



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE**

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

**FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS Y ACCIONES DE
PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL
COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILO DE
VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO.
HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1º DE
AGOSTO_NUEVO CHIMBOTE, 2019**

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

AUTORA:

**ENRIQUEZ MONCADA MILUSKA SABRINA
ORCID: 0000-0002-5998-2577**

ASESORA:

**VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA
ORCID: 0000-0001-5412-2968**

CHIMBOTE-PERU

2022

EQUIPO DE TRABAJO

AUTOR

Enriquez Moncada, Miluska Sabrina

ORCID: 0000-0002-5998-2577

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de
Enfermería, Chimbote, Perú

ASESOR

Vílchez Reyes, María Adriana

ORCID: 0000-0001-5412-2968

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias De
La Salud, Escuela Profesional De Enfermería, Chimbote, Perú

JURADO

Cotos Alva Ruth Marisol

ORCID: 0000-0001-5975-7006

Romero Acevedo Juan Hugo

ORCID: 0000-0003-1940-0365

Cerdán Vargas Ana

ORCID: 0000-0001-8811-7382

HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR

DRA. COTOS ALVA, RUTH MARISOL
PRESIDENTE

DR. ROMERO ACEVEDO, JUAN HUGO
MIEMBRO

MG. Cerdán Vargan, Ana
MIEMBRO

DRA. VILCHEZ REYES, MARIA ADRIANA
ASESORA

AGRADECIMIENTO

Dedico este trabajo primordialmente a Dios, por haberme dado la vida y permitido llegar hasta este momento tan importante de mi formación profesional.

A mis queridos padres Magaly y Ruben, quienes me dieron la fortaleza para continuar a través de sus oraciones y por el apoyo espiritual y moral.

A mi querida hermana por su amor incondicional, porque están siempre a mi lado apoyándome dándome ánimo en todo.

Y por último agradezco a una persona muy especial que me apoya en las buenas y en las malas, y que me dio la fuerza y motivos para ser la mujer y madre que soy.

DEDICATORIA

A Dios:

Porque con su ayuda
celestial y
misericordia estoy
logrando poco a poco
mis metas y sueños
planteados para ser
una profesional que
agrade a nuestro señor
todo poderoso.

A mis Padres:

Por darme su amor, su
comprensión y
confianza, por estar
siempre a mí lado y
apoyarme

RESUMEN

La promoción de la salud es lo primordial por el cual busca promover un estado de bienestar físico, social y mental tanto en la familia y comunidad. Se determinó los factores sociodemográfico y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto. Habilidad urbana progresiva 1° de Agosto-Nuevo Chimbote, 2019. Tuvo como objetivo general: Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto. Habilidad Urbana Progresiva 1° de Agosto asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social, fue de tipo cuantitativo, de nivel correlacional, de corte transversal, el universo muestral estuvo constituido por 120 adultos, se utilizó la técnica de la entrevista y la observación. Los resultados evidenciaron que en los factores sociodemográficos de los adultos en la Habilidad Urbana primero de agosto Nuevo Chimbote 2019 casi la totalidad son adultos de sexo femenino, de 36 a 59 años con secundaria casi la totalidad es de religión católica la mitad son casadas casi la totalidad es ama de casa casi la totalidad tiene un ingreso mensual de 850 a 100 nuevos soles, casi la totalidad tiene sistema de salud SIS. La prevención y la promoción de la salud, en su totalidad sus acciones son adecuadas. En el estilo de vida la totalidad de adultos no tienen estilo de vida saludable. En el apoyo social, más de la mitad de adultos no tienen. La relación entre factores demográficos, el estilo de vida se encontró que estadísticamente si existe relación significativa con la variable edad y con el apoyo no existe relación.

Palabra clave: Adulto, prevención, promoción, salud.

ABSTRACT

Health promotion is paramount by which it seeks to promote a state of physical, social and mental well-being in both the family and the community. Sociodemographic factors and prevention and promotion actions associated with health behavior were determined: lifestyle and social support of the adult. Progressive urban rehabilitation 1° de Agosto-Nuevo Chimbote, 2019. Its general objective was: To determine the sociodemographic factors and the actions of prevention and promotion of adult health. 1° de Agosto Progressive Urban Habilitation associated with health behavior: lifestyles and social support, it was quantitative, correlational, cross-sectional, the sample universe consisted of 120 adults, the interview technique was used and the observation. The results showed that in the sociodemographic factors of the adults in the urban housing first of August Nuevo Chimbote 2019, almost all are female adults, from 36 to 59 years old with secondary school, almost all are of the Catholic religion, half are married almost half. All of them are housewives, almost all of them have a monthly income of 850 to 100 nuevos soles, almost all of them have a SIS health system. The prevention and promotion of health, in its totality, its actions are adequate. In lifestyle, all adults do not have a healthy lifestyle. In social support, more than half of adults do not have. The relationship between demographic factors, lifestyle was found to be statistically significant if there is a significant relationship with the age variable and with support there is no relationship.

Keyword: Adult, factors, prevention, promotion, health.

CONTENIDO

	Pág.
1. TÍTULO.....	i
2. HOJA DE EQUIPO DE TRABAJO.....	ii
3. HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR.....	iii
4. HOJA DE AGRADECIMIENTO Y DEDICATORIA.....	iv
5. RESUMEN Y ABSTRACT.....	vi
6. CONTENIDO.....	vii
7. ÍNDICE DE GRÁFICOS, TABLAS Y CUADROS.....	ix
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. REVISIÓN DE LITERATURA.....	10
III. HIPÓTESIS.....	23
IV. METODOLOGÍA.....	24
4.1 Diseño de la investigación.....	24
4.2 Población y muestra.....	24
4.3 Definición y operacionalización de las variables.....	25
4.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	28
4.5 Plan de análisis.....	34
4.6 Matriz de consistencia.....	36
4.7 Principios éticos.....	38
V. RESULTADOS.....	40
5.1 Resultados.....	40
5.2. Análisis de resultados.....	56
VI. CONCLUSIONES.....	89
ASPECTO COMPLEMENTARIOS.....	91
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	92
ANEXOS.....	109

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
TABLA 1: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO. HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1º DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE, 2019.....	40
TABLA 2: ACCIÓN DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DEL ADULTO. HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1º DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE, 2019.....	46
TABLA 3: ESTILO DE VIDA DEL ADULTO. HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1º DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE, 2019.....	48
TABLA 4: APOYO SOCIAL DEL ADULTO. HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1º DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE, 2019.....	50
TABLA 5: RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS Y ESTILO DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO. HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1º DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE, 2019.....	54
TABLA 6: RELACIÓN ENTRE ESTILO DE VIDA Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO. HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1º DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE, 2019.....	55
TABLA 7: RELACIÓN ENTRE APOYO SOCIAL Y PROMOCIÓN DE LA SALUD ASOCIADOS DEL ADULTO. HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1º DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE, 2019.....	55

ÍNDICE DE GRAFICO

	Pág.
GRÀFICOS DE LA TABLA 1: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO. HABILITACIÒN URBANA PROGRESIVA 1º DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE, 2019.....	41
GRÀFICOS DE LA TABLA 2: ACCIONES DE PREVENCIÒN Y PROMOCIÒN DE LA SALUD DEL ADULTO. HABILITACIÒN URBANA PROGRESIVA 1º DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE, 2019.....	.47
GRÀFICOS DE LA TABLA 3: ESTILO DE VIDA DEL ADULTO. HABILITACIÒN URBANA PROGRESIVA 1º DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE, 2019.....	49
GRÀFICOS DE LA TABLA 4: APOYO SOCIAL DEL ADULTO. HABILITACIÒN URBANA PROGRESIVA 1º DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE, 2019.....	51

I. INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud se refiere a la promoción como un proceso en el que la persona suele agregar el manejo completo de la salud propia, es aquella actividad en la cual los pobladores realizan prácticas en los indicadores que participan en el establecimiento de la salud, ciertas organizaciones definen que las condiciones y hábitos que se tengan van a ser y posicionar en adecuado o inadecuado tipo de vida, asimismo detalla que la calidad de vida deficiente solo perjudican al individuo sino también a la sociedad en conjunto, la OMS también establece que las conductas promueven la salud para prevenir enfermedades (1).

La prevención es un tema que la OMS, detalla que no solo es de un punto de vista sino que se da en diferentes poblaciones con eficiente conocimiento sobre enfermedades pero a su vez también los promotores de estilo de vida saludable, al plantear estas posiciones la Organización que se encarga de velar por la salud de toda la humanidad en el mundo, plantea su preocupación por enfermedades respiratorias, porque justamente ataca a las comunidades con menos acceso a una economía estable, es por eso que la misma población está en el proceso de generar estrategias para mejorar la economía (2).

A nivel mundial la Organización Panamericana de la Salud define a la promoción y prevención como finalidad realizar por parte del personal de salud, autoridades, población, comunidad, individuo y familia de realizar actividades estratégicas de promocionar la salud, impulsando el hecho de actividades y actitudes que son favorables para la salud, desde una correcta alimentación, horas de sueño, actividad física, estimulación de actividades recreativas, etc, con la finalidad de

mejorar el estado anímico y físico del individuo para así evitar contraer enfermedades degenerativas sean transmisibles o no, referencias utilizadas en Paraguay puesto que el sistema de salud impulsa mejoramiento de la salud de la población (3).

Al referirnos a América Latina, la promoción de la salud, es un indicador de toda la población política, social, económica y pública, que tiene la finalidad de establecer en correcto hábito de salud en el se detallan la equidad en la salud, es decir que la condición económica no tenga que ver con el acceso de servicios de la salud, que si una persona que no tiene dinero puede acceder así sea a una clínica particular en caso de emergencia sea atendido sin problemas de burocracia, es por decirlo a menos una manera de ejercer la reflexión sobre la promoción de la salud en el trabajo, ya que el adulto sea mujer o varón independientemente de su condición, trabaja para poder solventar su hogar(4).

A nivel de Latina, en Ecuador se enfatiza por completo lo que es la prevención sobretodo y específicamente en los sectores de comunidades más vulnerables puesto que son más latentes a padecer enfermedades, por la pobreza, no tienen correctos hábitos alimenticios, solo comen para lo que les alcanza, que ciertamente se basan en comidas rápidas que no alimentan pero si engordan, si aumentan glucosa en sangre, triglicéridos y colesterol, siendo casi nada el consumo de alimentos ricos en proteínas, por el precio alto de las carnes en ecuador, si bien es cierto se le facilita en cuestión de verduras y frutas pero las proteínas y fuentes de hierro son de precios muy altos en el País costeño (5).

El país vecino Brasil no es ajeno a esta problemática , pues en dicho Apis se promueve la correcta conducta frente a la salud, ahí actúan como método de

promoción a la consciencia, a la manera de ver la vida, donde el sistema de salud realiza campañas de promoción de la salud realizando estrategias tácticas como mostrándole al individuo y comunidad que al tener una mala actitud y acciones deficientes frente a la salud no tendrán años de vida prolongados, sino por lo contrario se acortara los años de vida, y en efecto antes de la defunción van a padecer de dolores por circunstancias que pueden evitar desde el momento actual, según estudios estadísticos la población brasileña tiene buenos hábitos alimenticios, pero mala conducta sexual y no previenen enfermedades de transmisión sexual , siendo en américa latina el país con más contagio de ETS y ITS (6).

Frente a los datos establecidos la Organización Panamericana de la salud en Colombia, ha optado por fortalecer estrategias preventivas trabajando de la mano con el poder político del país, son ellos quienes enfocan la priorización de la salud como un derecho innato de cada ciudadano Colombiano, así como se promulgan metas que alcanzar donde se permita la correcta disposición de dinero para promover la salud y para engrosar la vigilancia y medición epidemiológica del país, siendo bastantes elocuentes al informar a la comunidad de la realidad del país, cabe resaltar que este trabajo en conjunto fue tomado en principio por Ecuador, siendo participes a este proyecto Colombia también (7).

Desde mediados de la década de los setenta específicamente en el año 1978, la promoción de la salud ha sido un tema importante y relevante para el individuo, teniendo significado en el contenido cultural y social, donde se ve influenciado por los hábitos y conductas de la persona frente a la vida, desde cuantas horas duerme al día, hasta cuanto tiempo a la semana le dedica a realizar actividad física, en este contexto existen niveles de atención para un enfermo donde el profesional de salud,

específicamente en la enfermera, debe generar estrategias sanitarias para cambiarles la manera de ver las cosas y así se vea un cambio en el estilo de vida a través del empoderamiento de la persona , para el bien de su familia y de esta manera toda la comunidad se vea favorecida (8).

En nuestro país Perú, se enfoca atender a las personas que necesiten , es decir personas que ya tienen enfermedades, pero cabe señalar que al tiempo de hace 10 años las estrategias de enfermería están mejorando, buscando de casa en casa a las personas para educarles frente a algún tema que se desconozca, y es cierto que si están funcionando porque al realizar una comparación de los años 1970-1980 solo para hablar de planificación familiar , en la antigüedad era normal que una pareja contraiga entre 9 a 12 hijos, lo cual traían a sus descendientes a pasar necesidades económicas y alimenticias, porque en su mayoría eran personas que no podían solventar gastos para tantos individuos, generando pobreza y deficiente salud porque existe inequidad en el sistema sanitario (9).

En nuestro país, la promoción de salud también cabe señalar la planificación familiar y el número de hijos que se deberían tener en una pareja, no solo porque Perú es un país en proceso de crecimiento económico, es decir son pocas familias con comodidades como para mantener un numero alto de hijos, sino también que genera riesgo en la salud de la mujer, pues el útero si bien es cierto es un órgano que esta exclusivamente para generar y dar vida el hecho de traer un bebe al mundo significa que él va perdiendo su fortaleza de tejidos y con el tiempo es riesgoso altamente riesgoso que se tenga más de cinco partos en toda la vida, así como también actualmente la enfermería trabaja bastante en que las mujeres se protejan y cuiden de

contraer enfermedades de transmisión sexual y llenarse de muchos hijos que también limitara su crecimiento personal (9).

En la región de Ancash, los profesionales de la salud generan una preocupación frente al crecimiento de enfermedades, por lo cual en la región ancashina se realiza alto número porcentual de campañas de salud promocionando la salud para prevenir enfermedades, generando la responsabilidad sanitaria en los pobladores de la comunidad donde se realicen las campañas de salud, atención, actividades internas en la misma comunidad o asentamiento, para luego enfatizar con las autoridades de problemas encontrados (10).

En el distrito de Nuevo Chimbote existen menos cantidad de postas que ejecutan actividades preventivas, pero cabe señalar que son muy deficientes, pues actualmente el personal no se da abasto con tanta población, porque en Nuevo Chimbote a incrementado en un 40,3% la cantidad de invasiones en los alrededores del distrito, siendo una meta complicada para el personal de salud llegar a cada rincón de estos pequeños pueblos, sin embargo la Posta Yugoslavo, ha realizado desde hace 5 años aproximadamente un trabajo en conjunto con promotoras de la salud, son las mujeres que con mucha empatía hacia sus vecinos van de casa en casa para ver en qué situación se encuentran, quienes necesitan del apoyo del personal de salud para que estos acudan a su ayuda (10,11).

Específicamente a personas que acuden al puesto de salud pero que dejaron de acudir o tienen tratamiento pendiente no se les abandona, se les hace un seguimiento, así sirve como apoyo del individuo, apoyando a la familia y por ende a la comunidad frente a las estrategias que promueven la salud para prevenir

enfermedades, que si se pueden prevenir con alimentos, actividad física queda independientemente del ciudadano, la actitud de la saluden como se de cómo ve la vida como la quiera afrontar depende específicamente de la persona (12).

Frente a la mencionada situación real tampoco es indiferente al adulto del Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto, Nuevo Chimbote-2019. Inició sus vivencias en el año 1992 donde al pasar el tiempo llamaron al pueblo 1° de agosto. Donde actualmente ha ido en crecimiento ya que al crecer demográficamente con la ayuda del dirigente de la comunidad la señora Fiorela García Matos quien con el esfuerzo a dirigido y supervisado el Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto.

Así mismo en la Habilitación Urbana Progresiva de 1° de agosto consta con 2,000 ciudadanos que viven ahí, tienen un mini futbol, un colegio de Nivel Inicial, con un parque “EL PAQUE DE LA JUVENTUD”, así mismo también cuenta con un local comunal. Además, el Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto también cuenta con comercio como, tiendas de abarrotes y restaurantes de variedad de comida con los cual los beneficiados son los que habitan en esa comunidad, es por la alta cantidad de habitantes en la comunidad que se considera relevante la realización de la investigación (13).

Por lo antes mencionado consideramos adecuado la realización de la investigación planteado en siguiente problema:

¿Existe asociación entre los factores sociodemográfico y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en los adultos. Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto?

Para responder al problema tratado de la investigación se ha planteado el siguiente objetivo general.

- Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto en el Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social.

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

- Caracterizar los factores sociodemográficos del adulto en el Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto.
- Caracterizar las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto en el Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto.
- Caracterizar el comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social.
- Explicar la relación de los factores sociodemográfico asociado al comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto en el Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto.
- Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social de adultos en el Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto.

Finalmente, esta investigación se justifica en el terreno de la salud, abordó sobre los Factores sociodemográfico y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del Adulto, además es de mucha importancia para el personal de salud porque nuestra sociedad no es ajena a los problemas de salud que están prevaleciendo hoy en día en la salud del adulto. Por ello nos compete realizar actividades de promoción de la salud para lograr un impacto

positivo que generan en la calidad de vida de los individuos, y para disminuir la aparición de enfermedades y evitar muertes.

El estudio de investigación fue útil para los estudiantes futuros profesionales de salud, pues deben realizar más investigaciones acerca de la promoción y prevención de la salud en otras fases de la vida, ya que todas las etapas de la vida son importantes y seguir haciendo este tipo de investigación para proponer planeamientos estratégicos para fortalecer la forma de vida sana de los adultos así de esta forma podemos ver una perspectiva constructivo y preventiva disminuirán las enfermedades.

El trabajo de investigación también fue apropiado para que las autoridades y las organizaciones de salud identifiquen sus factores de riesgo y los originan a integrar cambios en sus comportamientos para promover la salud, es posible percibir los estilos de vida de los individuos, reducir el peligro de sufrir enfermedades como promover la salud para el beneficio de la comunidad para establecer una calidad de vida de los adultos.

El presente estudio científico tuvo la metodología que fue de tipo cuantitativo, de nivel correlacional, de corte transversal, el universo muestral estuvo constituido por 120 adultos, se utilizó la técnica de la entrevista y la observación. Al llegar a las conclusiones en los factores sociodemográficos de los adultos en la Habilitación Urbana Progresiva primero de agosto Nuevo Chimbote, casi la totalidad son adultos de sexo femenino, de 36 a 59 años con secundaria casi la totalidad es de religión católica la mitad son casadas casi la totalidad es ama de casa casi la totalidad tiene

un ingreso mensual de 850 a 100 nuevos soles, casi la totalidad tiene sistema de salud SIS y las acciones de prevención de la salud son adecuadas en su totalidad.

Además, la totalidad de adultos tiene acciones adecuadas de prevenir enfermedades y promocionando su salud. La totalidad de adultos tiene estilo de vida no saludable y el apoyo social más del cincuenta por ciento de los adultos no cuentan con alguien que les brinde aprecio, amor, ni tampoco realizan actividades recreativas. Al relacionar las variables sociodemográficas y hábito diario y apoyo social del adulto se encontró que si tiene relación el grado de instrucción la ocupación y el ingreso económico con el estilo de vida.

Cuando se relaciona las actividades preventivas con la promoción de la integridad de la salud y el conjunto de hábitos y conductas del adulto se encontró que el adulto tiene un estilo de vida no saludable y tiene adecuado prevención y promoción de la salud. Finalmente, según la relación entre acciones de prevención y promoción de la salud y apoyo social en el adulto si tiene apoyo social y tiene inadecuada prevención y promoción de la salud.

II. REVISIÓN DE LITERATURA:

2.1. Antecedentes de la investigación:

A Nivel Internacional:

Díaz S, Rodríguez L, Valencia A, (14). En su investigación Factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto de Cali Colombia, 2019, su objetivo fue determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto de Cali-Colombia, 2019. La metodología fue cuantitativo, descriptivo. Los resultados fueron que 56% son de sexo femenino, 65% adultos maduros, 43% tiene seguro integral, 45% grado de instrucción secundaria. 72% tiene estilos de vida saludable, 68% tienen apoyo social. Concluyendo que todas las intervenciones de acción al relacionar con el estilo de vida si tienen relación estadísticamente significativa.

Sosa D, García S, Oliva M (15) titulada Factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto Quito- Ecuador, 2019, su objetivo fue analizar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto de Quito-Ecuador, 2019. La metodología fue cuantitativo, descriptivo. Los resultados fueron que 62% son de sexo femenino, 60% adultos maduros, 49% tiene seguro integral, 46% grado de instrucción secundaria. 81% tiene estilos de vida saludable, 85% tienen apoyo social. Concluye que al relacionar las acciones preventivas y de promoción con el estilo de vida si se relacionan. .

Canguri P, (16) titulado Factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción, estilos de vida y apoyo social del adulto Ciudad de Córdoba-Argentina, 2020, su objetivo fue determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción estilos de vida y apoyo social del adulto de Ciudad de Córdoba-Argentina, 2020. La metodología fue cuantitativo, descriptivo. Los resultados fueron que 59% son de sexo femenino, 58% adultos maduros, 45% tiene seguro integral, 49% grado de instrucción secundaria. 81% tiene estilos de vida saludable, 72% tienen apoyo social. Concluye que al relacionar las acciones preventivas y de promoción con el estilo de vida no se relacionan. .

Armijo F, Flores J (17). En su investigación titulada Factores biológicos, social y culturales relacionados con el nivel de autocuidado para la prevención de diabetes mellitus tipo 2 en el adulto maduro en La Ciudad de Madrid, 2020. Su objetivo fue determinar los Factores biológicos, social y culturales relacionados con el nivel de autocuidado para la prevención de diabetes mellitus tipo 2 en el adulto maduro en La Ciudad de Madrid, 2020 La metodología fue cuantitativo, descriptivo. Los resultados fueron que 59% son de sexo femenino, 58% adultos maduros, 45% tiene seguro integral, 49% grado de instrucción secundaria. 81% tiene estilos de vida saludable, 72% tienen apoyo social. Concluye que al relacionar las acciones preventivas y de promoción con el estilo de vida no se relacionan. .

Lorenzo K, Beans E (18). En su investigación titulada Efectividad protegiendo mi salud física en el nivel de conocimiento sobre prevención de caídas en el adulto mayor, Cali-Colombia, 2020. Tuvo como objetivo general determinar titulada Efectividad protegiendo mi salud física en el nivel de conocimiento sobre

prevención de caídas en el adulto mayor, Cali-Colombia, 2020. .La metodología fue cuantitativo, descriptivo. Los resultados fueron que 60% son de sexo femenino, 65% adultos maduros, 40% tiene seguro integral, 45% grado de instrucción secundaria. 75% tiene estilos de vida saludable, 82% tienen apoyo social. Concluye que al relacionar las acciones preventivas y de promoción con el estilo de vida no se relacionan. .

A Nivel Nacional

Palomino A, Mendoza A (19), su título fue Factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción, estilos de vida y apoyo social del adulto de La Cruz-Tumbes, 2019, objetivo fue determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción estilos de vida y apoyo social del adulto de la Cruz-Tumbes, 2019. La metodología fue cuantitativo, descriptivo. Los resultados fueron que 65% son de sexo masculino, 50% adultos maduros, 80% tiene seguro integral, 90% grado de instrucción secundaria. 32% tiene estilos de vida saludable, 60% tienen apoyo social. Concluye que al relacionar las acciones preventivas y de promoción con el estilo de vida no se relacionan. .

Gomero R, Franjal J (20). Su título Factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción, estilos de vida y apoyo social del adulto de Puente Piedra_Sector 1 _Lima,2019, tuvo como objetivo determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción estilos de vida y apoyo social del adulto de Puente Piedra_Sector 1 _Lima, 2019. La metodología fue cuantitativo, descriptivo. Los resultados fueron que 62% son de sexo femenino, 90% adultos maduros, 59% tiene seguro integral, 90% grado de instrucción secundaria.

58% tiene estilos de vida saludable, 51% tienen apoyo social. Concluye que al relacionar las acciones preventivas y de promoción con el estilo de vida si se relacionan.

Rios M (21), su título fue Factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción, estilos de vida y apoyo social del adulto de Jesus de Nazareth_Trujillo,2019, tuvo como objetivo determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción estilos de vida y apoyo social del adulto de Jesús de Nazareth_Trujillo, 2019. La metodología usada fue cuantitativo, descriptivo. Los resultados evidencian que 56% eran varones, 69% entre edades de 25 a 45 años, 54% tiene SIS, la mayoría tiene grado de instrucción secundaria. Casi la totalidad tiene estilos de vida saludable, la mayoría tiene apoyo social. En conclusión, al relacionar las acciones preventivas y de promoción con el estilo de vida se determinó que si tienen relación.

A Nivel Local:

Vigo A (22). En su investigación Factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Los Geraneos-Nuevo Chimbote, 2020. Su objetivo determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Los Geraneos-Nuevo Chimbote, 2020. La metodología cuantitativa, descriptiva. Los resultados fueron, 75% de sexo femenino, 59% adultos maduros, 39% tienen SIS, 65% tiene grado de instrucción secundaria. 70% tiene estilos de vida no saludable, tienen apoyo social. Concluye que al relacionar las acciones y actividades de promoción con el estilo de vida no tienen relación.

Romero A (23). Su título fue Factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. La Caleta- Chimbote,2020. Tuvo como objetivo determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. La Caleta- Chimbote,2020. La metodología cuantitativa, descriptiva. Como resultados, 85% son de sexo femenino, 80% son adultos maduros, 60% tienen SIS, casi la totalidad tiene grado de instrucción secundaria. La mayoría tiene estilos de vida saludable, tienen apoyo social. Concluyendo que las acciones prevención y promoción con estilo de vida y con el apoyo social se encontró que, si existe relación estadísticamente significativa.

Sifuentes A, Argomedo D (24). Factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Las Brisas- Nuevo Chimbote, 2019. Tuvo como objetivo determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Las Brisas- Nuevo Chimbote, 2019. La metodología cuantitativa, descriptiva. Como resultados, 59% son de sexo femenino, 85% son adultos maduros, 100% tienen SIS, 65% tiene grado de instrucción secundaria. 85% estilos de vida no saludable, 80% tienen apoyo social. Concluye que, al relacionar las acciones preventivas y promoción de la salud con estilos de vida, si existe relación.

2.2. Bases teóricas de la investigación

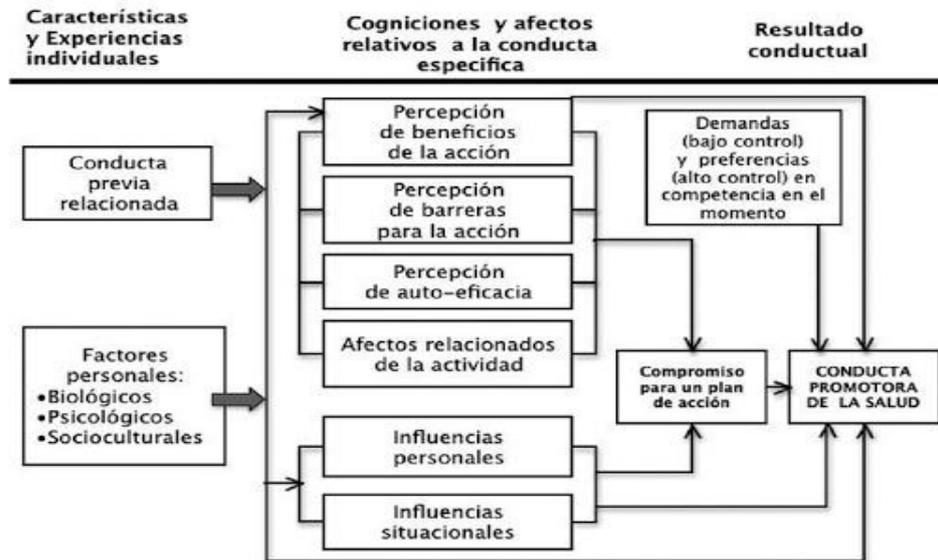
2.2.1 Bases teóricas

El actual estudio científico tiene como principal teorista a Nola Pender, quien narra que su teoría está relacionada con la observación y la inmediata identificación del conocimiento, la parte cognitiva del ser humano, para adoptar conductas que son favorables para su salud, es una teorista que determinadamente existe un malo o bueno comportamiento de sus hábitos alimenticios, de sus horas de sueño, de la actividad física, todo en conjunto , incluso como tomas la vida si te estresas por problemas ajenos, si todo lo que sucede te afecta directamente al estado anímico, va a posicionar en un estado crítico la salud, haciendo que se descuide, que se pierda el interés del cuidado de la salud propia y correr el riesgo de tener un estilo de vida no saludable (25).

Según Pender la promoción de salud y los determinantes de los estilos de vida se encuentran rígidos por las experiencias, conductas, conocimientos y características de cada persona. El modelo de la promoción de la salud es una herramienta que permite el desarrollo de programas, que permitirá beneficiar a grupos poblacionales que lideren procesos sociales importantes en comunidades y familiar. Mediante realizaciones de estrategias de promoción de salud permite modificar las conductas de riesgo en las personas y en los colectivos para la adopción de estilos de vida saludables (26).

En cuanto el contorno de promoción de salud, es fundamental la influencia acerca de los buenos hábitos de conductas de estilos de vida saludable, porque beneficia el bienestar de salud. Si bien es cierto, cada persona tiene diferentes

comportamientos y toman sus propias decisiones ya sea para el bien o mal de su propia salud. Es importante intervenir en los factores de riesgo que influyen en los estilos de vida para prevenir las enfermedades no transmisibles (26).



Fuente: Modelo de promoción de la Salud de Pender 1996. En: Cid PH, Merino JE, Stieповich JB²³

Según Pender, define que los estilos de vida son ciertos comportamientos, actitudes y conductas de cada persona. En cuanto a la promoción de la salud se evidencia que existe ineficaz, es por ello que se ve en incremento de enfermedades no transmisibles debido a las inadecuadas conductas de estilo de vida. El personal de enfermería debe de enfocarse a buscar nuevas estrategias para que pueda llegar a las personas y de ese modo pueda contribuir a que los individuos mejoren o corrijan las conductas de estilos de vida (26).

Nuestra Teorista presenta cuatro metaparadigmas:

Persona: buscan crear condiciones de vida mediante las cuales puedan expresar su propio potencial de la salud humana. Las personas valoran el crecimiento en las direcciones observadas como positivas y el intento de conseguir un equilibrio

personalmente aceptable entre el camino y la estabilidad. Los individuos buscan regular de forma activa su propia conducta (27).

Cuidado o enfermería: La enfermera tiene una responsabilidad en cuanto los cuidados sanitarios, porque es el principal base de cualquier plan de reforma de los ciudadanos. La enfermera es la principal línea, que se centra en la promoción de la salud, donde busca diferentes estrategias, para que llegue en cada individuo y de esa manera que ayuda en cuanto el bienestar de la salud de las personas (27).

Salud: Esta teoría continúa siendo perfeccionada y ampliada en cuanto su capacidad para explicar las relaciones entre los factores que se cree influye en las modificaciones de la conducta sanitaria. El modelo se basa en la educación de las personas sobre cómo cuidarse y llevar una vida saludable (27).

Entorno: Las personas interactúan con el entorno teniendo en cuenta toda su complejidad biopsicosocial, transformando progresivamente el entorno y siendo transformados a lo largo del tiempo. Los profesionales sanitarios forman parte del entorno interpersonal, que ejerce influencia en las personas a lo largo de la vida. La reconfiguración iniciada por uno mismo de las pautas interactivas de la persona entorno es esencial para el cambio de conducta (27).

Dimensiones dentro de los estilos de vida según Nola Pender:

Dimensión de actividad y ejercicio: La realización de practicar actividades físicas por lo menos 20 minutos por 3 días a la semana, va a disminuir la morbilidad y también la mortalidad a causa de enfermedades cardiovasculares, cardiocerebrales, que son provocadas a causa de la hipertensión arterial, y esto se puede prevenir con una correcta alimentación acompañada de una vida física activa (27).

Dimensión de alimentación saludable: Es el factor más indispensable para la posición de estado de salud, ya que, si el adulto está acostumbrado por inclinarse a comer, comidas de la calle, gaseosas, frituras, condimentos, comida chatarra, chocolates, golosinas, embutidos va a estar en alto riesgo de tener sobrepeso, obesidad, diabetes, hipertensión arterial, y con el tiempo complicaciones que son imposibles de sanar hasta que sean estas las causantes de la muerte (28).

Dimensión Manejo de estrés: Casi todos por no decir la totalidad de adultos sufrimos de situaciones estresantes en nuestra vida diaria, por responsabilidades que ya como adulto se adquieren, sin embargo, es fundamental conocer el nivel de estrés que se tiene en nuestras vidas, y el tratamiento que se debe tener frente a estas situaciones, para evitar que tomemos malas decisiones, el estar estresado continuamente y no realizar ninguna actividad de relajación o distracción también puede provocar enfermedades tales como derrames faciales, o ACV (28).

Dimensión de responsabilidad en salud: En esta dimensión cabe resaltar el tipo de vida que uno tiene como adulto, quizá por conductas de los padres u abuelos que fueron inadecuadas y se encuentran resentidos con la vida, el adulto repite las situaciones malas que el adulto le ha dado en el transcurso de su vida, si el adulto tiende a ser despreocupado con su salud ,como no tener empleo estable, ni un ingreso al mes bueno o al menos que sea suficiente, y se une con una persona igual, tienen hijos sin medir las consecuencia y carencias que viene a pasar el nuevo miembro, este adulto se va a despreocupar por su salud, la de su familia y demás (28).

Dimensión de apoyo interpersonal: Aquí más que todo es para saber sobrellevar relaciones con nuestro entorno, sea familiar o vecinal, porque queriendo

o no van a ser el círculo más cercano, si uno como adulto es empático es posiblemente seguro que también lo sean con ellos, cuando se enfrente a alguna adversidad pueda contar con estas personas para poder mejorar su situación no solo económica, sino también anímica (28).

Dimensión de autorrealización: Es aquí donde se establecen los beneficios propios como persona, cuanto haz podido realizar en tu vida, con el transcurrir de los años, va disminuyendo las ilusiones, pero aumentando el realismo de las cosas, está en cada uno si se tiene el optimismo que pese a las adversidades que se presente uno mejore su condición logrando alcanzar sus metas y objetivos propios (28).

La salud pública tiene como objetivo principal combatir la obesidad, por ello para la Organización Mundial es una gran satisfacción presentar estrategias de promoción de la salud que nace con el objetivo de sensibilizar a la población acerca del problema que la obesidad representa para la salud, y la necesidad de impulsar, reunir, planificar y proyectar todas aquellas iniciativas que contribuyan a lograr que los ciudadanos adopten hábitos de vida saludable (29).

2.2.2 Bases Conceptuales

Adulto: entre las edades de 18 a 65 años de edad, en esta etapa su carácter y su personalidad se presentan firmes y seguros, es distinguido por el control que logra de su vida emocional y de sus sentimientos. Todo ello es favorable porque de esa manera ayuda afrontar la vida con mayor seguridad y serenidad que en las etapas anteriores (30).

Salud: es el estado de bienestar espiritual, físico, intelectual, mental. La salud se entiende como la ausencia de distintas enfermedades y no solo eso también es el

estado del bienestar. Se puede decir que los seres humanos desean siempre encontrarse bien de salud, eso constituye que los personales de salud tienen que buscar diferentes maneras de estrategias para lograr prevenir enfermedades y dando una calidad de atención para que de eso modo puedan satisfacer cualquier necesidad donde las personas se sientan felices (31).

Estilo de vida: son hábitos de vida o forma de vida, que hace referencia a un conjunto de actuaciones cotidianas realizadas por las personas, algunas no saludables. Se concibe como la unidad de lo social y lo individual, es la realización de la personalidad en la práctica social diaria, en la solución de sus necesidades. Este se determina por procesos sociales, tradiciones, hábitos, conductas y comportamientos de los de los individuos y grupos de población que conllevan a la satisfacción de las necesidades humanas para alcanzar la calidad de vida (32).

Cuidado: Me ayuda a aumentar mi felicidad y evitar daño, en el cuidado del paciente relacionado con el control para estar atentos (33).

Proyección de la sociedad: todas las necesidades y deseos, la sociedad debe tener un estilo organizado con un uso adecuado de los recursos. Necesario puede reflejarse a través de las proyecciones sociales para que puedan lograr el momento y el lugar correctos porque es tan una organización con trabajo, uso de recursos y esfuerzos. (34).

Educación en la salud: Es la participación activa de propios para que tengan buena información sobre los objetivos quieren lograr promover la salud (35).

Higiene y cuidado personal: según la definición de la Organización de los Países Americanos Salud (OPS), y como estrategia continua y de largo plazo todo lo

que, de hecho, las personas pueden manejar la situación de salud, él es la base de la atención primaria y no solo de la salud física, así como la autoestima, social y mental (36).

La salud sexual y reproductiva: es una de las estrategias de salud que ayudan ocupa un papel importante en la vida de cada individuo, en cuanto a su impacto salud física, psicológica y social (37).

Hoy se considera el derecho de las personas como debería dejar que los hombres y las mujeres decidan si tener hijos o no, sí embarazo y parto saludables, ya que el sexo se valora como parte del hombre se determinará a sí mismo a lo largo de su existencia y se desarrolla a partir de conocimientos, ideología, cultura, valores y teorías sobre su entorno social (38).

La estrategia de salud oral es una disciplina y/o comportamiento que las personas individuales en diferentes etapas de la vida para la prevención. Las enfermedades infecciosas se propagan en la cavidad oral y su restauración, anomalías dentales (39).

Ministerio de Salud, a través de la ESNSM-CP (Estrategia de Salud), el Instituto Nacional de Salud Mental y Cultura de Paz) realiza actividades preventivas y fortalecer la protección, restaurar y restaurar la capacidad, las personas actúan con calidad y equidad, beneficiándose de un entorno adecuado (40).

La salud mental es un estado de armonía o equilibrio emocional, las personas se enfrentan a la sociedad sin problemas, mejoran su potencial y su calidad de vida. Mientras tanto, su ausencia le imposibilitaría, actuar con responsabilidad y evitar que logren sus objetivos (40).

Por otro lado, la ESNAT (Estrategia Nacional de Salud en Accidentes de Tránsito) se estableció tratando los accidentes de tránsito como un problema de salud pública con fuertes impactos sociales y económicos, con el fin de contrarrestarlo. Aumentar los indicadores de salud relacionados con el número de infecciones, muerte e invalidez por colisión con vehículos. También fortalece una serie de medidas preventivas y de fomento para fortalecer y promover comportamientos saludables que se centren en minimizar los factores, resistir daños y aumentar el cumplimiento de las normas de tráfico entre conductores, peatones y vehículos en un determinado grupo de población (41).

III. HIPÒTESIS DE LA INVESTIGACIÓN:

H1: Existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográfico y las acciones de prevención y promoción de la salud y los comportamientos de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del Habilitación Urbana Progresiva 1º Primero de Agosto.

H0: No existe relación estadísticamente significativa entre las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto del Habilitación Urbana Progresiva 1º Primero de Agosto.

IV. METODOLOGÍA

4.1 Diseño de la investigación:

La presente investigación fue cuantitativa, con el objetivo de evaluar los datos numéricamente medibles (42).

El nivel de investigación fue correlacional – transversal, dado que se busca determinar la relación entre dos o más variables y la recolección de la información será tomada en un solo periodo de tiempo (42).

El diseño de la investigación fue no experimental, debido a que el investigador no manipula o influye en las variables de estudio, reportándolas en su contexto natural tal y como son (43).

4.2. Población y muestra

Muestra: La muestra estuvo constituida por 120 Adultos de la Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto _Nuevo Chimbote, 2019, habiéndose tomado esta totalidad de adultos como universo muestral.

Unidad de análisis: Cada adulto del Habilitación Urbana Progresiva 1° de agosto_ Nuevo Chimbote,2019.

Criterios de Inclusión:

- Adultos que vivieron más de 3 años en Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto.
- Adultos del Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto. Que aceptaron participar en el estudio.

- Adultos del Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto que estuvieron aptos para participar en los cuestionarios como informantes sin importar nivel de escolarización, sexo y condición socioeconómica.

Criterios de Exclusión:

- Adultos del Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto que presentaron algún trastorno mental.
- Adultos que presentaron problemas de comunicación.
- Adultos del Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto que presentaron problemas psicológicos.

4.3. Definición y operacionalización de variables

I. FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS:

Sexo

Definición Conceptual.

Conjunto de características ya sean biológicas fisiológicas o anatómicas que definen a la persona ya sea masculino o femenino (44).

Definición Operacional

Escala nominal

- Masculino
- Femenino

Grado de Instrucción

Definición Conceptual

Es el nivel educativo, que es los años de estudios aprobados sin tener en cuenta si se han terminado o están provisional o definitivamente incompletos (45).

Definición Operacional

Escala Ordinal

- Sin nivel instrucción
- Inicial/Primaria
- Secundaria Completa / Secundaria Incompleta
- Superior Universitaria
- Superior no universitaria

Ingreso Económico

Definición Conceptual

El ingreso económico son entradas que presenta la persona encargada o familia para solventarse económicamente, el ingreso se puede obtener por medio del trabajo estables o eventual de una persona ya sea por parte de una empresa como de un negocio propio (46).

Definición Operacional

Escala de razón

- Menor de 750
- De 751 a 1000
- De 1001 a 1400
- De 1401 a 1800

- De 1801 a más

Ocupación

Definición Conceptual

Es la persona que refiere de que se dedica a una profesión, trabajo, actividad, empleo o si es temporal o continuo (47).

Definición Operacional

Escala Nominal

- Trabajador estable
- Eventual
- Sin ocupación
- Jubilado
- Estudiante

PROMOCION Y PREVENCION DE LA SALUD

Definición conceptual:

Proceso cuyo objeto consiste en fortalecer las habilidades y capacidades de las personas para emprender una acción, y la capacidad de los grupos o las comunidades para actuar colectivamente con el fin de ejercer control sobre los determinantes de la salud (48).

Definición operacional:

- Acciones adecuadas
- Acciones no adecuadas

APOYO SOCIAL

Definición conceptual:

El apoyo social es el conjunto de recursos humanos y materiales con que cuenta un individuo o familia para superar una determinada crisis (enfermedad, malas condiciones económicas, rupturas familiares, etc.) (49).

Definición operacional:

- Existe apoyo social
- No existe apoyo social

ESTILOS DE VIDA

Definición conceptual:

Conjunto de patrones conductuales de un individuo que pone en práctica de manera consistente y contenida en su vida cotidiana, por el cual puede ser oportuna para el mantenimiento de su salud o en caso contrario que lo coloca en situación de riesgo para la enfermedad (50).

Definición operacional:

- Estilo de vida saludable
- Estilo de vida no saludable

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas

En la presente investigación se utilizó la entrevista y la observación para la aplicación del instrumento.

Instrumento

En la presente investigación se utilizó 4 instrumentos para la recolección de la información que se detallan a continuación:

Instrumento N°01

FACTORES SOCIODEMOGRAFICO

Elaborado por Delgado R, Díaz R, Reyna E, Modificado por; Reyna E, en Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación (Anexo N° 01).

Estuvo constituido por 8 ítems distribuidos en 4 partes:

- Datos de Identificación, donde se obtiene las iniciales o seudónimo de del adulto. (1 ítems).
- Factores sociodemográficos el sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación, ingreso económico y si cuenta con Seguro. (8 ítems).

Instrumento N°02

ACCIONES PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD

Está constituido por 55 ítems distribuidos en 8 ejes temáticos:

- Datos de Identificación, donde se obtiene las iniciales o seudónimo del adulto (2 ítems).
- Ejes temáticos: Alimentación nutrición (8 ítems).
- Ejes temáticos: Higiene (7 ítems).
- Ejes temáticos: habilidades para la vida (12 ítems).
- Ejes temáticos: Actividad física (4 ítems).

- Ejes temáticos: Salud sexual y reproductiva (3 ítems).
- Ejes temáticos: Salud bucal (4 ítems).
- Ejes temáticos: Salud mental y cultura de paz (7 ítems).
- Ejes temáticos: Seguridad vial y cultura de tránsito (8 ítems).

Para la confiabilidad del instrumento de **Acciones de Promoción Y Prevención de la Salud** en nuestra localidad se obtendrá el coeficiente estadístico de Alfa de Cronbach con una muestra piloto del 10% del total de la muestra del estudio.

Asimismo, se realizará validez de contenido mediante la evaluación por juicios de expertos. (Anexo N° 02).

La autora del presente instrumento es elaborada por la Dra. Vílchez

Reyes Adriana. Asimismo, se realizó la validez de contenido mediante la evaluación por juicios de expertos. (Anexo N° 02).

Control de calidad de los datos:

EVALUACIÓN CUANTITATIVA:

Fue concluida a través de la entrevista a personas del área de Salud que actuaron como jueces; Se realizó en reuniones, con el objetivo de evaluar la propuesta del Cuestionario sobre Acciones de Promoción y Prevención de la salud. Desarrollado por Dra. Vílchez Reyes Adriana, Directora de la presente línea de Investigación y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaque.

Durante las reuniones se brindó a los jueces información respecto a la matriz de operacionalización de la variable y la propuesta del cuestionario,

para su análisis y socialización, luego cada participante emitió observaciones al cuestionario propuesto, los cuales permitieron realizar ajustes necesarios a los enunciados y categorías de respuestas de las preguntas relacionadas a la promoción y prevención de la salud en los adultos

EVALUACION CUANTITATIVA:

Validez de contenido: Se realizó mediante la calificación de criterio de expertos, de los cuales fueron diez, 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).

$$\text{Dónde: } V = \frac{\bar{x}-l}{k}$$

\bar{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 0,998, Indica que el instrumento es válido para recabar información sobre la promoción y prevención de la salud.

Confiabilidad

Confiabilidad interevaluador

Se evaluó aplicando el cuestionario a la misma persona por dos entrevistadores diferentes en un mismo día, 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.

Instrumento N°03

DE APOYO SOCIAL

El instrumento tiene 4 dimensiones distribuidas en los siguientes:

En la dimensión apoyo emocional: 8 ítems

En la dimensión ayuda material: 4 ítems

En la dimensión relaciones de ocio y distracción: 4 ítems

En la dimensión apoyo afectivo: 3 ítems

Apoyo social: Se utilizó el cuestionario autoadministrado del Estudio de desenlace de estudios médicos de apoyo social (MOS), donde el instrumento original consta de 20 ítems, conformado en 4 dimensiones (Red de apoyo social, Apoyo social, Apoyo instrumental, Interacción social positiva y Apoyo afectivo) con una escala de Likert de 5 categorías.

Nuestro estudio utilizó la versión validada en español Londoño, N. et al (2012).

Realizado en Colombia, el cual está comprendido por 20 ítems, pero distribuido en 4 dimensiones (Apoyo emocional informativo, Apoyo instrumental, Interacción social positiva y Apoyo afectivo).

La confiabilidad del instrumento fue reportada por el coeficiente de Alfa de Cronbach para las cuatro dimensiones y escala total. Presentó una alta confiabilidad para la escala total con 0.94 y por dimensiones: Apoyo emocional/informativo ($\alpha=0.92$), Apoyo instrumental ($\alpha=0.79$), Interacción social positiva ($\alpha=0.83$) y Apoyo afectivo ($\alpha=0.74$).

Finalmente, la validez de este instrumento se reportó a través de validez de constructo mediante un Análisis Factorial Confirmatorio reportando aceptables índices de bondad de ajuste (GFI= 0.780, AGFI= 0.713, RMSEA=0.113, AIC=566.98 Y BIC= 707.22).

Instrumento N°04

ESTILOS DE VIDA

El instrumento tiene 6 subescalas, y cuenta con 52 ítems, distribuidos en los siguientes:

En la subescala Responsabilidad hacia la salud: **9 ítems**

En la subescala Actividad física: **8 ítems**

En la subescala nutrición: **9 ítems**

En la subescala manejo de stress: **8 ítems**

En la subescala relaciones interpersonales: **9 ítems**

En la subescala Crecimiento Espiritual y Relaciones Interpersonales: **9 ítems**

El instrumento de estilo de vida proviene del cuestionario Health Promoting Lifestyle Profile II (HPLP-II) en la versión original, el cual está compuesto por 52 ítems en una escala de Likert de 1 a 4 puntos (desde nunca hasta rutinariamente) en 6 dimensiones : Actividad física(8 ítem) , Crecimiento espiritual (9 ítem) , Manejo de estrés (8 ítem) , Nutrición (9 ítem) , Relaciones interpersonales (9 ítem) y Responsabilidad hacia la salud (9 ítem).

El instrumento validado en la versión español por Serrano, M. (2016) reportó que la validez se dio por validez de constructo reportando la prueba de esfericidad de Bartlett y índice Kaiser Meyer- Olkin , estos indicaron la

adecuación muestral (0.86) y de datos para realizar un análisis factorial, seguido se utilizó el Analisis Factorial Exploratorio utilizando método Promin, reportando que de los 52 item se depuraron 4 item que reportaron tener una carga factorial menores a 0.3, y en solo 4 dimensiones : Responsabilidad hacia la salud, Actividad física , Nutrición, Crecimiento Espiritual y Relaciones interpersonales. Asimismo se realizó validez discriminante y concurrente para el instrumento HPLP – II mediante la correlación con otros instrumentos (MBI-GS, Autoeficacia, Satisfacción de vida y Engagement).

La confiabilidad del instrumento estuvo dado en 4 dimensiones fue reportada mediante el índice de Alfa de Cronbach mostrando una buena confiabilidad por dimensiones: : Responsabilidad hacia la salud($\alpha=0.81$), Actividad física ($\alpha=0.86$) , Nutrición($\alpha=0.7$), Crecimiento Espiritual y Relaciones interpersonales ($\alpha=0.88$). (Anexo N° 04)

3.5. Plan de análisis

Procedimientos de la recolección de datos:

En cuanto a la recolección de datos del presente estudio de investigación se mantendrá en cuenta los siguientes aspectos:

- Se le informo y se perdió el consentimiento a los adultos del Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto, haciendo énfasis que los datos y resultados son totalmente confidenciales.

- Se coordinó la disponibilidad y el tiempo de la fecha de la aplicación del instrumento para proceder a aplicar el instrumento a cada adulto del Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto.
- Se realizó lectura de las instrucciones de los instrumentos a los adultos del Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto.
- El instrumento se aplicó en un tiempo de 20 minutos, las respuestas serán marcadas de manera personal y directa

Análisis y Procesamiento de los datos:

Para la presente investigación se realizó el análisis descriptivo mediante tabla de frecuencias/ porcentaje y promedio/ desviación estándar según tipo de variable con sus respectivos gráficos. Asimismo, para el análisis correlacional con el fin de cada variable perteneciente a los factores sociodemográficos asociado con el comportamiento de la salud. Se utilizarán el estadístico Chi cuadrado según el tipo de corresponda, presentando el p-valor con un nivel de confianza del 95%

Para el procesamiento y análisis de datos serán ingresados a una base de datos software estadísticos IBM para ser exportados a una base de datos en el software SPSS Statistics 24.0.

4.6 Matriz de Consistencia

TITULO	ENUNCIADO DEL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECIFICO	METODOLOGIA
<p>FACTORES SOCIODEMOGRAFICO Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCION ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILO DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO EN EL HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1° DE AGOSTO_NUEVO CHIMBOTE, 2019</p>	<p>¿Existe asociación entre los factores sociodemográfico y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en los adultos en el Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto en el Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social 	<ul style="list-style-type: none"> • Caracterizar los factores sociodemográficos del adulto en el Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto. • Caracterizar las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto en el Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto. • Caracterizar el comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social. • Explicar la relación de los factores sociodemográfico asociado al comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto en el Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto. • Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social de adultos en el Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto. 	<p>Diseño: No experimental</p> <p>Tipo: Cuantitativo</p> <p>Nivel: correlacional – transversal</p> <p>Técnica: Entrevista y Observación.</p> <p>Población y Muestra: estuvo constituida por 120 Adultos de la Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto _Nuevo Chimbote, 2019</p>

4.7. Principios éticos

La ética es una ciencia que tiene por objeto de estudio a la moral y la conducta humanas. La investigación debe estar sujeta a normas éticas que sirven para promover el respeto a todos los seres humanos y para proteger su salud y sus derechos individuales (51).

Protección a las personas:

La persona en toda investigación fue el fin y no el medio, por ello necesitó cierto grado de protección, el cual se determinó de acuerdo al riesgo en que incurran y la probabilidad de que obtengan un beneficio.

En las investigaciones en las que se trabajó con personas, se respetó la dignidad humana, la identidad, la diversidad, la confidencialidad y la privacidad. Este principio no sólo implicó que las personas que son sujetos de investigación participen voluntariamente y dispongan de información adecuada, sino también involucró el pleno respeto de sus derechos fundamentales, en particular, si se encontraron en situación de vulnerabilidad.

Libre participación y derecho a estar informado:

Las personas que desarrollaron actividades de investigación tuvieron el derecho a estar bien informados sobre los propósitos y finalidades de la investigación que desarrollaron, o en la que participaron; así como tuvieron la libertad de participar en ella, por voluntad propia.

En toda investigación se contó con la manifestación de voluntad, informada, libre, inequívoca y específica; mediante la cual las personas como sujetos

investigados o titular de los datos consintieron el uso de la información para los fines específicos establecidos en esta investigación (Anexo 05).

Beneficencia no maleficencia:

Se aseguró el bienestar de las personas que participaron en las investigaciones. En ese sentido, la conducta del investigador respondió a las siguientes reglas generales: no causar daño, disminuir los posibles efectos adversos y maximizar los beneficios.

Justicia:

El investigador ejerció un juicio razonable, ponderable y tomar las precauciones necesarias para asegurar que sus sesgos, y las limitaciones de sus capacidades y conocimiento, no den lugar o toleren prácticas injustas. Se reconoció que la equidad y la justicia otorgan a todas las personas que participaron en la investigación derecho a acceder a sus resultados. El investigador estuvo obligado a tratar equitativamente a quienes participan en los procesos, procedimientos y servicios asociados a la investigación.

Integridad científica:

La integridad o rectitud rigieron no sólo la actividad científica de un investigador, sino que extendió sus actividades de enseñanza y a su ejercicio profesional. La integridad del investigador resultó especialmente relevante cuando, en función de las normas deontológicas de su profesión, se evaluó y declaró daños, riesgos y beneficios potenciales que puedan afectar a quienes participaron en una investigación. Asimismo, debió mantenerse la integridad científica al declarar los conflictos de interés que pudieron afectar el curso de un estudio o la comunicación de sus resultados.

Consentimiento. - Se trabajó con los adultos del Habilitación Urbana Progresiva 1º de agosto _Chimbote 2019 que aceptaron voluntariamente participar en el presente trabajo y los padres que brindaron la aceptación a que sus menores hijos participen en la investigación.

V. RESULTADOS:

5.1. Resultados:

TABLA 1

**FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO, HABILITACIÓN
URBANA PROGRESIVA 1° DE AGOSTO _ NUEVO CHIMBOTE, 2019**

SEXO	N	%
Femenino	85	70,8
Masculino	35	29,2
Total	120	100,0
EDAD	N	%
18 – 35 años	20	16,6
36 – 59 años	90	75,0
60 años más	10	8,4
Total	120	100,0
GRADO DE INSTRUCCIÓN	N	%
Analfabeto (a)	00	00,0
Primaria	20	16,6
Secundaria	95	79,1
Superior	05	04,3
Total	120	100,0
RELIGIÓN	N	%
Católico	109	90,8
Evangélico	11	09,2
Otros	00	00,0
Total	120	100,0
ESTADO CIVIL	N	%
Solteros	20	16,6
Casada	60	50,0
Viudo	00	00,0
Conviviente	40	33,4
Separados	00	00,0
Total	120	100,0
OCUPACIÓN	N	%
Obrero	18	15,0
Empleado	10	08,3
Ama de casa	100	83,3
Estudiante	02	01,4
Otros	00	00,0
Total	120	100,0

Continua...

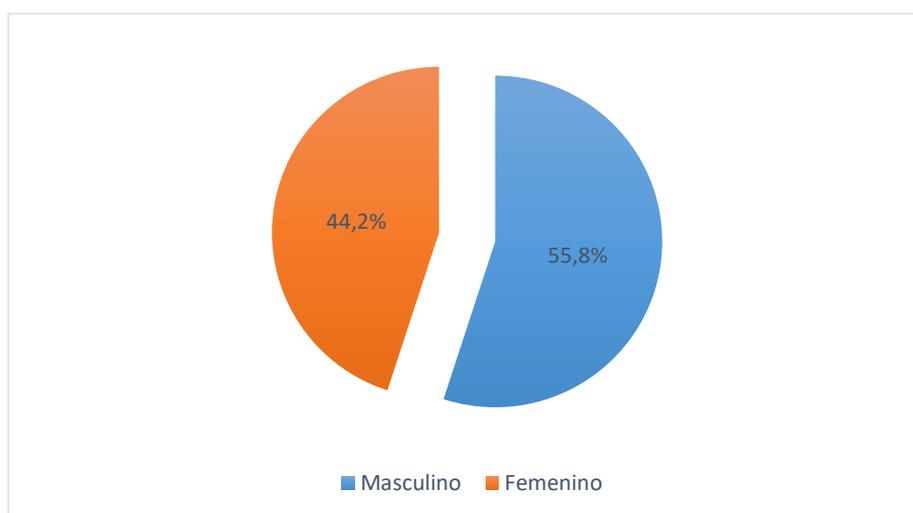
INGRESOS	N	%
Menor de 400 nuevos soles	00	00,0
De 400 a 650 nuevos soles	00	00,0
De 650 a 850 nuevos soles	10	08,4
De 850 a 1100 nuevos soles	110	91,6
Mayor de 1100 nuevos soles	00	00,0
Total	120	100,0
SISTEMA DE SALUD	N	%
EsSalud	10	08,3
SIS	90	75,4
Otro seguro	10	08,3
No tiene seguro	00	00,0
Total	70	100,0

Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes, aplicado a los adultos. Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto _Nuevo Chimbote, 2019.

GRAFICOS DE TABLA N° 1

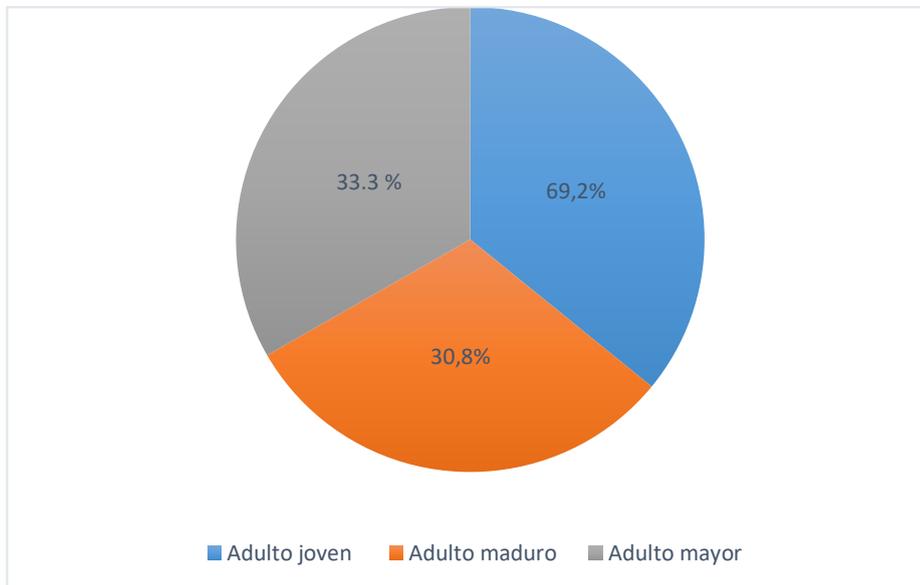
FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS DEL ADULTOS. HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1° DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE, 2019

GRAFICO N°1: SEXO DEL ADULTOS. HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1° DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE, 2019



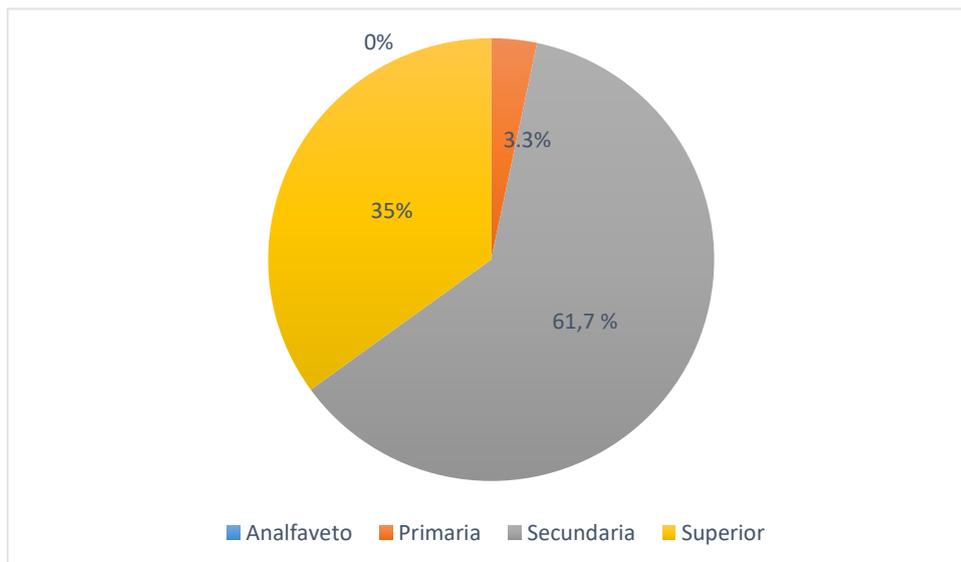
Fuente: Cuestionario Factores Sociodemográficos del Adulto, Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana. Directora de la línea de investigación aplicada en adultos. Habilitación Urbana Progresiva_ Nuevo Chimbote, 2019.

GRAFICO N°2: EDAD DEL ADULTO. HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1° DE AGOSTO_NUEVO CHIMBOTE, 2019



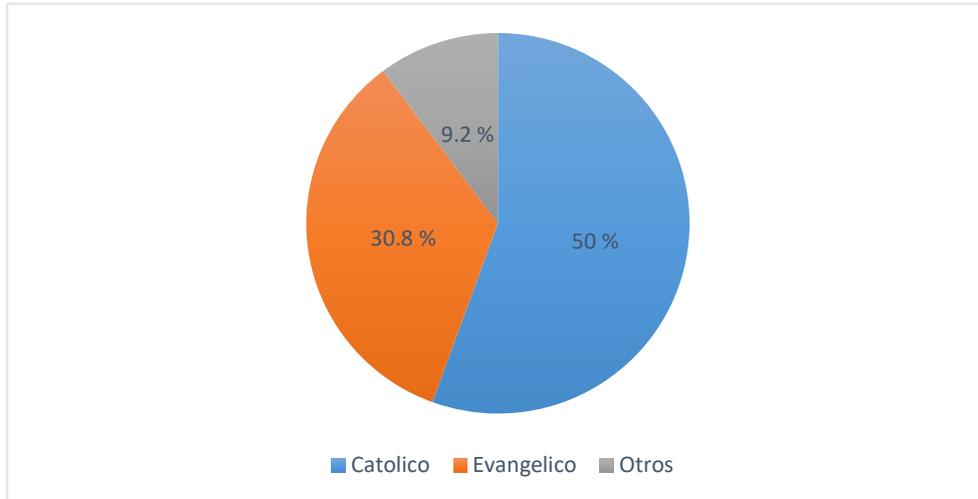
Fuente: Cuestionario Factores Sociodemográficos del Adulto, Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana. Directora de la línea de investigación aplicada en adultos. Habilitación Urbana Progresiva_ Nuevo Chimbote, 2019.

GRAFICO N°3: GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS ADULTOS. HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1° DE AGOSTO_NUEVO CHIMBOTE, 2019



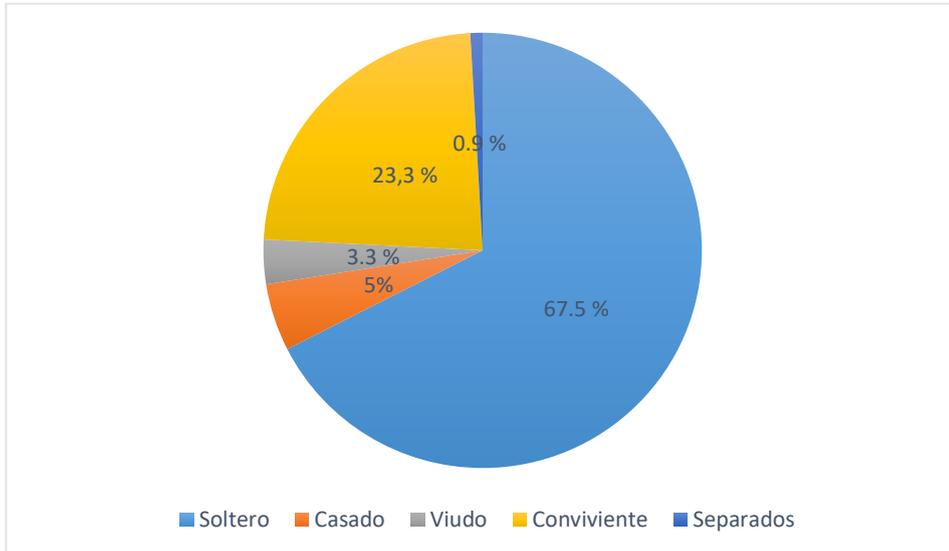
Fuente: Cuestionario Factores Sociodemográficos del Adulto, Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana. Directora de la línea de investigación aplicada en adultos. Habilitación Urbana Progresiva_ Chimbote, 2019.

GRAFICO N°4: RELIGIÓN DE LOS ADULTOS. HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1° DE AGOSTO_NUEVO CHIMBOTE, 2019



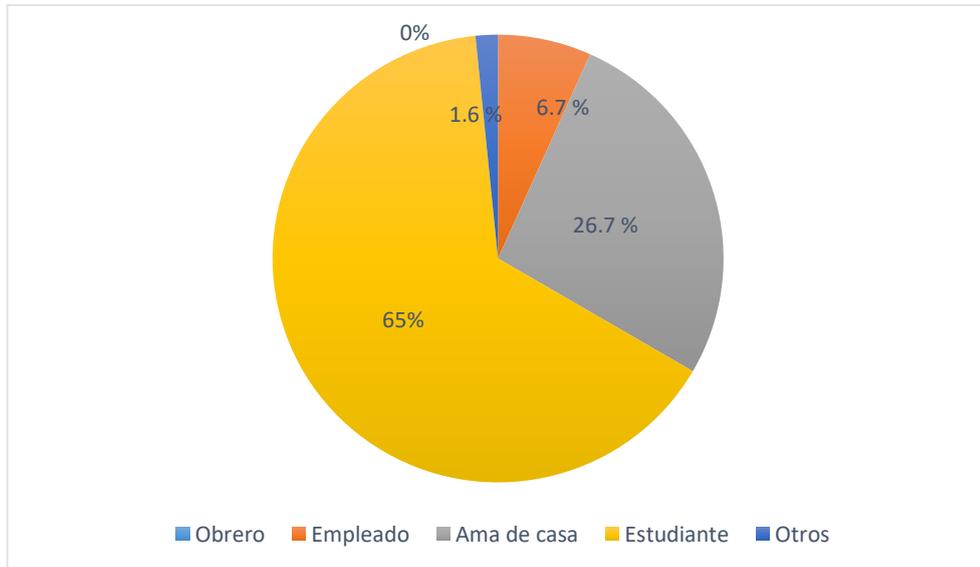
Fuente: Cuestionario Factores Sociodemográficos del Adulto, Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana. Directora de la línea de investigación aplicada en adultos. Habilitación Urbana Progresiva_ Nuevo Chimbote, 2019.

GRAFICO N°5: ESTADO CIVIL DE LOS ADULTOS. HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1° DE AGOSTO_NUEVO CHIMBOTE, 2019



Fuente: Cuestionario Factores Sociodemográficos del Adulto, Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana. Directora de la línea de investigación aplicada en adultos. Habilitación Urbana Progresiva_ Nuevo Chimbote, 2019.

GRAFICO N°6: OCUPACION DE LOS ADULTOS. HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1° DE AGOSTO_NUEVO CHIMBOTE, 2019



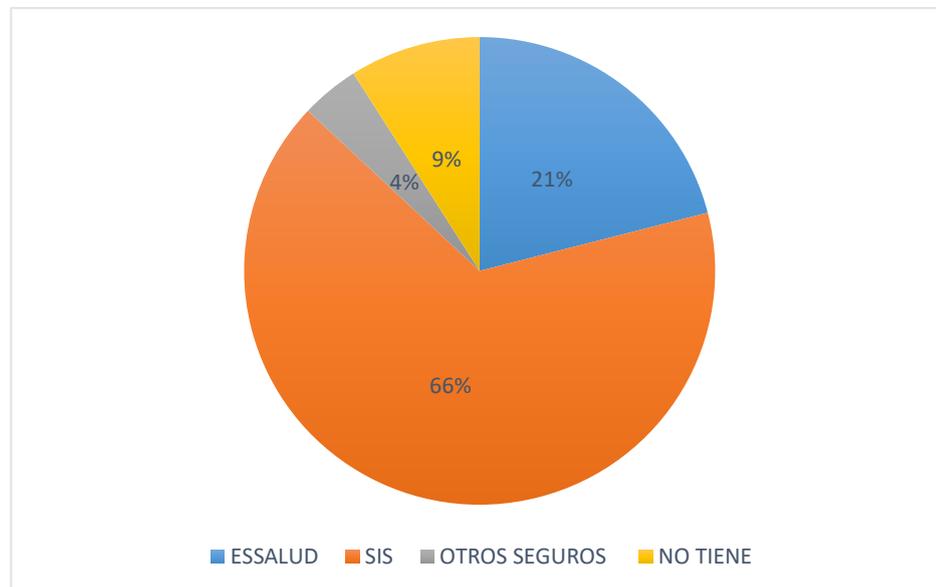
Fuente: Cuestionario Factores Sociodemográficos del Adulto, Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana. Directora de la línea de investigación aplicada en adultos. Habilitación Urbana Progresiva_ Nuevo Chimbote, 2019.

GRAFICO N°7: INGRESO ECONOMICO DE LOS ADULTOS. HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1° DE AGOSTO_NUEVO CHIMBOTE, 2019



Fuente: Cuestionario Factores Sociodemográficos del Adulto, Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana. Directora de la línea de investigación aplicada en adultos. Habilitación Urbana Progresiva_ Nuevo Chimbote, 2019.

**GRAFICO N°8: SEGURO DE SALUD DE LOS ADULTOS.
HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1° DE
AGOSTO_NUEVO CHIMBOTE, 2019**



Fuente: Cuestionario Factores Sociodemográficos del Adulto, Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes Adriana. Directora de la línea de investigación aplicada en adultos. Habilitación Urbana Progresiva_ Nuevo Chimbote, 2019.

TABLA 2

ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO, HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1º DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE, 2019

DIMENSIONES	PROMEDIO	DESVIACION ESTANDAR	MIN	MAX
D1	18.07	1.51	15	25
D2	21.99	1.90	16	26
D3	24.23	3,11	17	40
D4	07.45	1,16	05	10
D5	06.81	1,27	04	11
D6	14,56	0,97	05	10
D7	14.56	1,70	07	19
D8	24.76	2,29	17	28
TOTAL	125,76	06.56	111	158

Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes, aplicado a los adultos. Habilitación Urbana Progresiva 1º de Agosto _Nuevo Chimbote,2019.

ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO. HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1º DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE,2019

ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN	Nº	%
Adecuadas	120	100,0
No Adecuadas	00	00,0
TOTAL	120	100,0

Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes, aplicado a los adultos. Habilitación Urbana Progresiva 1º de Agosto _Nuevo Chimbote, 2019.

**GRÁFICO DE LA TABLA 2
ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN**

GRÁFICO 9: ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO. HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1° DE AGOSTO_CHIMBOTE, 2019



Fuente: Cuestionario sobre Acciones de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por Dra. Vílchez Reyes Adriana, Directora de la presente línea de Investigación y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaqué. Aplicado al Adulto. Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto_ Nuevo Chimbote, 2019

TABLA 3***ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO, HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1º DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE, 2019***

DIMENSIÓN	PROMEDIO	DESVIACION		
		ESTANDAR	MIN	MAX
D1	14,41	1,43	12	19
D2	31,52	1,68	23	35
D3	28,58	1,31	25	25
TOTAL	74,52	2,68	67	83

Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes, aplicado a los adultos. Habilitación Urbana Progresiva 1º de Agosto _Nuevo Chimbote, 2019.

ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO, HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1º DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE, 2019

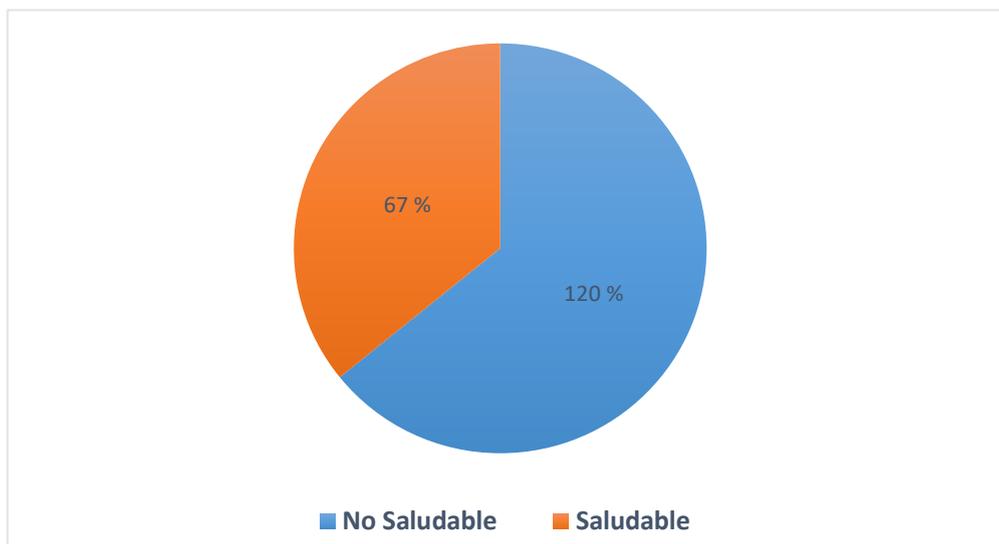
ESTILO DE VIDA	Nº	%
Saludable	00	00,0
No Saludable	120	100,0
TOTAL	120	100,0

Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes, aplicado a los adultos. Habilitación Urbana Progresiva 1º de Agosto _Nuevo Chimbote, 2019.

GRÁFICO DE LA TABLA 3

ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO. HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1° DE AGOSTO_NUEVO CHIMBOTE, 2019

GRÁFICO 10: ESTILO DE VIDA DEL ADULTO. HABLITACION URBANA PROGRESIVA 1° DE AGOSTO_NUEVO CHIMBOTE, 2019



Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes, aplicado a los adultos. Habilidadación Urbana Progresiva 1° de Agosto _Nuevo Chimbote,2019.

TABLA 4***APOYO SOCIAL DEL ADULTO. HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1° DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE, 2019***

APOYO EMOCIONAL	N	%
No tiene	68	56,6
Si tiene	52	43,4
Total	120	100,0
AYUDA MATERIAL	N	%
No tiene	57	47,5
Si tiene	63	52,5
Total	120	100,0
RELACIONES DE OCIO Y DISTRACCION	N	%
No tiene	56	46,6
Si tiene	64	53,3
Total	120	100,0
APOYO AFECTIVO	N	%
No tiene	74	61,6
Si tiene	46	38,4
Total	120	100,0

Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes, aplicado a los adultos. Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto _Nuevo Chimbote,2019.

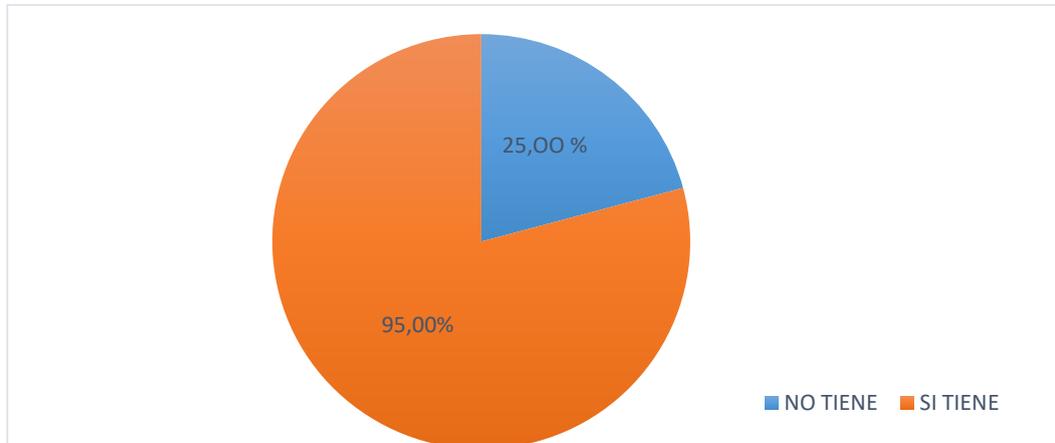
APOYO SOCIAL DEL ADULTO. HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1° DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE,2019”

APOYO SOCIAL	N°	%
No Tiene	64	53,5
Si Tiene	56	46,5
Total	120	100,0

Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes, aplicado a los adultos. Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto _Nuevo Chimbote,2019.

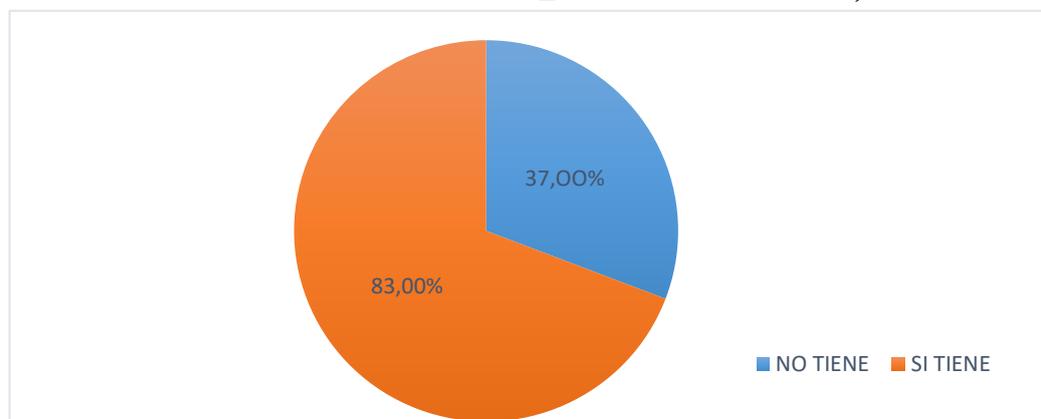
GRÁFICO DE LA TABLA 4

GRÁFICO 11: APOYO EMOCIONAL DEL ADULTO. HABILITACION URBANA PROGRESIVA 1° DE AGOSTO_ NUEVO CHIMBOTE, 2019.



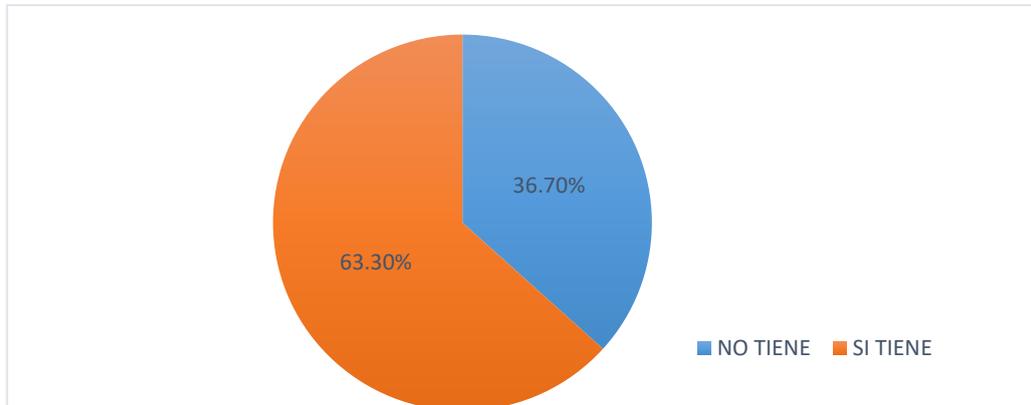
Fuente: Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado en adulto. Habilidad Urbana Progresiva 1° de agosto_ Nuevo Chimbote, 2019.

GRÁFICO 12: AYUDA MATERIAL DEL ADULTO HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1° DE AGOSTO_ NUEVO CHIMBOTE, 2019



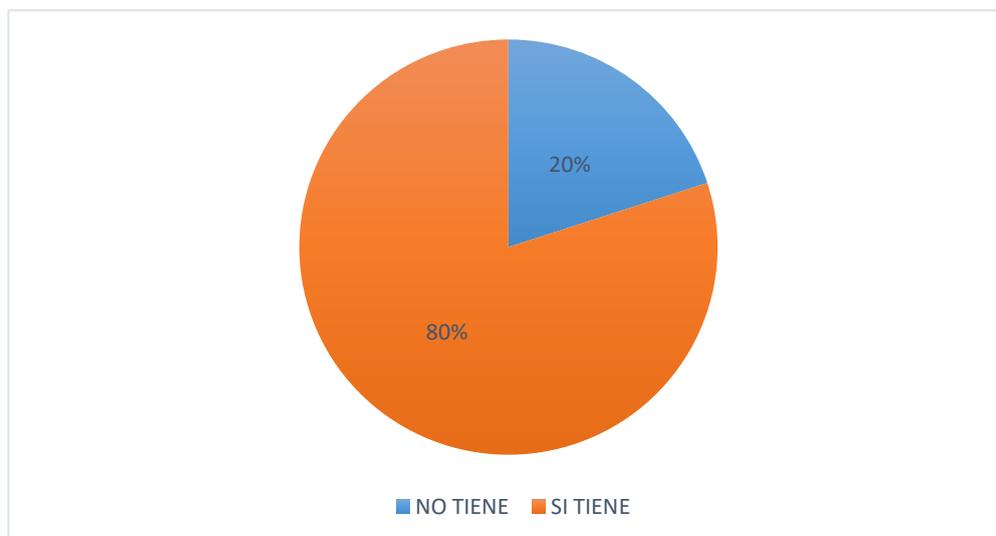
Fuente: Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado en adulto. Habilidad Urbana Progresiva 1° de agosto_ Nuevo Chimbote, 2019.

GRÁFICO 13: RELACION DE OCIO Y DISTRACCIÓN DEL ADULTO. HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1° DE AGOSTO_ NUEVO CHIMBOTE, 2019.



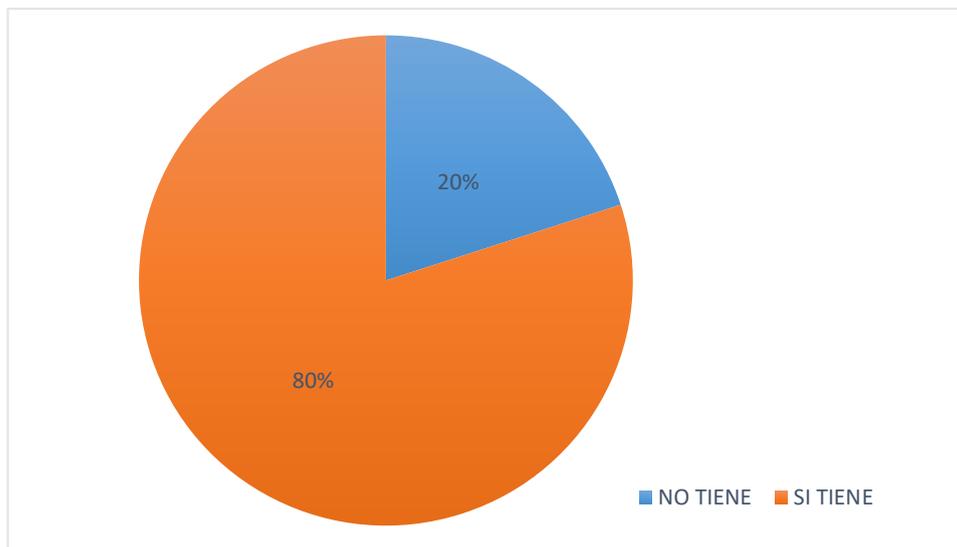
Fuente: Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado en adulto. Habilidad Urbana Progresiva 1° de agosto_ Nuevo Chimbote, 2019.

GRÁFICO 14. APOYO AFECTIVO DEL ADULTO. HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1° DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE, 2019



Fuente: Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado en adulto. Habilidad Urbana Progresiva 1° de agosto_ Nuevo Chimbote, 2019.

**GRÁFICO 15. INDICE GLOBAL DE APOYO DEL ADULTO.
HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1° DE AGOSTO _NUEVO
CHIMBOTE, 2019**



Fuente: Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado en adulto. Habilitación Urbana Progresiva 1° de agosto_ Nuevo Chimbote, 2019.

TABLA 5

RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO. HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1° DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE,2019

FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS	ESTILOS DE VIDA		APOYO SOCIAL	
	X2	P-valor	X2	P-valor
Sexo	0,77	0,38	1,10	0,29
Edad	6,21	0,04	1,16	0,55
Grado de instrucción	1,04	0,79	2,94	0,22
Religión	1,63	0,44	0,83	0,66
Estado civil	2,47	0,64	2,20	0,69
Ocupación	1,96	0,74	3,05	0,55
Ingreso económico	1,93	0,57	1,07	0,89
Tipo de Seguro	0.31	0,95	2,57	0,46

Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. María Adriana Vílchez Reyes, aplicado a los adultos Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto _Nuevo Chimbote,2019

TABLA 6

RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y EL ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DE LA HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1° DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE,2019

PREVENCIÓN Y PROMOCION DE LA SALUD					PRUEBA CHI CUADRADO
ESTILO DE VIDA	ADECUADO	INADECUADO	TOTAL		
SALUDABLE	05,00	31,00	36	$X^2=31,49$	
NO SALUDABLE	53,00	31,00	84	$P = 2,009$	
TOTAL	58,00	62,00	120		
	0,50	0,50	1		

Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. María Adriana Vélchez Reyes, aplicado a los adultos. Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto _Nuevo Chimbote,2019.

TABLA 7

RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO DE LA HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1° DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE,2019

PREVENCIÓN Y PROMOCION DE LA SALUD					PRUEBA CHI CUADRADO
APOYO SOCIAL	ADECUADO	INADECUADO	TOTAL		
NO TIENE	05,00	11,00	16		
SI TIENE	53,00	51,00	104	$X^2=0,140$	
TOTAL	58,00	62,00	120	$P = 0,710$	
	0,50	0,50	1		

Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. María Adriana Vélchez Reyes, aplicado a los adultos. Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto _Nuevo Chimbote,2019.

5.2. Análisis de Resultados:

Tabla 1

Del 100% (120) de adultos del Habilitación Urbana Progresiva 1 De Agosto_, Nuevo Chimbote; el 70,8% (85) son mujeres, el 75,0 % (90) tienen entre 19 a 35 años; el 79,1% (95) tienen secundaria completa; el 90,8% (109) tienen fe católica, el 50,0% (60) son de estado civil casados; el 83,3% (100) se dedican al cuidado y habilitación del hogar, el 54,0% (82) ganan entre ochocientos cincuenta soles a mil soles de ingreso por mes y el 75,4% (90) son asegurados por el seguro de integración social.

Se encontraron investigaciones, tienen similitud con los resultados obtenidos tal como la de :

El autor Alcasihuincha T, (52) en su investigación titulada Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro de la habilitación urbana progresista Golfo Pérsico - Nuevo Chimbote, 2019. dónde especifica que la mayoría son de mujeres mientras en minoría son hombres, así también existen investigaciones que discuten sus resultados tal como la investigación de Acuña J, (53) en su investigación: Estilos de vida saludable y el apoyo social asociado a la depresión en adultos mayores que asisten al Club del Adulto Mayor en el distrito de Surco, 2018. en la cual concluye que casi la totalidad son del sexo fuerte, los resultados en la actualizada historia se asemejan con el doctor Saavedra J, (54): Factores sociodemográficos y eventos de vida tempranos asociados con la felicidad en adultos

de Lima Metropolitana. Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública.2020, dónde concluye que menos de la mitad son de edad de adulto maduro.

No obstante, se encontraron investigaciones que difieren de ello:

Tal como la de León K, (55): Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales Del Adulto Maduro. Asentamiento Humano 10 De Setiembre – Chimbote, 2019. dónde especifica que casi la totalidad son jóvenes con responsabilidades, Asimismo el estudio tiene semejanza con la de Alayo. A, (56): . Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Asentamiento humano Bello Sur - Nuevo Chimbote, 2019. dónde se detalla que más del cincuenta por ciento tiene nivel secundario no obstante difiere con la investigación de Moreno. E, (57) en el cual especifica que la minoría tienen su nivel básico terminado.

Continuando la investigación se encontraron estudios que se asemeja a la investigación presente tal como la de Mora. F, (58): Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Asentamiento humano Casuarinas del Sur - Nuevo Chimbote, 2019. dónde detalla más del cincuenta y uno por ciento la fe en Cristo, es por eso que hay otras investigaciones que difieren con respecto a la religión que profesa la comunidad en estudio tal como la de Palacios. G ,(59): . Estilos de vida del adulto maduro en el asentamiento humano ciudadela Pachacútec sector B3, Ventanilla, Callao – 2019. en la cual finalmente detalla que son de fe evangélica , lo obtenido fue que en el presente estudio se asemeja con la de Alayo. A, (46): Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Asentamiento humano Bello Sur - Nuevo Chimbote dónde precisa que la minoría son casados por civil.

Así mismo, investigaciones definen que confrontan a la presente investigación tal como la investigación presentada por Quiroz. S, Guzmán. M, (60): Estilos de vida

y factores sociodemográficos asociados en pacientes con Diabetes Mellitus dónde detallan que el cincuenta por ciento son casados, donde todo lo obtenido del estudio, también se asimilan con la de Gutiérrez M, (61) Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales en Adultos Mayores. Asentamiento Humano Villa Victoria-Nuevo Chimbote, 2020 donde especifica que en menor cantidad se dedican al cuidado de sus hijos y de la casa.

A su vez difiere con lo obtenido por León. K, (55) Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales Del Adulto Maduro. Asentamiento Humano 10 De Setiembre – Chimbote, 2019, dónde especifica que más del cincuenta por ciento es ama del hogar. Así como la investigación de Rojas C, (62): Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto maduro. Asentamiento humano Victor Raul Haya de la Torre - Nuevo Chimbote, 2019 dónde concluir que más de la mitad de nuevo ingreso económico de nuevos soles, no obstante, difiere con la investigación de Moreno. E, (57) dónde especifica que la minoría tiene un i gana entre ochocientos cincuenta a mil cien soles mensuales.

Así como también asemeja a investigación de Guerrero. J, (63): Determinantes De La Salud En La Persona Adulta Del Asentamiento Humano Los Almendros-Tambogrande-Piura, 2018, dónde especifica que más de 50 más 1 de la población tienen seguro integral social, no obstante, existen estudios que no se asimilan con esta, como la de Saldaña. S, (64), Determinantes de la salud en adultos jóvenes. Asentamiento humano ampliación Ramal Playa – Chimbote, 2018 dónde especifica que menos de la mitad tiene SIS.

En el presente estudio se obtuvo que más del cincuenta por ciento de la población en estudio son mujeres, tienen secundaria completa, tienen fe en cristo, ganan mensualmente de 850 a 1100 soles, tienen seguro social; la minoría tienen

entre 36 a 59 años, son casados por civil, se dedican al cuidado de los hijos y del hogar. Una de las características fisiológicas del ser humano es el sexo caracterizado por el órgano reproductor, así como también los genes y hormonas, de tal modo puedan contar con la igualdad de género en base a oportunidades y derechos en la sociedad.(65) La etapa de adultez tiene como característica el que se haya culminado la infancia junto con la adolescencia, logrando así una madurez emocional y mentalmente junto con el desarrollo físico, adquiriendo responsabilidades a base de seguridad teniendo a su vez deberes como ciudadano.(66).

El grado de instrucción es el nivel que obtiene un individuo cuando termina o no de estudiar, en la cual está dividida por nivel primario, secundario y superior de ello dependerá el conocimiento adquirido que tiene el individuo para desarrollarse en la sociedad y obtener mejores ingresos y oportunidades (67). De acuerdo a la investigación realizada a los adultos de 1 De Agosto, podemos referir que más de la mitad son de sexo femenino, esto se debe a que las mujeres son más accesibles al dar información y en responder acerca de algunas preguntas, ya que las mujeres se encuentran en sus hogares cumpliendo con sus responsabilidades; asimismo el adulto se considera a partir de los 18 años habiendo ya pasado la etapa de la niñez y la adolescencia; podríamos decir que es el desarrollo del individuo tanto físico como biológico y mental.

Como también las responsabilidades en esta etapa aumentan ya sea con su entorno y en la sociedad cumpliendo con sus deberes de ciudadano, por lo cual es en esta etapa donde el adulto se presenta más seguro y firme en las tomas de decisiones permitiendo de cierta manera que el individuo pueda afrontar la vida con más seguridad, calma y entusiasmo. En esta etapa el adulto se divide en tres partes, adulto joven considerándose de los 18 a 35 años, el adulto maduro de los 36 a 59 años y

adulto mayor 60 a más años; por lo cual en esta investigación la prevalencia es menos de la mitad en los adultos maduros que se encargan de dirigir su vida y progresar lentamente hacia una meta, consolidando con una pareja, familia y haciéndose cargo de su generación cumpliendo como padres o madres; pero no dejando de lado que para la sociedad un adulto maduro es una persona que tiene un empleo estable, económicamente es independiente y tiene una familia.

La madures se resume que es llegar a la última etapa que es la ancianidad considerado como la sabiduría finalizándose con la muerte. Se pudo observar que los adultos tienen grado de instrucción secundaria, lo cual en el transcurso de la vida se presentan circunstancias donde uno que otros toman la decisión de seguir estudiando para lograr tener una mejor calidad vida, otras quedaron sin poder lograr tener estudios superiores por la falta de economía en sus hogares, por embarazo no planificado dando paso a ser madres, ya que tener un hijo demanda de tiempo y dedicación; por lo cual al tener estudios secundarios muchos de ellos no tienen la oportunidad de tener un trabajo estable y si lo tienen su pago es poco lo cual repercute en su día a día y en su estabilidad familiar como económicamente no podrá dar una buena calidad de vida para sus integrantes.

La educación puede cambiar la vida del adulto, aumentando la posibilidad de un mejor salario, empleo teniendo una mejor calidad de vida y que puedan gozar de mejor salud, hay ciertos indicadores que refieren de cada mil alumnos que estudian primaria solo cuatrocientos cincuenta y uno terminan secundaria es una triste realidad, en el Perú el nivel de educación es bajo, ubicado en los últimos puestos; esto se debe que muchos de ellos tenían que dejar de estudiar para ayudar con los gastos familiares, por problemas económicos, porque no se adaptan a un ambiente

escolar, por enfermedad, 1 otros por orfandad o porque los padres ya no quisieron que su hijo estudie.

Asimismo, también la religión está vinculada entre el hombre y Dios como las creencias, comportamiento de adoración, cultura, así mismo conforme van pasando los tiempos las personas son quienes deciden pertenecer a una denominación o no, pero todas las religiones tienen algo en común que es creer en Dios (68).

El estado civil es la condición estable en la que la persona se vincula o no con otro individuo creando lazos reconocidos jurídicamente y también ante la sociedad, hay diferentes tipos como soltero, casado, viudo, conviviente; todo ello hace que la persona sea reconocida en sus documentos de identidad (69). La ocupación hace referencia a lo que se dedica un individuo; ya sea al trabajo, actividades o profesión en la cual demanda de tiempo parcial o completa, por lo cual generan ingreso de dinero para una mejor calidad de vida que benefician a su entorno familiar tomando decisiones en beneficio de su estabilidad económica (70).

Cabe señalar que existen personas adultas que profesan la religión evangélica, poniendo la fe en sus corazones en Cristo como el centro de sus vidas, esto va más allá de la predicación de la biblia es la forma en como lo viven y su manera de pensar, los fieles creyentes aman y se gozan de la verdad no poniendo su confianza en el hombre si no en Dios, del cual uno no lo ve, pero cree en un Dios vivo que cubre multitud de pecados por amor a sus hijos. Además, su doctrina suele ser más estrictas, pero de beneficio al alma viviendo en santidad para Dios y siendo personas de ejemplo a seguir en la cual hay cierta diferencia, los católicos nunca han experimentado una fe genuina que cambien sus vidas y los evangélicos transmiten a sus fieles los valores, amor, fe, perdón y virtudes.

El matrimonio religioso es el sueño de toda mujer de casarse ante la bendición de Dios para su nuevo hogar. El casarse tiene un significado que ambas personas se prometen amarse ya sea en la abundancia o escases hasta que la muerte los separe, al casarse las personas ante la sociedad es bien vista donde implica el compromiso real en ambas personas a diferencia de las personas que solo viven juntos. Una persona casada es menos egoísta que una soltera en la cual tienen ciertos beneficios como la seguridad emocional, se ayudan en las cargas que pueden ver en un hogar, se agranda la familia, mayor ingreso económico, no dejando de lado que también hay personas que conviven y suelen ser las parejas más jóvenes otros porque no quieren casarse y prefieren probar como les va en la convivencia si se comprenden o no y otros se acostumbraron a vivir así.

Además se encontró que menos de la mitad su ocupación es ama de casa, en el Perú casi 4 millones de mujeres hacen la labor de amas de casa sin pago alguno, visto por la sociedad como algo sencillo y solo para mujeres entre ellas algunas solo se dedican a casa otras trabajan y estudian fuera de sus hogares y esto es algo que no es valorado ante la sociedad; en un cierto indicador señala que el 30% de mujeres peruanas dependen de un varón por lo cual dependerá del trabajo del jefe de familia para brindar una mejor calidad de vida, el ama de casa es una mujer multifacética que sabrá administrar su dinero, limpia, educa a sus hijos, cuida de los integrantes de familia si están enfermos, tiene siempre en mantenimiento su casa, cuidadora del medio ambiente, ellas asumen este rol con satisfacción por amor a su familia.

Pero también no escapa los que tienen un empleo en la cual va a beneficiar la calidad de vida de sus integrantes en el hogar como de sí mismo, como en nuestra población estudiada se dedican a ejercer su profesión de docente en colegios que si bien es cierto les alcanza para cubrir sus gastos en sus hogares. Pero de cierta manera

algunos tienen empleos eventuales lo cual tendrán cierta desventaja como menos ingreso económico y protección de seguro, con un pago no satisfactorio, pero puede ayudar a cubrir sus necesidades familiares.

El ingreso económico se obtiene debido al realizar una actividad de trabajo que generan ingresos, donde se puede determinar la calidad de vida del individuo y el futuro de su entorno según el salario que genere en beneficio de tener una estabilidad económica (71). El seguro de salud es un medio por lo cual los individuos puedan protegerse de altos costos médicos, por lo cual algunos tienen seguro a través de sus trabajos o seguros independientes, pero también el SIS es un seguro para las personas de bajo recursos cubriendo gastos médicos en beneficio de la salud de la sociedad (72).

Según los resultados obtenidos los adultos tienen un ingreso económico de 850 a 1100 nuevos soles, esto se debe a que muchos de ellos ejercen su empleo de docente, si bien es cierto en el Perú el salario de un docente es 1300 nuevos soles al mes esto ayudara a que puedan satisfacer sus necesidades como tener una vida saludable, pero no dejando de lado que también hay persona que su ingreso económico es de 650 a 850 soles; si bien es cierto el dinero se utiliza para comprar, invertir o ahorrar para cubrir ciertas necesidades .

Los resultados obtenidos fueron que los adultos maduros de sexo femenino tienen estudios secundarios de lo cual esto afecta que no podrán tener oportunidad de trabajo estable, es por ello que se recomienda a las mujeres ya que ellas están más dedicadas a sus hogares y también trabajan para generar un ingreso de lo cual es necesario para cubrir sus necesidades, de que puedan seguir estudiando a través de cursos online y así puedan tener más conocimiento y más oportunidades de trabajar

o tener su propio negocio para sobresalir y mejorar su calidad de vida a través de su esfuerzo.

En la comunidad de 1° de Agosto, al aplicar el cuestionario se obtuvo que casi la totalidad de adultos son mujeres porque se encargan del cuidado de su hogar, de la alimentación de sus hijos, cuidado de los mismos, pues es el varón que se encarga de la manutención económica de la casa, haciéndose cargo de los pagos y gastos de su familia, pero la mujer aporta mucho en el hogar pues ella cocina, lava, plancha, alimenta a sus hijos, cuida de la mejor forma a sus hijos, mantiene la casa aseada, etc.

Así también se supo que los adultos eran adultos jóvenes y maduros de entre 19 a 35 años, son mujeres y varones que constituyeron una familia joven, con muchas metas para superar, con muchas dificultades a su vez pero siempre con mucho respeto y amor protegen y proveen su hogar, además que al construir una familia joven muchos de ellos, es decir casi la totalidad tiene secundaria, por el hecho que al traer un hijo tuvieron que priorizar darle mejor calidad de vida a sus hijos y por eso que ya no pudieron tener estudios superiores pero si trabajan para solventar los gastos, más de la mitad son casados, lo cual es algo favorable para su familia ya que es una familia nuclear constituida y bien formada, son de religión católica, pero no acuden todos los días a misa máximo los domingos pero si realizan oraciones en casa, encomendándose a Dios y están muy pegadas a la religión, intentando hacer las cosas correctas para estar tranquilos en su fe.

La estrategia como propuesta de mejora siendo enfermera de profesión es que se realice concientización situacional, en la Habitación Urbana 1 de Agosto, especialmente en los lugares de la zona con bajos recursos económicos por grupo minoritario donde no cubre la canasta familiar, como anotamos en ocupaciones con adultos que no tienen trabajo estable en ellos el estado debe poner en marcha más

programas de apoyo social para superar la situación necesidades familiares y falta de acceso al sistema de salud gratis, aquí es donde el Estado también debe priorizar a las familias personas con más vulnerabilidades de las que podrían tener más enfermedades.

Tabla 2

Del 100% (120) de los adultos de Habilidad Urbana Progresiva 1° De Agosto; 100% (120) sus acciones son adecuadas de prevención y promoción.

Los resultados de esta investigación tienen una similitud al estudio realizado por:

Tejada .C, Reyes. J, (73): Sistematización de una Práctica de Promoción de la Salud y Prevención de la Enfermedad, Dirigida a Adultos Mayores. Pontificia Universidad Javeriana, Cali,2019 concluye que sus acciones son adecuadas acerca de la prevención y promoción beneficiando la salud, asimismo esta investigación se difiere por Lozada.C, (74): Relación entre el conocimiento y la práctica de los adultos mayores sobre prevención de hipertensión arterial programa de adulto mayor Hospital General de Jaén 2018 concluye que en las acciones de prevención y promoción en los adultos del Hospital General de Jaén es inadecuado.

Asimismo, la investigación que se llevó a cabo en 1° de Agosto se encontró que la totalidad de adultos”, al momento de realizar la prevención con acciones promocionando la salud, puesto que estas campañas de salud ayudan muchísimo a la educación del paciente y generar conciencia de un cambio de estilo de vida, desde la alimentación, horas de sueño y actividad física (58).

Las actitudes con las que se afronten las decisiones con respecto a su comportamiento de manera positiva y optimista , será una habilidad que ayudara de manera eficaz alcanzar las metas propuestas en la vida personal de cada individuo,

para ser alguien en la vida y se sienta superado (76). Las prácticas habituales de limpieza individual, desde el cabello hasta los pies, tiene como objetivo de prevenir enfermedades, de la piel, del cuero cabelludo, hasta implicando en las enfermedades digestivas, es por ello la importancia de estos correctos hábitos favorecedores a la salud personal del adulto (77).

Una alimentación saludable es uno de los temas más importantes y avanzados en la sociedad que nos permiten disfrutar de una buena vida, la nutrición es un proceso en el cual los nutrientes obtenidos en la dieta suplen las necesidades de nuestras células y permiten el crecimiento de nuestro sistema, para lograr una buena resistencia física en las actividades diarias que realizamos.

En investigaciones relacionadas con la dieta y la nutrición para adultos, el consumo cada vez mayor de carbohidratos se ha relacionado con un mayor riesgo de enfermedades como la diabetes, la obesidad y los problemas cardiovasculares. Hay que tener en cuenta que este grupo de adultos tiene una base para iniciar una alimentación saludable por los ingresos económicos que muestran, que les da acceso a alimentos nutritivos, y al mismo tiempo tienen conocimientos (78).

Antes de que les resulte más fácil elegir la alternativa más saludable. También se debe señalar que en la encuesta hubo un grupo de bajos recursos económicos que no se beneficiaron de la alimentación saludable debido a los factores económicos que aportaban ya que algunos de ellos preparaban el almuerzo y recalentaban la comida. Lo anterior para la cena, además de que, sin saber de alimentación saludable, eligen comidas rápidas que no tienen ningún valor nutricional para el organismo y por lo tanto el crecimiento general de los niños se ve afectado por estos factores La discapacidad o carencia que experimenta la familia.

La actividad donde movilizas tu cuerpo, ejerciendo cierta presión en él es para realizar prácticas físicas, en las cuales favorezca a la persona tanto en la apariencia, como en la mente, ya que la actividad física, estimula todo el cuerpo en conjunto, favoreciendo a disminuir la carga de estrés con la que se vive cotidianamente, además que se disminuye el riesgo de adquirir enfermedades cardiovasculares, prevenir también el sobrepeso y darle pase a la obesidad que al unir con deficientes hábitos alimenticios puede contraer hipertensión y diabetes que son ambos los asesinos más silenciosos que pueden existir en la actualidad (78).

Los resultados evidencian el adulto tiene acciones adecuadas para promocionar su salud y prevenir enfermedades, es decir que pese a todo de alguna manera u otra el adulto busca cuidar de su salud, como por ejemplo el lavado de manos antes de comer, después de comer, después de acudir a los servicios higiénicos, lavándose los dientes por lo menos después de cada comida, tener una correcta higiene al realizar el preparado de sus alimentos, cocinando bien los alimentos que son o vienen sucios del mercado, carnes, verduras, carbohidratos, etc.

Al analizar esta variable se encuentra coincidencia con la investigación de Aliaga. E, (79): Promoción de la salud y prevención de las enfermedades para un envejecimiento activo y con calidad de vida, donde especifica que el adulto no supera en su totalidad los 60 años de vida porque tienen un total descuido de su salud integral. Así también no asimila con la realizada en Ecuador por Calle. E, Naula. L, (80): Factores que Influyen en el Cumplimiento del rol del Personal de Salud en la Promoción y Prevención de la Salud de los Adultos Mayores que Acuden al Centro de Salud el Tambo y San Gerardo en la Troncal, Período 2018 cabe indicar que la salud bucal es de grata importancia para el ser humano, pues no existe persona que no mastique por lo menos tres veces al día para consumir alimentos, si estos no son

cepillados las materias restantes se quedarán entre los dientes generando mal aliento, caries, hasta posibles infecciones por una deficiente higiene (81).

La higiene es una serie de hábitos que inciden positivamente en la salud y previenen diversas enfermedades, y al mismo tiempo son más o menos acciones, la sencillez que todo ser humano debe seguir, es decir, no solo la responsabilidad del personal médico sino la responsabilidad del ser humano, estos hábitos se implementan desde edades tempranas, que es cuando los padres juegan un papel muy importante porque les enseñan a los niños cómo asearse y garantizar una buena salud, al reducir su exposición a enfermedades (81).

Cabe señalar que este grupo de adultos se preocupa por su seguridad e higiene física, ya que durante la entrevista se dieron cuenta de la higiene y la forma física, y así mostraron responsabilidad por su higiene personal. Saben que una buena higiene reducirá los riesgos enfermedades de la piel y respiratorias, entre otras. Del mismo modo, hay algunos adultos que restan importancia a la imagen personal junto con el mantenimiento de la limpieza, lo que indica una falta de interés en su propio comportamiento y, por lo tanto, muestra una irresponsabilidad en sus vidas. Cuidado personal, con mayor elemento de enfermedad.

El hecho de no asistir a controles odontológicos por lo menos 3 veces al año, produce riesgo de tener caries, mal aliento, posible riesgo a que haya infecciones en las encías porque no hay una higiene adecuada de estos, en la investigación presente los encuestados no acuden al odontólogo si no es por algún caso extremo porque se necesite extraer algún diente, porque se está saliendo la muela del juicio, o porque se tenga infección en las encías por múltiples causantes.

La salud sexual y reproductiva es un estado de completo bienestar físico, mental y social, incluidos los aspectos de la actividad sexual y la maternidad a lo largo de la vida, tanto hombres como mujeres tienen derecho a acceder a métodos seguros y eficaces de planificación familiar y salud pública, ya que esto permite a las mujeres garantizar un parto seguro y niños sanos y acomodados (82). En este estudio, la mayoría de los adultos en el momento de la relación sexual no se protegieron adecuadamente porque así lo manifestaron.

Afortunadamente, pocas personas conocen los métodos anticonceptivos y no cuidarlos bien puede provocar una variedad de infecciones, no disponible sin embargo, todavía hay adultos que se encuentran con estos problemas porque acuden al establecimiento de salud para informarse y poder protegerse de enfermedades infecciosas que puedan afectarlos, del mismo modo, cada vez son más las mujeres que se hacen un chequeo porque es muy importante para ellas porque tienen en cuenta que Más probabilidades de contraer cáncer y enfermedades de transmisión sexual, como infecciones del tracto urinario, todo lo cual apunta a eso.

Se relaciona con su sistema reproductivo porque la uretra y el área alrededor del ano están a una distancia más corta, mientras tanto a los hombres no les interesan los temas sexuales y siempre afirman que no tienen tiempo, por lo que temen acudir a los centros médicos, en la cual engloba la salud con todas sus perspectivas desde su salud mental hasta la salud higiénica (80).

El equilibrio de emociones, sentimientos es lo que va a determinar el estado de salud mental en el que se tenga , si una persona tiene demasiadas emociones fuertes y desafortunadas va a generar ansiedad en ella , produciendo inestabilidad emocional por todas las circunstancias, miedos y conflictos que se tenga, de ser una persona

inestable puede que opte por conductas desfavorables para su salud, generando un riesgo de adquirir malos o deficientes hábitos que colocaran en un estilo de vida no saludable para el individuo (83).

El positivismo es súper importante para la vida, porque si se tiene una actitud derrotada, triste y de bajas ganas de superación se van a quedar, frustrados, con muchas ganas del que hubiera sido de mi hubiese hecho eso o aquello, es por eso la gran importancia de tener la mente ocupada, no en problemas, pero si se puede despejar saliendo a pasear a un parque cercano solo, o con amigos, familiares, incluso las mascotas, como medio de motivación para generar cierta empatía por nuestros actos.

La seguridad vial y la cultura del tráfico son caminos humanos, las personas sienten, viven y piensan a través de sus actividades diarias empaca y muévete porque lo que importa es cómo nos expresamos en estos lugares para prevenir accidentes el impacto en la vida lo menos posible que se necesita comportamiento adecuado en la carretera, buena orientación de seguridad, la carretera, que es prevenir los accidentes de tráfico, porque eso es lo que hacemos, proteger nuestra salud y la de las personas para evitarlas, mínima funcionalidad y nos permite movernos libremente en el campo de la seguridad vial y la cultura del tráfico, los adultos piensan cuando conduce o viaja en el coche, abróchate el cinturón de seguridad (84).

Precauciones para su gente, cuando cruzan la calle dicen que van a lo largo del paso de peatones, respete los semáforos y utilice rara vez se usan los teléfonos celulares por temor al robo y son parte de agresión física, todos muestran su cultura y respeto las reglas de tránsito debido a lo anterior, la mayoría de los adultos introduce medidas inadecuadas de promoción y prevención de la salud, por lo que

deben cuidarse más para hacer mejor ejercicio tomar el control de su salud para que puedan reducir enfermedades o tienen un control adecuado sobre su proceso de envejecimiento para que ocurra con éxito.

Respetar sus valores y preferencias que todos los adultos tenemos, sin embargo, los trabajadores de la salud y las autoridades deben esforzarse por promover campañas de salud, jornadas educativas, estrategias de salud y eventos sociales que enfatizan la importancia de la buena alimentación, la actividad física, la salud, la calidad y, sobre todo, el examen físico para prevenir enfermedades y promover el bien estilo de vida.

Al obtener los resultados se obtuvo que el adulto de la habilitación 1 de agosto si tiene acciones adecuadas, es frente a estos resultados es recomendable que el positivismo continúe, que las ganas de hacer bien la cosa siga, con ayuda del personal de salud, se puede superar cualquier duda que se tenga, y con el apoyo del personal de salud de la Posta de Yugoslavo se logre mejorar todos los problemas presentados además como personal profesional de salud, se propone como estrategia de mejora que el adulto realice actividades que sean favorables para su salud, ya que ayuda de manera muy favorable a la labor de enfermería porque será más fácil que realicen los cuidados que el personal de enfermería cumpla sus intervenciones, ya que cuando el adulto es más reacio de obedecer las órdenes del personal de salud hay más demora en sus avances porque tienen menos posibilidades de tener actividades y acciones adecuadas.

Tabla 3

Del 100% (120) del adulto de Habilitación Urbana 1º De Agosto, la totalidad es decir el 100% (120) tienen estilo de vida no saludable.

Las conclusiones de la tabla tienen similitud con la de Milla. J, (58): Estilos de vida saludable. Salud del adulto, donde detalla que la totalidad de los adultos encuestados tienen un estilo de vida no saludable, no obstante, difiere con la investigación encontrada por Mora. F, (58), Estilos de vida del adulto maduro en el asentamiento humano ciudadela Pachacútec sector B3, Ventanilla, Callao – 2019. donde detalla que casi la totalidad tiene estilo de vida saludable, es así que se puede discernir que todos los adultos tienen unos deficientes hábitos que coloca en estilo de vida no saludable, estas sin causadas por deficientes conductas cotidianos, desde la alimentación hasta las horas de sueño en las que duerme y descansa el adulto de la Habilitación Urbana.

La persona es capaz de tener control y lo suficiente capaz de tomar decisiones de sí mismo, cada individuo es libre y tiene la independencia necesaria para decidir sobre su salud, si a sabiendas opta por tener deficientes conductas para su vida, ya dependerá solo del cambiar su estilo de vida, a estos hábitos independientes y que generan un estilo de vida beneficioso para su salud por supuesto está relacionado con la actividad física (84).

En la literatura es equivalente al movimiento de todo el tronco y piernas, incluyendo movimientos fuertes saltos, brincos, para favorecer al sistema cardiovascular, cardio cerebral, disminuyendo el riesgo de adquirir enfermedades silenciosas tales como la hipertensión, un accidente cerebro vascular, un derrame facial , problemas cardiacos, riesgo a un ataque cardiaco, además que mejora el semblante del adulto , como su humor, al realizar actividad física disminuye el estrés , además el estrechamiento de relación con la fe ante Dios , es un proceso de madurez, el cual uno conoce que es necesario reunirse a Dios mediante oraciones para acercar

nuestras vidas en la fe religiosa, teniendo buenos caminos, sin dañar a nadie y apoyar a quien lo necesite (84).

El estrés, es causante de muchas enfermedades que con el transcurso del tiempo desencadenan cambios en el estado de ánimo y asimismo problemas al tener relación cordial con la sociedad, también tener problemas de ansiedad, depresión, cambios de ánimo de repente, bipolaridad, a esto se relaciona la alimentación del adulto , que si se recarga de comidas rápidas, hipercalóricos, hipergrasas va a ser la peor fusión de cosas existentes, desencadenando problemas de diabetes, hipertensión, sobre peso, obesidad, etc.

Muchas de las personas, en su mayoría, adultos que tienen la costumbre y mal hábito de comer sin tener hambre o comidas extras a las necesarias, son esas mismas personas que consumen comidas rápidas, generando problemas en su salud, tanto en su ánimo, su peso, su hígado, generando el hígado graso, produciendo cirrosis, cáncer de hígado, cáncer de estómago, porque consumen productos enlatados, con muchos químicos y preservantes que son altamente riesgoso para la salud.

Los adultos actualmente solo buscan mantener sus pensamientos del día a día preocupados por el futuro y el mañana, aunque la vida no es fácil, los adultos ellos son los que llevan más cargas y responsabilidades y dejan de lado su vida espiritual y su amor por sí mismo, siendo capaz de sentir la importancia y el amor de los demás, por supuesto algunas personas viven en un mal ambiente y aprenden de él madura y avanza para que te digan que no es fácil, pero el logro es porque confían unos en otros, pocos adultos están satisfechos con lo que han logrado tal vez no sea lo que esperaban.

Así que a los adultos les cuesta hacer ejercicio ya sea porque trabajan o porque son vago o sus responsabilidades en el hogar, dejando de lado su apariencia, llevando vida sedentaria; decir que estilo de vida también se refiere a la actividad física actuar solo porque no hacer ejercicio puede empeorar la postura porque después de los 30 años, las fibras musculares han comenzado a perder, porque el ejercicio es una forma saludable de salir de la rutina y ayudar a combatir el estrés, mejora la autoestima, reduce las enfermedades cardiovasculares, reduce la presión arterial alta, ayuda a mejorar el sueño.

El estilo de vida es un conjunto de actitudes desarrolladas por él personas de forma individual o colectiva para conocer nuestras necesidades y capacidad para satisfacer nuestro crecimiento personal, con la importancia de la actividad física, una alimentación sana y natural, es decir que están sanos o que pueden estar sanos, pero los comportamientos incluyen ejercicio y sueños nocturnos, dieta, estrés, higiene personal y comportamiento sexual entre otros (85).

Un estilo de vida saludable son los hábitos que seguimos en nuestra vida diaria, nos hace más saludables y menos restringidos. las actividades encaminadas a lograr una vida saludable tienen dos vertientes la dieta principal, el ejercicio, el ocio y el mantenimiento buena autoestima, estos hábitos saludables están destinados a prevenir enfermedades, físicamente, mentalmente y al impedirnos llevar una vida sana y buena, que una persona visita menos al médico y mejora cada día (86).

Un estilo de vida poco saludable según la Organización Mundial de la Salud, la salud causa 16 millones de muertes cada año, la meta de la organización es reducción del 25% en víctimas de tabaquismo o diabetes. Al mismo tiempo, las enfermedades no transmisibles como el estilo de vida poco saludable, muestra preocupación por los problemas de salud mostrados por los consumidores,

tabaquismo, abuso de alcohol, sedentarismo o comida rápida. En este caso, no se trata específicamente de ataques de virus, sino de tipos malos.

Los hábitos adoptados por la sociedad actual desde entonces en los países desarrollados son limitados para que no se extienda por todo el mundo (87). Para la responsabilidad de la salud, eso significa en nuestra salud porque decidimos si queremos estar sanos o no, también puede percibir nuestra capacidad de modificar peligros asociados con nuestro medio ambiente (88).

Asimismo, la responsabilidad por el bienestar de los adultos es muy importante menos importante porque no les importa la nutrición, beneficioso para la salud porque no saben identificar los alimentos en grasas saturadas y alto contenido de sodio desde el grupo de bajos ingresos no los ayude a acceder a alimentos nutritivos que no sean los conocimientos que aportan a la hora de elegir determinados alimentos también mostrar falta de interés en la actividad física por falta de tiempo.

Se dedican a trabajar para cubrir los gastos de la casa a su vez muy poca gente tiene que ir a hacerse exámenes médicos, por lo que en general, mucha, los adultos se automedican, y además consumen muy poca agua y esto puede conducir a la deshidratación más tarde más complejo con el tiempo. Se ha demostrado que la actividad física es una de las importante en la prevención de enfermedades, por eso los centros de salud se fomenta la actividad física para la salud y el estilo de vida.

Deben elegir en su tiempo libre y una vez haz que sea un hábito diario reducir el sedentarismo, sin ser una obligación desagradable (86). Por lo tanto, los resultados de la encuesta indican que menos de la mitad realiza actividad física para llevar una vida estable dicen que no tienen la costumbre de hacer ejercicio, ahí está el cuerpo, el hombre se vuelve rígido y se acostumbra a la forma de vida que lleva diariamente;

Pero hay otro grupo de adultos que hacen actividades físicas, como caminar, correr y andar en bicicleta, les da confianza para trabajar en la comunidad.

La nutrición se refiere a los nutrientes que componen nuestro cuerpo relacionado con el proceso posterior a la ingesta, la asimilación y digestión de los nutrientes por parte del organismo (87).

Según la Organización Mundial de la Salud, la nutrición es el consumo de alimentos, esto significa que el cuerpo necesita alimento, una alimentación equilibrada y completa ya que es uno de los pilares de la salud, para fortalecer el sistema inmunológico y evitar los calambres menos enfermedad entonces goce de buena salud (78). En los resultados obtenidos, hay menos de la mitad de adultos que portan una dieta equilibrada beneficiosa para el organismo, para el desayuno le recuerdan las personas que consumen avena, quinua, siete granos, avena y shampoo en cuanto al almuerzo, comen sopa, pescado, carne y pollo, con agua o agua dulce natural. Sin embargo, hay adultos que no tienen buena estabilidad.

Ni un buen trabajo estable, por eso eligieron la comida a precio bajo, gira por su punto este es un comportamiento normal y algo normal por un simple hecho. Todos hacen eso, porque de adultos están en plena decadencia, enfermedades de las que pueden arrepentirse más tarde cuando vengan a trabajar los ancianos, el crecimiento espiritual y la vida son dos iglesias y dos personalidades para todo el cuerpo y cada órgano, como la vida humana, está ahí.

Presencia de signos de mayor crecimiento espiritual de fuerza, nutre el cuerpo humano (89). Los resultados obtenidos muestran que los adultos tienen buena cercanía con Dios, relataron que les ayuda mucho porque en el pasado de cada logro o meta, vete y vete a casa, solo reza se sienten nutridos hacia el ser espiritual. Al mismo tiempo, los adultos sentirse satisfecho con todos sus logros en la vida, porque

según ellos, cuando se esfuercen, recibirán recompensa y esto resulta comportarse con sus seres queridos. Por lo anterior, se puede analizar que los adultos debes prestar atención a su estilo de vida ya que los resultados obtenidos tengan en cuenta que más de la mitad de los adultos no tienen buen estilo ponen en riesgo su vida y la de sus padres

A cualquier edad se pueden contraer diversas enfermedades por lo tanto, el personal médico debe educar a los adultos, realizar programas de hábitos saludables y sesiones de asesoramiento, en cuanto a la alimentación saludable y la higiene, a algunas personas les resultará difícil, pero para su felicidad solo necesitan bañarse, manos después de ir al baño, antes de comer y después tocar cosas sucias, cepillarse los dientes y comer alimentos ricos en nutrientes proteína, previene diversas enfermedades. Así mismo, los adultos deben seguir las tutorías que ofrece el MINSA, DIRESA, que entre otras cosas su objetivo es lograr buenos resultados en el futuro.

Asimismo, el adulto es responsable de sus decisiones saludables o no, muchos de ellos simplemente toman medidas, pero no saben si es saludable bueno para su salud y todos son libres de cuidarse a sí mismos eso es todo lo que hacemos y pensamos, pero sucede que los adultos no están involucrados practica cosas saludables que son malas para tu salud y tarde o temprano tendrás la tuya influencias. Además, pocos adultos se toman en serio de qué se trata la vida espiritual, pero no se trata solo de ir a la iglesia, se trata de madurez. lo que un individuo logra en su vida espiritual y en la comunión con Dios participar activamente en la denominación a la que pertenece y mantenerse fiel a sus creencias.

Como profesional de enfermería se propone como estrategia de mejora ,realizar visitas domiciliarias , brindando apoyo , de tal manera que el adulto se desahogue

con un personal profesional y se sienta escuchado, apoyado, disminuyendo la carga de estrés, la ansiedad y la depresión, saliendo a campo para brindar apoyo emocional ya que muchos de los adultos no tienen a algún familiar o amigo que ayude a mejorar la condición anímica del mismo, para evitar complicaciones a causa de estos problemas de salud mental, el establecer un vínculo con alguna religión es favorable para sentir el amor de Dios en los corazones y así disminuir la carga emocional, afrontando problemas con soluciones buenas y favorables para su salud.

Tabla 4

Del 100% (120) de los adultos de Habilitación Urbana 1° de Agosto Nuevo Chimbote; el 56,6% (68) no cuentan con ayuda de sentimientos, el 52,5% (63) disponen de ayuda material, el 53,3% (64) no realizan actividades que los pueda distraer, mejorar sus horarios libres para disminuir la ociosidad, siendo el 61,6% (74) no cuentan con personas que les brinden afecto.

De lo obtenido se encontraron estudios con respuestas similares al nuestro tal como el de:

García, M, (85): Apoyo social en adultos mexicanos: validación de una escala. donde narra e sus resultados que más del cincuenta por ciento no reciben ningún apoyo ni afectivo ni emocional, ni tampoco con actividades que puedas relajar su mente, ni tampoco con actividades recreativas, ni personales ni familiares, no obstante, la Soto. D, Santos. N, (86); Calidad de vida y apoyo social percibido en adultos mayores. Rev Ciencias Médicas detalla que difiere con lo obtenido ya que casi todos los adultos del estudio si tienen algún familiar o amigo que brinde apoyo emocional y afectivo, además que si realizan actividades de relajación personal y grupal.

Según los resultados que se obtuvieron en la presente investigación científica, se sabe que más del cincuenta por ciento no recibe ayuda emocional, no tienen familiares o amistades que les brinden calidad caritativa, cariño, amor, comprensión, ya que muchos de ellos se apartaron de sus familiares al formar su propia familia, cabe señalar que esta presencia o cercanía de familiares y amigos en la vida cotidiana es importante porque así ya el individuo no tiene soledad en su corazón, es más fácil que tenga depresión porque no tiene a nadie con quien pueda conversar o pedir un consejo, es así que esta variable forma parte importante para el estilo de vida del mismo (87).

La ayuda de cosas materiales quiere decir , que el adulto percibe algún apoyo monetario o de alguna materia en conjunto de elementos para la vida diaria, para que pueda solventar su hogar, e este aspecto específicamente es la ayuda de alimentos , o materiales de construcción para fortalecer su vivienda (78).La ayuda de cuestión de afectos está relacionado directamente con el cariño que sienten otras personas con el individuo en estudio, en lo cual la manera más evidenciaste de percibirla es mediante ósculos, caricias, abrazas ,es un método que con una vez al día es suficiente para ejercer cierta felicidad en quien lo necesite (79).

Los adultos que fueron muestra del presente estudio no tienen ayuda de familiares o amigos que le muestren o manifiesten cariño o afecto, es por eso que son muy frecuentes a padecer de depresión, estrés porque a esto se le agrega que no tiene con quien hablar, pedir consejos, dar ayuda, recibir ayuda, realizar actividades recreativas, actividades desestresantes, es por eso que tienen sentimientos de insuficiencia personal. Muchos de los adultos necesitan que alguien los escuche, los entienda, alguien que los haga sentir acompañados y que no están solos para afrontar alguna adversidad que la vida les presente.

Es necesario precisar que la ayuda emocional y afectivo no lo brinda cualquier persona, quien ejerce esta actividad es un adulto con mucha empatía por los demás, con mucho poder sentimental para servir de consuelo con otras personas, sin afectarse ella misma, además con la madurez exacta para poder brindar buenos consejo y ser una persona de bien, para no acercarse a quien lo necesite por beneficio propio, o alguna persona con malos hábitos porque esto sería de enorme riesgo, ya que si tiene algún vicio, puede orientar mal a quien necesite de ayuda sentimental y al ver la carencia que existe en su vida por ausencia de personas en su vida puede tener vicios y sería más complicado salir de ahí.

Los resultados evidencian que el adulto de la Habilitación Urbana 1 de agosto no tiene quien le brinde ayuda sentimental, es decir nadie le muestra afecto, ni tampoco cuenta con alguien que le brinde alguna actividad de relajación , de prevención frente al estrés, siendo este el principal causante de falta de sueño, pocas horas de descanso, desconcentración, estrés, depresión, donde no pueden desempeñar su función laboral por la carga emocional y de estrés que tienen, como propuesta de mejora , como profesional de enfermería se recomienda como estrategia de mejora brindar apoyo emocional y anímico, mediante visitas domiciliarias, acompañamiento al adulto, seguimiento del caso, a la localidad de 1 de Agosto y brindar esa calidez humanitaria por la cual se caracteriza la carrera profesional de Enfermería para prevenir enfermedades y promocionen la salud para mejorar el estilo de vida del adulto de la zona.

Tabla 5

Al relacionar la variable edad con estilos de vida haciendo el uso del estadístico chi cuadrado de independencia ($X^2=6.21$ y $P\text{-valor}=0.044$) encontramos que si existe relación, así también las variables sexo, grado de instrucción, religión,

estado civil, ocupación, ingreso económico, seguro y apoyo social encontramos que no existe relación estadísticamente significativa.

Los resultados de esta investigación tienen una similitud al estudio realizado por Núñez. M, (90): Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Huasta – Bolognesi – 2018. donde concluye que no hay relación estadísticamente significativa entre estilos de vida y los factores biosocioculturales: sexo, religión y estado civil.

Así también, los resultados de esta investigación se difieren al estudio realizado en Pacora Lambayeque por Vélchez. K, (91) . Factores Sociodemográficos Asociados a la Participación Social. Centro Integral del Adulto Mayor de la Zona Urbana, Pacora 2018 que concluye que si existe relación significativamente entre las variables sociodemográficos con la participación social. De este modo en esta investigación no hay relación entre las variables como en los factores sociodemográficos, lo cual el sexo que más prevalece es femenino ya que las mujeres es considerado como cuidadoras de su hogar pero no dejando de lado que las malas costumbres se heredan; esto quiere decir que si sus padres no educaron en ellas como en ellos la higiene, una buena alimentación, la actividad física y lo importante que es amarse uno mismo; ahora que ellos son adultos reflejan la misma educación que obtuvieron de sus padres.

Con respecto a la edad si existe relación con los estilos de vida por lo cual los adultos maduros suelen tener un estilo de vida no saludables ya que prefieren comidas rápidas para lograr tener más tiempo, algunos no toman desayuno, otros se enfocan más en su cuerpo que no se alimentan adecuadamente a pesar que hay medios de comunicación que informa ellos prefieren no ejercer una vida saludable.

El apoyo social no existe relación estadísticamente significativa con las variables, por lo tanto cuando el adulto piensa en sí mismo deja de lado de poder ayudar a otras personas, aun con el dinero que pueda uno disponer no ayuda al que necesita porque el egoísmo todavía existe, podemos decir que los individuos viven en un mundo inseguro, por eso muchas personas no apoyan a sus prójimos porque piensan que pueden aprovecharse de la nobleza que puedan tener, así como también vemos en las calles que mujeres son violentadas y nadie hace nada por ayudar, que pasa con esas mujeres y varones que no tienen apoyo emocional, afectivo o material son adultos vulnerables ante una sociedad que no se conmueve por otra persona que pueda pasar por malos momentos (92).

Existen mujeres y varones adultos que callan por miedo a estar solo, que perdonan golpes y tantas ofensas; esto me lleva a una reflexión que las palabras son tan poderosas que lo usan negativamente como podemos referir que las palabras duelen más que un golpe, porque son las que penetran la mente y se instala en ella y transforma al adulto sintiéndose insegura (o), con miedo, tristeza y se sienten que no valen nada que se merecen lo peor pero no es así; estos actos son ocurrentes que están camuflados como bromas que llegan al punto de causar heridas profundas en la estabilidad emocional y psicológico del adulto que está afectado.

Por eso la autoestima y el amor propio de una persona es fundamental porque así se dará uno cuenta de las intenciones o del entorno en que se encuentra y decidir lo correcto. Asimismo, podrá reflexionar si es feliz, si tiene paz consigo mismo y la tranquilidad que necesitan, el apoyo emocional muchos adultos no lo consideran importante lo cual están errados, porque la autoestima es fundamental en nuestra vida diaria para tomar decisiones en beneficio de uno mismo por su salud.

Afecta directamente la salud del individuo como diabetes, enfermedades cardíacas, dolor articular y muscular no solo eso sino también a nivel psicológico generando baja autoestima por lo tanto se propone como estrategia de mejora que invocar al adulto a la reflexión sobre el estilo de vida que lleva, ya que ellos están en una etapa de cambios de la cual necesita su cuerpo una alimentación adecuada y equilibrada, asimismo puedan organizarse en tener una lista de comidas saludables y sobre todo visitar a un psicólogo para que le brinde apoyo emocional resaltando que en el establecimiento de salud se tiene el servicio de psicología y mediante esto darle alternativas de cómo solucionar sus problemas y mantenerse sano mentalmente ya que es fundamental para poder seguir proyectándonos en nuestra vida cotidiana.

Tabla 6

Del 100% (120) de los adultos que viven en la habitación urbana primero de agosto el 53% tiene acciones de prevención y promoción adecuado Mientras que el 31% tienen un estilo de vida inadecuado. En esta tabla nos sirve para saber la conexión que existe entre la promoción y la prevención de la salud con el estilo de vida al realizar esta prueba chi-cuadrado los resultados arrojaron que no son significativos es decir no existe relación entre ambas variables.

Se encontraron investigaciones que difieren con los resultados encontrados tal como la investigación de Zorrilla. A, (93); Estilo de vida saludable en adultos de la Ciudad de Trujillo,2020 que en su investigación concluye que el 13.3% tienen un estilo de vida saludable práctica actividad física por más de 30 minutos al día así alimentan balanceadamente el 21, 7% tiene manejo de estrés adecuado el 27% tiene una buena nutrición y alimentación balanceada mientras el 30% tiene responsabilidad con su salud, es por eso que tiene un estilo de vida saludable y el 38, 3% tienen

relaciones interpersonales con la comunidad de manera favorable y el 46.7% tiene un desarrollo espiritual adecuado.

El estilo de vida saludable de la mano con las conductas y comportamientos que la persona tenga en su día a día esto engloba individualmente a la salud pública es decir qué ciertas conductas personales que son favorables para la comunidad van a ser de manera adecuada para que la comunidad de un estilo de vida saludable, no obstante si el individuo tiene malos hábitos malas conductas deficiente conocimiento con respecto a la salud y la prevención de enfermedades Esto va atribuir a que la comunidad se contagia de ese desconocimiento y repita ciertas conductas inadecuadas para la salud, sin embargo el estilo de vida para nuestra teorista Nola Pender es un patrón que tiene diversas dimensiones que la persona realiza en su vida en su día a día que van estandarizar y colocar posicionar.

La presente investigación científica no existe relación estadísticamente significativa entre promoción a la salud y estilos de vida porque no específicamente formas un estilo de vida con la promoción de la salud, los humanos han ido cambiando y modificando su estilo de vida tales como su alimentación porque antes era de manera más natural ahora consumen alimentos hipersódicos, hipercalóricos altos en azúcar Qué son los principales causantes de enfermedades crónicas no transmisibles degenerativas para la salud.

El adulto es independiente al elegir su estilo de vida su estilo de vida sus hábitos sus conductas sin que alguien le diga sin que alguien le investigue sobre las consecuencias de sus actos el adulto es lo suficientemente consciente de que al tener malos hábitos de vida va a tener menos años de vida porque ciertas conductas ciertas alimentaciones la falta de actividad física va hacer que se inician los problemas de

sobrepeso obesidad dándole pasó a enfermedades crónicas enfermedades cardiovasculares sin embargo si el adulto es consciente y decide cambiar su estilo de vida y realiza actividades físicas más frecuentes cambia su manera de alimentarse duerme las horas correctas evita consumir alimentos o comidas con preservantes su estilo de vida va a ser saludable.

Se propone como estrategia de mejora como profesional de enfermería, al adulto que realice actividad física por lo menos de 20 a 30 minutos por 3 veces a la semana, para mejorar la condición física, disminuir el riesgo de tener complicaciones de sobrepeso, obesidad, desencadenando alto riesgo de contraer enfermedades cardio y cerebrovasculares, además de la posibilidad de ser pacientes crónicos de hipertensión diabetes, además recomendando al personal de salud especialmente de enfermería de la posta Yugoslavo de realizar campañas de concientización para el mejoramiento de la salud y prevención de enfermedades.

Tabla 7

Del 100% (120) adultos encuestados, el 16% no tiene apoyo social mientras el 104% si tiene apoyo se social en esta tabla se dio a conocer que la relación entre la promoción de la salud y el apoyo social con la prueba chi-cuadrado no es significativo Es decir no existe relación entre ambas variables.

Se encontraron investigaciones qué difieren tales como la de:

Delgado. D, Y Flores. C ,(94): Determinantes de la salud de los adultos del Barrio de Huracán – Huari – Ancash, 2019 en la cual concluye que no existe relación estadísticamente significativa entre el apoyo social y actividades de vida diaria chi cuadrado igual difiere con Ellen. K, (95) : Determinantes de la salud de los adultos

de Huaraz, Ancash, 2018, el autocuidado se relaciona con el cuidado propio de la salud es decir sin que alguien a grave o ayude al cuidado de la salud individual.

La promoción de la salud es un proceso en el cual genera la atención integral el cual es asociada a una definición de asistencia de la prevención de la adaptación social a los problemas económicos y sociales que se nos presente para poder realizar en la vida la educación de la salud es un instrumento la clave el cual afecta cada nivel de atención integral la promoción y la educación de la salud responde a necesidades de la salud las cuales se plantean en una comunidad como el problema de salud para que siga el personal médico de salud de enfermería específicamente genera estrategia de salud como campañas visitas domiciliarias sesiones educativas promocionando la salud para prevenir enfermedades (69).

La prevención y promoción de la salud Está en un lugar privilegiado en las personas en la familia y en conjunto a la comunidad para garantizar una mejor calidad , los enfermero están dispuestos para ayudar a la relación entre los individuos personas comunidades con el personal de salud desde el punto de vista de la comunidad hay una estrechez en relación con respecto a través de estos talleres que se van realizando de manera accesible para toda la comunidad según el puesto de salud al que se le dé la facilidad mejorar la salud (69).

En la tabla no existe relación en la promoción de la salud y el apoyo social para que el individuo pueda brindar o recibir apoyo no necesariamente alguien tiene que promocionar le temas de salubridad para que él le nazca el deseo de cambiar su estilo de vida y tener su propio apoyo en el mismo pero si alguien desconoce de alguna manera ciertos temas es ahí donde debe entrar el personal de salud específicamente la enfermera para visitar a la comunidad domiciliarias para crear campañas de salud mediante sesiones educativas demostrar lo que se pueda para que

la persona conozca cuáles son los principales problemas de salud y cuáles son las principales estrategias de cambio para que mejore su situación de salud.

Así también el apoyo emocional y la promoción a la salud van de la mano puesto que el estado anímico influye mucho en el estado de la salud en el que se va a colocar. Si una persona se encuentra con mucho estrés con problemas económicos con problemas familiares es difícil que tenga un buen estilo de vida puesto que no va a querer realizar actividad física no se va a querer alimentar adecuadamente las horas de sueño no van a ser completas es por eso que el apoyo emocional influye directamente con el estado de salud en el que se va a encontrar el adulto.

Si no se educa a los adultos de consciencia de salud una vida correcta se va a ir desviando poco a poco del camino correcto porque va a estar preocupado por problemas ajenos por intentar solucionar vida ajena dejando de lado su propia vida su propia familia es por eso que todo va a relacionarse estrechamente todo es psicológico también porque uno tiene que ponerse firmes frente a la vida que se nos presente y está en cada quien cambiar su situación para mejorarla no para ponerla más deficiente de lo que ya está.

Se plantea como propuesta de mejora siendo profesional de enfermería a que los adultos deben reservar un horario para distraerte, ya sea en compañía de familiares o amigos, este por otro lado, mejora la salud mental al ayudar a estimular y distraer el cerebro, también se deben fortalecer las relaciones familiares, logrando así este rudeza entre los miembros de la familia, especialmente involucramiento en ella actividades realizadas en la comunidad para crear cohesión entre vecinos siempre que exista una campaña de promoción o prevención de la salud, estimular a que el adulto se relaje, que sienta un respiro al día cotidiano, la rutina, las responsabilidades, para que disminuya toda la carga emocional y de estrés que sienta.

VI. CONCLUSIONES:

- En los factores sociodemográficos de los adultos en la Habilitación Urbana Progresiva primero de agosto Nuevo Chimbote, casi la totalidad son adultos de sexo femenino, de 36 a 59 años con secundaria casi la totalidad es de religión católica la mitad son casadas casi la totalidad es ama de casa casi la totalidad tiene un ingreso mensual de 850 a 100 nuevos soles, casi la totalidad tiene sistema de salud SIS y las acciones de prevención de la salud son adecuadas en su totalidad, por eso se recomienda como estrategia de mejora que las mujeres ya que ellas están más dedicadas a sus hogares y también trabajan para generar un ingreso de lo cual es necesario para cubrir sus necesidades, de que puedan seguir estudiando a través de cursos online y así puedan tener más conocimiento y más oportunidades de trabajar o tener su propio negocio para sobresalir y mejorar su calidad de vida a través de su esfuerzo.

- La totalidad de adultos tiene acciones adecuadas de prevenir enfermedades y promocionando su salud, es por ello que se recomienda que el personal de salud acuda a la zona en estudio para seguir educando con respecto las acciones correctas que el adulto opta por su vida, se recomienda como estrategia de mejora que se siga con el optimismo adquirido que conllevan a tener actitudes y hábitos adecuados para disminuir el riesgo de contraer enfermedades degenerativas y perjudiciales.

- La totalidad de adultos tiene estilo de vida no saludable y el apoyo social más del cincuenta por ciento de los adultos no cuentan con alguien que les brinde aprecio, amor, ni tampoco realizan actividades recreativas, se recomienda que de inmediato se realicen campañas de salud para sensibilizar a

las personas adultas, para hacer un cambio de estilo de vida y mejorar sus hábitos cotidianos, se recomienda estimular al adulto para que se concientice frente a los deficientes cuidados que tiene en su vida diaria, para lograr modificar el estilo de vida, apoyando a que se prolonguen los años de vida.

- Al relacionar las variables sociodemográficas y hábito diario y apoyo social del adulto se encontró que si tiene relación el grado de instrucción la ocupación y el ingreso económico con el estilo de vida, es por eso que sería adecuado que las personas que tienen menos ingresos económicos y menor grado de instrucción reciban apoyo directo y muy educativo del personal de Enfermería del posta yugoslavo, es recomendable identificar a los adultos que tienen menos capacidad intelectual, menor ingreso económico, para brindarles apoyo de concientización para proponer estrategias sanitarias que sean favorables a su salud, mediante sesiones educativas ,domiciliarias .

- Asimismo, al relacionar las actividades preventivas con la promoción de la integridad de la salud y el conjunto de hábitos y conductas del adulto se encontró que el adulto tiene un estilo de vida no saludable y tiene adecuado prevención y promoción de la salud, es recomendable que el adulto al tener buenas acciones preventivas como el cuidado al salir a la calle en altas horas, evitan tener la basura en sus casa, tienen sus habitaciones ventiladas, sería muy bueno que lo acompañen de una buena alimentación, horas adecuadas de sueño, etc, es recomendable que los hábitos y conductas de los adultos sean modificados, mediante campañas de promoción de la salud y prevención de enfermedades, para conseguir un cambio cotidiano del adulto.

- Según la relación entre acciones de prevención y promoción de la salud y apoyo social en el adulto si tiene apoyo social y tiene inadecuada prevención

y promoción de la salud, es recomendable que mejoren sus situaciones sociales y lograr integrarse mejor con el vecindario y en conjunto mejorar sus actividades preventivas de enfermedades, es recomendable que el adulto acuda al establecimiento de salud para tener mayor información sobre los medios y métodos adecuados para prevenir enfermedades y prolongar los años de vida.

ASPECTOS COMPLEMENTARIOS

- Brindar los resultados de la presente investigación a la junta directiva de la habitación urbana 1° de agosto nuevo Chimbote, para que conozcan los resultados expuestos en la actualizar investigación científica para contribuir a los adultos y de esta manera cambien su estilo de vida para que se tengan una vida saludable para que prevengan enfermedades y de esta manera también individualmente aporte a la promoción de la salud.

- Asimismo, sensibilizar a los principales representantes del centro de salud Yugoslavia nuevo Chimbote porque este es quién va a ejercer sus estrategias sanitarias para la comunidad de primero de agosto para que puedan intervenir con actividades promocionales preventivas y sobre todo para incentivar a la comunidad de tener un estilo de vida saludable.

- Finalmente, esta investigación va a quedar como un antecedente local de la problemática de la habitación urbana 1 de agosto y los datos obtenidos van a portar a los estudiantes universitarios de la localidad para siguientes investigaciones con título similar.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS:

1. Organización Mundial de la Salud. Informe Técnico [Página de internet] 53^a Asamblea Mundial de la Salud. (Citado el 14 de abril del 2022) Disponible: https://apps.who.int/gb/archive/pdf_files/WHA53/sa14.pdf
2. Organización Mundial de la Salud: Informe técnico” Diez momentos clave para la salud mundial en el 2021” Citado el 14 de abril del 2022) Disponible: <https://news.un.org/es/story/2021/12/1501922>
3. Organización Panamericana de la Salud. Conferencia Sanitaria Panamericana 69.A Sesión del Comité Regional de la OMS para las Américas Programa y Presupuesto de la OPS 2018-2019. Washington, D.C. Citado el 14 de abril del 2022) Disponible en: <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/34467/CSP29-OD354s.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
4. Bolina, A. "Promoción de la salud en América Latina que enfrentan los adultos: potencialidades, desafíos y papel de la atención primaria en salud." (2021)..Citado el 15 de Abril del 2021.Disponible en: <https://repositorio.unne.edu.ar/handle/123456789/27691>
5. Peralta, M. "Promoción de la Salud en Ecuador-América Latina: variables e indicadores del método instruccional." *Boletín de Malariología y Salud Ambiental* 62.1 (2022): 108-115.Citado el 16 de Abril del 2022.Disponible en: <http://iaes.edu.ve/iaespro/ojs/index.php/bmsa/article/view/429>
6. Gomes, Y. "Representaciones sociales sobre el Programa Mais Médicos entre consejeros Municipales de salud de Brasil." *Revista Cubana de Salud Pública* 48.1 (2022). [Citado el 15 de abril de 2022]. Disponible en: <http://www.revsaludpublica.sld.cu/index.php/spu/article/view/1225>

7. OPS/OMS. Sistema Nacional de Salud de El Salvador y La Oficina Regional de Emergencias Sanitarias y Reducción de Desastres. Publicado 12 junio del 2021. [Citado el 13 de abril del 2022]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/emergencias-salud>
8. Berenguera, A. (2021). Modelos teóricos de promoción de la salud en la práctica habitual en atención primaria de salud. *Gaceta sanitaria*, 35(1), 48-59. Citado el 14 de abril del 2022. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0213911119302158>
9. MINSA. Ficha Técnica [Página de internet] Manual de implementación del Modelo del Cuidado integral de salud por curso de vida para la persona, familia y comunidad. Lima-Perú. 2021. [Consultado en 13 de abril del 2022]. Disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/fi-admin/rm-220-2021-minsa.pdf>
10. DIRESA. Informe de Gestión 2021 [On line]. Gerencia Regional de Planeamiento, Presupuesto y Acondicionamiento Territorial. Huaraz. [Citado el 13 de abril del 2022]. Disponible en: https://www.regionancash.gob.pe/doc_normativas/rggr/2021/061_2021_c72f783c4af9803fb60a879a3717fb02.pdf
11. Red de Salud Pacifico Sur. Puesto de Salud Yugoslavia. Oficina de estadística. Ancash. 2019. Citado el 16 de Abril del 2021.
12. Benites C. MINSA “Acceso a los servicios de salud de las personas viviendo con enfermedades degenerativas”. Lima, Perú. 96 2021 [Página de internet] [citado el 13 abril del 2022] Disponible en: https://rpmesp.ins.gob.pe/public/journals/1/imagenes/Simposio/2021-1/Acceso_servicios_salud_personas_VIH.pdf

13. Oficina de estadística. Ancash., Municipalidad Distrital de Nuevo Chimbote, Habilitación Urbana 1º de Agosto, 2019.Citado el 16 de abril del 2021.
14. Díaz S, Rodríguez L, Valencia A. Factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto de Cali Colombia, 2019. Citado el 20 de Abril del 2021. Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/26989>
15. Sosa D, García S, Oliva M; “Factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto Quito- Ecuador, 2019”, vol:2(1); pag:23-43.Citado el 20 de Abril del 2021.Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/22357>
16. Canguri P, “Factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción, estilos de vida y apoyo social del adulto Ciudad de Córdoba- Argentina, 2020” [Internet]. [Consultado el 18 de mayo de 2021]. Disponible en: <https://repositorio.ucss.edu.pe/handle/20.500.14095/1328>
17. Armijo F, Flores J. Factores biológicos, social y culturales relacionados con el nivel de autocuidado para la prevención de diabetes mellitus tipo 2 en el adulto maduro en la Ciudad de Madrid ,2020, pag:23.Citado el 19 de mayo del 2021.Disponible en: <http://190.116.36.86/handle/20.500.14074/4364>
18. Lorenzo K, Beas E.: Efectividad "protegiendo mi salud física" en el nivel de conocimiento sobre prevención de caídas en el adulto mayor, 2019. pag13 – 34.Citado el 19 de Mayo del 2021.Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/21209>
19. Palomino A, Mendoza A.“Factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción, estilos de vida y apoyo social del adulto de La Cruz-

- Tumbes,2019” [Portada en internet]. [citado 2021 mayo 2]. Disponible en:
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/80758>
20. Gomero R, Franja J. Factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción, estilos de vida y apoyo social del adulto de Puente Piedra Sector 1 _Lima,2019”. Rev. de Apoyo a la promoción de la salud. Citado el 2 de mayo del 2021.Disponible en:
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/27008>
21. Rios M. Factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción, estilos de vida y apoyo social del adulto de Jesus de Nazareth_Trujillo,2019”.Citado del 3 de mayo del 2021.Disponible en:
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/27102>
22. Vigo A. Factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Jesus Maria -Nuevo Chimbote,2019”. vol.21(7), pag:96. Disponible en:
<http://scielo.sld.cu/pdf/san/v21n7/san18217.pdf>
23. Vigo A. Factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Las Delicias- Nuevo Chimbote,2019”. Citado el 3 de mayo del 2021. Disponible en: <http://scielo.Fact.Sociodemograficos.cu/pdf/san/v21n7/san18217.pdf>
24. Sifuentes A, Argomedo Factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Las Brisas- Nuevo Chimbote,2019”.Citado el 4 de Mayo del 2021.Disponible en:
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/27031>

25. Arciga M. Biografía de Nola pender 2019. [Internet] .[Consultado el 02 de mayo de 2021]. Disponible en: <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/2829>
26. Pender. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión, 2018[Internet] .[Consultado el 02 de mayo de 2021]. Disponible en: <http://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v8n4/v8n4a3.pdf>
27. Cisneros T. Nola Pender: Teoria y metaparadigmas [Internet]. [Consultado el 02 de mayo de 2021]. Disponible en: <https://www.lifeder.com/nola-pender/>
28. Albornoz J. Nola Pender, Teoría del modelo de promoción de la salud. Y sus dimensiones. 2019. [Internet]. [Consultado el 02 de mayo de 2021]. Disponible en: <https://es.slideshare.net/fundamentos2012uns/nola-pender-13302121>
29. Organización Panamericana de la Salud. Salud pública y la Promoción de la Salud. 2019. [Internet]. [Consultado el 02 de mayo de 2021]. Disponible en : https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_topics&view=article&id=144&Itemid=40829&lang=es
30. Hernandez P .Definición de Edad la Adultez, Colombia. Revista Incresendo pag 20-30 Definición explícita. Citado del 10 de Mayo del 2021.Disponible en: <https://repositorio.uma.edu.pe/handle/20.500.12970/691>
31. Sifuentes ,A. Definición de Salud .Rev, pag 40 -75, Chile, 2019.Citado el 10 de Mayo del 2021. https://www.ama-med.org.ar/uploads_archivos/2147/Rev-1-2021_pag-18-25_Losardo.pdf
32. Organización Mundial de la Salud. Estilo de Vida [Internet]. [Consultado 12 mayo 2021]. Disponible en: <https://sersaludables.org/en-busca-de-un-estilo-de-vida-saludable/#:~:text=La%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de,f%C3%ADsico%2C%20mental%20y%20social%E2%80%9D>.

33. . Perez J, Gardey A. Definición de cuidado - qué es, significado y concepto. [Acceso el 26 de mayo del 2021]. Disponible en: <https://definicion.de/cuidado/>
34. Crespo M. Qué es un proyecto comunitario. Caracas. [Internet]. 2019 [Acceso el 27 de mayo del 2021]. Disponible en: <https://www.eumed.net/libros-gratis/2009c/575/QUE%20ES%20UN%20PROYECTO%20COMUNITARIO.htm>
35. Espinosa G. Educación para la salud. [Internet].2018. 10 de septiembre. [citado 2019 may 27]. Disponible en: <http://platea.pntic.mec.es/~jrui2/ast98/art40.htm>
36. Svetlana Doubova - Hannah Leslie - Ricardo Pérez Cuevas [página internet] “Cinco acciones que dependen de ti para una buena salud” Publicado Abril, 1ero del 2019. [citado el 21 de abril del 2022]Disponible en: <https://blogs.iadb.org/salud/es/buena-salud/>
37. Arias L, Carmona L. [Online] La educación para el autocuidado en higiene personal: Un aporte a la primera infancia. Puerto Caldas 2017[Citado el 23 de setiembre del 2020] Disponible en <https://repositorio.ucp.edu.co/bitstream/10785/4538/1/DDEPDH>
38. López Luna Ana María, [Revista Científica de la Escuela Universitaria de las Ciencias de la Salud: “La Mujer, la Salud Sexual y Reproductiva” [Departamento de Ciencias de la Enfermería] Volumen 6, Año No. 6, No. 1 / enero a junio 2019: (3-5) [Citado 17 abril del 2022]. Disponible en: <http://www.bvs.hn/RCEUCS/pdf/RCEUCS6-1-2019-2.pdf>
39. Instituto Nacional de Salud INS: SALUD BUCAL 2021 -2025. Lima, Perú. [citado el 18 de abril del 2022]. Disponible en: <https://web.ins.gob.pe/es/salud-publica/ent/salud-%20101%20bucal#:~:text=Para%20el%202021%2C%20el%20Instituto,Nacionales%20d%20e%20Investigaci%C3%B3n%20de%20Salud>

40. AGIFES [Página de internet] Personas con Problemas de Salud Mental Asociación Guipuzcoana de Familiares. España.2018 [citado el 6 de octubre del 2020] Disponible en: <https://www.plenainclusioncyl.org/proyectos/coordinacion-sociosanitaria/12>
41. MINISTERIO DE SALUD. [Online] Estrategias Sanitarias: MINSA Lima. 2019. [Citado el 23 de setiembre del 2020] Disponible en: https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/343478/Resoluci%C3%B3n_Ministerial_N_658-2019-MINSA.PDF
42. Hernández R, Fernández C, Bautista P. Metodología de la Investigación (4°ed.). 2006. México: McGraw- Hill. Actualizado el 2019.Citado el 12 de mayo del 2022.
43. Rojas M. Tipos de Investigación científica: Una simplificación de la complicada incoherente nomenclatura y clasificación [En línea]. Rev. Electrón. Vet. 2015.Actualizado el 2019 [Citado 16 mayo 2021]; 16(1): 1-14. URL disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/636/63638739004.pdf>
44. Organización de la Salud. Sexo y Salud. [Internet]. 2003 [Consultado 14 mayo 2019]. Disponible en el URL: http://sexosaludyenfermeria.blogspot.com/p/definiciones-de-la-oms_22.html
45. Instituto Vasco de Estadística. Nivel de Instrucción. [Internet]. 2008. [Consultado 14 Julio 2019]. Disponible desde el URL: http://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_395/elem_2376/definicion.html
46. Samuelson P. Definición de Ocupación. [Internet]. 2018. [Consultado el 14 de Mayo del 2021]. Disponible desde el URL: https://es.wikipedia.org/wiki/Paul_Samuelson
47. Coronel J, Marzo N. La promoción de la salud: evolución y retos en América Latina. MEDISAN. 2019, Jul [citado 2021 Mayo del 18]; 21(7): 926-932.

Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192017000700018&lng=es.

48. Gallar M. Promoción de la salud y apoyo psicológico al paciente (4ª edición ed.). Madrid: Thomson Paraninfo, 2006. Actualizado 2019, Publicado 2020, Citado el 20 de Junio del 2021.
49. Sanchez P, Peralta G. Estilo de vida, autoestima y apoyo social en estudiantes. [Documento en internet]. Perú, 2019. [Citado el 18 de junio del 2021]. Disponible en: <https://produccioncientificaluz.org/index.php/racs/article/view/29629>
50. Estilo de vida saludable [Internet]. 2018. [citado 19 de Junio del 2021]. Disponible en:
51. <https://sersaludables.org/en-busca-de-un-estilo-de-vida-saludable/#:~:text=La%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de,f%C3%ADsico%2C%20mental%20y%20social%E2%80%9D>.
52. Domínguez J. Código de Ética Para La Investigación. Uladech. 2019. [Online]. Chimbote. [citado el 13 de Junio del 2021]. Disponible en: <https://www.uladech.edu.pe/images/stories/universidad/documentos/2019/codigo-de-etica-para-la-investigacion-v002.pdf>
53. Alcasihuincha T. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro de la habilitación urbana progresista Golfo Pérsico - Nuevo Chimbote, 2019. [Internet] 2019. [Citado el 22.02.2022]. Disponible en: URL. <http://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/1145839>
54. Acuña J. Estilos de vida saludable y el apoyo social asociado a la depresión en adultos mayores que asisten al Club del Adulto Mayor en el distrito de Surco, 2018. [Internet]. 2019. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL. <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/7213>

55. Saavedra J. Factores sociodemográficos y eventos de vida tempranos asociados con la felicidad en adultos de Lima Metropolitana. Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública. [Internet]. 2020. [Citado el 22.02.2022]. Disponible en: URL. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1726-46342020000100042&script=sci_arttext
56. Leon K. Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales Del Adulto Maduro. Asentamiento Humano 10 De Setiembre – Chimbote, 2018. [Internet]. 2020. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL. http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19677/ADULTO_MADURO_ESTILO_DE_VIDA_Y_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_ALBA_MEJIA_MAYRELY.pdf?sequence=1&isAllowed=y
57. Alayo A. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Asentamiento humano Bello Sur - Nuevo Chimbote, 2016. [Internet]. 2019. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL. <http://repositorio.uladech.edu.pe/xmlui/handle/20.500.13032/8556>
58. Moreno E. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Asentamiento humano Casuarinas del Sur - Nuevo Chimbote, 2019. [Internet]. 2019. [Citado el 20.02,2022]. Disponible en: URL. http://repositorio.uladech.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/20.500.13032/15357/ADULTO_MADURO_ESTILOS_DE_VIDA_MORENO_LUNA_ELVA_YULIANA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
59. Mora F. Estilos de vida del adulto maduro en el asentamiento humano ciudadela Pachacútec sector B3, Ventanilla, Callao – 2017. [Internet]. 2019. [Citado el 10.02 2022]. Disponible en: URL.

https://repositorio.uclm.es/bitstream/handle/20.500.12872/285/Mora_F_tesis_enfermeria_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y

60. Palacios G. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los Adultos del Distrito de Llama- Piscobamba, 2018- [Internet]. 2018. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL.
http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/3350/ADULTOS_ESTILO_DE_VIDA_PALACIOS_MIRANDA_NUEVA_GRABIELA.pdf?sequence=4&isAllowed=y
61. Quiroz S, Guzmán M, Pérez L. Estilos de vida y factores sociodemográficos asociados en pacientes con Diabetes Mellitus. [Internet]. 2016. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL.
<http://revistas.ujat.mx/index.php/MHR/article/view/1563/1413>
62. Gutierrez M. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales en Adultos Mayores. Asentamiento Humano Villa Victoria- Nuevo Chimbote, 2020. [Internet]. 2021. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL.
<http://bibliotecavirtualoducal.uc.cl/vufind/Record/oai:localhost:123456789-1531828>
63. Rojas C. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto maduro. Asentamiento humano Victor Raul Haya de la Torre - Nuevo Chimbote. 2019. 90 [Internet]. 2019. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL.
<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/15357>
64. Guerrero J. Determinantes De La Salud En La Persona Adulta Del Asentamiento Humano Los Almendros-Tambogrande-Piura, 2015 [Internet]. 2019. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL.
<http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/11127/DETER>

[MINANTES SALUD GUERRERO VALLADOLID JESVY MARIVI.pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)

65. Saldana S. Determinantes de la salud en adultos jóvenes. Asentamiento humano ampliación Ramal Playa – Chimbote, 2018. [Internet]. 2018. [Citado el 20 de Febrero 2022]. Disponible en: URL. <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/7382>
66. Pacherres M. Todo sobre Sexo, Género e Identidad de Género. [Internet]. 2020. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL. <https://www.plannedparenthood.org/es/temas-de-salud/para-adolescentes/todosobre-sexo-genero-e-identidad-de-genero>
67. ECURED. Adulto. [Internet]. 2019 [Citado el 20.02.22]. Disponible en: URL. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186466/9789240694873_spa.pdf?sequence=1
68. González D, Jeong J, Picó G. La enseñanza de contenidos científicos a través de un modelo “Flipped”: Propuesta de instrucción para estudiantes del Grado de Educación Primaria. Enseñanza de las ciencias: revista de investigación y experiencias didácticas, 35(2), 71-87. [Internet]. 2019. [Citado 20 de febrero del 2022]. Disponible en: URL. <https://www.raco.cat/index.php/Ensenanza/article/view/324223>
69. Bataille, G. Teoría de la religión. Taurus. [Internet]. 2018. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL. <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=OzRvDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT8&dq=religion+&ots=EX2fb8CRil&sig=ZbtGpxehCROlr4mV80aW6Jf4tFI#v=onepage&q=religion&f=false>

70. Tubino F. La Partida de Bautismo y el Estado Civil de las personas. [Internet]. 2019. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL. <http://repositorio.pucp.edu.pe/index/handle/123456789/116367>
71. Esquivel V, Pereyra F. El estado civil y trabajadores del cuidado en Argentina: Reflexiones en base al análisis de tres ocupaciones seleccionadas. [Internet]. 2019. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL. <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/81564>
72. Alvarado R, Alarcon A, 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. Peru vol.35 no.1 Lima ene. [Internet]. 2018. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1728-59172018000100002&lang=es
73. Sánchez R, Melo J, Cepeda C, López Á, Muñoz J. El seguro de vida en Ecuador: un análisis comparativo. CienciAmérica: Revista de divulgación científica de la Universidad Tecnológica Indoamérica, 6(2), 48-54. [Internet]. 2019. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL. <http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/367/3671559007/3671559007.pdf>
74. Tejada C, Reyes J, Gómez S. Sistematización de una Práctica de Promoción de la Salud y Prevención de la Enfermedad, Dirigida a Adultos Mayores. Pontificia Universidad Javeriana, Cali. [Internet]. 2019. [Citado el 20,02,2022]. Disponible en: URL. <https://1library.co/document/ye8g0g0y-sistematizacion-practica-promocion-prevencion-enfermedad-dirigida-adultos-mayores.html>
75. Lozada C. Relación entre el conocimiento y la práctica de los adultos mayores sobre prevención de hipertensión arterial programa de adulto mayor Hospital

- General de Jaén 2016. [Internet]. 2019. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en:
URL. <https://repositorio.unc.edu.pe/handle/20.500.14074/1050>
76. Nutrición. [Internet]. 2018. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL.
<https://www.significados.com/nutricion/>
77. Habilidades para la vida. Centro de Recursos de Promoción y Educación para la
Salud. [Internet]. 2021. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL.
<https://www.medigraphic.com/pdfs/edumecentro/ed-2021/ed211p.pdf>
78. Noranis K. Higiene personal. [Internet] 2019. [Citado el 13 de Mayo 2020].
Disponible en: URL.
<https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/17167/1/UPS-CT008199.pdf>
79. Fundación española del corazón. la actividad física, el ejercicio y el
deporte.[Internet]. 2018. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL.
[https://fundaciondelcorazon.com/ejercicio/conceptos-generales/3150-que-
son-la-actividad-fisica-el-ejercicio-y-el-deporte.html](https://fundaciondelcorazon.com/ejercicio/conceptos-generales/3150-que-son-la-actividad-fisica-el-ejercicio-y-el-deporte.html)
80. Aliaga E, Cuba S, Mar M. Promoción de la salud y prevención de las
enfermedades para un envejecimiento activo y con calidad de vida. [Internet]. 93
2019. [Citado el 20.02.2020]. Disponible en: URL.
<https://rpmesp.ins.gob.pe/index.php/rpmesp/article/view/2143/2243>
81. Moyano S, Bayas S, Naula L. Rol educativo del profesional de enfermería en la
promoción de la Salud: Infección por virus de papiloma humana en adolescentes,
Centro de Salud Indio Guayas 2018-2019. [Internet]. 2018. [Citado el
20.02.2022]. Disponible en:
URL. <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/41597>
82. Llanos L. La higiene, su importancia y relevancia en la salud [Internet]. 2019.
[Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL.

<https://cuidateplus.marca.com/sexualidad/pareja/2016/07/29/diez-habitosmejorar-salud-sexual-113357.html>

83. Manrique L. Estilos de vida saludable. Salud del adulto. [Internet]. 2019. [Citado el 2022]. Disponible en: URL. <https://www.mayoclinic.org/eses/healthy-lifestyle/adult-health/in-depth/dental/art-20047475>
84. Salud Mental. [Internet]. 2019. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL. <https://medlineplus.gov/spanish/mentalhealth.html>
85. Carranza. D. Capacidad de control [Internet]. 2018. [Citado el 20.02.22]. Citado en: URL. <https://www.liderman.com.pe/que-es-seguridad-vial/>
86. Zepeda G. Efectos del Apego, afecto y capacidad de recibir apoyo en la salud de la pareja. Acta de investigación psicol vol.2 no.1. [Internet]. 2019. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL. <http://psicologiaeeducacao.ubi.pt/Ficheiros/ArtigosOnLine/2019N1/8-%20V2N1online2019.pdf>
87. Soto D, Santos N. Calidad de vida y apoyo social percibido en adultos mayores. ARTICULO CIENTIFICO. [Internet]. 2021. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL. <https://www.scielo.br/j/reusp/a/cyjfFNKYGLC383SV6HfJFFD/?format=pdf&lang=es>
88. López B, Fernández I, Márquez M. Educación emocional en adultos y personas mayores. Electronic Journal of Research in Education Psychology, 6(15), 501-522. [Internet]. 2019. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL. <http://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/1286>
89. Definición. Material. [Internet]. 2018. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL. <https://definicion.de/material/>

90. Hogar del Corazón de Jesús. El afecto y reciprocidad[Internet]. 2019. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL. <https://hogarcorazondejesus.org.ec/blog/item/20007-como-beneficia-adultomayoacompanamiento-afectivo>
91. Nuñez M. Núñez, M. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Huasta – Bolognesi – 2018. [Internet]. 2019. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: <https://erp.uladech.edu.pe/bibliotecavirtual/?ejemplar=00000035533>
92. Vilchez K. Factores Sociodemográficos Asociados a la Participación Social. Centro Integral del Adulto Mayor de la Zona Urbana, Pacora 2018. [Internet]. 2019. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/1978/1/TL_VilchezPastorKarla.pdf
93. Acuña J. Estilos de vida saludable y el apoyo social asociado a la depresión en adultos mayores que asisten al Club del Adulto Mayor en el distrito de Surco, 2019. [Internet]. 2019. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL. https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/7213/Estilos_AcunaSamaritano_Jocelyn.pdf?sequence=1&isAllowed=y
94. Zorrilla A. Estilo de vida saludable en adultos de la Ciudad de Trujillo, 2017. Publicado en 2018. [Citado el 20.02.2022]. Disponible en: URL. <https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/13735/1831.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
95. Delgado D. Y Flores C. Determinantes de la salud de los adultos del Barrio de Huracán – Huari – Ancash, 2019. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

Chimbote-Perú. Citado 10 de Julio 2021. Disponible en:
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/27468>

96. Ellen K. Determinantes de la salud de los adultos de Huaraz, Ancash, 2018. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Chimbote-Perú. Citado 10 de Julio 2021. Disponible en:
<http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/26899>



ANEXO N° 01

**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CUESTIONARIO SOBRE FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS

DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:

A. FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS

1. Marque su sexo?

- a) Masculino () b) Femenino ()

2. Cuál es su edad?

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

3. ¿Cuál es su grado de instrucción?

- a) Analfabeto (a) b) Primaria c) Secundaria d) Superior

4. ¿Cuál es su religión?

- a) Católico(a) (b) Evangélico c) Otras

5. ¿Cuál es su estado civil?

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

6. ¿Cuál es su ocupación?

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

7. ¿Cuál es su ingreso económico?

- a) Menor de 400 nuevos soles b) De 400 a 650 nuevos soles
c) De 650 a 850 nuevos soles d) De 850 a 1100 nuevos soles
e) Mayor de 1100 nuevos soles

8. ¿Cuál es el sistema de seguro que tiene?

a) Essalud b) SIS c) Otro seguro d) No tiene segur



ANEXO 02

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD

N°	Comportamientos del usuario	CALIFICACION			
		NUNC A	A VECE S	CASI SIEM PRE	SIEMP RE
EJES TEMÁTICOS					
ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN					
01	¿se ha elaborado un plan de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?				
02	¿se ha designado un coordinador y/o establecido un grupo de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?				
03	¿participan las autoridades locales en el desarrollo de medidas de promoción para una alimentación saludables en su comunidad?				
04	¿ofrecen en su comunidad alimentos y bebidas saludables? (no refrescos azucarados, comida rápida, dulces o alcohol)				
05	¿se provee y promueve la elección de alimentos y bebidas saludables? (precios menores, muestras gratis, etc.)				
06	¿se ofrece fruta fresca en su comunidad?				
07	¿Se provee agua potable en su comunidad?				
08	¿En los últimos 30 días con qué frecuencia se lavó las manos antes de comer?				
09	¿En los últimos 30 días comió habitualmente frutas?				
10	¿En los últimos 30 días comió habitualmente verduras?				

HIGIENE					
11	¿Se lava las manos con agua y jabón aplicando la técnica adecuada?				
12	¿Realiza el Baño corporal diariamente?				
13	¿Realiza el lavado de los dientes mínimo 3 veces en el día?				
14	¿Mantiene Higiénica y en orden su ropa?				
15	¿Lava los alimentos antes de consumirlos?				
16	¿Mantiene bien Lavado los utensilios de cocina y su cocina?				
17	¿Mantiene en orden y limpia la vivienda?				
18	¿Mantiene ventilada su vivienda?				
19	¿Mantiene Limpio su baño o letrina?				
20	¿Realiza el mantenimiento de sus servicio higiénico o letrina?				
HABILIDADES PARA LA VIDA					
21	¿Sabe escuchar y sabe cuándo hablar?				
22	¿Influencia y regula las emociones de otra persona?				
23	¿Escucha con atención y está dispuesta(o) a discutir los problemas?				
24	¿Es abierta(o) y flexible a las ideas? Apoya y ayuda. Es solidaria(o).				
25	¿Enfrenta los problemas dando solución?				
26	¿Alienta la participación y la cooperación?				
27	¿Orienta y enseña?				
28	¿confía en el grupo y Estimula las decisiones de grupo.?				
29	¿Se comunica abiertamente? ¿Demuestra capacidad de autocrítica?				
30	¿Es expresiva, espontánea y segura?				
31	¿Tiene una personalidad activa?				
32	¿Defiende sus derechos?				
33	¿No presenta temores en su comportamiento?				
34	¿Posee una comunicación directa, adecuada, abierta y franca?				

35	¿Posee usted seguridad en expresarse con los demás?				
36	¿Su comportamiento es respetable por los demás?				
37	¿Se comunica fácilmente con toda clase de personas?				
ACTIVIDAD FISICA					
38	¿Realiza 30 minutos diarios de actividad física al m: subir y bajar escaleras, bailar, andar en bicicleta, nadar, caminar en vez de usar el auto, realizar tareas domésticas y de jardinería, lavar el auto, ¿practicar deportes?				
39	¿Realiza ejercicios de fuerza 2 o 3 veces por semana?				
40	¿Realiza la rutina con 10 minutos de ejercicios de estiramiento?				
41	¿Toma una buena cantidad de líquido durante el día (aproximadamente 2 litros de agua)?				
SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA					
42	¿Tiene relaciones sexuales actualmente con protección?				
43	¿Se informa de los métodos anticonceptivos?				
44	¿Usa un método anticonceptivo?				
45	¿Se hace exámenes médicos ginecológicos?				
46	¿Usted se alimenta equilibradamente durante su vida reproductiva				
SALUD BUCAL					
47	¿Se cepilla los dientes por lo menos dos veces al día con pasta dental con flúor?				
48	¿Usa hilo dental ?				
49	¿Usa a diario un enjuague bucal con flúor?				
50	¿Tiene exámenes regulares odontológicas?.				
51	¿Evita las bebidas gaseosas, los jugos artificiales y las bebidas energéticas?				
52	¿Evita el consumo de tabaco y el alcohol?				
SALUD MENTAL Y CULTURA DE PAZ					
53	¿En general está satisfecho con usted mismo/a?				
54	¿A veces piensa que no sirve absolutamente para nada?				
55	¿Puede hacer las cosas bien como la mayoría de las personas?				

56	¿Cree que tiene muchos motivos para sentirme orgulloso/a ¿				
57	¿A veces se siente realmente inútil?				
58	¿Siente que es una persona digna de estima o aprecio, al menos en igual medida que los demás?				
59	¿Siente mucho aprecio por mí mismo/a?				
60	¿Tiendo a pensar que en conjunto es un fracaso?				
61	¿Tiene una actitud positiva hacía mí mismo/a ¿				
SEGURIDAD VIAL Y CULTURA DE TRÁNSITO					
62	¿Usa el cinturón de seguridad de manera adecuada?				
63	¿Cruza por la senda peatonal o esquina, donde se tiene prioridad?				
64	¿No utilizar el celular al conducir ni tampoco al cruzar la calle?				
65	¿Usted al cruzar la calle, camina, no corre, y lo hace con precaución?				
66	¿Si maneja bicicleta usa casco?				
67	¿Usted camina por las veredas?				
68	¿Usted cruza la pista cuando el semáforo está en color verde?				
69	¿Usted evita salir a la calle si se encuentra en estado de embriaguez?				
70	¿Si Usted tiene que salir a la calle de noche trae una lámpara, usa ropa clara y con reflejante, se hace notar, camina por la izquierda con el tráfico de frente, ¿si van en grupo caminen en fila?				



ANEXO N° 03

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE
CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CUESTIONARIO MOS DE APOYO SOCIAL

Las siguientes preguntas se refieren al apoyo o ayuda de que Ud. dispone:

1. Aproximadamente, ¿Cuántos amigos íntimos o familiares cercanos tiene Vd.? (Personas con las que se encuentra a gusto y puede hablar de todo lo que se le ocurre).

Escriba el n° de amigos íntimos y familiares cercanos

La gente busca a otras personas para encontrar compañía, asistencia u otros tipos de ayuda ¿Con qué frecuencia Vd. dispone de cada uno de los siguientes tipos de apoyo cuando lo necesita? (Marque con un círculo uno de los números de cada fila)

CUESTIONES: ¿Cuenta con ALGUIEN?	Nunca	Pocas Veces	Algunas Veces	La mayoría de las veces	Siempre
2. Que le ayude cuando tenga que estar en la cama	1	2	3	4	5
3. Con quien pueda contar cuando necesite hablar	1	2	3	4	5
4. Que le aconseje cuando tenga problemas	1	2	3	4	5
5. Que le lleve al médico cuando lo necesite	1	2	3	4	5
6. Que le muestre amor y afecto	1	2	3	4	5
7. Con quien pasar un buen rato	1	2	3	4	5
8. Que le informe y ayude a entender la situación	1	2	3	4	5
9. En quien confiar o con quién hablar de sí mismo y sus Preocupaciones	1	2	3	4	5
10. Que le abrace	1	2	3	4	5
11. Con quien pueda relajarse	1	2	3	4	5
12. Que le prepare la comida si no puede hacerlo	1	2	3	4	5
13. Cuyo consejo realmente desee	1	2	3	4	5
14. Con quien hacer cosas que le sirvan para olvidar sus Problemas	1	2	3	4	5
15. Que le ayude en sus tareas domésticas si esta enfermo	1	2	3	4	5
16. Alguien con quien compartir sus temores y problemas más íntimos	1	2	3	4	5

17. Que le aconseje cómo resolver sus problemas Personales	1	2	3	4	5
18. Con quién divertirse	1	2	3	4	5
19. Que comprenda sus problemas	1	2	3	4	5
20. A quien amar y hacerle sentirse querido	1	2	3	4	5



Resultado: (suma de los valores correspondiente) Índice global de apoyo social: Todas las respuestas. Apoyo emocional: Respuestas número: 3, 4, 8, 9, 13, 16, 17 y 19.

Ayuda material: Respuestas a las preguntas: 2, 5, 12 y 15.

Relaciones sociales de ocio y distracción: Respuestas a las preguntas: 7, 11,

14 y 18. Apoyo afectivo: Respuestas a las preguntas 6, 10 y 20.

Interpretación:

	Maximo	Medio	Mínimo
Índice global de apoyo social	94	57	19
Apoyo emocional	40	24	8
Ayuda material	20	12	4
Relaciones sociales de ocio y distracción	20	12	4
Apoyo afectivo	15	9	3

Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Medicina de Familia (And). 2005; 10(6): 10-18.

El instrumento MOS es validado en versión español para Colombia para apoyo social (punto adicional un país socio cultural parecido al nuestro)., presentaron la consistencia interna (también llamada confiabilidad o fiabilidad del instrumento) mediante el alfa de cronbach por dimensiones y escala global mostrando en la tabla2. Para la validez , utilizaron validez de consistencia interna utilizado en 2 etapas primero Análisis Factorial Exploratorio (Para evaluar si se mantienen todos los items originales por dimensiones o se excluye alguno) y luego un Análisis Factorial Confirmatorio (su mismo nombre lo dice confirma lo anteriormente realizado) , reportando los índices de bondad de ajuste (esto se muestra en el instrumento de línea de investigación) de GFI=.805, AGFI=.752, RMSEA= .097, AIC=481,89, BIC=612,57. , mostrando valores significativos concluyendo que es válido el instrumento para 4 dimensiones.



ANEXO 04

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

CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA

**Autores Serrano-Fernández, M. J., Boada-Grau, J., Vigil-Colet, A., & Gil- Ripoll, C. (2016).
Adaptación española de la escala HPLP-II con una muestra de empleados. Universitas
Psychologica, 15 (4). <http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.upsy15-4.aeem>**

CONTENIDO ÍTEMS	NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	
Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores					
F1. Responsabilidad hacia la salud, F2. Actividad física, F3. Nutrición, F4. Crecimiento Espiritual y Relaciones Interpersonales					
1.-Escojo una dieta baja en grasa, grasas saturadas y en colesterol.					
2.-Informo a un doctor (a) a otros profesionales de la salud cualquier señal inusual o sintoma extraño.					
3.-Sigo un programa de ejercicios planificados					
4.-Siento que estoy creciendo y cambiando en una forma positiva.					
5.-Elogio fácilmente a otras personas por sus éxitos.					

6.- Límite el uso de azúcares y alimentos que contienen azúcar (dulces)					
7.-Leo o veo programas de televisión acerca del mejoramiento de la salud.					
8.-Hago ejercicios vigorosos por 20 o más minutos, por lo menos tres veces a la semana (tales como caminar rápidamente, andar en bicicleta, baile aeróbico, usar la maquina escaladora)					
Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores.					
9.-Tomo algún tiempo para relajarme todos los días					
10.-Creo que mi vida tiene un propósito					
11.-Mantengo relaciones significativas y enriquecedoras					
12.-Hago preguntas a los profesionales de la salud para poder entender sus instrucciones.					
13.-Acepto aquellas cosas de mi vida que yo no puedo cambiar.					
14.-Miro adelante hacia al futuro.					
15.-Paso tiempo con amigos íntimos.					
16.-Como de 2 a 4 porciones de fruta todos los días.					
17.-Busco una segunda opinión, cuando pongo en duda las recomendaciones de mi proveedor de servicios de salud.					
18.-Tomo parte en actividades físicas de recreación (tales como: nadar, bailar, andar en bicicleta).					

19.-Me siento satisfecho y en paz conmigo (a)					
20.-Se me hace fácil demostrar preocupación, amor y cariño a otros.					
21.-Estoy consciente de lo que es importante para mí en la vida.					
22.- Busco apoyo de un grupo de personas que se preocupan por mi					
Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores.					
23.-Leo las etiquetas nutritivas para identificar el contenido de grasas y sodio en los alimentos empacados					
24.-Asisto a programas educacionales sobre el cuidado de salud personal.					
25.-Alcanzo mi pulso cardiaco objetivo cuando hago ejercicios.					
26.- Mantengo un balance para prevenir el cansancio.					
27.- Me siento unido(a) con una fuerza más grande que yo.					
28.-Me pongo de acuerdo con otros por medio del diálogo					
29.-Tomo desayuno					
30.-Busco orientación o consejo cuando es necesario.					
31.-Expongo mi persona a nuevas experiencias y retos.					
32.- Discuto mis problemas y preocupaciones con personas allegadas					
33. Duermo lo suficiente					
34. Como de 6 a 11 porciones de pan, cereales, arroz, o pastas(fideos) todos los días					

35. Como solamente de 2 a 3 porciones de carne, aves, pescado, frijoles, huevos y nueces todos los días.					
--	--	--	--	--	--

El Health Promoting Lifestyle Profile II (HPLP-II; Walker & Hill-Polerecky, 1996), en la versión en español con una muestra de estudiantes (Hulme et al., 2003), está compuesto por 52 ítems y 6 subescalas y utiliza un formato de respuesta tipo Likert de cuatro puntos (de 1 = nunca a 4 = rutinariamente). Los factores que componen la escala de este estudio son: F1: Actividad física: de 8 ítems ($\alpha = 0.81$; e. g., “4.- Sigo un programa de ejercicios planificados”); F2: Crecimiento espiritual de 9 ítems ($\alpha = 0.77$; e. g., “12.- Creo que mi vida tiene propósito”); F3: Manejo del estrés de 8 ítems ($\alpha = 0.59$; e. g. “17.- Acepto aquellas cosas en mi vida que yo no puedo cambiar”); F4: Nutrición de 9 ítems ($\alpha = 0.64$; e. g., “20.- Como de 2 a 4 porciones de frutas todos los días”); F5: Relaciones interpersonales de 9 ítems ($\alpha = 0.77$; e. g., “25.- Se me hace fácil demostrar preocupación, amor y cariño a otros” y F6: Responsabilidad hacia la salud, compuesto por 9 ítems ($\alpha = 0.74$; e. g., “21.- Busco una segunda opinión, cuando pongo en duda las recomendaciones de mi proveedor de servicios de salud”.

En la presente escala, el AFE se obtuvo empleando el método de extracción Promin (Lorenzo-Seva, 1999). Se usó el programa FACTOR 7.2 (Ferrando, 2005 y Lorenzo-Seva & Ferrando, 2006), dado que permite realizar el análisis utilizando matrices de correlación policóricas, que son más apropiadas cuando los ítems presentan un formato de respuesta tipo Likert (Muthen & Kaplan, 1992). Además, proporciona la posibilidad de decidir el número de factores que se deben retener a partir del análisis paralelo (Timmerman & Lorenzo-Seva, 2011). Los análisis relativos a la fiabilidad de las subescalas y a las correlaciones de los indicios de validez de la escala HPLP-II, a partir de las correlaciones de Pearson, se realizaron con el programa SPSS 20.0.

La validez de consistencia interna mediante el Análisis Factorial Exploratorio con metodo promin, el cual reporto 4 dimensiones y 48 ítems (ya que excluyo los otros 8 items por cargas factoriales de los items menores a 0.30). Concluyen, que el instrumento con 48 items es validado como version en español.



ANEXO N°05

UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CONSENTIMIENTO INFORMADO:

**FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y
PPROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD:
ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO. ASENTAMIENTO
HUMANO 1º PRIMERO DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE, 2019**

Yo,acepto participar voluntariamente en el presente estudio, Conociendo el propósito de la Investigación. Mi participación consiste en responder con franqueza y de forma oral a las preguntas planteadas.

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

FIRMA



DECLARACION DE COMPROMISO ÉTICO Y NO PLAGIO

Mediante el presente documento denominado declaración de compromiso ético y no plagio el autor(a) del presente trabajo de investigación titulado: **FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO. HABILITACIÓN URBANA PROGRESIVA 1° DE AGOSTO _NUEVO CHIMBOTE, 2019.**

Declaro conocer las consecuencias por la infracción de las normas del Reglamento de Investigación de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote y el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en todos los casos se ha incorporado la cita y referencias respectivas conforme orienta las normas Vancouver, previsto en la Universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento profesionales – RENATI; que exigen veracidad y originalidad de todo trabajo de investigación, respeto a los derechos de autor y la propiedad intelectual. Asimismo, cumplo con precisar que éste trabajo forma parte de una línea de investigación denominado “Determinantes de la salud de las personas” dentro del cual se tiene como objeto de estudio desarrollar investigaciones orientadas al cuidado de la salud de las personas por grupo etario, a partir de los determinantes de la salud de la persona, se aplicó un diseño metodológico común, por lo tanto, es posible que tenga similitud en ese sentido y se explica, porque forma parte de dicha línea. También se declara que al recolectar los datos se tuvo acceso a nombres, apellidos, a cada uno se les asignó un código para preservar su identidad y proteger los derechos constitucionales, siendo el único aspecto inserto en los instrumentos. Finalmente se declara que: el presente trabajo es auténtico, siendo el resultado el producto de un trabajo personal acorde con la línea de investigación del cual se deriva, trabajado bajo los principios de la buena fe y respeto de los derechos de autor y propiedad intelectual, de modo que al utilizarlas fuentes para su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por

el contrario, en todos los casos se ha incorporado la cita y referencias respectivas conforme orienta las normas Vancouver, previsto en la Universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento.

ENRIQUEZ MONCADA MILUSKA SABRINA

CONSTANCIA DE PERMISO

La comisión del Habilitación Urbana Progresiva 1 ° de agosto, Nuevo Chimbote hace constar que:

ENRIQUEZ MONCADA MILUSKA SABRINA

de la UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE tiene el permiso otorgado para poder realizar su estudio de **“Factores Sociodemográficos y Acciones de Promoción y Prevención asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida y apoyo social del adulto. Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto _Nuevo Chimbote, 2019**

Contando con el apoyo de la población adulta para terminar dicho estudio de investigación.

El presente documento no tiene una vigencia de tiempo, por lo cual tiene el permiso de realizar dicha investigación el tiempo que crea pertinente.

Se expide la presente constancia a solicitud de la interesada para los fines que estime conveniente.

Chimbote 20 de julio del 2022



DIRIGENTE

FIGRELLA GARCÍA MATOS

DNI: 12973444

ENRIQUEZ MONCADA MILUSKA SABRINA

INFORME DE ORIGINALIDAD

12%

INDICE DE SIMILITUD

12%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

0%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.uladech.edu.pe

Fuente de Internet

12%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 4%

Excluir bibliografía

Activo