilos de Vida Saludables. [Sede web]. [Citado el 24 de Junio del 2021]. Disponible en URL: <https://www.redalyc.org/pdf/3091/309126693010.pdf>
37. Aristizábal, G. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a comprensión [Sede Web]. [Acceso 30 de marzo 2021] [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S166570632011000400003](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S166570632011000400003)

38. Villar, M. Factores determinantes de la salud: Importancia de la prevención\*  
Determining factors in health: Importance of prevention [Internet]. Vol. 28,  
Acta Med Per. 2011 [cited 2018 Oct 25]. Available from:  
<http://www.scielo.org.pe/pdf/amp/v28n4/a11.pdf>
39. MIES. Agente de adultos mayores 2013-2014. Constitución de la República  
del Ecuador [citado 23 de junio 2021]. Disponible en URL:  
[https://fiapam.org/wpcontent/uploads/2013/06/Agendas\\_ADULTOS.pdf](https://fiapam.org/wpcontent/uploads/2013/06/Agendas_ADULTOS.pdf)
40. Díaz. Artículo científico, tipo de investigación y productividad científica en  
las ciencias de la salud Santiago, Chile, 2015. [Sede Web]. [Acceso 20 de junio  
2020]. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/recis/v14n1/v14n1a11.pdf>
41. Vega M. factores biosocioculturales, 2012. [Internet]. [Acceso el 24 de Junio  
de 2021]. Disponible en:  
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S01247107201200000001](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S01247107201200000001)
42. Hernández R, Fernández C, y Baptista P. Metodología de la Investigación (4<sup>o</sup>  
ed.). 2006. México: McGraw-Hill. Disponibles en:  
[https://www.uv.mx/personal/cbustamante/files/2011/06/Metodologia-de-la-Investigaci%C3%83%C2%B3n\\_Sampieri.pdf](https://www.uv.mx/personal/cbustamante/files/2011/06/Metodologia-de-la-Investigaci%C3%83%C2%B3n_Sampieri.pdf)
43. Definición de Sexo» Concepto en Definición ABC [Internet]. [citado 23 de  
junio de 2021]. Disponible en:  
<https://www.definicionabc.com/general/sexo.php>
44. Euskal Estatistika Erakundea. Instituto Vasco de Estadística. Nivel de  
instrucción. [Acceso a Internet]. [citado 27 de octubre de 2020]. Disponible  
en:  
[http://www.eustat.eus/documentos/opt\\_0/tema\\_395/elem\\_2376/definicion.html](http://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_395/elem_2376/definicion.html)
45. Diaz J. Reflexiones en torno al concepto de Religión [Internet]. [citado 27 de  
octubre de 2020]. Disponible en:  
<http://www.scielo.org.co/pdf/ef/n51/n51a3.pdf>
46. Ministerio de Justicia. Estado civil [Sede web]. [Citado el 23 de octubre del  
2020]. Disponible en: <https://www.conceptosjuridicos.com/estado-civil/>
47. OCU SP. Ocupación según ocupación civil [Sede web]. [Citado el 23 de

- octubre del 2020]. Disponible en: [http://www.ilo.org/ilostat-files/Documents/description\\_OCU\\_SP.pdf](http://www.ilo.org/ilostat-files/Documents/description_OCU_SP.pdf)
48. Organización Mundial de la Salud (OMS). Significado de Enfermedad - Qué es, Concepto y Definición [Internet]. 2014 [cited 23 noviembre 2020]. Available from: <https://www.significados.com/economia/>
  49. Gamarra M, Rivera H, Alcalde M. Estilo De Vida, Autoestima Y Apoyo Social En Estudiantes. [Documento En Internet]. Perú (2010). [Citado el 13 de agosto 2021]. Disponible en: <https://cutt.ly/8gluae>
  50. Comité Institucional de Ética en Investigación ULADECH Católica. Código De Ética Para La Investigación. 2016; 6. Available from: [www.uladech.edu.pe](http://www.uladech.edu.pe)
  51. Vera G. Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores de la Urbanización Cáceres Aramayo–Nuevo Chimbote, 2020. [citado 7 de octubre 2020]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19151/ADULTOS\\_MAYORES\\_VERA\\_%20LOAYZA\\_%20GEORGIBELT\\_%20RENE%c3%89%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19151/ADULTOS_MAYORES_VERA_%20LOAYZA_%20GEORGIBELT_%20RENE%c3%89%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
  52. Taype M. Factores biosocioculturales y su relación con el estilo de vida en el personal profesional del policlínico PNP – Ica 2017.Universidad Cesar Vallejo. [Internet] Ica, 2018 [Citado el 19 de mayo de 2021].Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/35749/taype\\_cm.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/35749/taype_cm.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
  53. Carranco S. Flores R. Barrera J. Perfil sociodemográfico y estilos de vida saludable en trabajadores de una empresa de agua potable y alcantarillado de México, 2019.Revista Científica Mundo de la investigación y el conocimiento (RECIMUNDO). Artículo de Investigación. 6301 sociología Cultural; 6301.02 Relaciones Culturales pag. 344-359 [Internet] Ecuador 2020. [Citado el 19 de mayo de 2021].Disponible en: <http://recimundo.com/index.php/es/article/view/816>
  54. Sexo y salud,Definiciones de la OMS.Sexo y salud [Internet]España, 2018[Citado el 15 de mayo de 2021]Disponible en: [http://sexosaludyenfermeria.blogspot.com/p/definiciones-de-la-oms\\_22.html](http://sexosaludyenfermeria.blogspot.com/p/definiciones-de-la-oms_22.html)
  55. Eustat.Nivel De Instrucción. Eustat.[Internet]2018[Citado el 14 de abril 2021

]Disponible En: <https://cutt.ly/PgzU378>

56. Pérez J. Evangélicos y Poder en América Latina. [Sede web]. [Citado el 17 de abril del 2021]. Disponible en URL: <https://www.kas.de/documents/287914/287963/evangelicos+y+poder.+segunda+edicion.pdf/d08e6ffc-c417-aa4a-f807-f7bfe212eb15?t=1572441857292>
57. Raffino M. Concepto de religión. ¿Qué es la religión? Concepto. Pe . [Internet] [Citado el 14 de abril 2021 ] Disponible en: <https://cutt.ly/ygzU8I6>
58. Bianco F. Sexo, género y ciudadanía, Instituto de Investigación y Postgrado Venezuela [Citado el 28 de diciembre del 2022]. Disponible en URL: [http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1690-32932013000100002](http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1690-32932013000100002)
59. Universidad San Sebastian. Estado Civil. [sede web]. [Citado el 17 de abril del 2021]. Disponible en URL: [www.uss.cl/centros-uss/cec/](http://www.uss.cl/centros-uss/cec/)
60. Definición ABC. Estado Civil. Definición ABC.[Internet][Citado el 27 de abril de 2020]Disponible en: <https://www.definicionabc.com/derecho/estado-civil.php>
61. Santos A. El lugar del trabajo en la sociedad. Dpto. Sociología – Univ. Valencia [Internet] Valencia, 2010[Citado el 14 de abril 2021 ]Disponible en: [http://ocw.uv.es/ciencias-sociales-y-juridicas/2/tema\\_i\\_pdf.pdf](http://ocw.uv.es/ciencias-sociales-y-juridicas/2/tema_i_pdf.pdf)
62. Aguilar S. Cardona D. Ingresos Laborales, Transferencias y Seguridad Económica de los Adultos Mayores de Medellín, Colombia. Universidad y Salud Sección de Artículos Originales. [Internet] 2016[Citado el 14 de abril 2021 ] Disponible En: <https://cutt.ly/ygzU2Y3>
63. Flores N. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del asentamiento humano estrella del nuevo amanecer, la joya – Arequipa. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Arequipa: universidad católica los ángeles Chimbote facultad de ciencias de la salud escuela profesional de enfermería; 2018. [Citado el 03 de agosto de 2021]. Disponible en:

[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3072/ADULTO\\_ESTILO\\_DE\\_VIDA\\_FLORES\\_TORRES\\_NOEMI%20\\_NOELIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3072/ADULTO_ESTILO_DE_VIDA_FLORES_TORRES_NOEMI%20_NOELIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

64. Vera G. Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores de la Urbanización Cáceres Aramayo–Nuevo Chimbote, 2020. [citado 7 de octubre 2020]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19151/ADULTOS\\_MAYORES\\_VERA\\_%20LOAYZA\\_%20GEORGIBELT\\_%20RENE%c3%89%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19151/ADULTOS_MAYORES_VERA_%20LOAYZA_%20GEORGIBELT_%20RENE%c3%89%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
65. Taype M. Factores biosocioculturales y su relación con el estilo de vida en el personal profesional del policlínico PNP – Ica 2017. Universidad Cesar Vallejo. [Internet] Ica, 2018 [Citado el 19 de mayo de 2021]. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/35749/taype\\_cm.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/35749/taype_cm.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
66. Carranco S. Flores R. Barrera J. Perfil sociodemográfico y estilos de vida saludable en trabajadores de una empresa de agua potable y alcantarillado de México, 2019. Revista Científica Mundo de la investigación y el conocimiento (RECIMUNDO). Artículo de Investigación. 6301 sociología Cultural; 6301.02 Relaciones Culturales pag. 344-359 [Internet] Ecuador 2020. [Citado el 19 de mayo de 2021]. Disponible en: <http://recimundo.com/index.php/es/article/view/816>
67. CERÓN C. Estilo de vida Univ. Salud [Internet]. Diciembre de 2012 [consultado el 4 de agosto de 2021]; 14 (2): 115-115. Disponible en: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0124-71072012000200001&lng=en](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-71072012000200001&lng=en).
68. Nawas M. El estilo de vida, Fundación Universitaria Konrad Lorenz, 2009. ProQuest Ebook Central. <http://ebookcentral.proquest.com/lib/bibliocauladechsp/detail.action?docID=3185835>
69. Enufood. (40 – 65 años) Nutrición en la edad adulta. Enufood. [Internet] España, 2018 [Citado el 10 de noviembre de 2021]. Disponible en: <https://www.henufood.com/nutricion-salud/consigue-una->

[vidasaludable/nutricion-adulta/index.html](http://vidasaludable/nutricion-adulta/index.html)

70. Melona. M. Alimentación saludable. [Fecha de publicación 2015]. [fecha de acceso 25 de septiembre del 2020]. disponible en :  
<http://www.aeal.es/alimentacion-y-nutricion/3-alimentacion-saludable/>
71. Ministerio de Salud. Guía de Actividad Física.[ Sede]. [ Acceso el 25 de Septiembre 2020]. Disponible en:  
[https://www.paho.org/uru/index.php?option=com\\_docman&view=download&slug=guia-de-actividad-fisica-msp-compressed&Itemid=307](https://www.paho.org/uru/index.php?option=com_docman&view=download&slug=guia-de-actividad-fisica-msp-compressed&Itemid=307)
72. CUIDEO. Actividad física: Su importancia en la tercera edad. CUIDEO. España, 2019 [Citado el 10 de noviembre de 2021]. Disponible en:  
<https://cuideo.com/blog-cuideo/actividad-fisica-tercera-edad/>
73. Flores N. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del asentamiento humano estrella del nuevo amanecer, la joya – Arequipa. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Arequipa: universidad católica los ángeles Chimbote facultad de ciencias de la salud escuela profesional de enfermería; 2018. [Citado el 03 de agosto de 2021]. Disponible en:  
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3072/ADULTO\\_ESTILO\\_DE\\_VIDA\\_FLORES\\_TORRES\\_NOEMI%20NOELIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/3072/ADULTO_ESTILO_DE_VIDA_FLORES_TORRES_NOEMI%20NOELIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
74. Soriano A. ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE SHIQUI – CÁTAC, 2020. . [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES CHIMBOTE[Internet] Chimbote 2020 [Citado el 04 de agosto de 2021] Disponible en:  
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/16776/ADULTOS\\_ESTILO\\_DE\\_VIDA\\_SORIANO\\_CORONEL\\_AMY\\_MINERVA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/16776/ADULTOS_ESTILO_DE_VIDA_SORIANO_CORONEL_AMY_MINERVA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
75. Ramos J. Factores Sociodemográficos Y Acciones De Prevención Y



Promoción Asociado Al Comportamiento De La Salud: Estilos De Vida Y Apoyo Social Del Adulto. Pueblo Joven La Unión Sector 24 \_Chimbote, 2019 Universidad Católica Los Ángeles De Chimbote[Internet]Chimbote 2020 [Citado el 24 de septiembre de 2021]Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19287/ADULTO\\_FACTORES\\_RAMOS\\_ECHEVARRIA\\_JEANETTE\\_ISABEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19287/ADULTO_FACTORES_RAMOS_ECHEVARRIA_JEANETTE_ISABEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y) .

76. Definición de Sexo» Concepto en Definición ABC [Internet]. [citado 29 de diciembre de 2022]. Disponible en: <https://www.definicionabc.com/general/sexo.php>
77. Ordiano C, Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Caserío de Queshcap – Huaraz, 2018. Universidad católica los ángeles Chimbote facultad de ciencias de la salud escuela profesional de enfermería [Internet] Huaraz, 2018. [Citado el 05 de agosto de 2021].Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/7783/ESTILO\\_DE\\_VIDA\\_ADULTOS\\_ORDEANO\\_FIGUEROA\\_CAROLINA\\_MAGDALENA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/7783/ESTILO_DE_VIDA_ADULTOS_ORDEANO_FIGUEROA_CAROLINA_MAGDALENA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
78. Morales L.Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del barrio Cumpayhuara - Caraz, 2018. Universidad católica los ángeles Chimbote facultad de ciencias de la salud escuela profesional de enfermería. [Internet] Caraz, 2018. [Citado el 05 de agosto de 2021].Disponible en: [https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/ULAD\\_80798ff3fd2fec41c3ea1711fb66b6d7](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/ULAD_80798ff3fd2fec41c3ea1711fb66b6d7)
79. Vera G. Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores de la Urbanización Cáceres Aramayo–Nuevo Chimbote, 2020. [citado 7 de octubre 2020]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19151/ADULTOS\\_MAYORES\\_VERA\\_%20LOAYZA\\_%20GEORGIBELT\\_%20RENE%c3%89%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19151/ADULTOS_MAYORES_VERA_%20LOAYZA_%20GEORGIBELT_%20RENE%c3%89%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
80. EcuRed. Estilo de Vida.EcuRed. .[Internet] 2021 [Citado el 14 de agosto de 2021]Disponible en: [https://www.ecured.cu/Estilo\\_de\\_vida](https://www.ecured.cu/Estilo_de_vida)

81. La Torre M. Educación, instrucción, aprendizaje y formación. Universidad Marcelino Champagnat-Lima – Perú – 2016. [Internet] Lima 2016 [Citado el 14 de agosto de 2021] Disponible en: <https://marinolatorre.umch.edu.pe/wp-content/uploads/2015/09/Educaci%C3%B3n-Instrucci%C3%B3n-aprendizaje-formaci%C3%B3n.pdf>
82. Revista Portales médicos. Influencia de la religión en el proceso de la salud-enfermedad. Revista Portales médicos. Disponible en: <https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/influencia-religion-proceso-salud-enfermedad-atencion/#:~:text=La%20religi%C3%B3n%20es%20un%20sistema,facilitando%20la%20resoluci%C3%B3n%20de%20problemas.>
83. Villacorta G. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los Adultos del centro poblado de cochac – huaraz, 2018 [Citado el 07 de agosto de 2021] Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/7552>
84. Corcuera y. Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores del Pueblo Joven Florida Alta Sector III - Chimbote, 2017. [citado 7 de agosto 2021]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/20568/ADULTOS\\_MAYORES\\_ESTILO\\_VIDA\\_CORCUERA\\_FLORES\\_YOMIRA\\_DE\\_SCIRET.pdf?sequence=1](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/20568/ADULTOS_MAYORES_ESTILO_VIDA_CORCUERA_FLORES_YOMIRA_DE_SCIRET.pdf?sequence=1)
85. Vera G. Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores de la Urbanización Cáceres Aramayo–Nuevo Chimbote, 2020. [citado 7 de octubre 2020]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19151/ADULTOS\\_MAYORES\\_VERA\\_%20LOAYZA\\_%20GEORGIBELT\\_%20RENE%c3%89%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19151/ADULTOS_MAYORES_VERA_%20LOAYZA_%20GEORGIBELT_%20RENE%c3%89%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
86. Rogers K. Los Beneficios de estar soltero. CNN.[Internet]2020[Citado el 14 de agosto de 2021] Disponible en: <https://cutt.ly/OgzIvNM>
87. Cano L. Definición de profesión y ocupación. [Internet] 2012[Citado el 14 de agosto de 2021]; Disponible en: <https://cutt.ly/sgzUIsX>

88. Gasco T. Ingresos. numdea [Internet] [Citado el 14 de agosto de 2021] Disponible en: <https://numdea.com/ingresos.html>
89. Acuña R. Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores del asentamiento humano 3 Estrellas sector 3 \_ Chimbote, 2018. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. [Internet]Chimbote,2021 [Citado el 14 de agosto de 2021] Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/21475>
90. Carrera K. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales en Adulto Maduro. Asentamiento Humano Tres Estrellas Sector \_B Chimbote, 2018. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. . [Internet]Chimbote,2020 [Citado el 14 de agosto de 2021] Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/22029/ADULTO\\_MADURO\\_ESTILOS\\_DE\\_VIDA\\_Y\\_FACTORES\\_BIOSOCIOCULTURALES\\_CARRERA\\_CARRANZA\\_KIARA\\_FIORELLA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/22029/ADULTO_MADURO_ESTILOS_DE_VIDA_Y_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_CARRERA_CARRANZA_KIARA_FIORELLA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
91. Vilela R. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor que asisten al Puesto de Salud de Mallaritos - diciembre 2017- abril 2018. Universidad nacional san pedro. [Internet]Chimbote,2020 [Citado el 14 de agosto de 2021] Disponible en: [http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/11789/Tesis\\_60698.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/11789/Tesis_60698.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

ANEXO N° 01



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



**AUTOR:** Walker, Sechrist, Pender;  
**Modificado por:** Díaz R; Reyna E; Delgado R (2008)

**CUESTIONARIO SOBRE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL  
ADULTO MAYOR**

**DATOS DE IDENTIFICACIÓN:**

Iniciales o seudónimo del nombre de la  
persona:.....

**A) FACTORES BIOLÓGICOS:**

**1. Marque su sexo**

Masculino ( ) Femenino ( )

**2. ¿Cuál es su edad?**

a) 20 - 35 años. b) 36 -59 años. c) 60 a más.

**B) FACTORES SOCIALES:**

**3. ¿Cuál es su grado de instrucción?**

- a) Analfabeto(a).
- b) Primaria completa/ incompleta
- c) Secundaria completa/ incompleta.
- d) Superior completa/incompleto

**4. ¿Cuál es su religión?**

- a) católico(a)
- b) Evangélico(a)
- c) cristiano(a)
- d) Otra religión

**C) FACTORES CULTURALES:**

**5. ¿Cuál es su estado civil?**

- a) Soltero(a)

- b) Casado(a)
- c) Viudo(a)
- d) Conviviente
- e) Separado(a)

**6. ¿Cuál es su ocupación?**

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

**7. ¿Cuál es su ingreso económico?**

- a) Dependiente (persona que depende de otra para subsistir)
- b) Menor de 930
- c) De 931 a 1500
- d) De 1500 a mas
- e) sin ingreso económico (personal que actualmente no genera dinero)

ANEXO N° 02



**FACTORES BIOSOCIOCULTURALES Y  
ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO MAYOR.  
DEL PUEBLO JOVEN MIRAFLORES  
BAJO CHIMBOTE SANTA, 2020**



**INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS ESCALA DEL  
ESTILO DE VIDA**

**AUTOR:** Walker, Sechrist, Pender  
Modificado Por: Díaz R., Reyna E., Delgado  
R. (2008)

No.	Ítems	CRITERIOS		
<b>ALIMENTACIÓN</b>				
1	Come Ud. tres veces al día: desayuno almuerzo y comida.	N	V	F
2	Todos los días, Ud. consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos.	N	V	F
3	Consumo de 4 a 8 vasos de agua al día	N	V	F
4	Incluye entre comidas el consumo de frutas.	N	V	F
5	Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales o químicos para conservar la comida.	N	V	F
6	Lee Ud. las etiquetas de las comidas empaquetadas, enlatadas o conservas para identificar los ingredientes.	N	V	F
<b>ACTIVIDAD Y EJERCICIO</b>				
7	Hace Ud., ejercicio por 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana.	N	V	F
8	Diariamente Ud. realiza actividades que incluyan el movimiento de todo su cuerpo.	N	V	F
<b>MANEJO DEL ESTRÉS</b>				
9	Usted identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida.	N	V	F
10	Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación.	N	V	F
11	Ud. plantea alternativas de solución frente a la tensión o preocupación.	N	V	F

12	Realiza alguna de las siguientes actividades de relajación tales como: tomar siesta, pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de respiración.	N	V	F	S
<b>APOYO INTERPERSONAL</b>					
13	Se relaciona con los demás.	N	V	F	S
14	Mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás.	N	V	F	S
15	Comenta sus deseos e inquietudes con las demás personas.	N	V	F	S
16	Cuando enfrenta situaciones difíciles recibe apoyo de los demás.	N	V	F	S
<b>AUTORREALIZACIÓN</b>					
17	Se encuentra satisfecho con lo que ha realizado durante su vida.	N	V	F	S
18	Se encuentra satisfecho con las actividades que actualmente realiza.	N	V	F	S
19	Realiza actividades que fomenten su desarrollo personal.	N	V	F	S
<b>RESPONSABILIDAD EN SALUD</b>					
20	Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica.	N	V	F	S
21	Cuando presenta una molestia acude al establecimiento de salud.	N	V	F	S
22	Toma medicamentos solo prescritos por el médico.	N	V	F	S
23	Toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud.	N	V	F	S
24	Participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud.	N	V	F	S
25	Consuma sustancias nocivas: cigarro, alcohol y/o drogas.	N	V	F	S

**CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:**

NUNCA: N = 1

A VECES: V = 2

FRECUENTEMENTE

E: F = 3

SIEMPRE: S = 4

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

N= 4

V=3

F=2S=1

**PUNTAJE MÁXIMO:** 100 puntos

75 a 100 puntos saludable.

25 a 74 puntos no saludables



### ANEXO N° 03

## VALIDEZ INTERNA DE LA ESCALA ESTILO DE VIDA



Para la validez de la Escala del Estilo de Vida, se aplicó la fórmula R de Pearson en cada uno de los ítems; obteniéndose:

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

#### R-Pearson

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

Si  $r > 0.20$  el instrumento es válido.

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





**ANEXO N° 04**  
**CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DEL ESTILO**  
**DE VIDA**



**Resumen del procesamiento de los casos**

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

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

**Estadísticos de fiabilidad**

Alfa de Cronbach	N de elementos
0.794	25

## ANEXO 5



### ESTADÍSTICOS ALFA DE CRONBACH



### PARA LOS FACTORES

### BIOSOCIOCULTURALES DE LAS PERSONAS ADULTAS

Preguntas	Media	Desviación Estándar	Alfa de Cronbach Si se elimina la pregunta
P01	1.5	0.68	0.534
P02	1.63	0.48	0.795
P03	4.15	0.97	0.691
P04	1.62	0.76	0.611
P05	3.15	1.22	0.543
P06	3.27	1.57	0.718
P07	2.13	0.73	0.862

Estadístico de Confiabilidad	
Nº Preguntas	Alfa de Cronbach
7	0.679

## ANEXO 6

UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES



FACULTAD DE CIENCIAS

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Se le comunica que el objetivo del presente estudio es Analizar la relación entre los factores biosocioculturales y el estilo de vida de los adultos mayores del pueblo joven Miraflores bajo -Chimbote- Santa, 2020 conducido por Francisco Villanueva Eliene Lucila estudiante de la carrera de Enfermería de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Si accede participar en este estudio, deberá responder dos cuestionarios mediante la entrevista, que tomará como promedio 20 minutos. Su participación será voluntaria. La información que se recoja será estrictamente confidencial y no se podrá utilizar para ningún otro propósito que no esté contemplado en esta investigación. Las entrevistas serán anónimas, por ello serán codificadas utilizando un número de identificación. Si la naturaleza del estudio requiriera de su identificación, ello solo será posible si da su consentimiento. Si tuviera alguna duda con relación al desarrollo del proyecto, es libre de formular las preguntas que considere pertinentes. Si sintiera incomodidad, frente a alguna de las preguntas, puede ponerlo en conocimiento a la investigadora y abstenerse de responder. Gracias por su participación.

Yo, ELIENE LUCILA FRANCISCO VILLANUEVA DNI 73351688 doy mi consentimiento para participar en el estudio y soy consciente de que mi participación es enteramente voluntaria. He recibido información en forma verbal y escrita, sobre el estudio mencionado y he comprendido la información y las explicaciones alcanzadas por el investigador. He tenido la oportunidad de preguntar y hacer preguntas. Al firmar este consentimiento estoy de acuerdo con que mis datos personales, podrían ser usados según lo descrito en la hoja de información que detalla la investigación en la que estoy participando. Entiendo que puedo finalizar mi participación en el estudio en cualquier momento, sin que esto represente algún perjuicio para mí. Entiendo que recibiré una copia de este formulario de consentimiento y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando haya concluido. Para esto puedo comunicarme al celular 973255454

Como prueba de consentimiento voluntario para participar en este estudio, firmo a continuación:

23/04/2022

**Firma del participante**

**Fecha**

## ANEXO 7:



### DECLARACION DE COMPROMISO ÉTICO Y NO PLAGIO

Mediante el presente documento denominado declaración de compromiso ético y no plagio la autora del presente trabajo de investigación titulado: FACTORES BIOSOCIOCULTURALES Y ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO MAYOR PUEBLO JOVEN MIRAFLORES BAJO-CHIMBOTE-SANTA, 2020 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 de 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 orientan las normas Vancouver, previsto en la Universidad. E conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento profesional – RENATI, que exigen veracidad y originalidad de todo trabajo de investigación respeto al derecho del autor y la propiedad intelectual. Así mismo, cumplo con precisar que este trabajo forma parte de una línea de investigación denominado “Cuidado 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 clara que al recolectar los datos se tuvo acceso a nombres, apellidos, a cada uno se le 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, trabajo 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 sea en versión físicas 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 oriente las normas Vancouver, previsto en la universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento.

Chimbote, 23 de Abril de 2022

---

**Francisco Villanueva, Eliene Lucila**  
Apellido nombre y firma

# INFORME DE TESIS

---

## INFORME DE ORIGINALIDAD

---

9%

INDICE DE SIMILITUD

4%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

10%

TRABAJOS DEL  
ESTUDIANTE

---

## FUENTES PRIMARIAS

---

1

Submitted to Universidad Catolica Los  
Angeles de Chimbote

Trabajo del estudiante

9%

---

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 4%

Excluir bibliografía

Activo