



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE**

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

**DETERMINANTES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA DE
LOS ADULTOS MADUROS DEL SECTOR 8 DE
DICIEMBRE – HUARAZ, 2020**

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

AUTOR

JARAMILLO VEGA, NEMIAS

ORCID: 0000-0001-6926-7473

ASESORA

REYNA MÁRQUEZ, ELENA ESTHER

ORCID: 0000-0002-4722-1025

HUARAZ-PERÚ

2023

2. EQUIPO DE TRABAJO

AUTOR

Jaramillo Vega, Nemias

ORCID: 0000-0001-6926-7473

Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Pregrado,

Huaraz, Perú

ASESOR

Reyna Márquez, Elena Esther

ORCID: 0000-0002-4722-1025

Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Facultada 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 Rocío

ORCID: 0000-0002-1205-7309

3. HOJA DE FIRMA DE JURADO Y ASESOR

DR. ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO

PRESIDENTE

MGTR. CERDÁN VARGAS ANA

MIEMBRO

MGTR. ÑIQUE TAPIA FANNY ROCÍO

MIEMBRO

MGTR. REYNA MÁRQUEZ, ELENA ESTHER

ASESORA

4. AGRADECIMIENTO

Agradezco a la universidad Católica los Ángeles de Chimbote y a toda la plana docente de la escuela profesional de Enfermería por compartir sus conocimientos, enseñanzas y sus experiencias en la formación de futuros profesionales.

A todas las personas que siempre me han apoyado y motivado para poder llegar a la meta trazada, un fraternal agradecimiento.

A los adultos del sector 8 de diciembre, quienes me dieron la confianza y colaboraron para la realización del presente estudio de investigación, un fraternal agradecimiento.

DEDICATORIA

A Dios por brindarme cada día la salud, la vida, el amor de mis seres queridos, también por guiarme a un buen camino para que pueda cumplir mi meta y sueños.

A mis queridos padres: Francisco y Esperanza, con mucho amor y cariño por ser el ejemplo de mi vida y fuente de valor constante para llegar a la meta y obtener una carrera profesional.

Le doy gracias a todas las personas que siempre me han estado apoyando especialmente a mis hermanos Nancy, Miguel, Sandy por haberme motivado cada día para cumplir mi sueño de ser profesional de salud.

5. ÍNDICE DE CONTENIDOS

1. CARÁTULA	1
2. EQUIPO DE TRABAJO	ii
3. HOJA DE FIRMA DE JURADO Y ASESOR	iii
4. HOJA DE AGRADECIMIENTO Y DEDICATORIA	iv
5. ÍNDICE DE CONTENIDO	vi
6. ÍNDICE DE TABLAS Y GRÁFICOS	vii
7. RESUMEN Y ABSTRAC	ix
I. INTRODUCCIÓN:	1
II. REVISIÓN DE LA LITERATURA	9
2.1. Antecedentes	9
2.2. Bases teóricas de la investigación.....	13
III. HIPÓTESIS	24
IV. METODOLOGÍA	25
4.1. Diseño de la investigación	25
4.2. Población y muestra.....	26
4.3. Definición y operacionalización de variables e indicadores.....	26
4.4. Técnicas e Instrumentos de recolección de datos	29
4.5. Plan de análisis.	32
4.6. Matriz de consistencia	34
4.7. Principios éticos.....	35
V. RESULTADOS	37
5.1 Resultados.....	37
5.2 Análisis de resultados	44
VI. CONCLUSIONES	72
VII. RECOMENDACIONES	73
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	74
ANEXOS	94

6. ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
TABLA 1: DETERMINANTES SOCIALES DE LOS ADULTOS MADUROS DEL SECTOR 8 DE DICIEMBRE- HUARAZ, 2020.....	39
TABLA 2: ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS MADUROS DEL SECTOR 8 DE DICIEMBRE- HUARAZ, 2020.....	42
TABLA 3: RELACIÓN DE LOS DETERMINANTES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS MADUROS DEL SECTOR 8 DE DICIEMBRE- HUARAZ, 2020.....	43

ÍNDICE DE GRÁFICOS

	Pág.
GRÁFICO 1: DETERMINANTES SOCIALES DE LOS ADULTOS MADUROS DEL SECTOR 8 DE DICIEMBRE- HUARAZ, 2020.....	40
GRÁFICO 2: ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS MADUROS DEL SECTOR 8 DE DICIEMBRE- HUARAZ, 2020.....	42
GRÁFICO 3: RELACIÓN DE LOS DETERMINANTES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS MADUROS DEL SECTOR 8 DE DICIEMBRE- HUARAZ, 2020.....	44

7. RESUMEN

El presente trabajo de investigación fue de tipo cuantitativo de nivel descriptivo, correlacional, diseño de doble casilla, lleva por título: Determinantes Sociales y Estilo de vida de los Adultos Maduros del Sector 8 de Diciembre – Huaraz, 2020; como objetivo general: Determinar la relación entre los determinantes sociales y estilo de vida en los adultos maduros del sector 8 de Diciembre – Huaraz, 2020. La muestra estuvo conformada por 116 adultos a los cuales se les aplicó el instrumento, cuestionario sobre los determinantes sociales y escala valorativa sobre los estilos de vida. Se utilizó a su vez las técnicas de entrevista, los datos fueron procesados en el paquete estadístico SPSS/info/software versión 25.0. Se obtuvieron los siguientes resultados y conclusión, en determinantes sociales, la mayoría tienen grado de instrucción secundaria completa/ incompleta, ingreso económico menor de 500 soles, tienen ocupación eventual y más de la mitad son de sexo masculino. En el estilo de vida la mayoría tienen un estilo de vida no saludable y menos de la mitad mantienen un adecuado estilo de vida saludable. Al relacionar los determinantes sociales con el estilo de vida no se encontró relación estadísticamente significativa con ninguna de las variables $p < 0.05$.

Palabra clave: Adultos maduros, determinantes sociales, estilo de vida

ABSTRACT

The present research work was quantitative, descriptive, correlational, double box design, entitled: Social Determinants and Lifestyle of Mature Adults in the Sector 8 de Diciembre - Huaraz, 2020; general objective: To determine the relationship between social determinants and lifestyle in mature adults in the sector 8 de Diciembre - Huaraz, 2020. The sample consisted of 116 adults to whom the instrument was applied, a questionnaire on social determinants and an assessment scale on lifestyles. Interview techniques were used and the data were processed in the statistical package SPSS/info/software version 25.0. The following results and conclusions were obtained: in social determinants, the majority have complete/incomplete secondary education, economic income of less than 500 soles, have a casual occupation and more than half are male. In lifestyle, the majority have an unhealthy lifestyle and less than half maintain an adequate healthy lifestyle. When relating the social determinants with lifestyle, no statistically significant relationship was found with any of the variables $p < 0.05$.

Keyword: Mature adults, social determinants, lifestyle.

I. INTRODUCCIÓN:

A nivel mundial desde hace más de 20 años se ha hecho énfasis en los determinantes sociales, al relatar las condiciones sociales en la que las personas están constantes ya sea en el trabajo o en otro lugar donde que se encuentren, influye positiva o negativamente en la salud, ahora en la actualidad se reconoce al estilo de vida, el medio ambiente, biología humana, y la adecuada organización de servicios de salud como los principales e importantes determinantes de la salud. Los determinantes sociales hacen referencia a las condiciones sociales de las personas también las características sociales en el que se desarrolla (1).

La Organización Mundial de la Salud (2), conceptualiza el estilo de vida como los hábitos cotidianos de todo ser humano dentro de su entorno personal, familiar o social en ocasiones tienden a ser nocivos para la salud, en la actualidad es uno de los factores de morbi-mortalidad en el mundo, convirtiéndose así en un factor de riesgo para algunas enfermedades crónicas como son la hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares y cerebrovasculares, obesidad y algunos tipos de cáncer que dificultan la calidad de vida de toda persona. El estilo de vida cumple un rol muy importante dentro de la salud ya que si esta es adecuada la persona tiene a vivir en condiciones óptimas.

La Organización Mundial de Salud (3), manifiesta que diversos son los factores que generan conflictos y diferencias en el acceso al sistema de la salud y en su manejo, eso es el causal para que se produzca desigualdades tanto en la promoción y prevención de la salud. En el campo de los determinantes sociales de la salud podemos decir que es uno de los más complejos, desafiantes y prevalentes porque trata de los aspectos más importantes de la vida y las circunstancias laborales de los

individuos y de sus estilos de vida que explican en gran proporción la diferencia en muchos de los indicadores de salud, cuando hablamos del estilo de vida nos referíamos al contexto que viven las personas y a los hábitos que tienen en su vida ya sean saludables o no saludables. En la actualidad los determinantes sociales y estilo de vida prevalecen satisfactoria y negativamente ya que las dos variables están sujetas en la vida de cada individuo.

La Organización Mundial de salud (4), indica que los determinantes sociales de la salud son métodos establecidos para batallar las enfermedades que padecen las personas, además hay diferentes circunstancias que afectan a la salud tales como la economía, normativas, políticas y el medio ambiente. Los determinantes sociales se basan a los factores fundamentales de la vida y las circunstancias en las cuales vive cada persona, también los determinantes de la salud están asociados al estilo de vida de cada persona. Los determinantes de la salud pueden influir en los cambios o la perdida de salud de la población es por ello que se tiene que conocer el contexto en la que vive cada persona.

El cambio que se está dando en Latinoamérica hace que las personas adopten las nuevas tendencias que trae la globalización y consigo trae diversas enfermedades, cuando hablamos de determinantes sociales y estilos de vida se interpreta como una determinada labor cotidiana de cada persona. El estilo de vida complace la satisfacción de cada ser humano poniendo en práctica diariamente, consumiendo alimentos saludables y así poder evitar enfermedades que aquejan a la salud a través de la prevención y promoción (5).

En Ecuador los estudios que se han realizado manifiestan que al hablar de los determinantes sociales y estilo de vida se refieren al modo de vida que tienen las

personas también conlleva a las distintas enfermedades que puede uno contraer, según el comportamiento saludable o no saludable de cada individuo. En la salud actúan muchos factores que ponen en peligro a las personas, tales como factores biológicos, hereditarios, sociales, familiares, ambientales, alimentación, culturales etc. También influye los avances de la tecnología (6).

En Colombia al hablar de los determinantes sociales y estilo de vida se enfocan en el avance de la tecnología y ven como repercute año tras año, de una manera que los adultos maduros han optado una manera inadecuada en cuanto a su actitud. Es por esa razón que se han incrementado más casos de personas con un inadecuado estilo de vida siendo la causa principal de diferentes enfermedades. Es por esa razón que se promoverá las estrategias sanitarias con en el objetivo de ponerle fin al problema que estaba surgiendo drásticamente en los adultos maduros. Cambiando su actitud de estilo de vida inadecuado a una calidad de vida buena (7).

México, al igual que otros países latinoamericanos está pasando por un profundo mecanismo de reformas realizadas sin el suficiente consenso social y que va afectando prolongadamente a sectores como la educación y la salud. En los últimos años no logro el aseguramiento efectivo al derecho a la salud. Si bien se estaban dando mejoras en la prevención de enfermedades crónicas ahora en la actualidad está a punto de colapsar por la mala administración de presupuestos y la reacción que tuvieron ha sido muy tarde para poder implementar estrategias de prevención y promoción de la salud, y de igual manera para poder modificar esencialmente los determinantes sociales para poder confrontar de fondo los altos porcentajes de pobreza (8).

Ahora en la actualidad se ve que África se encuentra en un estado de salud muy decaído, pues la población adulta madura fue afectado a inicios de ciclo XXI existieron

factores que detuvieron el desarrollo adecuado de los determinantes sociales, se obtuvo como consecuencia, indicadores de salud perjudiciales. Es muy importante mencionar que la sobrepoblación y estado socioeconómico son factores relevantes para que la salud de las personas sea adecuada o inadecuada (9).

En el Perú los determinantes sociales influyen en la vida cotidiana de cada persona porque son un conjunto de factores económicas y ambientales que ven y determinan si la salud de cada persona es adecuada o inadecuada ya que estos factores están ligados en el estilo de vida y la conducta de cada persona incluyen en el ingreso económico como también en el contexto laboral, dando como efecto resultados positivos o negativos en cuanto a la salud de la persona (10).

La Institución Nacional de Estadísticas e Informáticas (INEI) en el año 2019, indico que el promedio de vida en el Perú, es de 77 años en las mujeres 72 años en los varones, estos indicadores son mayores en la provincia del callao, donde en la cual las mujeres viven 81 años y los varones 75 años estos indicadores se ven reflejados e influenciados por los determinantes sociales y estilo de vida (11).

Según al Ministerio de Salud (MINSA) en nuestro país los hombres tienen el mayor riesgo de adquirir enfermedades no transmisibles tales como diabetes, neoplásicas y cirrosis, mientras que las mujeres adultas tienen menor riesgo de adquirir enfermedades neoplásicas (29,9%) enfermedades isquémicas del corazón (18,64%) en los adultos, el sexo femenino cuneta con un promedio de 18,6% mientras que los hombres están con promedio 27,1% y en el promedio de SIDA el sexo femenino cuneta con 1,2%, mientras que el sexo masculino con 4,6%, todo lo anterior mencionado es el resultado a los hábitos nocivos presente en los varones, lo que hace que sean más vulnerables a contraer enfermedades crónicas (12).

Los datos mostrados son alarmantes porque el factor que genera sobre todo es el estilo de vida y los determinantes sociales de los adultos, tales como la alimentación que según el Instituto Nacional de Salud (INS) el 29% de los adultos consumen con frecuencia comidas chatarra y el 87,1% consumen comidas altas en grasa y también se agrega dentro de ello el consumo demasiado de sal de los adultos en el Perú, en donde el 20% consume excesivamente y el 50% no consume cantidad mínima, en relación a los datos señalados indica que el 70% de los peruanos de las edades de 30 a 59 años sufren de obesidad y sobrepeso (13).

La región Ancash muestra un promedio de 3212 personas y en el caso de Huaraz tiene un promedio de 943 casos nuevos de diabetes mellitus enfermedad la cual se debe mucho a la mala alimentación y la preferencia de productos con alto concentración de azúcar, harina, grasas saturadas, y a este problema se suma el sedentarismo escasa realización de actividades físicas ante este los establecimientos de salud recomiendan que la población debe tener una adecuada alimentación saludable y realizar ejercicios frecuentemente y evitar el consumo de comidas o grasas para la salud tales como frituras, comida chatarra, para evitar esta enfermedad u otras enfermedades (14).

En la localidad los determinantes sociales y estilo de vida mantienen una relación con las personas y el medio ambiente que los rodea esto hace que se desarrollen de acuerdo a sus actividades sociales y económicas, tomando en cuenta la calidad de vida que lleva cada persona, los determinantes sociales se enfocan más al conjunto de factores que busca la persona para su desarrollo y también enfatiza el medio ambiente y el estilo de vida promoviendo y planteando estrategias para poder combatir las diferentes enfermedades que puedan afectar a las personas (15).

Esta comunidad no es ajena a los diversos factores que pueden afectar a la población adulta maduros del sector 8 de diciembre. Qué se encuentra en una altitud de 3,000 msnm, ubicado dentro de la jurisdicción del centro de salud de HUARUPAMPA, entre sus límites se encuentra por el Norte: Piedras Azules, por el Sur con: Juan Velásquez Alvarado, por el Oeste: cordillera negra y por el Este: Rio Santa. Según (SIVICO), realizado en el año 2019 el sector cuenta con una población total de 334 y de ellos 116 son adultos maduros, con las cuales trabaja el centro de salud brindando una buena vigilancia de su población, el sector cuenta con una organización de junta directiva las cuales dirigen las actividades que se desarrolla en dicha población con el fin de orientar a los adultos y estar en constante comunicación buscando un mejor desarrollo para el sector 8 de diciembre (15).

Según los datos estadísticos del centro de salud en el año 2019, las enfermedades más relevantes que se pudo observar en los adultos que fueron: infecciones respiratorias agudas, enfermedades diarreicas, artritis, artrosis, sobrepeso, cefalea, desnutrición, síndrome de dolor abdominal vago y otros, también podemos mencionar el cambio de clima que es un punto de relevancia por el cambio brusca que da el clima ocasionando enfermedades respiratorias (11).

Frente a lo expuesto consideramos oportuno la realización de la presente investigación, planteando el siguiente problema: ¿Existe relación entre los Determinantes Sociales y Estilo de Vida de los Adultos Maduros del Sector 8 de Diciembre – Huaraz, 2020?

Para dar respuesta al problema, se planteó el siguiente objetivo general: Determinar la relación entre los determinantes Sociales y Estilo de Vida de los Adultos Maduros del Sector 8 de Diciembre – Huaraz, 2020.

Para poder dar respuesta el objetivo general, se planteó los siguientes objetivos específicos:

- Identificar los determinantes sociales: sexo, Grado de instrucción, ingreso económico en nuevo soles y ocupación de los adultos maduros del sector 8 de Diciembre – Huaraz, 2020
- Identificar el estilo de vida del adulto maduro del sector 8 de Diciembre – Huaraz, 2020

Esta investigación es esencial para el sector 8 de diciembre porque gracias al trabajo ejecutado se logró saber cuáles son los determinantes sociales y estilo de vida de los adultos maduros, y así mismo va contribuir con la reducción de problemas que están presentes, mejorando los determinantes sociales y estilo de vida, logrando concientizar y engrandecer con información científica y con resultados encontrados.

Así mismo se busca llamar la atención tanto de las autoridades regionales de la dirección de salud y los municipales, ya que la investigación contribuye para que las personas logren identificar sus determinantes sociales y estilo de vida que están afectando su salud, y así poder motivarlos para un cambio en sus vidas mejorando su conducta de consumir alimentos que le den benéficos a su organismo y así a futuro poder reducir las altas tasas de enfermedades no trasmitibles.

El trabajo de investigación es importante para la universidad porque abarco un tema muy importante y relevante que está repercutiendo en la población que son los determinantes sociales y estilo de vida de los adultos maduros, este trabajo aportará a la universidad como una investigación más que contribuirá a las futuras investigaciones como un antecedente.

Así mismo para el centro de salud es de mucha ayuda porque brindo datos relevantes de los determinantes sociales y estilo de vida de los adultos maduros del sector 8 de diciembre para que así puedan promover estrategias para poder combatir los diferentes problemas que tienen en la población y poder ver bajos porcentajes y factores que perjudican el desarrollo del adulto maduro, esto se dará trabajando conjuntamente en equipo con las autoridades del sector y el centro de salud de HUARUPAMPA.

El presente trabajo de investigación fue de tipo cuantitativo de nivel descriptivo, correlacional, diseño de doble casilla. La muestra estuvo conformada por 116 adultos maduros, a los cuales se les aplicó el instrumento, cuestionario de determinantes sociales y escala valorativa de estilo de vida, para el procesamiento de los datos se utilizó el programa SPSS, se utilizó a su vez las técnicas de la entrevista y la observación, los resultados obtenidos fueron que el 60,3% tienen secundaria completa/incompleta, 89,7% ingreso económico menor de 500 soles, 87,9 tienen ocupación eventual y 52,6% son varones. Se concluye que al relacionar los determinantes sociales con el estilo de vida no se encontró relación estadísticamente significativa con ninguna de las variables $p < 0.05$.

II. REVISIÓN DE LA LITERATURA

2.1. Antecedentes de la investigación

A nivel internacional

Lara K. (16), realizó una investigación titulada: “Determinantes sociales de la salud: una mirada desde la multimorbilidad en la población mexicana mayor de 50 años en contextos rurales y urbanos 2019”. Tuvo como objetivo: Estimar la prevalencia de multimorbilidad y la asociación de diversos determinantes sociales de la salud con la multimorbilidad en personas 50 años, de contextos urbanos y rurales en México. Su estudio fue de tipo correlacional de corte transversal, Utilizo una muestra de población de estudio de contexto rural 2,588 y urbano 10,700 personas 50 años de ambos sexos. Concluye que la prevalencia de multimorbilidad en población 50 años fue de 43.7% para el contexto rural y 41% para el urbano. Se encontró mayor prevalencia en mujeres, con escolaridad básica, con pareja, con cobertura de servicio médico, en personas que refirieron haber fumado siempre, que perciben su situación económica regular y que no trabajan.

Tantaleán A. (17), estudio: “Estilos de vida y su relación con el estado nutricional del adulto, asentamiento humano La Victoria, distrito de la Banda de Shilcayo, setiembre 2019 – febrero 2020”, tuvo como objetivo: determinar la relación que existe entre los estilos de vida y el estado nutricional del adulto. El tipo de estudio fue no experimental de enfoque cuantitativo, descriptivo, de corte transversal, la muestra fue de 40 adultos mayores. Concluye que el 60.0% (24) de los adultos mayores se encuentran entre las edades de 60 a 70 años de edad, el 57.5% (23) son de sexo masculino, el 66.5% (26) son no letrados, el

52.5% (21) son convivientes, el 67.5% (27) son agricultores, el 57.5% (23) tienen de 1 a 3 hijos, y el 45,0 (18) profesan la religión adventista. El 85,0% (34) de los adultos mayores en estudio tienen estilos de vida no saludables, y solo el 15,0%, (6) presentan estilos de vida saludables. El 57,5% (23) de ellos tiene un estado nutricional inadecuado siendo sólo el 42,5% (17) los adultos mayores con un peso adecuado o normal.

Quiñonez S. (18), en su estudio titulado: “Estudio de los determinantes sociales en adultos y su relación con las enfermedades crónicas no transmisibles Ambato – Ecuador 2020”. Tuvo como objetivo: Identificar los DSS y su asociación con las enfermedades crónicas no transmisibles en los adultos mayores que asisten a los espacios activos en GAD Ambato. El tipo de estudio fue observacional, cuantitativo de corte transversal que incluyó 204 personas. El 35% no tenía ningún tipo de instrucción educativa, asociado con vivir en área rural. El 95% de la población no contaba con seguridad social y sus ingresos eran iguales o inferiores a un salario básico. En relación con la ocupación, el 73% de la población se dedicaba a la agricultura y quehaceres domésticos. La población estudiada fue básicamente urbana (80%). Se observó que después de los 60 años 2 de cada 5 adultos mayores tenían al menos una enfermedad crónica, siendo la más frecuente la hipertensión arterial.

A nivel nacional

Sosa Y. (19), Realizo una investigación titulada: “Determinantes Biosocioeconómicos relacionados al Estilo de Vida de la Persona Adulta del Caserío San Jacinto - Catacaos - Piura, 2021”. Tuvo como objetivo determinar la relación entre los determinantes biosocioeconómicos y estilo de vida de la persona adulta del Caserío San Jacinto - Catacaos - Piura, 202. Tipo cuantitativo, de nivel descriptivo,

correlacional, no experimental de doble casilla, la muestra está conformada por 100 personas adultas. Resultados respecto a los determinantes biosocioeconómicos; más de la mitad (56,0%) son de sexo femenino; menos de la mitad (47,0%) son adultos maduros; 45% con grado de instrucción secundaria completa/ incompleta, la mayoría (62,0%) tiene un ingreso menor de 850 nuevos soles, menos de la mitad (45,0%) son ama de casa. Respecto al estilo de vida casi a totalidad (97,0%) tienen un estilo de vida no; al relacionar los determinantes biosocioeconómicos con el estilo de vida no existe relación con ninguna de las variables estudiadas para un $p < 0.05$.

Varas M. (20), en su investigación titulada: “Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Urbanización La Libertad_Chimbote, 2018”. Tuvo como objetivo general determinar la relación entre estilo de vida y factores biosocioculturales en el Adulto maduro. La población y muestra estuvo constituido por 250 adultos maduros. Tipo: Cuantitativo, de corte transversal. Diseño: Descriptivo Correlacional. Resultados en los estilos de vida de los adultos maduros, la mayoría tiene estilos de vida saludable y un porcentaje significativo un estilo de vida no saludable. En relación a los factores biosocioculturales, la mayoría son de sexo femenino, profesan la religión católica. Menos de la mitad tienen el grado de instrucción secundaria completa, tienen estado civil convivientes, ocupación de empleados (a), ingreso económico de 600 a 1000 nuevos soles.

Carrera K. (21), En su investigación titulada: “Estilo de vida y factores biosocioculturales en adulto maduro. Asentamiento Humano Tres Estrellas Sector _B Chimbote, 2018”. Tuvo como objetivo general determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del Asentamiento Humano Tres Estrellas Sector_B Chimbote, 2018. La población estuvo constituida de 200 adultos maduros.

Tipo cuantitativo, de corte transversal, con diseño descriptivo correlacional. Obteniendo los siguientes resultados y conclusiones de la investigación casi la totalidad tienen estilo de vida no saludable y un porcentaje mínimo un estilo de vida saludable. Los componentes biosocioculturales casi la totalidad son de sexo femenino, la mayoría con grado de instrucción secundaria completa, ingresos económicos de 600 a 1000 soles ocupación amas de casa y menos de la mitad religión evangélicos con estado civil viudos.

A nivel regional

Rodríguez C. (22) en su investigación titulada: Determinantes sociales relacionados al estilo de vida de la persona adulta mayor – centro de Salud Santa Julia – Veintiseis de Octubre – Piura, 2021. Tuvo como objetivo general: Determinar la relación entre los determinantes sociales y el estilo de vida de la persona adulta mayor, de tipo cuantitativo, descriptivo, correlaciona, con diseño de doble casilla, la muestra estuvo constituida por 105 adultos mayores, concluye que los determinantes sociales el 78% tiene grado de instrucción de primaria completa/incompleta, el 99,0% cuenta con ingreso económico familiar menor de 850 soles y el 81,1% está sin ocupación; con respecto al estilo de vida la mayoría 86,7% presenta un estilo de vida no saludable y un 13,3% saludable; al relacionar las variables de determinantes sociales y el estilo de vida de los adultos se encuentra que existe relación en el grado de instrucción y el estilo de vida.

Sánchez G. (23), En su investigación titulada: “Cuidados de enfermería en la promoción y determinantes de la salud de los adultos del centro poblado Toclla-Huaraz, 2019”. Una muestra de 120 adultos. Se aplicó el cuestionario instrumentos: la escala de Likert para cuidados de enfermería y un cuestionario para determinantes de

la salud. El tipo de estudio cuantitativo de diseño descriptivo correlacional, Los resultados muestran que el (78,33%) de participantes percibe que tiene un inadecuado cuidado de enfermería en la promoción de salud, mientras que el (21,67%) percibe que es adecuado. concluye que los determinantes de la salud ya sean biosocioeconmicos, los relacionados al estilo de vida y de las redes sociales y comunitarias; identificados para los adultos del centro poblado de Toclla – Huaraz, durante el año 2019; no se relacionan significativamente con los cuidados de enfermería en la promoción de la salud.

Moreno E. (24), tuvo como investigación: Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Asentamiento Humano Casuarinas del Sur - Nuevo Chimbote, 2019. Como objetivo general: Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales. La investigación fue cuantitativa, descriptiva correlacionar, la muestra estuvo conformada por 95 adultos maduros. Concluye que del 100% (95) de los adultos maduros que participaron en el estudio, el 2,1% (2) tienen un estilo de vida saludable y un 97,8 % (93) tienen un estilo de vida no saludable, en los factores biosocioculturales el 62,1%(59) son de sexo femenino; el 35,8% (34) tienen grado de instrucción secundaria; el 38,9 % (37) son católicos; el 31,6 % (30) son convivientes; el 35,8 %(34) son de ocupación ama de casa; y el 44,2 % (42) tienen un ingreso económicos de 650 a 850 nuevo soles. Al analizar la relación con la prueba chi-cuadrado se encontró que no cumple la condición para aplicar la prueba de chi cuadrado entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales.

2.2. Bases teóricas de la investigación

2.2.1 Bases teóricas

El siguiente trabajo de investigación se sustenta en el modelo de

determinantes sociales de Dahlgren y Whitehead y el modelo de promoción de la salud de Nola pender (25).

El modelo de los determinantes sociales de Dahlgren y Whitehead nos dan conocer como las diferencias sociales en la salud son el factor de interacciones entre niveles de condiciones causales de lo propio a las comunidades a nivel de las políticas nacionales de la salud. Según los autores las personas están dotadas de factores de riesgo tales como: el sexo, la edad, y la genética que sin duda incluyen en el potencial para su salud y también influye los comportamientos personales y el estilo de vida. El dominio social abarca en las conductas personales ya sea de forma favorable o no favorable (26)

La investigación está centrada en el modelo de Dahlgren y Whitehead que identifican los principales determinantes de los problemas de influencia que van desde condiciones inquebrantables en las condiciones humanas hasta lo más fácilmente alterable con las condiciones: tales como las condiciones socioeconómicas, medioambientales, cultural la Biología humanan el medio ambiente, estilos de vida, sistemas sanitaria, este aporte plantea la idea de que la salud es un proceso muy complejo y dinámico asiendo que los determinantes actúen como una red de interacción y no de una manera lineal como realmente se pensaba (27).

Dahlgren y Whitehead dan una definición de los determinantes de la salud como un lazo con los estilos de vida, que se define como la conducta de acuerdo a la persona y a la formación que tuvo durante su etapa de vida, que abarca en muchas oportunidades, su situación económica y su salud personal (28).

Dahlgren y Whitehead hablan sobre los determinantes sociales como las características que generan la clasificación de una sociedad definiendo su condición

socioeconómica, también cabe mencionar que este determinante abarca las condiciones del entorno social, económico y político; Se encuentra conformado por la situación socioeconómica, clase social, de esto depende el nivel de educación de cada persona, embarcando su ocupación y sus ingresos con la finalidad de mantener una posibilidad en la familia. De esta manera abarca las culturas de cada individuo. Constituida por los determinantes sociales (29).

Los determinantes sociales de los adultos maduros es un conjunto de factores personales, así como ambientales, políticas, económicas, detallando su estado de salud de los adultos y de la población, de los estilos de vida que conlleva a diario durante sus actividades, así mismo se relaciona con los aspectos genéticos y biológicos de la comunidad, también se determina las atenciones sanitarias para favorecer a la población a través de estrategias, y se determine como está el estado de la población (30).

El modelo de promoción de Nola Pender permite analizar y comprender la vida saludable como primordial en cada individuo para reducir las enfermedades en las personas enfermas, donde el personal de la salud pueda hacer comprender a las personas que llevar una vida saludable alarga la vida hacia el futuro. La teoría determina los factores perceptivos y cognitivos de las personas que cambian debido a la situación, características de la relación personal e interpersonal, lo que lleva a las personas a participar en un buen manejo de la salud. Los modelos de promoción pueden ayudarnos a identificar conceptos destacados relacionados con la promoción de comportamientos saludables e integrar los hallazgos de la investigación de una manera que ayude a las hipótesis de compra. A lo largo de los años, la teoría ha seguido perfeccionándose y expandiéndose las habilidades para revelar las relaciones entre los

componentes que la gente cree que tienen un impacto en los cambios en el comportamiento saludable (31).

El esquema de promoción de salud propuesta por Nola Pender es ampliamente utilizado por el personal de enfermería, ya que el modelo permite comprender el comportamiento de las personas relacionadas con la salud y así mismo orienta la buena conducta saludable, también se pueden ubicar los componentes por columnas de izquierda a derecha la primera columna trata sobre las características y expresiones de cada persona y engloba dos conceptos que vienen a ser conducta previa relacionada y los factores personales, y la segunda fila son los pilares y centrales del modelo y se corresponden con los conocimientos y afecto tales como (sentimientos, emociones y creencias) detallados de la conducta, comprende 6 conceptos: tales como los beneficios percibidos por la acción que viene a ser el primero, barreras percibidas para la acción el segundo, auto eficacia percibida tercera, el afecto relacionado con el comportamiento cuarto, las influencias interpersonales quinto y por último las influencias situacionales en el entorno, las cuales pueden incrementarse o disminuir el compromiso en la conducta promotora de la salud (31).

La teoría de Nola Pender manifiesta que, en un mundo globalizado, las prioridades de la humanidad están cambiando su forma de vida de una manera inesperada e inapropiada. Es por ello que se realizaron estudios por científicos, dentro de ellos encontramos un grupo de científicos de Harvard T.H. donde publican que el estudio realizado deja en claro que un estilo de vida saludable puede conllevar un aumento de la esperanza de vida, que se puede conseguir realizando una mala alimentación y afrontando una mala alimentación de forma responsable (32).

Nola Pender manifiesta que al consumir alimentos saludables y otros productos

agrícolas fortalecen la vida de cada persona así mismo propuso un objetivo la cual fue: Garantizar la seguridad del consumo de alimentación, garantiza que la dieta de las personas sea de buena calidad, permite llevar una vida segura y previniendo el aumento de diversas enfermedades (33).

La teoría de Nola Pender nos dice que los medios necesarios para mejorar la salud de las personas se ejecutan a través de un control permanente, siendo el origen del desarrollo social y la mejora de su calidad de vida, creando una cultura de salud, incluyendo a todas las personas, familia y comunidad. Nola Pender busca mejorar su calidad de vida de los individuos de acuerdo a la educación en las diversas etapas de vida, a través de los programas de prevención de la salud en diversos ámbitos como: nivel nacional, regional y local (34).

Nola Pender manifiesta que los estilos de vida son estrategias que engloban la atención moderna de la salud que indica como es una calidad de vida y como prevenir las enfermedades y promoviendo el buen estilo de vida de cada persona, ya que la organización mundial de la salud manifiesta que tener una vida saludable es lo más importante para que más adelante tengamos una calidad de vida satisfactoria, si incumplimos o actuamos de manera inadecuada realizando una alimentación no adecuada y lo peor no realizando ejercicios, estaremos propensos a adquirir cualquier enfermedad que afecte a nuestro organismos (35).

Nola Pender manifiesta que el estilo de vida es la base con la cual debemos mantenernos una calidad de vida satisfactoria responsablemente ejecutando diferentes actividades siendo independiente de sus propias decisiones, manteniendo un buen autocuidado en la salud en su salud con el objetivo de disminuir las diferentes enfermedades que pueden perjudicar la salud de cada persona, buscando un buen

desarrollo con miras al futuro (36).

El estilo de vida saludable es lo primordial que debe mantener cada persona con el fin de preservar su salud, manteniendo una buena alimentación, una buena autoestima, controlando diversos factores de riesgo como el sedentarismo, obesidad, tabaquismo, estrés, entre otros. El cuidado de uno mismo respecto a los estilos de vida no es responsabilidad única de los profesionales sanitarios; si no, son tareas compartidas con los individuos a través de la práctica de diversas actividades que se realizan para mantener una vida saludable (37).

El ministerio de salud manifiesta que la alimentación es la forma general de vida que una persona tiene, ello se determinado por factores socioculturales y características personales. Una buena alimentación saludable es lo primordial que una persona debe de tener para poder preservar la salud, esto se basa al consumo de alimentos necesarios que favorezcan al organismo de cada individuo con el consumo de tres comidas diarias tales como el desayuno como la base principal, el almuerzo y la cena, consumiendo una alimentación balanceada que influya frutas, vegetales, carnes, cereales, así mismo es lo esencial consumir de 4 a 8 vasos de agua al día para poder mantener al organismo hidratado, y también consumiendo alimentos que no sean procesadas, con la final de proporcionar nutrientes buenos al organismo para un buen funcionamiento para que así contribuya en el crecimiento y desarrollo de cada persona (38).

En la dimensión de la Actividad y ejercicio realizar ejercicio es una parte esencial en cada persona porque gracias a ello cada individuo puede estar en un estado de bienestar completa. Al realizar diariamente actividades físicas aportamos un beneficio a los músculos, huesos y también el cambio de ánimo y evitamos el sobrepeso, ayudamos el buen funcionamiento del organismo con la ausencia de las diferentes

enfermedades que pueda uno contraer. Es lo esencial realizar ejercicio por lo menos 20 a 30 minutos al día realizando actividades que requieran de todo el cuerpo. La obesidad es uno de los problemas que afecta a toda la persona, esto se debe a los grandes cambios que se vienen realizando en la sociedad que hace que adoptan un inadecuado estilo de vida (39).

La dimensión del manejo del estrés abarca las etapas psicológicas de cada individuo, ahora en la actualidad el estrés es uno de los factores que más prevalencia tiene en las personas, mayormente en los jóvenes y adultos, eso se da a que no tienen una educación adecuada para poder manejar el estrés, los métodos para realizar ejercicios de relajación son herramientas esenciales para poder manejar el estrés debido a que la aplicación adecuada puede disminuir o controlar los problemas psicológicos. Para poder manejar o controlar el estrés se requiere realizar diversas actividades tales como: masajes, yoga, técnicas de respiración, taichi, tomar siestas, pensar en cosas agradables, caminatas, etc. Planteando alternativas que solucionen la tensión o preocupación. Esto se realiza con el fin de disminuir el incremento de los problemas psicológicos en la comunidad (40).

La dimensión de relaciones interpersonales es una base principal en la sociedad ya que gracias a ello una persona puede realizar diversas actividades satisfactoriamente, existe una serie de elementos que abarcan en las relaciones interpersonales tales como la personalidad, funciones cognitivas, deseo y estado de afectividad. Las personalidades se crean en las relaciones interpersonales y solo se puede medicar en el seno de sí mismo. Manifestar tus emociones, sentimientos ayuda a que tengas una buena autoestima y actitud positiva a cualquier situación y frente a los demás esto te ayuda a que establezcas una relación afectuosa con las personas que te rodean y

recibirás apoyo cuando te encuentres en situaciones difíciles que puedas estar pasando (40).

En la dimensión de autorrealización también es conocido como el autodescubrimiento que se contrasta con el yo real. Esto se corrobora, siendo lo que es y no aparentando lo que aprendió, sintiéndose complacido de haber realizado sus propias metas propuesta, dándose una satisfacción por algo que si se cumplió. Por medio de la autorrealización cada persona puede mostrar sus capacidades y habilidades con el objetivo de formar la meta propuesta, mediante esto se puede percibir la felicidad y deseo de autorrealizarse mediante sucesos y acciones que ayuden a obtener sus proyectos y deseos en el transcurso de su vida y sentirse satisfechos por todas las actividades que han realizado manteniendo una actividad que fomente su desarrollo personal (41).

La responsabilidad en salud es el autocuidado que ejerce cada persona en su vida diaria, esto se da a que cada persona posee una educación en el proceso de su vida de manera responsable, realizando diversas actividades que contribuyan a mantener un estilo de vida saludable, ya que somos libre de tomar nuestras propias decisiones en cada cosa que realizamos siempre teniendo en cuenta las tradiciones y costumbres que adquirimos en nuestro entorno social donde debemos tomar como tradición acudir por lo menos dos veces al año a un establecimiento de salud para un chequeo médico para así poder evitar algunas enfermedades. No automedicarse tomar medicamentos prescritos por el médico y siempre tomando en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud y también participar en las actividades que fomenten su salud tales como sesiones educativas, campañas de salud. Es muy importante resaltar que no se tiene que consumir sustancias nocivas, cigarros, alcohol y drogas. Con la

finalidad de evitar las morbimortalidades que se viene presentando en la actualidad debido a las enfermedades crónicas no transmisibles (42).

2.2.2. Bases conceptuales

Determinantes sociales

La (OMS) define los determinantes sociales de la salud como una parte de la vida en que un individuo nace, crece, trabaja, viven y envejecen y también abarca las condiciones de su vida cotidiana, estos factores también influyen la política y el sistema económico, programas de desarrollo, normas sociales y políticas y también el sistema político. Estas condiciones pueden ser altamente diferentes en cada grupo de poblaciones y puede dar resultados diferentes en materia de la salud. Al poder hablar sobre los determinaste sociales de la salud es claramente muy importante porque se ha hecho hincapié en la importancia de las acciones multisectoriales y la no aceptación de las marcadas desiguales en material de la salud y la salud como derecho (43).

Los determinantes sociales es un conjunto de factores personales, así como ambientales, políticas, económicas, detallando su estado de salud de los adultos y de la población, de los estilos de vida que conlleva a diario durante sus actividades, así mismo se relaciona con los aspectos genéticos y bilógicos de la comunidad, también se determina las atenciones sanitarias para favorecer a la población a través de estrategias, y se vea como está el estado de la población (43).

Al hablar de los determinantes sociales nos basamos al conjunto de variables que tienen la capacidad de evitar o causar problemas de salud tanto como a una persona como también a una determinada población. Se han hecho énfasis ahora en la actualidad para poder evitar los factores causales que afectan a las personas

poniendo prioridad a los determinantes sociales haciendo énfasis en la educación y la salud para así tener un menor porcentajes de problemas que afecta al adulto (44).

Estilo de vida

En la actualidad las variaciones que se observa en nuestra sociedad a través de los tiempos que ha pasado la tecnología ha ido incrementado de una forma que los adultos han percibido un cambio inadecuado de acuerdo a su actitud. Es por ello que se fue obteniendo nuevas formas de estilos de vida, siendo la causa de diversas enfermedades epidemiológicas, donde se tomó la necesidad de incrementar las estrategias sanitarias con la finalidad de ponerle en práctica y participar frente a ello de manera responsable (45).

La epidemiología determina que el estilo de vida es una serie de actitudes que cada individuo está realizando en su vida cotidiana, que escasas veces son apropiadas; es cierto que en los países desarrollados el estilo de vida de las personas es insuficiente y esta es la principal causa de enfermedades que causa más muertes (46).

El estilo de vida es el hábito que tienen una persona, es un conjunto de mecanismos cotidianos aplicadas por las personas ya sea adecuadas o inadecuadas. Se emplea como una agrupación de la sociedad, la ejecución de la personalidad de la persona en las experiencias sociales cotidianas de su vida. El estilo de vida se determina por mecanismos sociales ya sea hábitos conductuales, tradiciones, comportamiento de cada persona o comunidad que lleva a la complacencia de las necesidades humanas para alcanzar una mejor calidad de vida. Entre las necesidades esenciales encontramos la alimentación, recreación, religiosa, sexual, educación, trabajo, y entre otras. Estos se expresan mediante las actividades cotidianas que desarrolla la persona y pueden condicionar el estado de su salud, ya que todas las

necesidades humanas básicas son esenciales (47).

Adultos maduros

El adulto maduro se encuentra dentro de los 27 a 59 años. El adulto maduro pasa por varios cambios biológicos. A partir de los 30 años de edad se puede observar un declive en las funciones físicas ya que el cuerpo cambia a la medida al transcurso de la vida durante esta etapa comienza el envejecimiento, en los cuales vemos la disminución de la fuerza muscular y la velocidad en los reflejos. La Organización Mundial de Salud indica que la salud es una etapa de cabal bienestar físico, mental y social, lo que indica que el conocimiento va más allá de la presencia o no de una u otra enfermedad (48).

La salud

Es un estado de cabal bienestar ya sea a nivel mental, a nivel social de una persona no solamente la ausencia de enfermedades. La salud no solo abarca la aparición de diferentes enfermedades o afecciones, sino que es más amplio. En otro concepto se puede decir que la salud puede ser detallado como el grado de eficacia de la desintegración y las funciones de una persona a escala micro celular y macro social. También es esencial destacar que la ciencia de la salud permite adquirir conocimientos fundamentales para ayudar a prevenir enfermedades y así poder desplegar decisiones que origine la salud y el bienestar (48).

III. HIPÓTESIS

HO: No existe relación entre los Determinantes Sociales: sexo, grado de instrucción, ingreso económico, ocupación y Estilo de vida de los Adultos Maduros del Sector 8 de diciembre – Huaraz, 2020

HI: Si existe relación entre los Determinantes Sociales: sexo, grado de instrucción, ingreso económico, ocupación y Estilo de vida de los Adultos Maduros del Sector 8 de diciembre – Huaraz, 2020

IV. METODOLOGÍA.

4.1. Diseño de la investigación

Cuantitativo

La investigación fue de tipo cuantitativo ya que se aplicó la medición y se utilizó técnicas estadísticas y un lenguaje matemático en general con la finalidad de obtener buenos resultados. Se utilizó con fines estadísticos para la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías (49).

Nivel de la investigación de la tesis

Descriptivo:

Se puntualizó las características, propiedades, y rasgos importantes del sector 8 de diciembre. Describimos tendencias de los adultos maduros del sector 8 de diciembre. Buscamos especificar propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analizó (50).

Correlacional

Fue una investigación correlacional: Porque es un tipo de método de investigación no experimental en el que la persona que este investigando va medir dos variables. Se va a entender y evaluar la relación estadística entre ellas sin influencia de ningún variable extraño, mayor mente se basa en buscar variables que parecen coincidir o interactuar entre sí, de manera que cuando una variable cambia, el investigador al realizar una investigación tendrá clara la manera en la que la otra variable también cambia (50).

No experimental de doble casilla

Fue aquella que se realiza sin manipular deliberadamente variables. Se basa fundamentalmente en la observación de fenómenos tal y como se dan en su contexto natural para analizarlos con posterioridad (50).

4.2. Población y muestra

Universo muestral: Estuvo conformado por 116 Adultos Maduros del Sector 8 de Diciembre – Huaraz, 2020

Unidad de Análisis:

Fue cada adulto maduro del sector de 8 de diciembre- Huaraz, 2020 que cumplió con los criterios de inclusión o exclusión.

Criterios de Inclusión y Exclusión:

Criterios de Inclusión:

- Fueron los adultos maduros que aceptaron participar en el estudio a través de la firma del consentimiento.
- Fueron los adultos maduros que residan por más de tres años en la zona.
- Fue el adulto maduro del sector 8 de diciembre Huaraz cuya función cognitiva y mental se encuentre conservada.

Criterios de Exclusión:

- Fueron los adultos maduros del sector 8 de diciembre que rechazaron participar en el estudio.
- Fueron los adultos maduros con trastornos mentales y/o con déficit cognitivo
- Fueron los adultos menores de 30 años

4.3. Definición y operacionalización de variables e indicadores

Determinantes Sociales

Definición Conceptual

Los determinantes sociales de la salud son un conjunto de factores personales, tales como ambientales, económicos, políticos, costumbres. Con los determinantes sociales también podemos detallar el estado de salud de las personas y ver el estilo de vida que conlleva a diario durante sus actividades, así mismo se relaciona con los aspectos genéticos y biológicos de la comunidad (51).

1. Sexo

Definición Conceptual

Es el conjunto de las peculiaridades que caracterizan los individuos de una especie dividiéndolos en masculinos y femeninos, y hacen posible una reproducción que se caracteriza por una diversificación genética (52).

Definición operacional

- Femenino
- Masculino

2. Grado de instrucción

Definición conceptual

Es el grado del nivel de estudio que ha alcanzado el individuo durante su etapa de vida que se determina como completa e incompleto o en las que está cursando sin tener en cuenta si ha terminado o están provisional o definitivamente incompleta, gracias al grado de instrucción de cada persona sabemos en qué grado se encuentra cada individuo (53).

Definición operacional.

- Sin nivel instrucción
- Primaria completa / Incompleta
- Secundaria Completa/ Incompleta

- Superior universitaria / no universitario

3. Ingreso económico en nuevos soles.

Definición conceptual

Los ingresos económicos son aquellos que se constituyen por el ingreso del trabajo asalariado y eso incluye el abastecimiento y el valor del consumo de productos por hogar. En términos económicos se refiere a todas las entradas económicas que recibe una persona o una familia. El ingreso es una gratificación por a ver realizado alguna actividad (54).

Definición operacional

- Menor de 500 soles
- De 500 a 800 soles
- De 800 a 1000 soles
- De 1000 soles a más

4. Ocupación:

Definición conceptual

La ocupación de la persona es lo que hace en un momento determinado es la forma que ocupa el tiempo laboral, la persona participa cotidianamente y que puede ser nombrado por la cultura por la labor que realiza para poder subsistir (55).

Definición operacional

- Trabajador estable
- Eventual
- Sin ocupación
- Jubilado

Estilo de Vida

Definición conceptual

El estilo de vida es un comportamiento que cada persona realiza en su vida cotidiana reflejada a diversas acciones que realiza, ya sea en la alimentación, actividad física, responsable de salud, autorrealización, el estilo de vida se enfoca a la persona y a la sociedad basándose en el bienestar de cada persona y evitando complicaciones que puedan afectar y llevar a factores muy complicadas es por ello que debemos preocuparnos y llevar una vida saludable y equilibra para poder evitar distintas enfermedades (56).

Definición Operacional:

Para evaluar el estilo de vida se consideran aspectos relacionados con alimentación (6 ítems), actividad y ejercicio (2 ítems) manejo del estrés (4 ítems) apoyo interpersonal (4 ítems) autorrealización (3 ítems) responsabilidad en salud (6 ítems) y su valoración se realizar en base al puntaje obtenido según sea en cada caso en particular estableciéndose las siguientes categorías de escala nominal

Estilos de vida saludable: 75- 100puntos.

Estilos de vida no saludable: 24- 74puntos.

4.4. Técnicas e Instrumentos de recolección de datos

Técnicas: Para la recolección de datos de la investigación se utilizó las técnicas de la entrevista para la aplicación del instrumento (57).

Instrumentos: En la investigación del presente trabajo se aplicaron dos instrumentos para la recolección de datos que se visualizará y se detalla en lo siguiente, que constan de dos secciones (57).

Instrumento 1

Cuestionario de los determinantes Sociales

El instrumento fue elaborado por Vílchez A, en base al cuestionario sobre los determinantes sociales y estilo de vida del adulto maduro del sector de 8 de diciembre-Huaraz, 2020. Elaborado por la investigadora del presente estudio estuvo constituido por 4 ítems. (ANEXO 1)

Control de calidad de los datos

EVALUACIÓN CUALITATIVA:

La evaluación cualitativa estuvo concretada a través de la consulta a los expertos del área de salud que actuaron como jueces; este trabajo se realizó en reuniones de trabajo, con el objetivo de evaluar la propuesta del cuestionario sobre determinantes sociales y estilos de vida de los adultos maduros del sector de 8 de diciembre- Huaraz, 2020.

Durante las reuniones se brindó a los participantes como jueces información respecto a la matriz de operacionalización de la variable y la propuesta del cuestionario, para su análisis y socialización de las opiniones, luego cada participante emitió las observaciones realizadas al cuestionario propuesto, las cuales permitieron realizar los ajustes necesarios a los enunciados y categorías de respuestas de las preguntas relacionadas a los determinantes de la salud en el adulto maduros.

EVALUACIÓN CUANTITATIVA

Validez de contenido: Se exploró mediante la calificación por medio de criterio de expertos, diez en total, acerca de la pertinencia de los reactivos en relación al

constructo evaluado por dimensiones. Para efectos de este análisis, se utilizó para la evaluación de la validez de contenido la fórmula de V de Aiken (Penfield y Giacobbi, 2004).

Dónde:
$$\frac{X - l}{k}$$

X: Es la media de las calificaciones de los jueces en la muestra.

l: Es la calificación más baja posible.

k: Es el rango de los valores posibles.

El coeficiente V de Aiken total es 0,997, este valor indica que el instrumento es válido para recabar información respecto a los determinantes de la salud en los adultos maduros de 25 a 60 en edad en el Perú.

CONFIABILIDAD

Confiabilidad Inter evaluador: se evaluó aplicando el cuestionario a la misma persona por dos entrevistados diferentes en un mismo día, garantizando que el fenómeno no ha cambiado. Se realiza a un mínimo de 15 personas. A través del Coeficiente de Kappa se estudia el porcentaje de concordancia entre los entrevistadores, un valor a partir de 0,8 se considera muy bueno para evaluar la confiabilidad Inter evaluador.

Instrumento N° 02

Escala valorativa de estilos de vida

En la escala valorativa de los estilos de vida de Walker, Sechrist. Pender esta constituida por 25 ítems divididos en 6 dimensiones como sigue: alimentación (6

ítems), actividad y ejercicio (2 ítems) manejo del estrés (4 ítems) apoyo interpersonal (4 ítems) autorrealización (3 ítems) responsabilidad en salud (6 ítems).

Escala de los estilos de vida

Alimentación	: 1 - 6
Actividad y Ejercicio	: 7 - 8
Manejo de Estrés	: 9 - 12
Apoyo Interpersonal	: 13 - 16
Autorrealización	: 17 - 19
Responsabilidad en Salud:	20- 25

Cada parte tiene tienen el siguiente criterio de calificación.

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

El ítem 25 de la clasificación de puntaje son los siguientes: N=4, V=3, F=2, S=1

El puntaje que se obtiene en los resultados de la escala total del promedio se basa a las respuestas de acuerdo a los 25 ítems, así mismo se procederá en la sub escala de cada uno, siendo validado dicho instrumento.

Validez: Respecto a la validez se aplicó el estadístico el alfa de Cronbach a un número de 25 elementos obteniéndose en un resultado de 0,794 con lo cual se determina la validez del instrumento (Díaz E; Reyna E; Delgado, R)

4.5. Plan de análisis.

Procedimiento para la recolección de datos:

Para la recolección de datos del trabajo de investigación se consideró lo siguiente:

Se le informo y se les solicito el consentimiento a los adultos maduros del sector 8 de diciembre Huaraz

Se hizo una coordinación con los adultos maduros con tiempo para la fecha oportuna Se realizo la aplicación del instrumento a cada adulto maduro.

Se desarrollo la lectura del contenido y construcciones del instrumento a cada adulto maduro. El instrumento fue aplicado en un tiempo máximo de 20 minutos, las respuestas fueron, marcadas de forma directa y personal por cada adulto maduro.

Análisis y procesamiento de los datos: Los datos fueron procesados en el paquete estadístico SPSS/info/software versión 25.0, se presentarán los datos en tablas simples y se realizan gráficos para cada tabla realizada

Se aplico la prueba estadística de chi cuadrado para valorar la relación entre las variables con un nivel de confianza del 95% y p de 0.005.

4.6. Matriz de consistencia

Título	Enunciado	Objetivo general	Objetivo específico	Hipótesis	Variables	Metodología
Determinantes sociales y estilo de vida de los Adultos Maduros del Sector 8 de Diciembre – Huaraz, 2020	¿Existe relación entre los Determinantes Sociales y Estilo de Vida de los Adultos Maduros del Sector 8 de diciembre – Huaraz, 2020?	Determinar la relación entre los determinantes sociales y Estilo de Vida de los Adultos del Sector 8 de diciembre – Huaraz, 2020.	<ul style="list-style-type: none"> •Identificar los determinantes sociales: Sexo, grado de instrucción, ingreso económico en nuevo soles y ocupación de los adultos maduros del sector 8 de diciembre – Huaraz, 2020 •Identificar el estilo de vida del adulto maduro del sector 8 de diciembre – Huaraz, 2020 	HO: No existe relación entre los Determinantes Sociales: sexo, grado de instrucción, ingreso económico, ocupación y Estilo de vida de los Adultos Maduros del Sector 8 de diciembre – Huaraz, 2020	Determinantes sociales: Grado de instrucción, Ingreso económico, Ocupación. Estilo de vida: - Saludable - No saludable	<p>Tipo: Cuantitativo de</p> <p>Nivel: Descriptivo, correlacional</p> <p>Diseño: Doble casilla.</p> <p>Técnicas: Entrevista</p> <p>Unidad de análisis: Criterios de inclusión y exclusión.</p> <p>Población Muestral: Estuvo conformado por 116 Adultos Maduros.</p> <p>Criterios de Inclusión:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Todos los adultos maduros que acepten participar en el estudio a través de la firma del consentimiento. - Todos los adultos maduros que residan por más de tres años en la zona. - Todo el adulto maduro del sector 8 de diciembre Huaraz cuya función cognitiva y mental se encuentre conservada. <p>Instrumentos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cuestionario de determinantes sociales - Escala valorativa de estilo de vida

4.7. Principios éticos

En la aplicación del instrumento, se respetó y cumplió las siguientes consideraciones éticas que fueron de acorde a lo regulado por la Universidad Uladech – católica en su marco normativo, en este caso en la Resolución N° 0037-2021-CU-ULADECH Católica denominada Código de Ética para la Investigación Científica – Versión 004 (58).

Protección a las personas:

La protección a las personas es una acción y efecto de proteger ante cualquier evento que se aproximan. Se realizó la investigación aplicando dicho cuestionario a los adultos maduros del sector 8 de diciembre, respetando el anonimato y la privacidad y que la información brindada de cada adulto será con finalidad de fines de investigación y con la protección adecuada de los datos. En la investigación que se realizó se respetó la dignidad humana, la identidad, la diversidad, la confiabilidad y la privacidad. En el momento de comenzar una investigación es indispensable hacer uso del código de ética.

Libre participación y derecho a estar informado:

Son parte integral y muy importante que cada investigador debe de tomar en cuenta al realizar su investigación. Se procedió dar la información a los adultos (as) maduros del sector 8 de diciembre, el motivo de la investigación y cuál es la finalidad, manifestándoles que está en una libre participando en una investigación, así mismo tiene la decisión de participar por voluntad propia, cuyos resultados se interpreten en el presente estudio. (**Anexo 5**)

Beneficencia no maleficencia:

Este principio ético nos dice que las personas no solamente deben de tratarse de manera ética respetando sus decisiones y autonomía sino también procurar su bienestar por lo cual se plantea dos reglas 1.no hacer daño 2. Procurar el máximo de beneficencia y lograr el mínimo de posibles daños. Dicha investigación se aseguró al bienestar de los adultos (as) maduros del sector 8 de diciembre. En la participación de la investigación. Si en cualquier circunstancia o situación no podemos hacer el bien debemos, al menos, no hacer un mal

Justicia:

Este principio exige que haya equidad en la distribución de los beneficios y los esfuerzos de la investigación, se debe dar a cada persona que está participando igual, se debe dar a cada persona de acuerdo con su necesidad individual, contribución social y de acuerdo con su mérito. El diseño del estudio de la investigación conjuntamente con el investigador permitió que los beneficios estén compartidos en forma equitativa entre los adultos (as) maduros del sector 8 de diciembre de manera razonable tomando todas las precauciones que se requiere.

Integridad científica:

Es el corazón de la discusión que se desarrolla en los capítulos posteriores sobre la ética de la ciencia, se basa en una misión que no está relacionado a la crítica, pero que acuerde con las ideas d la mayoría es una norma que trabaja conscientemente cuando los investigadores trabajan conforme a principios éticos. Me regí en la investigación científica, ampliando sus conocimientos desarrollados en las actividades de la enseñanza como profesional, aludiendo al correcto procedimiento de la práctica.

V. RESULTADOS

5.1 Resultados

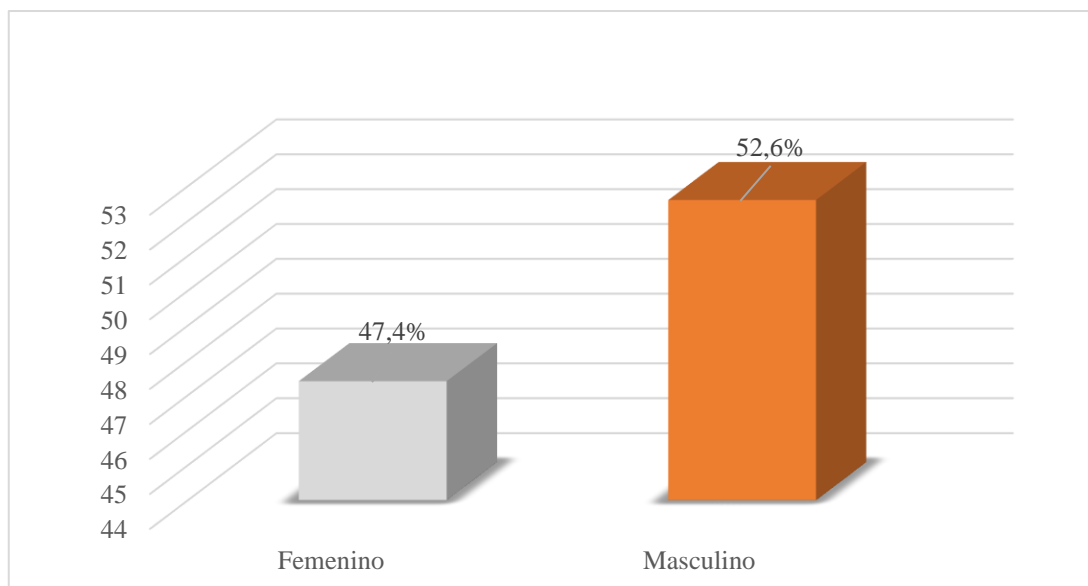
TABLA 1

**DETERMINANTES SOCIALES DE LOS ADULTOS MADUROS DEL
SECTOR 8 DE DICIEMBRE – HUARAZ, 2020**

Sexo	n	%
Femenino	55	47,4
Masculino	61	52,6
Total	116	100,0
Grado de Instrucción		
	n	%
Sin nivel de instrucción	2	1,7
Primaria completa/ incompleta	38	32,8
Secundaria completa/ incompleta	70	60,3
Superior universitario/ no universitario	6	5,2
Total	116	100,0
Ingreso económico en nuevos soles		
	n	%
Menor de 500	104	89,7
De 500 a 800	6	5,2
De 800 a 1000	2	1,7
De 1001 a mas	4	3,4
Total	116	100,0
Ocupación		
	n	%
Trabajo estable	9	7,8
Eventual	102	87,9
Sin ocupación	5	4,3
Jubilado	0	0,0
Total	116	100,0

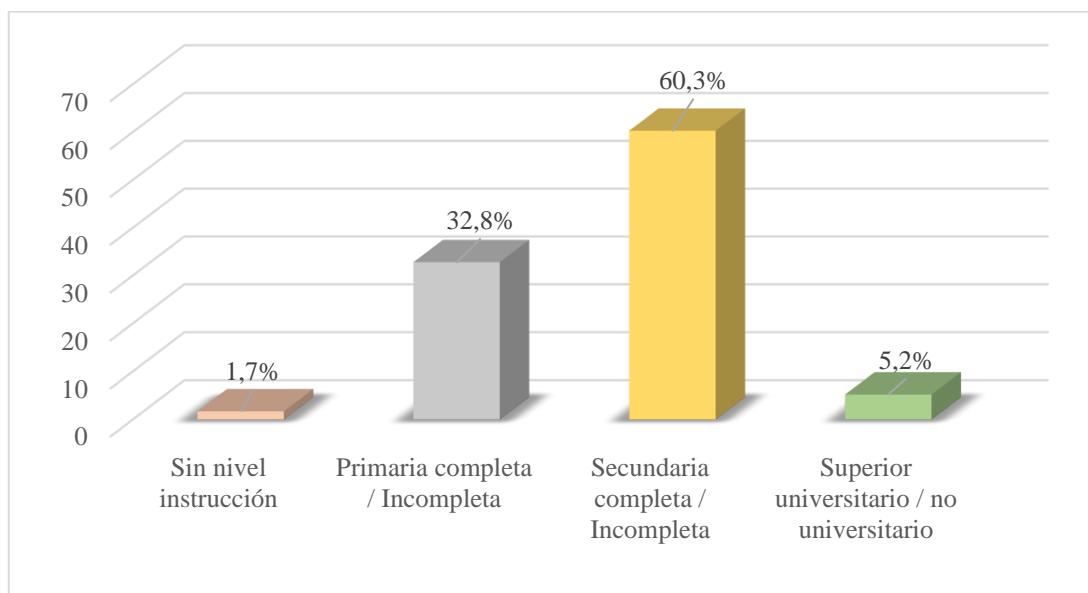
Fuente: Cuestionario de determinantes sociales elaborado por Vílchez M aplicado a los adultos maduros del Sector 8 de Diciembre – Huaraz, 2020

GRÁFICO 1
SEXO DE LOS ADULTOS MADUROS DEL SECTOR 8 DE DICIEMBRE –
HUARAZ, 2020



Fuente: Cuestionario de determinantes sociales elaborado por Vílchez M aplicado a los adultos maduros del Sector 8 de Diciembre – Huaraz, 2020

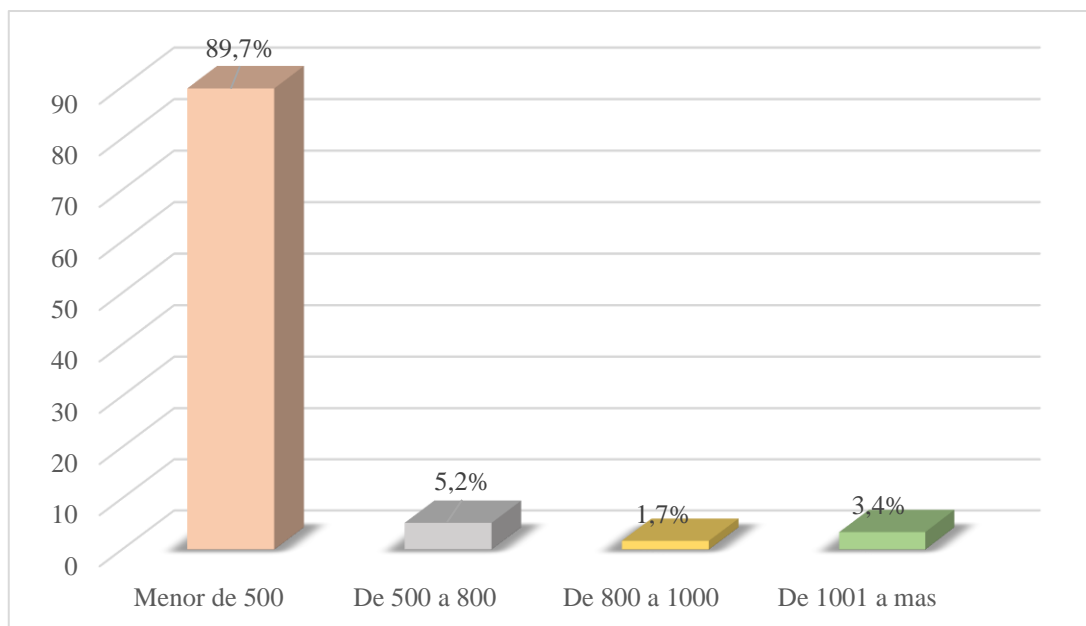
GRÁFICO 2
GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS ADULTOS MADUROS DEL SECTOR
8 DE DICIEMBRE – HUARAZ, 2020



Fuente: Cuestionario de determinantes sociales elaborado por Vílchez M aplicado a los adultos maduros del Sector 8 de Diciembre – Huaraz, 2020

GRÁFICO 3

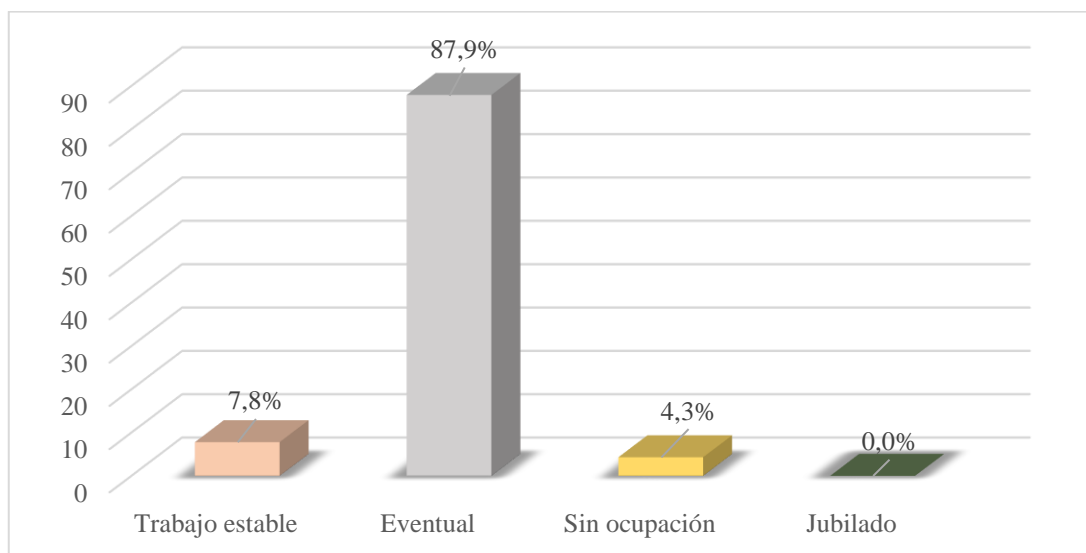
INGRESO ECONÓMICO EN NUEVOS SOLES DE LOS ADULTOS MADUROS DEL SECTOR 8 DE DICIEMBRE – HUARAZ, 2020



Fuente: Cuestionario de determinantes sociales elaborado por Vílchez M aplicado a los adultos maduros del Sector 8 de Diciembre – Huaraz, 2020

GRÁFICO 4

OCUPACIÓN DE LOS ADULTOS MADUROS DEL SECTOR 8 DE DICIEMBRE – HUARAZ, 2020



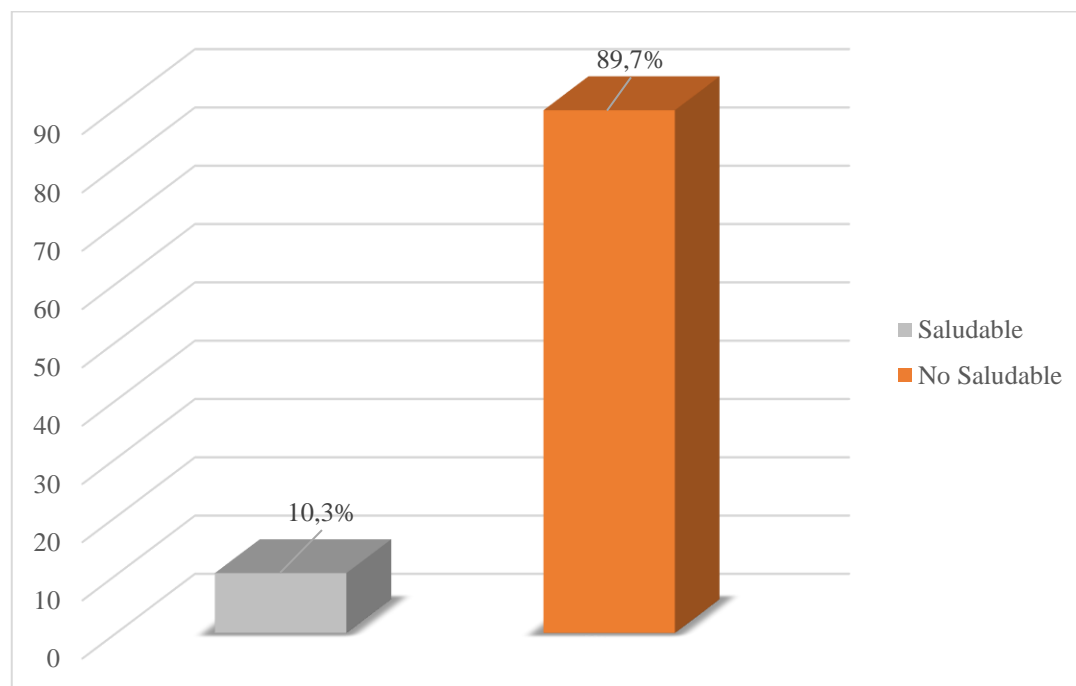
Fuente: Cuestionario de determinantes sociales elaborado por Vílchez M aplicado a los adultos maduros del Sector 8 de Diciembre – Huaraz, 2020

TABLA 2
ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS MADUROS DEL SECTOR 8 DE
DICIEMBRE – HUARAZ, 2020

ESTILO DE VIDA		
	n	%
Saludable	12	10,3
No saludable	104	89,7
Total	116	100,0

Fuente: Escala de estilos de vida elaborado por Walker, Sechrist, Pender. Modificado por: Díaz E, Reyna E, Delgado R. Aplicado en los adultos maduros del Sector 8 de Diciembre - Huaraz, 2020

GRÁFICO 5
ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS MADUROS DEL SECTOR 8 DE
DICIEMBRE – HUARAZ, 2020



Fuente: Escala de estilos de vida elaborado por Walker, Sechrist, Pender. Modificado por: Díaz E, Reyna E, Delgado R. Aplicado en los adultos maduros del Sector 8 de Diciembre - Huaraz, 2020

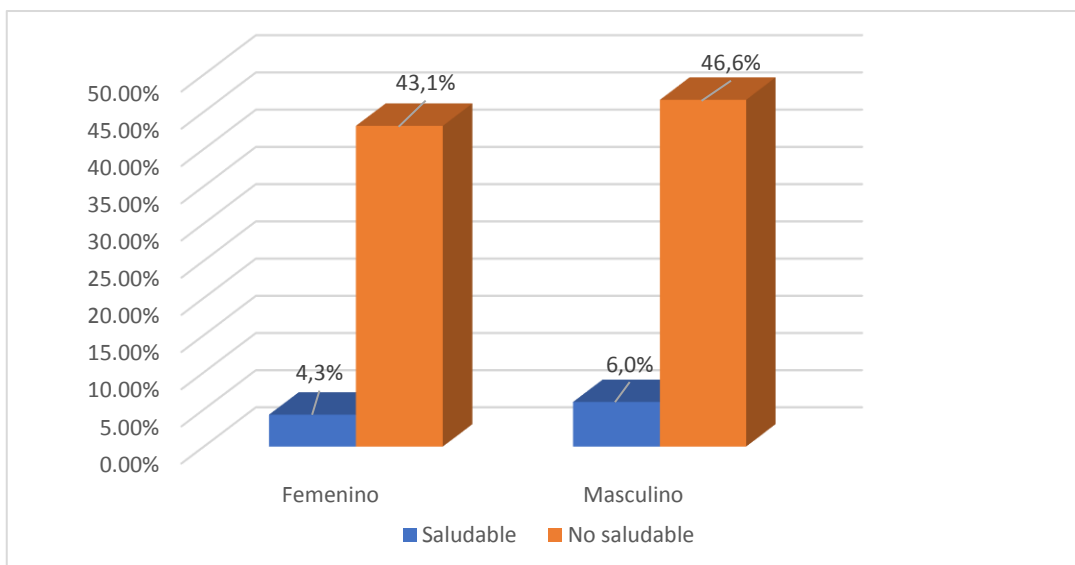
TABLA 3
RELACIÓN DE LOS DETERMINANTES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA
EN LOS ADULTOS MADUROS DEL SECTOR 8 DE DICIEMBRE –
HUARAZ, 2020

Determinantes sociales Sexo	Estilo de vida saludable		Estilo de vida no saludable		Total	
	n	%	n	%	n	%
Femenino	5	4,3%	50	43,1%	55	47,4%
Masculino	7	6,0%	54	46,6%	61	52,6%
Total	12	10,3%	104	89,7%	116	100%
$\chi^2=0,177$ gl=3		$p=0,674$		>0,05 se acepta la hipótesis nula		
Determinantes sociales Grados de instrucción	Estilos de vida saludable		Estilo de vida no saludable		Total	
	n	%	n	%	n	%
Sin nivel de instrucción	1	0,86	1	0,86	2	1,72
Primaria completa	2	1,72	36	31,03	38	32,76
Secundaria completa / Incompleta	9	7,76	61	52,59	70	60,34
Superior universitario/ No universitario	1	0,86	5	4,31	6	5,17
Total	13	11,21	103	88,79	116	100,00
$\chi^2=4,745$ gl=3		$p=0,191$		>0,05 se acepta la hipótesis nula		
Determinantes sociales Ingreso económico en nuevos soles	Estilo de vida saludable		Estilos de vida no saludable		Total	
	n	%	n	%	n	%
Menor de 500	12	10,34	92	79,31	104	89,66
De 500 a 800	0	0,00	6	5,17	6	5,17
De 800 a 1000	0	0,00	2	1,72	2	1,72
De 1001 a mas	1	0,86	3	2,59	4	3,45
Total	13	11,21	103	88,79	116	100,00
$\chi^2=1,786$ gl=3		$p.=0.618$		>0,05 se acepta la hipótesis nula		
Determinantes sociales Ocupación	Estilo de vida Saludable		Estilo de vida No saludable		Total	
	n	%	n	%	n	%
Trabajador estable	2	1,72	7	6,03	9	7,76
Eventual	10	8,62	92	79,31	102	87,93
Sin ocupación	1	0,86	4	3,45	5	4,31
Jubilado	0	0,00	0	0,00	0	0,00
Total	13	11,21	103	88,79	116	100,0
$\chi^2=1,688$ gl=3		Sig. 0,43		>0,05 se acepta la hipótesis nula		

Fuente: Escala de estilos de vida elaborado por Walker, Sechrist, Pender. Modificado por: Díaz E, Reyna E, Delgado R. Y cuestionario de determinantes sociales elaborado por Vílchez M. Aplicado en los adultos maduros del Sector 8 de Diciembre - Huaraz, 2020

GRÁFICO 6

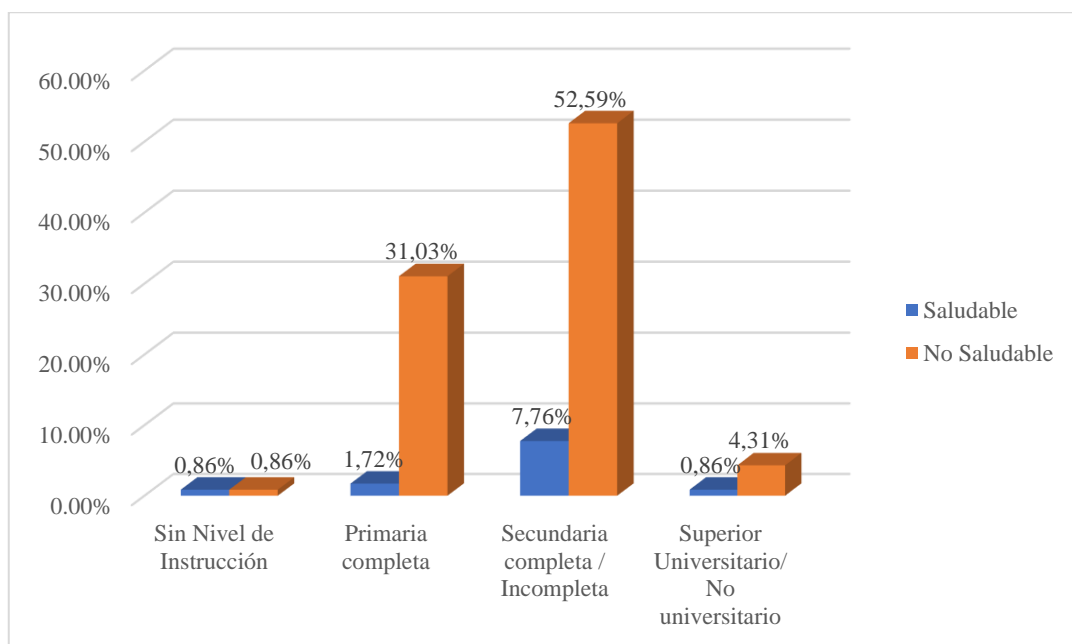
ESTILO DE VIDA/ SEXO DE LOS ADULTOS MADUROS DEL SECTOR 8 DE DICIEMBRE- HUARAZ, 2020



Fuente: Escala de estilos de vida elaborado por Walker, Sechrist, Pender. Modificado por: Díaz E, Reyna E, Delgado R. Y cuestionario de determinantes sociales elaborado por Vílchez M. Aplicado en los adultos maduros del Sector 8 de Diciembre - Huaraz, 2020

GRÁFICO 7

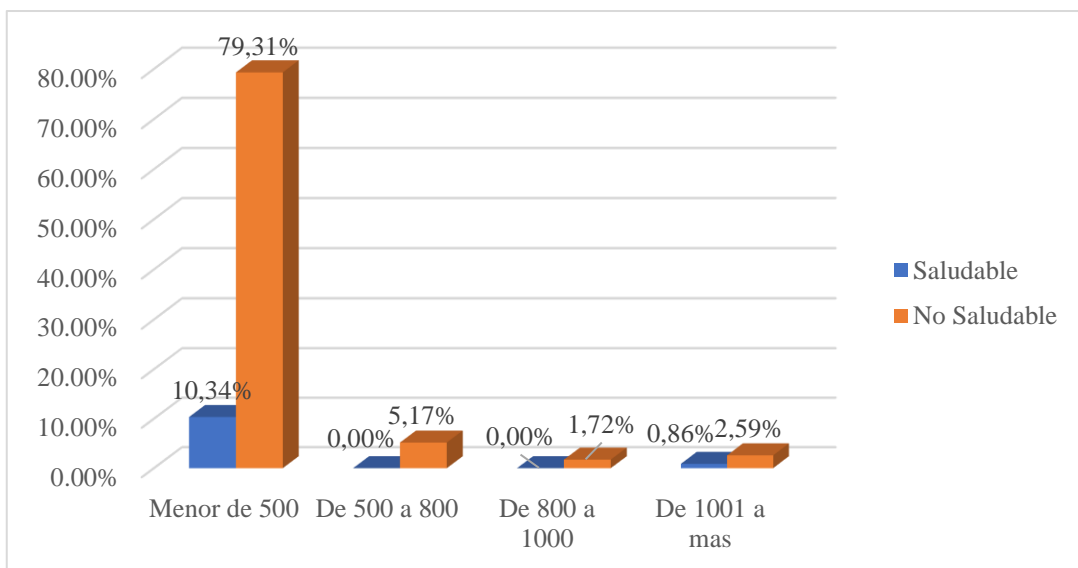
ESTILO DE VIDA/ GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS ADULTOS MADUROS DEL SECTOR 8 DE DICIEMBRE – HUARAZ, 2020



Fuente: Escala de estilos de vida elaborado por Walker, Sechrist, Pender. Modificado por: Díaz E, Reyna E, Delgado R. Y cuestionario de determinantes sociales elaborado por Vílchez M. Aplicado en los adultos maduros del Sector 8 de Diciembre - Huaraz, 2020

GRÁFICO 8

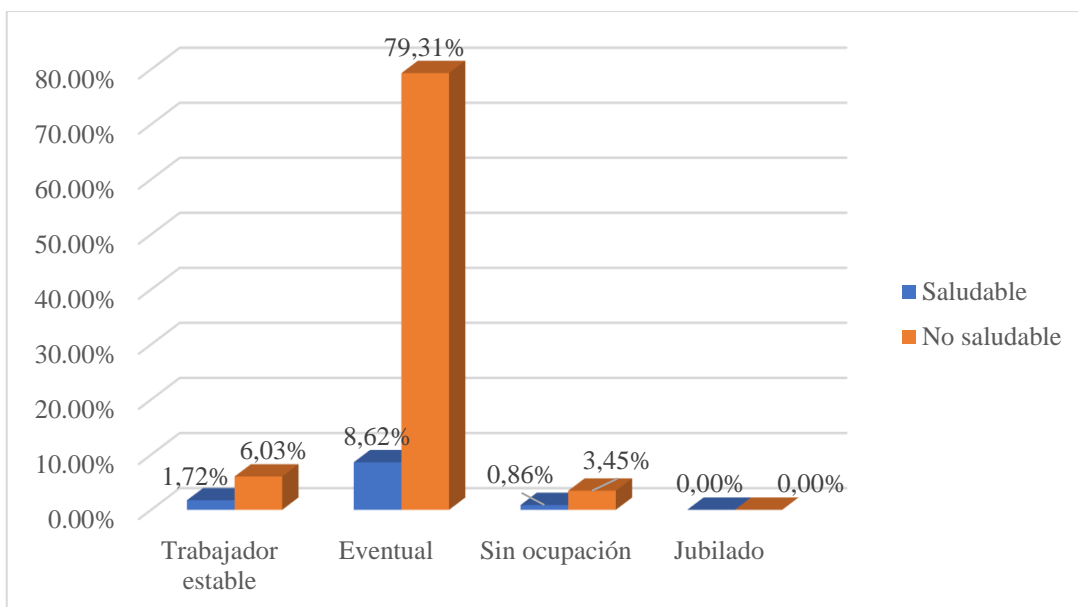
ESTILOS DE VIDA/ INGRESO ECONÓMICO EN NUEVOS SOLES DE LOS ADULTOS MADUROS DEL SECTOR 8 DE DICIEMBRE – HUARAZ, 2020



Fuente: Escala de estilos de vida elaborado por Walker, Sechrist, Pender. Modificado por: Díaz E, Reyna E, Delgado R. Y cuestionario de determinantes sociales elaborado por Vílchez M. Aplicado en los adultos maduros del Sector 8 de Diciembre - Huaraz, 2020

GRÁFICO 9

ESTILOS DE VIDA/ OCUPACIÓN DE LOS ADULTOS MADUROS DEL SECTOR 8 DE DICIEMBRE – HUARAZ, 2020



Fuente: Escala de estilos de vida elaborado por Walker, Sechrist, Pender. Modificado por: Díaz E, Reyna E, Delgado R. Y cuestionario de determinantes sociales elaborado por Vílchez M. Aplicado en los adultos maduros del Sector 8 de Diciembre - Huaraz, 2020

5.2 Análisis de resultados

Tabla 1

Del 100% de los adultos maduros del sector 8 de diciembre el 52,6% (61) son de sexo masculino y el 60,3% (70) tienen grado de instrucción secundaria completa/ incompleta. El 89,7% (104) el ingreso económico menor de 500 soles, el 87,9% (102) ocupación eventual.

De acuerdo a los datos encontrados se puede ver que más de la mitad son varones siendo estos adultos maduros las que conforman al sector económicamente activa, de igual manera llama la atención que el mayor porcentaje de estos adultos maduros tenga un estilo de vida no saludable esto hará que repercuta en la siguiente etapa que es el adulto mayor, donde podría tener mayores complicaciones de diferentes enfermedades

En la investigación se encontró que la mayoría son masculinos, existen investigaciones que se asemejan como: Soriano A. (59), En su investigación titulada: “Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro de Shiqui – Cátac, 2020”. Donde encontró que el 69,33% (104) son de sexo masculino. De igual manera es similar a los resultados encontrados en la presente investigación de: Sigueñas Santiago R, Camino M. (60), En su investigación señala que, dentro del Distrito de Tinco, Carhuaz, el 51,5% (103) de los adultos son varones, por lo que se asemeja con los adultos en estudio, afianzando los resultados obtenidos.

Los resultados contradicen a los obtenidos en la investigación de Aniceto Z. (61), Titulado: “Estilos de vida y factores Biosocioculturales de los adultos del Distrito de Caraz – Ancash, 2020”. Obtuvo que el 60,22% (189) son de sexo

femenino.

Al respecto, estudios realizados por los autores Song M y Giovannucci E. (62), dan un porcentaje de 89571 mujeres y 46 339 hombres y el estudio de Marques A. et al. (63), en Adultos maduros de 20 países europeos en el año 2020 la población estaba constituida por 34 993 (16 749 hombres, 18 244 mujeres). Resulta muy importante resaltar que tanto en los estudios de los estados unidos y países europeos y mi estudio en la ciudad de Huaraz Perú, tiene un porcentaje que se asemeja, por lo que la población investigada representa y tienen valides externa por diferencia por sexo. Esto se da por que la encuesta se ejecutó por un día domingo lo cual permitió encontrar a todos los miembros de la familia en más prevalencia a los varones. Es posible que esta condición se dé en todos los países, por ende, es normal mostrar una población mayoritariamente masculina.

En la investigación se encontró que la mayoría tienen grado de instrucción secundaria completa/ incompleta porque muchos de ellos se comprometieron a temprana edad y decidieron dar prioridad a formar su hogar que concluir sus estudios secundarios muchos de ellos que vemos actualmente cuando se entrevistó manifiestan que les hubiera gustado culminar sus estudios por que se ven muy limitados en cuanto a oportunidades de trabajo. El grado de instrucción secundaria completa/ incompleta se ve limitado acceder a un tipo de trabajo con mejor remunerado todo ello como sabemos actualmente en el mundo y en el Perú la educación solamente va poder conllevar a salir de la pobreza.

En el sector la mayoría de los adultos maduros con secundaria completa/ incompleta manifiestan que no tuvieron la oportunidad de acceder al nivel superior para obtener una carrera profesional o técnica en un universidad reconocida también

uno de los factores que influyo a que no sigan estudiando se debió a que sus padres no contaban con la economía suficiente para que puedan estudiar y también algunos de los adultos se comprometieron a una temprana edad lo que influyo a que no sigan realizando sus estudios.

Si bien sabemos la educación es lo esencial para cada persona porque gracias a la educación vamos a conocer diferentes factores que afectan a la salud de las personas, de esta manera la educación es lo esencial para tomar buenas decisiones que contribuyan y favorezcan su salud manteniendo un adecuado estilo de vida. Las personas adultas maduros manifiestan que desconocen el factor y la causa de distintas enfermedades y por ello tienen dificultad para tomar adecuadas decisiones, es por esa razón que no ponen en práctica en tener un estilo de vida adecuada.

Existen estudios de investigación similares como Naviz E. (64), en su investigación titulado: “Determinantes de la salud del adulto trabajador del Mercado “Nazareth” la Esperanza – Trujillo”. Son similares a la investigación, obtuvo que el 60,9% (71) tienen grado de instrucción secundaria completa/ incompleta. Asimismo, se asemeja del autor: Carrera K. (65), Obtuvo que el 69,0% (138) de los adultos tienen secundaria completa/ incompleta.

Así mismo existen otras investigaciones que difieren a la investigación que se realizó en Chimbote en el año 2021 de Yopla R. (66), titulado: “Los determinantes biosocioeconomicos y estilos de vida como determinantes de salud de los adultos del Asentamiento Humano Ampliación Ramal Playa, Chimbote_2021”, que encontró que 16,7% (10) tenía grado de instrucción secundaria completa/ incompleta.

Si corroboramos estos resultados con la investigación el grado instrucción de una persona es el nivel más elevado de estudios realizados o en curso, sin tener en cuenta

que la persona haya terminado o este definitivamente incompleto. Se diferencia por los siguientes puntos: Personas analfabetas son los individuos que no saben ni escribir ni leer. El nivel primario es el segundo tramo de educación de los sistemas nacionales y forma parte de la educación infantil que cursamos, la edad apropiada del grado de instrucción de primaria en todo el país es de 6 y 12 años. El grado de instrucción primaria es obligatorio en todos los países. Secundaria es el paso después de la primaria el cual se cursa para poder pasar al tercer paso que viene a ser el estudio de una profesión en la cual cada persona estudia una carrera profesional para que pueda brindar lo que aprendido a la sociedad (67).

En el Perú los colegios públicos tanto como privados de nuestro país aportan con al menos los primeros niveles posibles tales como inicial y primaria y hacen énfasis en la culminación del nivel de secundaria. La educación obligatoria no significa que los peruanos están obligados a ir a los colegios, sino que la educación obligatoria peruana significa que los grados de educación son partes esenciales que están articulados de tal manera que las personas pueden saltar o avanzar bajo ningún concepto. Es obligatorio haber cursado primaria y aprobado para poder acceder al estudio secundaria (68).

De la misma manera en la investigación se encontró que la mayoría tiene el ingreso económico menor de 500 soles esto hace que no sea factible para poder vivir satisfactoriamente, más aún si hay muchos hijos que cuidar, con sueldo de esa magnitud hay carencias y sobre todo se puede ver perjudicados la familia ya que el ingreso económico es lo esencial cuanto a todas las necesidades de la familia.

Los adultos maduros del sector 8 de diciembre poseen un ingreso económico menor de 500 soles, manifiestan que el ingreso económico que tienen no les permite cubrir todas sus necesidades básicas, esto se da a que no cuentan con un trabajo que es

permanente es por ello que los adultos tienen la necesidad de ir a buscar otras oportunidades laborales poniendo en riesgo el trabajo que tienen con el fin de incrementar su ingreso económico para así poder dar a su familia una buena vida y adecuada. También manifiestan que al tener ahorros les contribuye y ayudan en cualquier situación que pueda suceder.

El ingreso económico del adulto maduro y familiar es muy esencial porque permite solventar las necesidades básicas que necesita la familia de esta manera se va llevar un estilo de vida adecuada también va ayudar a que la familia esté libre de preocupaciones que mayormente cause el estrés. Uno de los problemas que aparece a través de la preocupación es el estrés esto puede causar que los miembros de la familia caigan en las bebidas alcohólicas al no contar con suficiente ingreso económico el adulto maduro manifiesta que está afectando su estado de salud.

Existen estudios de investigación similares como Ordiano C. (69), en su investigación titulado: “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Caserío de Queshpac _ Huaraz, 2018”. Donde obtuvo que el 69% (90) tiene ingreso económico de 100 a 599 soles. De igual manera Ruiz K, (70). Realizo una investigación en el centro poblado Cambio Puente donde indica que el 38,4% (99) tienen un ingreso económico de 100 a 500 soles.

Así mismo hay otra investigación que difieren como Castillo F. (71), en su investigación titulada: “Determinantes de salud de los adultos del caserío Uran – Yungar – Carhuaz, 2018”. Donde encontró que el 92,9% (117) de los adultos cuenta con un ingreso económico menor de 750 soles. Varas M, (72). Realizo una investigación en la urbanización la libertad_ Chimbote, donde obtuvo que el 49,6,6% (124) de los adultos maduros tienen ingreso económico de 600 a 1000 soles.

Se define al ingreso económico, como el incremento de recursos financieros que muestra un tipo de organización, una persona o un medio contable, y que amplía la propiedad que tienen, es preciso hablar que dentro de los determinantes sociales según el ingreso económico de los adultos maduros del sector 8 de diciembre, más de la mitad tienen un ingreso económico menor de 500 soles, eso indica que realmente no es adecuado para sus condiciones de vida que ellos requieren. Sin embargo, manifiestan que tanto mujeres como varones buscan trabajos alternativos que permitan generar más ingresos y así poder cubrir con todas las necesidades que tiene su familia. (73).

El ingreso económico familiar es el ingreso económico con la que una familia cuenta esto obviamente incluye el sueldo de toda la familia todo el ingreso será con la que la familia cuente para poder cubrir todo sus gastos y necesidades. Es importante recalcar que el ingreso económico familiar es lo esencial en una familia ya que a través de ello se va ver los niveles de vida que tienen. Toda familia tiene la obligación de abastecerse todo lo necesario para sus necesidades, la responsabilidad de disponer la economía familiar se comparte entre la esposa y el esposo con responsabilidad y confianza, una buena administración proporciona seguridad y el bienestar a la familia. Los miembros de la familia sin ningún ingreso económico generan problemas financieros debido a que no aportan económicamente, para una buena administración económica familiar es importante llevar un registro de los gastos que se hacen, y determinar la manera de reducir lo que se gasta en cosas que no aportan nada o no son esenciales (74).

De la misma forma se encontró en la investigación que los adultos maduros su ocupación es eventual, ya que solo de vez en cuando salen a trabajar y el ingreso que tienen son a través de sus tiendas o vendas de verduras, alguno de ellos son empleados

de algunos puestos y empleos temporales de otros lugares. En la encuesta realizada lo que más prevalece es la ocupación eventual eso se da por la falta de instrucción que los adultos no han adquirido y si hubiera adquirido un nivel más avanzado de instrucción los adultos hubieran tenido un trabajo estable o una empresa con la cual podían subsistir adecuadamente.

Los adultos maduros la mayoría tienen una ocupación de trabajo eventual, manifiestan que trabajan solo de vez en cuando en trabajos como las construcciones, con motos, en las tiendas en los super mercados. Las mujeres la mayoría se dedica al preparado de alimentos, en el cuidado de sus hijos y la limpieza de la casa. Las mujeres del sector 8 de diciembre poseen la ocupación de ama de casa porque no tuvieron la oportunidad de estudiar para que sean profesionales que les permita laborar en determinado lugar, por lo cual no salen a buscar un trabajo, también sus esposos no les permiten ir a trabajar, en el sector 8 de diciembre prevalece el machismo en algunas familias los varones tienen el pensamiento de que la mujer tiene que permanecer en la casa haciendo los quehaceres domésticos y manifiestan que el único que puede ir a trabajar y solventar en la familia es el esposo.

La investigación es similar del autor Sosa Y. (75), en su investigación titulado: “Determinantes biosocioeconomicos relacionados al estilo de vida de la persona adulta del caserío San Jacinto Catacaos – Piura, 2021”, obtuvo que el 88,9% (90) su ocupación es eventual. Carrera K. (76), Realizo una investigación que se asemeja en el asentamiento Humano Tres estrellas sector _B Chimbote donde obtuvo que el 80,0% (70) de los adultos maduros tienen una ocupación eventual.

De la misma manera difiere a los resultados del autor: Montejo A. (77), Realizo una investigación en adultos del mercado Zonal de Santa Rosa – Veintiséis de Octubre

– Piura, Obtuvo que el 49,54% (54) de los adultos tienen trabajo estable. Bolívar P. (78), Realizado una investigación en el Pueblo Joven el Progreso_ Chimbote en el año 2018 donde obtuvo que el 36,0% (73), de los adultos maduros tienen trabajo estable.

La ocupación eventual es el que hacer de una persona para poder subsistir en la sociedad hace referencia a lo que se dedica ya sea su trabajo, actividades o profesión en lo que emplea más tiempo por lo cual se puede llamar ocupación de tiempo completo o parcial. Es muy frecuente que los individuos cambien de ocupación ya sea porque no les satisface trabajar en el lugar que labora o porque no lo pagan bien, hay varios factores a que tome esa decisión de cambiar de ocupación (79).

Como propuesta de conclusión se plantea que los adultos maduros, autoridades y el centro de salud del sector 8 de diciembre que realicen actividades educativas que influyan en el desarrollo de los adultos y así van a poder obtener un trabajo en el que se pueda desenvolver y se sientan satisfechos del trabajo que realizar para poder tener un ingreso económico adecuado para su familia. observamos que en la investigación los deterministas sociales pueden o no influir en el estilo de vida que lleva cada persona. El conocimiento y la capacidad de las personas comienza desde temprana edad y al transcurso que va pasando esto hace que tomen decisiones buenos o malos para su salud y depende de las decisiones que tome será su estado de estilo de vida.

Como propuesta de mejora se tiene que realizar coordinaciones con el centro de salud de HUARUPAMPA y el sector de educación coordinen actividades en las escuelas de los padres para sensibilizar a los padres para que los jóvenes que están culminando la secundaria puedan seguir estudiando en instituciones nacionales para una carrera profesional, solo así con la educación puede mejor la calidad de vida que van a tener.

Tabla 2

Los resultados se El 100% de los adultos maduros del sector 8 de diciembre el 89,7% (104) tienen un estilo de vida no saludable y el 10.3% (12) mantienen un estilo de vida saludable.

En el sector 8 de diciembre la mayoría tienen un estilo de vida no saludable esto se debe a los hábitos que se vienen presentando en estos últimos años y por la nueva tendencia de las tecnología de la información y la comunicación, esto ha permitido adquirir nuevas conductas en su estilo de vida, induciendo a los adultos maduros al consumo de productos procesados y muy dañinos y también con el aumento de transportes públicos ya no realizan caminatas y esto ha repercutido en su vida con el aumento de enfermedades crónicas degenerativas, esto se debe a la mala decisión que toman los adultos a la hora de realizar actividades que contribuyan en el bienestar de su salud.

El estilo de vida no saludables son los factores que causan un mayor porcentaje de enfermedades que se propagan rápidamente y tienen complicaciones que puede llevar al individuo a la muerte, algunos de estos factores de riesgo están conformados por la edad, estilo de vida, fumar, tomar bebidas alcohólicas y también antecedentes médicos y enfermedades adquiridas. La prevención y un estilo de vida adecuada puede prevenir a la estabilidad de cada persona (83).

El adulto maduro está en riesgo de sufrir diferentes enfermedades tales como: diabetes, problemas cerebrovasculares, obesidad y la hipertensión debido al inadecuado comportamiento que está teniendo en el trayecto de cada etapa. Tienen un desorden alimenticio, porque no toman sus desayunos a la hora apropiada y no comen

a la hora indicada, consumen alimentos que tiene muchos nutrientes en carbohidratos. Debido al labor que tienen en la casa y al cuidado de sus hijos, no tienen un tiempo libre para que puedan realizar actividad física, tienen una vida rutinaria todos los días y todo ello complica a la salud, se sabe que al realizar actividad física estamos favoreciendo a nuestro organismo al funcionamiento adecuado. A pesar que el centro de salud realiza campañas de promoción de salud fomentando un estilo de vida adecuada a través de diferentes medios, no tienen interés en cambiar sus malos hábitos que mantienen para que puedan mejor y tener un estilo de vida adecuada.

En la dimensión de la alimentación la mayoría de los adultos maduros tienen una alimentación inadecuada esto se da porque no tienen una educación adecuada sobre una ingesta de alimentos que contribuyan su salud y el bienestar físico, asimos los adultos maduros se basan en el consumo diario de comidas rápidas como papas fritas, arroz con huevo, pollo frito comidas que tienen alto contenido de grasa y toman bebidas como gaseosa etc. que contienen demasiado azúcar por motivos de tiempo, uno de los factores que influye en la mala alimentación de los adultos es el ingreso económico que no es suficiente para cubrir sus necesidades ya que varios familias depende de un solo integrante de la familia es por ello que tienen una alimentación no saludable. Para poder prevenir se requiere de procesos educativos basados en la alimentación y nutrición que motive a los adultos del sector 8 de diciembre y a sus familiares a conocer los beneficios de una alimentación saludable que favorece el bienestar de cada persona.

Los adultos maduros por falta de educación referente a los nutrientes de los alimentos no llevan una alimentación adecuada, es por esa razón que consumen alimentos que contienen altos porcentajes en carbohidratos y también bebidas en que

contienen demasiado azúcar como las bebidas procesadas, es muy importante plantear estrategias que lleguen a cada persona para así poder tener un porcentaje mínimo de alimentación no saludable. El consumo de alimentos que no contribuyen en el bienestar al futuro va a perjudicar porque puede traer diversas enfermedades tales como la diabetes mellitus, obesidad etc.

Es muy importante llevar una alimentación adecuada para poder tener una calidad de vida que sea optimo en nuestra salud y poder gozar de la vida sin complicaciones ni riesgo de ninguna enfermedad, debemos de consumir verduras, frutas, cereales integrales, productos lácteos como la leche sin grasa o bajo de grasa también variedad de mariscos, carnes, huevos, frejoles etc. la alimentación es lo fundamental de nuestra vida porque gracias a la alimentación las personas obtienen nutrientes para que puedan tener energía y seguir viviendo y así seguir realizando sus labores cotidianas.

Una alimentación adecuada y saludable es variada preponderantemente en una etapa natural o con procesamiento mínimo que de los nutrientes adecuados que un individuo necesita para estar saludable, obteniendo una mejor vida en todas las edades sin riesgos de ninguna enfermedad (84).

En la dimensión de la actividad y ejercicio la mayoría de los adultos maduros del sector 8 de diciembre son no saludables debido a que no disponen de tiempo para poder realizar actividades físicas, el trabajo que realizan cotidianamente los adultos es manejar moto lo que hace que estén sentados la mayor parte del tiempo también manifiestan que no tienen una rutina de ejercicios de igual manera se identificó que las madres de familia en su tiempo libre no realizan actividades físicas por lo tanto se ve

que algunos de los adultos maduros sufren de enfermedades como la obesidad, enfermedades cardiacas etc.

La actividad física son las múltiples actividades que son planeadas por cada persona que se plantea en su tiempo de óseo para que pueda realizar tales como: salir a caminar, correr, montar bicicleta etc. Es muy esencial porque ayuda y contribuye para tener buena salud tiene beneficios ayuda a mejorar la movilidad articular y también evita que adquiramos enfermedades crónicas que afecten nuestra salud (85).

Muchos de los adultos maduros no comprenden, porque manifiestan que si ejecutan actividades de ejercicio por el hecho de que todos los días hacen las labores de la casa, pero no es así, porque las actividades físicas son planteadas y planificadas y suelen durar 30 minutos a más al día o 4 veces a la semana. En la actualidad los individuos tienen una vida sedentaria porque no caminan y el uno medio para que puedan ir de un lugar a otro son los carros y están largas horas viendo televisión o en celulares consumiendo dulces y gaseosas.

Para estar en un buen estado de salud se requiere hacer ejercicio por lo menos 2 a 3 veces a la semana, por lo cual se debe de realizar caminatas, hacer deporte, salir a correr y hacer múltiples ejercicios que beneficien tu salud. Eso va permitir que el cuerpo elimine toxinas que ya no favorecen al cuerpo y así poder estar en forma y con un estilo de vida saludable.

En la dimensión del manejo del estrés la mayoría son no saludables esto se da por la falta de educación sobre el adecuado manejo del estrés el factor que ocasiona el estrés en los adultos es la falta de solvencia económica uno de los factores que influye para que tengan el estrés, también manifiestan que a veces es muy triste no poderles

dar lo que quieren sus hijos de igual manera nos dicen que no encuentran un trabajo donde se puedan desenvolver de una manera adecuada y optima es por ello que muchos de los adultos maduros se preocupan rápidamente y no pueden hacer nada y no tienen a donde recurrir por lo cual se mantienen en su casa hasta que por sí sola se les quite.

El estrés es un mecanismo de frustración y tensión física y psicológica que se experimenta cuando hay un desequilibrio entre la exigencia que nos da nuestra vida y los recursos con las que nos planteamos para combatir la exigencia. Es muy importante afrontar y manejar el estrés mediante estrategias de relajación tales como masajes, escuchar música, realizar ejercicios o salir a recrearse y muchas cosas más que eso va permitir disminuir el estrés (86).

El adulto maduro en el transcurso de los días llevan una vida que es rutinaria porque manifiestan que se levantan temprano para que puedan preparar el desayuno para sus hijos que van a la escuela después de dejar a sus hijos en el colegio se dirigen al mercado hacer compras para que puedan preparar el almuerzo y hacer los labores de la casa tales como limpiar, lavar, planchar y al hacer toda las actividades diarias crean el agotamiento, es por esa razón que las personas entran en el cuadro del estrés, porque no se dan un tiempo para salir en familia a recrearse.

En la dimensión de apoyo interpersonal de los adultos maduros del sector 8 de diciembre la mayoría no tienen una educación adecuada de como poder expresar sus sentimientos y emociones con las personas que lo rodean, son muy cerradas a la hora de conversar y no son tan accesibles para poder brindar una amistad, algunos de ellos manifiestan que al tener amigos trae consigo problemas con la familia, pero de todas

formas siempre cuentan con el apoyo de los vecinos y los familiares para cualquier situación que se presente.

El apoyo interpersonal fomenta a la colaboración social y la ejecución de actividades satisfactorias y la experiencia de disfrutar algo positivo en compañía. La comunicación con otros individuos es muy importante en el desarrollo de la autoestima, haciendo posible en los otros roles y desarrollando la percepción de la permanencia y control sobre el ambiente (87).

Los adultos maduros manifiestan que les hubiera gustado alcanzar sus objetivos, pero no lo cumplieron por la falta de economía, también manifiestan que les hubiera gustado estudiar un profesión en una universidad o en un instituto para poder subsistir de una manera adecuada sin preocuparse del ingreso que generarían con su carrera profesional, algunos de ellos no han estudiado y de los que sí han estudiado no se sienten satisfechos ya que no es la profesión que les gusta, muchos de los adultos pospusieron sus planes de estudiar una carrera por falta de economía, ya que con el sueldo que cuentan solo les alcanza para que inviertan en la alimentación y en diferentes necesidades que tienen, es por ello que los adultos no se sienten satisfechos con lo que han realizado.

La autorrealización es el mecanismo por el cual los adultos puedan cumplir con sus objetivos, metas que se han planteado. Para el óptimo desarrollo el objetivo es alcanzar una vida adecuada y satisfactoria en cuanto a sus necesidades cotidianas. Se basa en un proceso de autodescubrimiento que le beneficie a la persona saber cuál es el camino en la que se está dirigiendo su vida (88).

La mayoría de los adultos son no saludables esto se debe a que no toman conciencia, interés en cuanto a su salud por que manifiestan que no asisten al centro de salud para un chequeo adecuado que brinda el personal de salud de HUARUPAMPA, manifiestan que el personal que asiste a sus domicilios no les da la invitación para que puedan asistir esto hace que los adultos no asistan al centro de salud por miedo, y prefieren la automedicación o ir a comprar a las farmacias pastillas para cualquier dolencia que tienen solo va cuando ya están muy graves y esto hace que se perjudiquen más por la falta de ir al chequeo adecuado de su salud para prevenir enfermedades.

El centro de salud de HUARUPAMPA debe de tener diferentes mecanismos y estrategias y destrezas, para que puedan tener una atención adecuada sin la falta de que los individuos estén esperando mucho tiempo para que les puedan dar una atención, de ese modo las personas se sentirán satisfechos de la atención brindada. De esa manera ayudara a los adultos maduros a que no tomen conductas inadecuados que están tomando en cuanto a su salud.

Encontramos que la mayoría tienen estilos de vida no saludable esto se da porque los adultos no toman conciencia de sus actos y otros no tienen una educación adecuada sobre el estilo de vida saludable y eso hace que los adultos sigan las costumbres y hábitos de sus familias. En cuanto a las seis dimensiones observadas que el estilo de vida de los adultos maduros del sector 8 de diciembre el motivo del alto porcentaje de estilos de no saludables se debe a varios factores que influyen en la mala toma de decisiones ya sea en la mala alimentación, no realizar actividad y ejercicio, no llevar un correcto manejo del estrés, no tener apoyo interpersonal adecuado, no autorrealizarse de manera adecuada y por ultimo no llevar una adecuada

responsabilidad en salud y para poder afrontar todo ello se debe tomar conciencia para mejorar la situación.

La responsabilidad en salud es la toma de las propias decisiones de cada persona ya sea la decisión de tener una vida sana o mala con el objetivo de prevenir las diferentes enfermedades que se pueda ocasionar. Para poder cambiar las conductas inadecuadas es lo esencial hacer que las personas reflexionen y tengan una vida adecuada para así poder cambiar sus hábitos inadecuados (89).

Los resultados obtenidos son similares con la investigación realiza por el autor: Villajuan M. (80), En su investigación que realizo en el pueblo joven Miraflores alto Sector A_Chimbote, 2018 con los adultos maduros. Concluye que el 87.5% (175) tienen un estilo de vida no saludable y el 12.5% (25) de los adultos tienen un estilo de vida saludable.

Por otro lado, se asemeja a los resultados obtenidos del autor: Ordiano C. (81), en su investigación titulado: “Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Queshcap – Huaraz, 2018”. Concluye que el 91,0% (109) de los adultos tienen un estilo de vida no saludable y el 9,0% (11) de los adultos tienen un estilo de vida saludable.

Por otro lado, difiere a los resultados obtenidos del autor: Varas M. (82), su investigación titulada: “Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Urbanización la Libertad_Chimbote, 2018”. Concluye que el 84,4% de los adultos maduros tienen un estilo de vida saludable y el 15,6% de los adultos maduros tienen un estilo de vida no saludable.

Como propuesta de mejora ante la discusión realizada es necesario que el establecimiento de salud se proyecte así el sector 8 de diciembre a través de campañas educativas, preventivas promocionales con una mayor difusión de los estilos de vida saludables. Se tienen que realicen sesiones educativas demostrativa de alimentación saludable, también que el municipio se proyecte a través de campañas de alimentos nutritivos de platos saludables que beneficien a las personas a través de consejerías nutricionales en cuanto a los estilos de vida.

Tabla 3

El 100% de los adultos maduros del sector 8 de diciembre el 52,6% (61) son masculinos de los cuales el 46,6% (54) tienen un estilo de vida inadecuado y el 6,0% (07) mantienen un adecuado estilo de vida, En cuanto al nivel de instrucción el 60,34% (70) tienen secundaria completa/ incompleta de los cuales el 52,59% (61) tienen un estilo de vida no saludables y el 7,76% (9) tienen un estilo de vida saludable. En cuanto al Ingreso económico en nuevos soles y el estilo de vida 89,66% (104) tienen un ingreso menor de 500 soles de los cuales el 79,31% (92) tienen un estilo de vida no saludable y el 10,34% (12) mantienen un estilo de vida adecuada. En cuanto a la ocupación el 87,93 % (102) de los adultos tienen una ocupación eventual de los cuales el 79,31% (92) son no saludables y el 8,62% (10) son saludables.

En relación a los resultados obtenidos se ve que, entre el sexo y el estilo de vida, haciendo uso del estadístico chi – cuadrado ($\chi^2=0,177$ $gl=3$ $p=0,674 >0,05$) no existe relación entre las dos variables.

La teoría de la promoción de la salud indica que el sexo ya sea masculino y femenino no es un elemento predisponente a tener un estilo de vida adecuada o inadecuada, y a pesar de que las mujeres son cuidadoras de su hogar y mayormente se ocupa de su casa y la salud de cada uno de sus miembros de su familia, aun así, las mujeres no descuidan su salud. Nola pender indica que, sin embargo, hay adultos maduros que no están asumiendo actitudes adecuadas con respecto a su salud. Este grupo debe ser localizado e identificado por el personal de salud de HUARUPAMPA para poder identificar los factores más prevalentes de riesgo que están alterando su bienestar (90).

Con respecto a los varones según los resultados obtenidos más de la mitad tienen un estilo de vida no saludable, esto se da por que los varones son más liberales por lo cual muchas veces tienen conductas inadecuadas que afectan a su salud y así mismo al estar fuera del hogar están más expuestos a factores que perturban su salud, según manifiestan algunos varones trabajan 12 horas y cuando tienen un día libre descansan en su casa y no ejecutan actividades físicas, optan una vida sedentaria.

Muchas veces tanto como mujeres y varones adquieren herencias de sus familias creencias y que se convierte en habito que determina su estilo de vida de las personas. Ya que muchos de los adultos maduros consumen alcohol, tabaco y entre otras cosas que perjudican su salud. Para poder combatir utilizamos recomendaciones específicas y adecuadas que les permita mantener un estilo de vida sano, es muy importante para los adultos maduros identificar las capacidades que tiene y así poder desarrollarlos y las mantenga para poder lograr un buen estado de salud, por otro la lado es muy importante que realice actividades para una buena actitud frente a su cuidado de salud

física, mental y espiritual, lo que le permitirá obtener buenos resultados y sentirse cómodo y satisfecho consigo mismo y con su familia.

Nola Pender manifiesta que se debe de encaminar en los mecanismos que traza el ministerio de salud, para que el personal de salud se rija en la parte preventiva y promocional, originando al estilo de vida sana a los adultos, para obtener que las personas adultas maduros disfruten de una vida saludable, enfatizándoles que realizan actividades físicas, una alimentación saludable, es ahí donde se les tiene que educar que los inadecuados hábitos lo remplacen con una apropiado estilo de vida sana, eso les accederá a que gocen de una buena salud (90).

Estos resultados son similares con la investigación del autor: Varas M, (91). Donde concluye que no existe relación estadísticamente significativa entre el sexo y el estilo de vida, haciendo uso del chi cuadrado ($\chi^2= 1,180$ $gl=1$ $p=0,672 > 0,05$). Estos resultados se asemejan con la investigación del autor: Milla J, (92). Titulado: “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Hualcan – Carhuaz, 2018”, donde menciona que no existe relación significativa entre el sexo y el estilo de vida, haciendo uso del chi cuadrado ($\chi^2=1,260$; $gl=1$ $p=0,071 > 0,05$). Asimismo, difiere a los resultados obtenido del autor: Ruiz K, (92). Donde concluye que si existe relación estadísticamente significativa entre las 2 variables ($\chi^2= 0,312$, $gl=1$; $p=0,0 < 0,05$).

La relación entre el grado de instrucción y estilo de vida, aplicando el estadístico chi-cuadrado ($\chi^2=4,745$ $gl=3$ $p=0.191 > 0,05$) muestra que no existe relaciones entre estas variables por lo cual se acepta la hipótesis nula.

Según los resultados obtenidos en el sector 8 de diciembre – Huaraz, se observa que más de la mitad de los adultos maduros tienen secundaria completa e incompleta y de ellos menos de la mitad tienen un estilo de vida saludable y más de la mitad tienen un estilo de vida no saludable, esto muestra que, al tener un mayor nivel de estudio, hay una mayor posibilidad de que las personas adultas maduros puedan comprender y reconocer la eficacia del cuidado de salud y así ponerlo en práctica los conocimientos que han adquirido. Así mismo las personas comprenden y ejecutan sus comportamientos conductas y actitudes ya sean saludables o no saludables de veces en cuando de manera empírica, por creencias que se transmiten de generación en generación.

Al examinar los resultados observamos que no existe relación estadística entre el grado de instrucción con el estilo de vida posiblemente esto se debe a que el sector 8 de diciembre tienen un estilo de vida inadecuado debido a que no tienen una educación adecuada y por la mala información que recibían por las redes sociales y la televisión por generar ingresos para sus empresas, es donde que el adulto opto en seguir los mismos comportamientos que no eran beneficiosos para su salud esas acciones lo llevaron a tener un estilo de vida no saludable.

Los adultos maduros del sector 8 de diciembre, sin involucrar el grado de instrucción deben de tomar buenas decisiones en la hora de optar hábitos en cuanto a su estilo de vida. ¿Y esto como se va dar? esto se va a dar participando en las campañas que realiza el centro de salud de promoción y prevención de la salud para que de esa manera empiece a llevar un estilo de vida adecuada. Llevar un estilo de vida optimo y adecuado es la responsabilidad de cada persona y es por ello que se manifiesta que el

grado de instrucción no influye en la responsabilidad de cada persona en la hora de optar una vida saludable.

Todo individuo con diferentes niveles de instrucción puede tener un estilo de vida adecuado siempre en cuando que tenga una educación adecuada y teniendo conciencia de los malos hábitos que le están llevando a la mala alimentación. Si cada persona tomase un interés de llevar un estilo de vida saludable cambiarían los altos porcentaje de estilos de vida no saludable esto se va a dar si las personas participan en las campañas que brinda el personal de salud de HUARUPAMPA, acudiendo al establecimiento a un chequeo adecuado uno a tres veces al año, llevando una alimentación saludable y realizar actividades que fortalecen tu cuerpo. Si los adultos se ponen un meta y optan en poner en práctica será beneficioso para su bienestar física psicológica y así prevenir de las diferentes enfermedades que les pueda afectar.

Los adultos maduros del sector no tuvieron la facilidad de estudiar una carrera superior, pero eso no conlleva a que los adultos no puedan optar tener un estilo de vida saludable, hay muchas formas de adquirir conocimientos uno de ellos es por el campus de salud, libros de salud, sesiones educativas que brindan los profesionales de salud tanto como los estudiantes. De esta forma se va poner en práctica todas las acciones adecuadas que brindan los profesionales de salud para prevenir enfermedades crónicas y así poder evitar la morbilidad y la mortalidad.

El presente trabajo de investigación es similar a los resultados obtenidos del autor: Milla J, (92). en su investigación titulado: “Estilos de vida y factores biosocioculturales en el adulto del Centro Poblado de Hualcan – Carhuaz, 2018”. obtuvo que, en grado de instrucción y estilos de vida, aplicando el estadístico Chi-cuadrado de

independencia de criterios ($X^2=1,741$ gl; $=3$ $p=0,198$ y $>0,05$) se llega a la conclusión que no existe relación estadística.

Por otro lado, se asemeja a los resultados obtenidos del autor: Flores N, (95). en su investigación titulado: “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, la Joya – Arequipa, 2018”. Obtuvo que entre grado de instrucción y estilos de vida haciendo uso del estadístico chi-cuadrado de independencia ($x^2=4,718$; gl=6 y $P=0,205>0,05$) no existe relación entre las dos variables. De la misma manera difiere los resultados del autor: Soriano A, (95). Obtuvo que, en la relación del grado instrucción con el estilo de vida, utilizando el estadístico chi - cuadrado resulta ($Xc=13,947$ Gl= $p=0,003$) si existe relación significativa entre el grado de instrucción y los estilos de vida.

Al aplicar el chi-cuadrado entre las variables de grado de instrucción con el estilo de vida de los adultos del sector 8 de diciembre, no se encontró relación estadísticamente significativa. Navarro R. (96), manifiesta que no hay relación significativa entre estas variables ya que su teoría conforma que el grado de bienestar y la satisfacción dependen mucho de las experiencias vitales, pero en la última circunstancia depende del grado de equilibrio de cada individuo, no depende del grado de instrucción alcanzado.

Contradice la razón Gonzales A. (97), la educación es uno de los factores muy importantes en el progreso de cada persona, además de contribuir la impartición de conocimientos. La educación es una manera de potenciar el nivel de conocimiento que tiene una persona ello influye la cultura, el espíritu, los sistemas de valores y virtudes que tienen cada persona. En tal forma la educación es una herramienta esencial para

poder obtener niveles de bienestar individual, colectiva y de un crecimiento adecuado y óptimo para así poder tener accesos a mejores condiciones de trabajo, para así mejorar condiciones de vida que de cada persona.

La educación es la base para un estilo de vida saludable, al no tener una educación tienen el mayor riesgo de contraer y padecer una enfermedad o también llegar a mayores como la muerte. Pero esto no quiere manifestar que la educación por sí sola no contribuye a la buena salud, sino que nos ayuda a identificar y analizar los factores que nos puedan afectar. Estos factores pueden estar compuestos por la alimentación, recursos económicos y otros, la buena táctica para poder solucionar los problemas que aquejan a la salud de cada individuo nos favorece en nuestra vida cotidiana. La educación en las personas con niveles de instrucción alto contribuye en una posición socioeconómicos (97).

En la sociedad en la que subsistimos hay una gran cantidad de personas que no han cursado con una carrera profesional y también hay personas analfabetas, es por esa situación que las personas tienen una vida no adecuada esto se da por la falta de conocimiento, por esa razón se necesita realizar charlas que enfatizan al estilo de vida saludable de los adultos maduros y así poder obtener una gran cantidad de estilos de vida saludable (98).

Los resultados obtenidos indican que, entre el ingreso económico en nuevo soles y estilo de vida, haciendo uso del estadístico chi-cuadrado ($\chi^2=1,786$ $gl=3$ $p.=0.618 >0.05$) se muestra que no existe relación entre estas variables por lo cual se acepta la hipótesis nula.

En relación del ingreso económico en nuevos soles con el estilo de vida, el adulto maduro tiene un ingreso económico menor de 500 soles y tienen un estilo de vida no saludable. Bien se sabe que el ingreso que tiene el adulto es mínimo por lo cual no permite cubrir sus necesidades y también influye el precio muy alto de los alimentos que contengan proteínas, carbohidratos esto hace que consuman alimentos según su solvencia económica.

Los adultos maduros tienen un ingreso económico muy bajo, esto no puede decir que los adultos maduros no puedan llevar un estilo de vida adecuado. Claro que si pueden llevar, porque el ingreso económico no afecta nada, si los adultos maduros se propusieran llevar un estilo de vida adecuada solo dependería de una buena administración de la economía que tienen, y a base de eso realizarían un listado de alimentos saludables en las que puedan obtener nutrientes que les beneficien sin gastar una suma muy elevada de dinero, también tienen que distribuir para poder salir a distraerse los fines de semana con su familia, cosa que con una buena administración alcanza para todo los gastos.

Concientizar a las autoridades del sector 8 de diciembre que tomen consciencia en la ayuda de los adultos maduros, al momentos de realizar obras para que solo trabajen los adultos del sector ya que muchos de los adultos solo cuentan con trabajos eventuales si reciben esa ayuda les contribuiría bastante a su familia ya que a través de esa ayuda ya no saldrían a lugares lejos arriesgando su vida para poder tener un ingreso económico cosa que así los adultos van poder tener un estilo de vida optimo y adecuado.

El ingreso económico es la gratificación financiera que recibe una persona donde que labora ya sea una empresa, mercado o en un trabajo eventual. Si realizo un trabajo por un determinado tiempo esto se convierte en su sueldo y su ingreso total, asimismo va depender mucho del trabajo que realiza en la empresa para tener un ingreso económico. Los ingresos económicos van a contribuir a la persona para que pueda solventar sus necesidades (99).

Los resultados obtenidos son similares del autor: Carrera K, (76). no existe relación estadísticamente significativa entre las variables ($\chi^2= 1,754$, $gl=3$ $p=0,608 > 0,05$). Así mismo se asemejan con el autor: Varas M. (91), Que realizo una investigación con los: “Adultos maduros. Urbanización la Libertad_ Chimbote, 2018” donde concluye que no existe relación estadísticamente significativa entre el ingreso económico en nuevos soles y el estilo de vida haciendo uso del chi cuadrado ($\chi^2= 2,903$ $gl= 3$ $p=0,376 > 0,05$).

Los resultados obtenidos difieren del autor: Haro R. (100), realizo una investigación en el: “Pueblo joven Magdalena nuevo _ Sector 02 C_ Chimbote 2018”. concluye que si existe relación relevante entre las variables de ingreso económico en nuevo soles y estilo de vida haciendo uso de chi cuadrado ($\chi^2 = 9,029$, $gl=3$ $p=0,0 > 0,05$).

En relación de las variables de ocupación y estilo de vida, haciendo uso del chi-cuadrado ($\chi^2=1,688$ $gl=3$ $p=0,43 > 0,05$) muestra que no existe relación entre estas variables por lo cual se acepta la hipótesis nula.

Observamos la relación de las variable de ocupación de la persona adulta con el estilo de vida del sector 8 de diciembre la mayoría de los adultos maduros tienen un

trabajo eventual y tienen un estilo de vida no adecuada esto se debe a que no continuaron con sus estudios para una carrera profesional o técnica, es por esa razón que tienen pocas oportunidades de trabajo lo cual hace que las mujeres se dediquen solamente en el cuidado de los hijos mientras que los hombres salen a buscar un trabajo para que puedan tener un ingreso y así solventar a la familia. También manifiestan que no conocen los riesgos que les puede ocasionar llevar un estilo de vida inadecuado, esto es el causal de la salud y el bienestar físico, psicológico de los adultos maduros por eso es muy esencial educar sobre las promociones para que puedan adquirir conocimientos que contribuyan a cambiar las malas conductas que tienen ante un estilo de vida saludable.

Según Nola Pender indica que debido a la ocupación que presentan no tienen un ingreso económico adecuado que les beneficie por el contrario los adultos del sector 8 de diciembre tienen más desgaste físico y contagio de diferentes enfermedades y accidentes esos hacen que no puedan tener un adecuado estilo de vida. Tienen diversas responsabilidades en su hogar, manifiestan que tienen un estilo de vida inadecuado, esos son los motivos por los cuales corre en riesgo su salud por eso es muy esencial que los adultos tomen conciencia y prioricen su salud. Al momento de aplicar el cuestionario se aprovechó para darle una pequeña orientación para que puedan priorizar su salud y tener un estilo de vida adecuado esto ayudo que los adultos tengan una noción de que primero es la salud antes de cualquier cosa. Los trabajos en casa pueden esperar, se deben de dar prioridad a la alimentación a la hora adecuada y después de ellos seguir realizando sus actividades en su hogar (101).

EL sector 8 de diciembre no se encuentra una relación significativa entre los variables de determinantes sociales (grado de instrucción, ingreso económico en

nuevos soles, ocupación de la persona adulta) y estilo de vida de los adultos maduros, porque los estilos de vida son actitudes y comportamientos que cada persona tiene por tanto no se necesita tener un grado de instrucción, ingreso económico, ocupación de la persona para poder practicar un estilo de vida saludable o no saludable, solo se necesita que la persona tome conciencia de lo que realiza y asuma con responsabilidad en salud y bienestar. Otra explicación que se puede dar frente a ello es que los estilos de vida se fueron adquiriendo en el transcurso de la vida, a través de costumbres y modelos familiares transmitidos de generación en generación, esto se da en el modelo cultural de cada familia.

La ocupación es la fase del desenvolvimiento del ser humano que contribuye en las necesidades vitales de cada persona, le permite realizar y cumplir actividades que tienen demandas sociales de su sector en la que pertenece a través de las habilidades que posee. La ocupación es lo esencial para poder conseguir una vida saludable y lleno de felicidad, ya que, si la mente está ocupada y el cuerpo en actividad los beneficios serán mucho más grandes, de este punto se va a llegar al convencimiento para el cambio positivo y ganar el control del envejecimiento va contribuir en las habilidades para poder organizar sus vidas. La implicación del ser humano en actividades productivas van ayudar a llevar un estilo de vida adecuada (102).

Los resultados obtenidos son similares del autor: Palacios N, (103). Realizo una investigación en los: “Adultos del Distrito de llama – Piscobamba, 2018”, donde concluye que no existe relación estadísticamente significativa, haciendo uso del chi cuadrado ($\chi^2 = 1,680$, $gl=5$ $p=0,0883 >0,005$). Así mismo se asemeja a los resultados del autor. Milla J. (91), Titulado: “Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Hualcan – Carhuaz, 2018”, donde concluye que no existe

relación estadísticamente significativa, haciendo uso del estadista chi cuadrado ($\chi^2=0799$, $gl=3$ $p=0,850 >0,05$)

De los resultados obtenidos difieren del autor: Soriano A. (94), titulado: “Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Shiqui – Catac, 2020”. Donde concluye que, si hay relación estadísticamente significativa entre las variables de ocupación y estilo de vida, haciendo uso del chi cuadro ($\chi^2=11,242$ $gl=3$ $p=0,015 >0,05$).

Como propuesta de mejora se sugiere que el centro de salud trabaje constantemente en la promoción de la salud con los adultos maduros, manejando técnicas como los medios de comunicación siendo objetivos con la información adecuada en relación a MINSA para una buena prevención de las diferentes enfermedades no trasmisibles, más de la mitad de los adultos no saben que factores son los que afectan más su salud alguno de ellos son: la mala alimentación, consumos de excesivo de tabacos, no realizar ejercicios, el mal manejo del estrés, esto todo se puede prevenir a través de la información que se les pueda brindar a los adultos de los hábitos adecuado de estilo de vida.

Como propuesta de mejora el centro de salud se tiene que involucrar en el bienestar físico y psicológico de los adultos para poder tener un estilo de vida adecuada, esto se va a dar realizando sesiones educativas, campañas de salud, aplicando la prevención y promoción de la salud se combatirá el alto porcentaje de estilos de vida. Y así obtendremos una relación significativa entre los variables de deterministas sociales y estilo de vida en los adultos maduros del sector 8 de diciembre.

VI. CONCLUSIONES

Luego de analizar y discutir los resultados del presente trabajo de investigación se detallan las siguientes conclusiones:

Se identificó que en los determinantes sociales que la mayoría tiene grado de instrucción secundaria completa/ incompleta, ingreso económico menos de 500 soles y una ocupación eventual y más de la mitad son de sexo masculino. Situación que perjudica a los adultos maduros del sector 8 de diciembre a tener una satisfacción en las necesidades básicas.

Se identifico que en los estilos de vida de los adultos maduros del sector 8 de diciembre la mayoría tienen un estilo de vida no saludable y menos de la mitad tienen un estilo de vida no saludable, esto se da por los cambios que se vienen presentando en estos últimos años que lleva a los adultos maduros a tomar una mala decisión en su vida cotidiana.

Se determino que no existe relación significativa entre las variables de estilo de vida y el sexo, grado de instrucción, ingreso económico en nuevo soles y ocupación obtenido con el estadístico Chi - cuadrado con un nivel de significancia $p < 0,05$. Es lo esencial promover medidas y acciones que favorezcan el ingreso económico.

VII. RECOMENDACIONES

De acuerdo a las conclusiones obtenidas en la presente investigación se sugiere lo siguiente:

Dar a conocer los resultados obtenidos de la presente investigación al presidente del sector 8 de diciembre, gobierno regional y principalmente al personal del centro de salud de HUARUPAMPA, para que se involucren en la realización de estrategias para promocionar la salud adoptando diferentes métodos educativos o mediante la implementación de programas dirigidas netamente al adulto.

La universidad debe de fortalecer sus programas de proyección social en las zonas rurales, sectores y en la ciudad, mediante difusiones, demostrativas acerca de los determinantes sociales y estilo de vida teniendo en cuenta todas las dimensiones que tiene para así poder combatir los altos porcentajes de riesgo para los adultos que se obtuvo.

Informar al personal de salud de HUARUPAMPA para que puedan implementar en el área de la promoción de salud y permitir al personal de salud la capacitación de talleres de familia comunitaria saludable y así poder fortalecer la capacidad del personal de salud para una buena ejecución en el campo.

Se sugiere realizar otras investigaciones tomando en cuenta los resultados obtenidos que permitan identificar los factores de riesgo que puedan existir en relación con los determinantes sociales y estilo de vida de las personas adultos maduros para poder tomarlos en cuenta en las estrategias planteadas de la salud, desde una perspectiva preventiva promocional.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Díaz X; Bueno F. et al. Determinantes sociales de la salud y convergencias en agendas de salud de organismos regionales de América del Sur. *Revista Panamericana de Salud Pública*. [Internet]. 2019;40(5):325–31. [Citado el 29 de setiembre del 2020]. Disponible en URL: https://www.scielosp.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/rpsp/v40n5/1020-4989-RPSP-40-05-325.pdf
2. Organización Mundial de la salud. Estilo de vida. *EcuRed*; [Internet]. 2019. [Citado el 29 de setiembre del 2020]. Disponible en URL: https://www.ecured.cu/index.php?title=Estilo_de_vida&oldid=3430292
3. Hernández J; Ocampo J. et al. El modelo de la (OMS) como orientador en la salud pública a partir de los determinantes sociales. *Revista de Salud Pública*. [Internet] 2017;19(3):393–5 [Citado el 29 de setiembre del 2020]. Disponible en URL: http://www.scielo.org.co/pdf/rsap/v19n3/0124-0064-rsap-19-03-00393.pdf?fbclid=iwar0mskunnj844oejq428_hquizzes3vt1houtuamdyxklwiprd7pfti43vpxs
4. Organización Mundial de la Salud y el paradigma global: los determinantes sociales de la salud o la retórica de la inclusión. *Rev. Fac. Nac. Salud Pública*, [Internet] 2018 [Citado el 29 de setiembre del 2020]. Disponible es URL: <https://doi.org/10.17533/udea.rfnsp.e341524>
5. Suarez B. Mundo. Cuáles son los países de América Latina con mayor y menor esperanza de vida. [Documentos en Internet].2018 [Citado el 29 de setiembre del 2020]. Disponible en URL:

https://elpais.com/elpais/2018/01/16/ciencia/1421435312_637657.html

6. Viviren N. Vivir en Ecuador. [Documentos en Internet]. [Citado el 29 de setiembre del 2020]. Disponible en URL: <https://vivirenn.com/vivir-en-ecuador/>
7. Rodríguez Z. Los determinantes sociales en Colombia. [Internet]. 2020 [Citado el 29 de setiembre del 2020]. Disponible en URL: https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/20532/3/2020_NC_Determinantes%20sociales_Zuly_VF.pdf
8. México Social. Los determinantes de la salud. México [Internet]. 2020 [Citado el 29 de setiembre del 2020]. Disponible en URL: <https://www.mexicosocial.org/los-determinantes-de-la-salud/>
9. García N. Sanidad en África: un bien al alcance de unos pocos [Internet]. 2020 [Citado el 29 de setiembre del 2020]. Disponible en URL: <https://ayudaenaccion.org/ong/blog/derechos-humanos/sanidad-en-africa/>
10. Ministerio de salud. Análisis de Situación de Salud del Perú. [Internet] 2019 [Citado el 29 de setiembre del 2020]. Disponible en URL: https://www.dge.gob.pe/portal/docs/asis/Asis_peru19.pdf
11. Instituto nacional de estadística e informática. Esperanza de vida de población peruana aumentó en 15 años en las últimas cuatro décadas [Internet]. Lima; 2019 [citado 2020 Feb 6]. Disponible en: <http://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/esperanza-de-vida-de-poblacion-peruana-aumento-en-15-anos-en-las-ultimas-cuatrodecadas-8723/>
12. Ministerio de Salud. Ministerio de Salud presenta Compendio de indicadores básicos de género, salud y desarrollo. [Internet]. Gobierno del Perú. 2019

- [citado 2020 Jan 27]. Disponible en:
<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/26307-ministerio-de-salud-presenta-compendio-de-indicadores-basicos-de-generosalud-y-desarrollo>
13. Diario La Hora. Perú: El 70% de adultos peruanos tiene obesidad y sobrepeso la Hora [Internet]. Diario La Hora. 2019 [citado 2020 Jan 27]. Disponible en:
<https://lahora.pe/el-70-de-adultos-peruanos-tiene-obesidad-y-sobrepeso-jo/>
 14. Andina H. Diabetes: estas son las regiones que registran mayor número de casos nuevos [Internet]. Andina. 2019 [citado 2020 Jan 27]. Disponible en:
<https://andina.pe/agencia/noticia-diabetes-estas-son-las-regiones-registran-mayornumero-casos-nuevos-774146.aspx>
 15. Centro de Salud HUARUPAMPA. [Internet] 2019 [Citado el 29 de setiembre del 2020]. Disponible en URL: <https://vymaps.com/PE/Centro-de-Salud-Huarupampa-1806699692887138/>
 16. Lara K. (16), realizo una investigación titulada: Determinantes sociales de la salud: una mirada desde la multimorbilidad en la población mexicana mayor de 50 años en contextos rurales y urbanos 2019. Tesis para optar por el grado de maestra en ciencias. Universidad Nacional Autónoma de México [Internet] 2019 [Citado el 11 de febrero del 2023]. Disponible en URL:
<http://132.248.9.195/ptd2019/septiembre/0795981/0795981.pdf>
 17. Tantaleán A. Estilos de vida y su relación con el estado nutricional del adulto mayor, asentamiento humano La Victoria, distrito de la Banda de Shilcayo, setiembre 2019 – febrero 2020, Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería. Universidad Nacional de San Martín [Internet]. 2020 [Citado el 11 de febrero del 2023]. Disponible en URL:

- [https://repositorio.unsm.edu.pe/bitstream/11458/3866/1/ENFERMER%
dA%20-%20Ana%20Mirela%20Tantale%
c3%a1n%20Ch%
c3%a1vez.pdf](https://repositorio.unsm.edu.pe/bitstream/11458/3866/1/ENFERMER%c3%8dA%20-%20Ana%20Mirela%20Tantale%c3%a1n%20Ch%c3%a1vez.pdf)
18. Quiñonez S. Estudio de los determinantes sociales en adultos y su relación con las enfermedades crónicas no transmisibles Ambato – Ecuador 2020. Requisito previo para optar por el título de Médico. Universidad Técnica de Ambato. [Internet] 2020 [citado el 11 de febrero del 2023] Disponible en Url: [https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/31537/1/qui%
c3%91onez%
%20vivas%
%20%2c%
20stefania%
20margarita.pdf](https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/31537/1/qui%
c3%91onez%
%20vivas%
%20%2c%
20stefania%
20margarita.pdf)
 19. Sosa Y. Determinantes Biosocioeconómicos relacionados al Estilo de Vida de la Persona Adulta del Caserío San Jacinto - Catacaos - Piura, 2021. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. Universidad Católica los Ángeles Chimbote. [Internet] 2020 [citado el 24 de setiembre del 2021] Disponible en Url: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/23397>
 20. Varas M. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Urbanización La Libertad_Chimbote, 2018. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. Universidad Católica los Ángeles Chimbote. [Internet] 2020 [citado el 24 de setiembre del 2021] Disponible en Url: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/21300>
 21. Carrera K. Estilo de vida y factores biosocioculturales en adulto maduro. Asentamiento Humano Tres Estrellas Sector _B Chimbote, 2018. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. Universidad Católica los Ángeles Chimbote. [Internet] 2020 [citado el 24 de setiembre del 2021] Disponible en Url: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/22029>

22. Rodríguez C. Determinantes sociales relacionados al estilo de vida de la persona adulta mayor – centro de Salud Santa Julia – Veintiséis de Octubre – Piura, 2021. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, [Internet] 2021 [citado el 11 de enero del 2023]. Disponible en URL:
<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/25516>
23. Sánchez G. Cuidados de enfermería en la promoción y determinantes de la salud de los adultos del centro poblado Toclla- Huaraz, 2019. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, 2020[Internet]. [Citado el 29 de setiembre del 2020]. Disponible en URL:
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/17877?show=full>
24. Moreno E. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Asentamiento Humano Casuarinas del Sur - Nuevo Chimbote, 2019. Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería. Universidad Católica Los Ángeles Chimbote. [Internet]. 2019 [Citado el 11 de enero del 2023]. Disponible en URL:
<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/15357>
25. Caballero E. Los determinantes sociales de la salud y sus diferentes modelos explicativos [Internet]. 2020. [Citado el 19 de octubre del 2020]. Disponible en URL: <https://www.medigraphic.com/pdfs/infodir/ifd-2012/ifd1215d.pdf>
26. Dahlgren, G and Whitehead, M. Los Determinantes de la Salud. Los Determinantes Sociales. [Internet] 2019 [Citado el 19 de octubre del 2020]. Disponible en URL: <https://www.opimec.org/documentos/4869/unidad-3->

ganar-en-salud-un-enfoque-positivo-de-atencion-a-la-
cronicidaddup/10931/comentarios/

27. Oseki A. ¿Qué son y por qué son importantes los determinantes sociales de la salud? [Internet]. 2020. [Citado el 19 de octubre del 2020]. Disponible en URL: <https://oseki.eus/articulos/que-son-y-por-que-son-importantes-los-determinantes-sociales-y-politicos-de-la-salud/>
28. Ocronos - Editorial Científico-Técnica. Determinantes de la salud. Modelos. [Internet]. 2020. [Citado el 19 de octubre del 2020]. Disponible en URL: <https://revistamedica.com/determinantes-salud-modelos/>
29. Cárdenas E. et al. Determinantes sociales en salud. Primera edición Lima. Perú. [Internet]. 2017. [Citado el 19 de octubre del 2020]. Disponible en URL: <https://www.esan.edu.pe/publicaciones/2017/09/29/DeterminantesSocialesaludCompleto.pdf>
30. Nola P. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. Enfermería Universitaria [Internet]. 2017. [Citado el 19 de octubre del 2020]. Disponible en URL: <http://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v8n4/v8n4a3.pdf>
31. Carranza R, Caycho T, Salinas S, et. al. Efectividad de intervención basada en modelo de Nola Pender en promoción de estilos de vida saludables de universitarios peruanos. Revista Cubana de Enfermería [Internet]. 2019 [citado 2 noviembre del 2021]; 35 (4) Disponible en: <http://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/2859>
32. Arco C et al. Modelo de promoción de la salud de Nola pender en el lugar de trabajo: una propuesta [Internet]. 2019. [Citado el 19 de octubre del 2020].

- Disponible en URL: <http://www.scielo.org.co/pdf/aven/v37n2/0121-4500-aven-37-02-227.pdf>
33. Slideshare H. El modelo de promoción de la salud de Pender. [Internet]. 2020. [Citado el 19 de octubre del 2020]. Disponible en URL: <https://es.slideshare.net/fundamentos2012uns/nola-pender-13302121>
 34. Lifeder. Nola Pender: biografía y teoría de la promoción de la salud. [Internet]. 2019. [Citado el 19 de octubre del 2020]. Disponible en URL: <https://www.lifeder.com/nola-pender/>
 35. Martín E. Qué es el estilo de vida. Lo que dice sobre ti. [Internet]. 2019. [Citado el 19 de octubre del 2020]. Disponible en URL: <https://www.consumoteca.com/bienestar-y-salud/estilo-de-vida/>
 36. Ministerio de salud. ¿Qué es una alimentación saludable? [Documento en Internet]. 2020 [Citado el 2 de octubre del 2021]. Disponible en URL: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
 37. Servicio canario de salud. Actividad física diaria [Internet]. 2020 [Citado el 2 de octubre del 2021]. Disponible en URL: <http://circulosdelavida.es/actividad-fisica-diaria/>
 38. Mayo C. Control del estrés. [Internet]. 2020. [Citado el 2 de octubre del 2021]. Disponible en URL: <https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/stress-management/in-depth/stress-management/art-20044289>
 39. Ainsworth. M. Relaciones interpersonales. Generalidades. Universidad del País Vasco / Euskal Herriko Unibertsitateal España. [Internet]. 2018;7. [Citado el 19 de octubre del 2020]. Disponible en URL: <http://www.ehu.eus/xabier.zupiria/liburuak/relacion/1.pdf>

40. Salas R. La Autorrealización, según la teoría de Maslow. [Internet]. 2020 [Citado el 2 de octubre del 2021]. Disponible en URL:
<https://www.rafaelsalapsicologo.com/autorrealizacion-teoria-maslow/Salvador>
41. Ana L. de salud pública. La salud: ¿Una responsabilidad individual o social? [Internet]. 2020 [Citado el 2 de octubre del 2021]. Disponible en URL:
<https://www.easp.es/web/blogps/2018/12/04/la-salud-una-responsabilidad-individual-o-social/>
42. Organización Panamericana de salud/OMS. Determinantes sociales de la salud. [Internet]. 2020 [Citado el 2 de octubre del 2021]. Disponible en URL:
<https://www.paho.org/es/temas/determinantes-sociales-salud>
43. Siede J. Determinantes Sociales de la Salud y enfermedad. Revista Salud Pública [Internet]. 2018;10(1):1–8. [Citado el 19 de octubre del 2020]. Disponible en URL:
http://www.paho.org/dor/images/stories/archivos/dominicana_determinantes.pdf
44. Sumares H. Estilos de Vida Saludable. [Internet]. 2020 [Citado el 2 de octubre del 2021]. Disponible en URL:
<https://www.doktuz.com/wikidoks/prevencion/estilos-de-vida-saludable.html>
45. Sánchez M. Epidemiología y prevención y promoción de la salud. [Documento en internet]. 2017 [Citado el 19 de octubre del 2020]. Disponible en URL:
<https://es.slideshare.net/mpsanchez/epidemiologia-y-prevencion-y-promocion-de-la-salud>.

46. Ecu R. Estilo de vida [Internet]. 2020 [Citado el 2 de octubre del 2021]. Disponible en URL: https://www.ecured.cu/Estilo_de_vida
47. Alorda C. Adultez. [Internet]. 2020 [Citado el 2 de octubre del 2021]. Disponible en: https://www.infermeravirtual.com/esp/situaciones_de_vida/adultez
48. Organización Mundial De Salud. Que es la salud. [Internet]. 2020 [Citado el 2 de octubre del 2021]. Disponible en URL: <https://www.paho.org/es/search/r>
49. Hernández R, Fernández C, Baptista M. Definición del alcance de la investigación a realizar: exploratoria, descriptiva, correlacional o explicativa. Metodología de la investigación. [Internet]. 2015. 76–88 p. [Citado el 19 de octubre del 2020]. Disponible en URL: <http://www.casadellibro.com/libro-metodologia-de-la-investigacion-5-ed-incluye-cd-rom/9786071502919/1960006>
50. Marroquín R. Metodología de la investigación. Universidad Nacional De Educación Enrique Guzmán Y Valle. [Internet]. Vol. 4, 2018. 1–26 p. [Citado el 26 de octubre del 2020]. Disponible en URL: http://www.une.edu.pe/Sesion04-Metodologia_de_la_investigacion.pdf
51. America S, Infect T. Los determinantes sociales de la salud, la posición socioeconómica y la inequidad en salud. Revista Panamericana de Salud Pública [Internet]. 2017;20(4):271–2. [Citado el 26 de octubre del 2020]. Disponible en URL: <https://www.scielosp.org/pdf/rpsp/2006.v20n4/271-272/es>
52. Villán E, Hernández D. El género masculino y femenino. [Internet]. 2020 [Citado el 2 de octubre del 2021]. Disponible en URL:

- <https://www.profedelee.es/actividad/gramatica/genero-masculino-femenino/>
53. Guadalupe C, León J. et al. Estado de la educación en el Perú. Análisis y perspectivas de la educación básica. Perú [Internet]. 2017; [Citado el 26 de octubre del 2020]. Disponible en URL:
<http://www.grade.org.pe/publicaciones/estado-de-la-educacion-en-el-peru-analisis-y-perspectivas-de-la-educacion-basica/>
54. Encuestas propias. Los ingresos familiares. [Internet]. 2018. 311–318 p. [Citado el 26 de octubre del 2020] Disponible en URL:
https://www.mapa.gob.es/ministerio/pags/biblioteca/fondo/pdf/533_23.pdf
55. Álvarez E et al. Definición y desarrollo del concepto de ocupación: ensayo sobre la experiencia de construcción teórica desde una identidad local. Universidad de Chile 2020: [Citado el 2 de octubre del 2021]. Disponible en URL <https://deconceptos.com/ciencias-sociales/ocupaciondesarrollo-del-concepto-de-ocupacion.pdf?sequence=1>
56. Sanabria. A, González P. Estilos de Vida Saludable en Profesionales de la Salud Colombianos. Estudio Exploratorio. Colombia. 2018. [Documento en Internet]. [citado el 9 de octubre 2020]. disponible en URL:
<http://www.scielo.org.co/pdf/med/v15n2/V15n2a08>
57. Tamayo C y Silva I. Técnicas e instrumentos de recolección de datos. Universidad católica de Chimbote. Metodología de la investigación [Internet]. 2016;201–47. [Citado el 26 de octubre del 2020]. Disponible en URL:
<http://www.postgradoune.edu.pe/pdf/documentos-academicos/ciencias-de-la-educacion/23.pdf>

58. Universidad católica los ángeles de Chimbote. Código de Ética Para La Investigación - Versión 002 (Resolución N° 0973-2019-CU-ULADECH). Universidad Católica Los Ángeles Chimbote [Internet]. 2019;7. [Citado el 29 de setiembre del 2019]. Disponible en URL:<https://www.uladech.edu.pe/images/stories/universidad/documentos/2019/codigo-de-etica-para-la-investigacion-v002.pdf?fbclid=iwar1kxcyx1cal8z5dyrhtmkrbnueolhile33ldtwzift1i0jobjkxdiv-o0>
59. Soriano A. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro de Shiqui – Cátac, 2020. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. Universidad Católica los Ángeles Chimbote. [Internet] 2020 [citado el 24 de setiembre del 2021] Disponible en Url: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/16776>
60. Sigueñas P, Camino Sánchez M. Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores del Distrito de Tinco Provincia Carhuaz-Ancash, 2017. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. Universidad Católica los Ángeles Chimbote. [Internet]. 2019. [citado el 24 de setiembre del 2021] Disponible en Url <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/14001>
61. Aniceto Z. Estilos de vida y factores Biosocioculturales de los adultos del Distrito de Caraz – Ancash, 2020. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. Universidad Católica los Ángeles Chimbote. [Internet]. 2020. [citado el 24 de setiembre del 2021] Disponible en Url: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/19042>

62. Song M, Giovannucci E. Incidencia y mortalidad prevenibles de carcinoma asociado con factores de estilo de vida entre adultos blancos en los Estados Unidos. JAMA. [Internet]. 2020;2(9):1154–61. [citado el 24 de setiembre del 2021] Disponible en Url: <https://www.cancer.gov/espanol/cancer/naturaleza/estadisticas>
63. Alorda C. Adultez. [Internet]. 2020 [Citado el 2 de octubre del 2021]. Disponible en: https://www.infermeravirtual.com/esp/situaciones_de_vida/aduldez
64. Naviz E. Deterministas de la salud del adulto trabajador del Mercado “Nazareth” la Esperanza – Trujillo, 2017. Trabajo de investigación para optar el grado académico de bachiller en enfermería. Universidad Católica los Ángeles Chimbote. [Internet] 2018 [citado el 3 de junio del 2021] Disponible en Url: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/19069>
65. Carrera K. Estilo de vida y factores biosocioculturales en adulto maduro. Asentamiento Humano Tres Estrellas Sector _B Chimbote, 2018. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. Universidad Católica los Ángeles Chimbote. [Internet] 2020 [citado el 24 de setiembre del 2021] Disponible en Url: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/22029>
66. Yopla R. Los Determinantes Biosocioeconomicos y de Estilos de Vida Como Determinantes del Estado de Salud de los Adultos Mayores del Asentamiento Humano Ampliación Ramal Playa_Chimbote, 2021. Tesis Para Optar el Título Profesional de Licenciado En Enfermería. Universidad católica los ángeles de Chimbote [Internet] 2021 [citado el 21 de setiembre del 2021] disponible en Url: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/22948>

67. Ana Editorial. Instrucción. [internet] 2020 [Citado el 21 de Setiembre de 2021]. Disponible en URL: <https://definicion.mx/instruccion/>.
68. Braulio A. ¿Cómo es el sistema educativo peruano? [Internet]. Educación al Futuro. 2018 [citado el 3 de junio del 2021] Disponible en Url: <https://educacionalfuturo.com/articulos/2536/>
69. Ordiano F. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Queshcap – Huaraz, 2018. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería, Universidad Católica los Ángeles Chimbote. [Internet] 2018 [citado el 21 de setiembre del 2021] Disponible en Url: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/7783>
70. Ruiz K. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro del centro poblado cambio Puente_Chimbote, 2018. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. [Internet] 2020 [citado el 21 de setiembre del 2021] Disponible en Url: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/17667>
71. Castillo F. Determinantes de salud de los adultos del caserío Uran – Yungar – Carhuaz, 2018. Trabajo de investigación para optar el grado académico de bachiller en enfermería. Universidad Católica los Ángeles Chimbote. [Internet] 2019 [citado el 3 de junio del 2021] Disponible en Url: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/19384>
72. Varas M. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Urbanización la Libertad_Chimbote, 2018. Trabajo de investigación para optar el grado académico de bachiller en enfermería. Universidad Católica los

- Ángeles Chimbote. [Internet] 2019 [citado el 3 de junio del 2021] Disponible en Url: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/21300>
73. Economía. UNAM. Capítulo 1. Marco teórico y conceptual sobre la Distribución del Ingreso. Definiciones y conceptos sobre la distribución y concentración del Ingreso. [Internet] 2019 [citado el 3 de junio del 2021] Disponible en Url: <http://www.economia.unam.mx/secss/docs/tesisfe/yvbsp/1.pdf>
74. Candia A. Ingreso familiar de emergencia: [Internet]. 2021 [citado el 25 de junio del 2021] Disponible en Url: https://www.cepal.org/sites/default/files/events/files/25_de_agosto_candia_210825_taller_cepal_-_ife_0.pdf
75. Sosa Y. Determinantes biosocioeconomicos relacionados al estilo de vida de la persona Adulta Del Caserío San Jacinto – Catacaos-Piura, 2021. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. Universidad Católica los Ángeles Chimbote. [Internet] 2021 [citado el 3 de junio del 2021] Disponible en Url: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/23397>
76. Carrera K. Estilo de vida y factores biosocioculturales en adulto maduro. Asentamiento Humano Tres Estrellas Sector _B Chimbote, 2018. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. Universidad Católica los Ángeles Chimbote. [Internet] 2020 [citado el 3 de junio del 2021] Disponible en Url: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/22029>
77. Montejo A. Determinantes de la salud en los adultos del mercado Zonal de Santa Rosa – Veintiséis de Octubre – Piura, 2020. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. Universidad Católica los Ángeles

- Chimbote. [Internet] 2019 [citado el 3 de junio del 2021] Disponible en Url:
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/20183>
78. Bolivar Zamudio P. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Pueblo joven el Progreso_ Chimbote, 2018. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. Universidad Católica los Ángeles Chimbote. [Internet] 2019 [citado el 3 de junio del 2021] Disponible en Url:
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/19173>
79. Taype A; Alarcón C; Zafra J; Rojas F. Factores asociados al ingreso económico, carga laboral y clima laboral en un grupo de médicos generales jóvenes en Perú. Acta méd. Perú [Internet]. 2018. 35 (1): 6 - 13 [citado el 3 de junio del 2021] Disponible en Url: Disponible en:
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1728-59172018000100002&lng=es
80. Villajuan M. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro del pueblo joven Miraflores alto Sector A_ Chimbote, 2018. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería, Universidad Católica los Ángeles Chimbote. [Internet] 2018 [citado el 21 de setiembre del 2021] Disponible en Url: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/17730>
81. Ordiano C. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Caserío de Queshpac _ Huaraz, 2018. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería, Universidad Católica los Ángeles Chimbote. [Internet] 2018 [citado el 21 de setiembre del 2021] Disponible en Url:
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/7783>

82. Varas M. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Urbanización la Libertad_Chimbote, 2018. Trabajo de investigación para optar el grado académico de bachiller en enfermería. Universidad Católica los Ángeles Chimbote. [Internet] 2019 [citado el 3 de junio del 2021] Disponible en Url: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/21300>
83. Barrón V, Rodríguez A, et al. Hábitos alimentarios, estado nutricional y estilos de vida en adultos mayores activos de la ciudad de Chillán, Chile. Rev. chile. nutrición [Internet]. 2018 [citado el 3 de junio del 2021]. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182017000100008>
84. Morales M, Gómez M., et al. Estilo de vida saludable. Revista Colombiana Enfermería. [Internet]. 2018;16(13):14. [citado el 3 de junio del 2021] disponible es URL:
<http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/98647/Artigo%20Colombia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
85. Ministerio de Salud. Actividad y ejercicio físico. Buenos Aires. República Argentina [Internet]. 2020 [citado el 3 de junio del 2021]. Disponible <http://www.msal.gob.ar/ent/index.php/informacion-para-ciudadanos/actividadfisica>
86. Mayo C. Estilo de vida saludable. Control de estrés. España, 2019. [Internet]. 2020 [citado el 3 de junio del 2021]. Disponible:
<https://www.mayoclinic.org/eses/healthy-lifestyle/stress-management/indepth/stressmanagement/art20044289>
87. Muñoz C. Apoyo interpersonal. Universidad Almería, 2016. [Internet]. 2020 [citado el 3 de junio del 2021]. Disponible en:

https://www.researchgate.net/publication/323546456_el_papel_de_las_relaciones_interpersonales_en_la_salud_y_el_bienestar

88. Euston. La autorrealización según Maslow. [Internet]. 2020 [citado el 3 de junio del 2021]. Disponible <https://www.euston96.com/autorrealizacion/>
89. Limia M. Cambio de mentalidad: Responsabilidad de salud. Index Enferm. [Internet]. 2020 19(1): 42-46. [citado el 3 de junio del 2021]. Disponible http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S113212962010000100009
90. Hidalgo-Guevara Enoc. Abordaje de enfermería basado en el modelo de Nola Pender sobre hábitos del sueño. Ene. [Internet]. 2022 [citado 2023 Feb 06]; 16 (2): 1322. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2022000200010&lng=es. Epub 14-Nov-2022.
91. Varas M. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Urbanización la Libertad_Chimbote, 2018. Trabajo de investigación para optar el grado académico de bachiller en enfermería. Universidad Católica los Ángeles Chimbote. [Internet] 2019 [citado el 3 de junio del 2021] Disponible en Url: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/21300>
92. Milla J. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Hualcán – Carhuaz, 2018. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. Universidad Católica los Ángeles Chimbote. [Internet] 2020 [citado el 3 de junio del 2021] Disponible en Url: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/7542>

93. Ruiz K. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro del centro poblado cambio Puente_Chimbote, 2018. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. [Internet] 2020 [citado el 21 de setiembre del 2021] Disponible en Url: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/17667>
94. Flores N. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, la Joya – Arequipa, 2018. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. Universidad Católica los Ángeles Chimbote. [Internet] 2020 [citado el 3 de junio del 2021] Disponible en Url: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/3072>
95. 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] 2020 [citado el 3 de junio del 2021] Disponible en Url: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/16776>
96. Navarro, R. Ni la inteligencia, ni el éxito profesional, ni la buena educación garantizan la felicidad. [Internet]. Excelente Management. 2017 [citado el 3 de junio del 2021] Disponible en Url: <https://excelencemanagement.wordpress.com/2017/03/13/ni-la-inteligencia-ni-el-exito-profesional-ni-la-buena-educacion-garantizan-la-felicidad/>
97. Gonzáles, A. La importancia de la educación en la sociedad. [Internet]. Steemit Beta. 2018 [citado el 3 de junio del 2021] Disponible en Url:

<https://steemit.com/spanish/@angelgonzalez/la-importancia-de-la-educacion-en-la-sociedad>

98. León A, Qué es la educación. [internet] 2018. [citado el 03 de octubre del 2021] Disponible en URL <https://www.redalyc.org/pdf/356/35603903.pdf>
99. Aliat U. Formación profesional en la actualidad. [Internet]. 2018. [citado el 3 de junio del 2021] Disponible en Url: <https://aliatuniversidades.com.mx/blog/index.php/5-beneficios-tener-formacion-profesional-en-la-actualidad/>
100. Haro R. Estilos de vida y factores biococioculturales en el adulto maduro. Pueblo joven Magdalena nuevo _ sector 02 C_ Chimbote 2018. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. Universidad Católica los Ángeles Chimbote. [Internet] 2020 [citado el 3 de junio del 2021] Disponible en Url: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/17627>
101. Raffino M. Definición ingreso económico. [Internet]. Argentina; 2018. [citado el 3 de junio del 2021] Disponible en Url: <https://concepto.de/ingreso2/#ixzz5tgsAkzHi>
102. Carranza-Esteban R, Caycho-Rodríguez T, Salinas-Arias S, Ramírez-Guerra R, Campos-Vilchez C, Chuquiasta-Orci K, Pérez-Rivera J. Efectividad de intervención basada en modelo de Nola Pender en promoción de estilos de vida saludables de universitarios peruanos. Revista Cubana de Enfermería [Internet]. 2019 [citado 6 Feb 2023]; 35 (4) Disponible en: <https://revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/2859>

103. Palacios N. Estilos de vida y factores Biosocioculturales de los adultos del distrito de llama- Piscobamba, 2018. Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería. Universidad Católica los Ángeles Chimbote. [Internet] 2018[citado el 3 de junio del 2021] Disponible en Url: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/3345>



ANEXO 01
CUESTIONARIO



DETERMINANTES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS
MADUROS DEL SECTOR 8 DE DICIEMBRE – HUARAZ, 2020

DETERMINANTES SOCIALES

1. Sexo

- Femenino
- Masculino

2. Grado de instrucción

- Sin nivel de instrucción ()
- Primaria completa / Incompleta ()
- Secundaria Completa/ Incompleta ()
- Superior universitaria / no universitario ()

2. Ingreso económico en nuevos soles

- Menor de 500 soles ()
- De 500 a 800 soles ()
- De 800 a 1000 soles ()
- De 1001 soles a más ()

3. Ocupación

- Trabajador estable ()
- Eventual ()
- Sin ocupación ()
- Jubilado ()

VALIDEZ Y CONFIABILIDAD DEL CUESTIONARIO

EVALUACIÓN CUALITATIVA:

La evaluación cualitativa estuvo concretada a través de la consulta a los expertos del área de salud que actuaron como jueces; este trabajo se realizó en reuniones de trabajo, con el objetivo de evaluar la propuesta del cuestionario sobre determinantes sociales y estilos de vida de los adultos maduros del sector de 8 de diciembre- Huaraz, 2020.

Durante las reuniones se brindó a los participantes como jueces información respecto a la matriz de operacionalización de la variable y la propuesta del cuestionario, para su análisis y socialización de las opiniones, luego cada participante emitió las observaciones realizadas al cuestionario propuesto, las cuales permitieron realizar los ajustes necesarios a los enunciados y categorías de respuestas de las preguntas relacionadas a los determinantes de la salud en el adulto maduros.

EVALUACIÓN CUANTITATIVA

Validez de contenido: Se exploró mediante la calificación por medio de criterio de expertos, diez en total, acerca de la pertinencia de los reactivos en relación al constructo evaluado por dimensiones. Para efectos de este análisis, se utilizó para la evaluación de la validez de contenido la fórmula de V de Aiken (Penfield y Giacobbi, 2004).

Dónde:

$$\frac{X-1}{k}$$

X: Es la media de las calificaciones de los jueces en la muestra.

l: Es la calificación más baja posible.

k: Es el rango de los valores posibles.

El coeficiente V de Aiken total es 0,997, este valor indica que el instrumento es válido para recabar información respecto a los determinantes de la salud en los adultos maduros de 25 a 60 en edad en el Perú.

CONFIABILIDAD

Confiabilidad Inter evaluador: se evaluó aplicando el cuestionario a la misma persona por dos entrevistados diferentes en un mismo día, garantizando que el fenómeno no ha cambiado. Se realiza a un mínimo de 15 personas. A través del Coeficiente de Kappa se estudia el porcentaje de concordancia entre los entrevistadores, un valor a partir de 0,8 se considera muy bueno para evaluar la confiabilidad Inter evaluador.

V de Aiken de los ítems del Cuestionario sobre determinantes de la mujer adulta del Asentamiento Humano Villa del Salvador Nuevo Chimbote, 2021”

Nº	V de Aiken	Nº	V de Aiken
1	1,000	18	1,000
2	1,000	19	1,000
3	1,000	20	0,950
4	1,000	21	0,950
5	1,000	22	1,000
6.1	1,000	23	1,000
6.2	1,000	24	1,000
6.3	1,000	25	1,000
6.4	1,000	26	1,000
6.5	1,000	27	1,000
6.6	1,000	28	1,000
7	1,000	29	1,000
8	1,000	30	1,000
9	1,000	31	1,000

10	1,000	32	1,000
11	1,000	33	1,000
12	1,000	34	1,000
13	1,000	35	1,000
14	1,000	36	1,000
15	1,000	37	1,000
16	1,000	38	1,000
17	1,000		
Coefficiente V de Aiken total			0,998

El coeficiente V de Aiken total es 0,998, este valor indica que el instrumento es válido para recabar información respecto a los Determinantes sociales y estilo de vida de los adultos maduros del sector 8 de diciembre, Huaraz – 2020



ANEXO 02



UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

AUTOR: Walker, Sechrste, Pender Modificado por: Diaz E; Reyna E; Delgado, R

Nº	ITEMS	CRITERIOS			
ALIMENTACIÓN					
1	Come Ud. Tres veces al día: desayuno, almuerzo y comida.	N	V	F	S
2	Todos los días, Ud. consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos.	N	V	F	S
3	Consumes de 4 a 8 vasos de agua al día.	N	V	F	S
4	Incluye entre comidas el consumo de frutas.	N	V	F	S
5	Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales o químicos para conservar la comida.	N	V	F	S
6	Lee Ud. Las etiquetas de las comidas empaquetadas, enlatadas o conservas para identificar los ingredientes.	N	V	F	S
ACTIVIDAD Y EJERCICIO					
7	Hace Ud., ejercicio por 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana.	N	V	F	S
8	Diariamente Ud. Realiza actividades que incluyan el movimiento de todo su cuerpo.	N	V	F	S
MANEJO DEL ESTRÉS					
9	Usted identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida.	N	V	F	S
10	Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación.	N	V	F	S
11	Ud. Plantea alternativas de solución frente a la tensión o preocupación.	N	V	F	S
12	Realiza alguna de las siguientes actividades de relajación tales como: tomar siestas, pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de respiración.	N	V	F	S
APOYO INTERPERSONAL					

13	Se relaciona con los demás.	N	V	F	S
14	Mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás.	N	V	F	S
15	Comenta sus deseos e inquietudes con las demás personas.	N	V	F	S
16	Cuando enfrenta situaciones difíciles recibe apoyo de los demás.	N	V	F	S
AUTORREALIZACIÓN					
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 actitudes que fomenten su desarrollo personal	N	V	F	S
RESPONSABILIDAD EN SALUD					
20	Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica.	N	V	F	S
21	Cuando presenta una molestia acude al establecimiento de salud.	N	V	F	S
22	Toma medicamentos solo prescritos por el 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	Consume sustancias nocivas, cigarro alcohol y/o drogas.	N	V	F	S

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:

NUNCA N= 1

A VECES=2

FRECUENTEMENTE F=3

SIEMPRE=4

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

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

PUNTAJE MAXIMO: 100 Puntos

75 a 100 puntos saludables

25 a 74 puntos o saludables

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:

$$I = \frac{N \sum Xy - \sum X \sum y}{\sqrt{[N \sum x^2 - (\sum x)^2] [N \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

$$\sqrt{[N \sum x^2 - (\sum x)^2] [N \sum y^2 - (\sum y)^2]}$$

	R- Pearson	
Ítems	10.35	
Ítems	20.41	
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

CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

Resumen del procesamiento de los casos

	N°	%
Casos validos	27	93.1
Excluido (a)	2	6.9
Total	29	100

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

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de cronbach	N° de elementos
0.794	25



ANEXO N ° 3

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA
FACULTA CIENCIAS DE LA SALUD

Huaraz, 17 de Marzo, 2021

OFICIO N.º 219-2020-EPE-ULADECH CATÓLICA

Sr(a).

Luciano Siberiano Aguilar Huamán
Presidente del Sector 8 de Diciembre.
Presente. -

De mi consideración:

Es un placer dirigirme a usted para expresar nuestro cordial saludo en nombre de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. El motivo de la presente tiene por finalidad presentar al estudiante **Jaramillo Vega Nemias**, con código de matrícula **N° 1212172003**, de la Carrera Profesional de Enfermería, quién ejecutará de manera remota o virtual, el proyecto de investigación titulado “Determinantes Sociales y Estilo de Vida de los adultos maduros del sector 8 de Diciembre – Huaraz, 2020” durante los meses de Abril y Mayo del presente año.

Por este motivo, agradeceré brindar las facilidades a la estudiante en mención a fin de culminar satisfactoriamente su investigación el mismo que redundará en beneficio de los pobladores.

En espera de su amable atención, quedo de usted.

Atentamente,

Nemias Jaramillo Vega
DNI:72085475



ANEXO N° 4



OFICIO DE ACEPTACION DEL PRESIDENTE DE 8 DE DICIEMBRE PARA LA EFECUCION DEL PROYECTO

"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia"

Huaraz, 17 de Marzo, 2021

Joven,

Nemias Jaramillo Vega

Estudiante de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote – ULADECH

Por medio de la presente reciba usted mi cordial saludo.

Así misma en atención a lo solicitado por medio del presente documento brindo información Al Joven. Nemias Jaramillo Vega identificado con DNI N° 72085475, para ejecutar de manera remota o virtual su proyecto de investigación, cabe mencionar que el sector 8 de diciembre tiene 116 personas adultas maduros.

Esperando que la información brindada sea la que usted requiere para los fines pertinentes, y de esa manera pueda usted ejecutar satisfactoriamente su investigación, me despido de usted.




Luciano Severiano Aguilar Huamán
DNI: 31674060

ATENTAMENTE



ANEXO 05



PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ENCUESTAS (CIENCIAS MÉDICAS Y DE LA SALUD)

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

La presente investigación en Salud se titula: Determinantes Sociales y Estilo de Vida de los Adultos Maduros del Sector 8 de Diciembre - Huaraz, 2020 y es dirigido por Nemias Jaramillo Vega, investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es: Obtener información relevante y de acuerdo a los resultados comunicar a las autoridades, personal de salud y adultos mayores para que actúen de manera precisa en el bienestar de la salud de los pobladores. Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 20 minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través de un documento que le hare llegar al presidente. Si desea, también podrá escribir al correo nemias_1301@hotmail.com para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

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

Nombre:

Fecha:

Correo electrónico:

Firma del participante:

Firma del investigador (o encargado de recoger información):



ANEXO N ° 6



PROTOCOLO DE ASENTIMIENTO INFORMADO PARA ENCUESTAS (Ciencias Médicas y de la Salud)

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

La presente investigación en Salud se titula: Determinantes Sociales y Estilo de Vida de los Adultos Maduros del Sector 8 de Diciembre - Huaraz, 2020 y es dirigido por Nemias Jaramillo Vega investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es: Obtener información relevante y de acuerdo a los resultados comunicar a las autoridades, personal de salud y adultos mayores para que actúen de manera precisa en el bienestar de la salud de los pobladores. Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 20 minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través de un documento que le hare llegar al presidente. Si desea, también podrá escribir al correo nemias_1301@hotmail.com para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

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

Nombre:

Fecha:

Correo electrónico:

Firma del participante:

Firma del investigador (o encargado de recoger información):



ANEXO N° 7
UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS
ÁNGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA
PROFESIONAL DE ENFERMERIA

DECLARACION DE COMPROMISO ETICO Y NO PLAGIO

Mediante el presente documento denominado declaración de compromiso ético y no plagio el autor (a) del presente trabajo de investigación titulado: DETERMINANTES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS MADUROS DEL SECTOR 8 DE DICIEMBRE – HUARAZ, 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 del registro nacional de trabajos de investigación para optar grados académicos y títulos su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en todos los casos se ha incorporado la cita y referencias respectivas conforme orientan las normas Vancouver, previsto en la universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento profesionales - RENATI, que exigen veracidad y originalidad de todo trabajo de investigación respeto a los derechos del autor y la propiedad intelectual. Así mismo, cumplo con precisar que este trabajo forma parte de una línea de investigación denominado “determinantes de la salud de las personas” dentro del cual se tiene como objeto de estudio desarrollar investigaciones orientadas al cuidado de la salud de las personas por grupo etario, a partir de los determinantes de la salud de la persona, se aplicó un diseño metodológico común, por lo tanto, es posible que tenga similitud en ese sentido y se explica, porque forma parte de dicha línea. También se declara que al recolectar los datos se tuvo acceso a nombres, apellidos, a cada uno se les asigno un código para preservar su identidad y proteger los derechos constitucionales, siendo el único aspecto inserto en los instrumentos. Finalmente se declara que: el presente trabajo es auténtico, siendo el resultado el producto de un trabajo personal acorde con la línea de investigación del cual se deriva, trabajado bajo los principios de la buena fe y respeto de los derechos de autor y propiedad intelectual, de modo que al utilizar las fuentes para su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. tomadas de cualquier fuente 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 con tenido y como su legítimo autor se forma el presente documento.

APELLIDOS Y NOMBRES