



---

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

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

**ESTILOS DE VIDA Y FACTORES  
BIOSOCIOCULTURALES EN LOS ADULTOS DEL  
CASERÍO DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE  
CARHUAYOC\_SAN MARCOS, 2023**

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

**AUTOR**

AMANCIO PONTE, NOE JACOB

ORCID: 0000-0001-7116-9936

**ASESORA**

VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA

ORCID: 0000-0001-5412-2968

**HUARAZ – PERÚ**

**2023**

## **EQUIPO DE TRABAJO**

### **AUTOR**

Amancio Ponte, Noé Jacob

ORCID: 0000-0001-7116-9936

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Pregrado,

Huaraz, Perú

### **ASESOR**

Vílchez Reyes María Adriana

ORCID: 0000-0001-5412-2968

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad Ciencias de la

Salud, Escuela Profesional de Enfermería, Chimbote, Perú

### **JURADO**

Romero Acevedo, Juan Hugo

ORCID: 0000-0003-1940-0365

Cerdán Vargas, Ana

ORCID: 0000-0001-8811-7382

Ñique Tapia, Fanny Rocío

ORCID: 0000-0002-1205-7309

**HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR**

**DR. ENF. ROMERO ACEVEDO, JUAN HUGO  
PRESIDENTE**

**MGTR. CERDÁN VARGAS, ANA  
MIEMBRO**

**MGTR. ÑIQUE TAPIA, FANNY ROCÍO  
MIEMBRO**

**DRA. ENF. VÍLCHEZ REYES, MARÍA ADRIANA  
ASESOR**

## AGRADECIMIENTO

El agradecimiento de este trabajo de investigación va dirigido primero a **Dios** ya que sin la bendición y su amor hubiese sido un fracaso, por ser mi fortaleza en los tiempos de dificultades y regalándome una vida durante esta carrera profesional lleno de alegría, aprendizaje y nuevas experiencias.

A mi **madre, esposa e hijos** por su apoyo incondicional que me brindaron en todo momento para seguir y llegar a la meta trazada con éxito, por la oportunidad brindada de terminar una carrera profesional y ser un ejemplo a seguir para mis hijos.

Finalmente, mi eterno agradecimiento a los **decentes** por su ardua labor de docencia y su conocimiento vertido en mi formación profesional, y la prestigiosa **Universidad ULADECH** por haberme permitido ser parte de sus aulas universitarias y que me haya formado un profesional competente.

## DEDICATORIA

A **Dios**, por permitir que haya  
llegado hasta la cumbre del éxito,  
por brindarme salud y prosperidad  
para cumplir todos mis objetivos.

A mis Padres, **Edeliza y  
Jeremías** quienes han sido los  
pilares fundamentales en mi vida  
por su lucha incansable día a día  
por el desarrollo social y ser el  
ejemplo de la sociedad, para mis  
hermanas y mi persona.

A mi **esposa e hijos** por ser el  
motor y motivo de superación  
quienes fueron el sostén en cada  
instante de los altibajos, fuerza de  
motivación para cumplir la meta  
trazada.

## RESUMEN

Los estilos de vida actualmente en el mundo y en Perú vienen siendo principales causantes de enfermedades no transmisibles, que sea ha triplicado considerablemente en los últimos años, la presente investigación, tuvo como objetivo Determinar la relación que existe en los estilos de vida y los factores biosocioculturales de los Adultos del caserío de Gotush centro poblado de Carhuayoc\_San Marcos. De tipo cuantitativo, de corte transversal, con un diseño descriptivo correlacional. Tuvo una muestra de 107 adultos, se le aplicó dos instrumentos: la escala del estilo de vida y el cuestionario sobre factores biosocioculturales. El análisis, así como el procesamiento de datos se hicieron con el Software SPSS versión 25,0 para establecer la relación entre ambas variables de estudio se aplicó el Chi cuadrado, con el 95% de confiabilidad y significancia de  $p < 0,05$ . De mismo modo se llegó a siguiente resultados y conclusiones: La mayoría de los adultos presenta estilos de vida no saludables y un porcentaje mínimo tiene estilo de vida saludable. Así mismo con respecto a los factores biosocioculturales, La mayoría tiene grado de instrucción secundaria, profesan la religión católica y más de la mitad es de sexo femenino. Menos de la mitad son adultos maduros, estado civil conviviente de ocupación obreros y un ingreso económico entre 850 a 1100 nuevos soles. No se encontró relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales como: edad, sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico.

**Palabra clave:** Adultos, salud, Biosocioculturales.

## **ABSTRACT**

The lifestyles currently in the world and in Peru have been the main causes of non-communicable diseases, which has tripled considerably in recent years, the present research, aimed to determine the relationship that exists in lifestyles and biosociocultural factors of the Adults from Gotush village, Carhuayoc town center, San Marcos, 2023. Being quantitative, cross-sectional, with a correlational descriptive design. It had a sample of 107 adults, to whom two instruments were applied: the lifestyle scale and the questionnaire on biosociocultural factors. The analysis, as well as the data processing, were done with the SPSS Software version 25.0 to establish the relationship between both study variables, the Chi square was applied, with 95% reliability and significance of  $p < 0.05$ . In the same way, reaching the following results and conclusions: Most adults have unhealthy lifestyles. Likewise, with regard to biosociocultural factors, the majority have a secondary education degree, profess the Catholic religion and more than half are female. Less than half are mature adults, single marital status of worker occupation and an economic income between 850 and 1100 soles. No statistically significant relationship was found between lifestyles and biosociocultural factors such as: age, sex, educational level, religion, marital status, occupation and income.

**Keywords:** Adults, health, biosociocultural

## ÍNDICE

1. TÍTULO DE LA TESIS.....	i
2. EQUIPO DE TRABAJO.....	ii
3. HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR.....	iii
4. HOJA DE AGRADECIMIENTO Y/O DEDICATORIA.....	iv
5. RESUMEN Y ABSTRACT.....	vi
6. CONTENIDO.....	viii
7. ÍNDICE DE GRÁFICOS, TABLAS Y CUADROS.....	ix
<b>I. INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>1</b>
<b>II. REVISIÓN DE LITERATURA.....</b>	<b>10</b>
<b>III. HIPÓTESIS.....</b>	<b>27</b>
<b>IV. METODOLOGÍA.....</b>	<b>28</b>
4.1.Diseño de la investigación.....	28
4.2.Población y muestra.....	29
4.3.Definición y operacionalización de las variables de la investigación.....	30
4.4.Técnicas e instrumentos.....	34
4.5.Plan de análisis.....	36
4.6.Matriz de consistencia.....	37
4.7.Principios éticos.....	38
<b>V. RESULTADO.....</b>	<b>40</b>
5.1. Resultados.....	40
5.2. Análisis de resultado.....	48
<b>VI. CONCLUSIONES.....</b>	<b>77</b>
ASPECTOS COMPLEMENTARIOS.....	78
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	79
ANEXOS.....	97



## ÍNDICE DE TABLAS

	<b>Pág.</b>
<b>TABLA 1:</b> ESTILOS DE VIDA EN LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC_SAN MARCOS, 2020.....	40
<b>TABLA 2:</b> FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC_SAN MARCOS, 2020.....	41
<b>TABLA 3:</b> FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH DEL CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC_SAN MARCOS, 2020.....	45
<b>TABLA 4:</b> FACTORES CULTURALES Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH DEL CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC_SAN MARCOS, 2020.....	46
<b>TABLA 5:</b> FACTORES SOCIALES Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH DEL CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC_SAN MARCOS, 2020.....	47

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

<b>GRÁFICO 1:</b> ESTILOS DE VIDA EN LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC_SAN MARCOS, 2020.....	40
<b>GRÁFICO 2:</b> SEXO DE LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC_SAN MARCOS, 2020.....	42
<b>GRÁFICO 3:</b> EDAD DE LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC_SAN MARCOS, 2020.....	42
<b>GRÁFICO 4:</b> GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC_SAN MARCOS, 2020...	42
<b>GRÁFICO 5:</b> RELIGIÓN DE LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC_SAN MARCOS, 2020.....	43
<b>GRÁFICO 6:</b> ESTADO CIVIL DE LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC_SAN MARCOS, 2020.....	43
<b>GRÁFICO 7:</b> OCUPACIÓN DE LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC_SAN MARCOS, 2020.....	43
<b>GRÁFICO 8:</b> INGRESO ECONÓMICO DE LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC_SAN MARCOS, 2020.....	44

## I. INTRODUCCIÓN

La presente informe de investigación tuvo como propósito establecer la relación entre estilos de vida y factores biosocioculturales, de los adultos del caserío de Gotush, enfocando el estudio los estilos de vida de los adultos, que están sujetas a los conceptos y teorías referente al de Marc Lalonde y Nola Pender; donde los estilos de vida tienden ser acciones y decisiones que las realiza el ser humano adulto, en relación a su salud; el estilo de vida no saludable son los que amenazan la salud del adulto, ligados a la mayor potencia hacia el hábito alimenticio, en donde estadísticamente son los varones los que contraen enfermedades que las mujeres. De esta manera MINSA recomienda que los adultos deben tener una alimentación adecuada y realizar ejercicios contantes y sobre todo evitar el consumo de alimentos con grasas saturadas que van a perjudicar la salud de adulto.

A nivel mundial Según estadísticas de la Organización Mundial de la Salud OMS, en el 2021, señaló, las enfermedades que provocan más de 41 millones, que equivale el 71% de muerte al año, 15 millones mueren entre 30-69 años, las enfermedades cardiovasculares ocupa el mayor porcentaje con el 17,9 millón cada año, 9 millones de cáncer, enfermedades respiratorias 3,9 millones y el 1,6 millón de diabetes. la OMS, implementó la agenda para reducir el 33% para el 2030, en el cual va combatir las ENT; teniendo en cuanta la ayuda que les brindará a los naciones que tienen falencias en cuanto la ejecución, una solución es la agenda, tenemos la ayuda monetaria con los proyectos que son de prevención y control de las enfermedades, lo que van a permitir el incremento económico y por ende el progreso de los países; como una solución a los problemas viene a ser conseguir conocimiento, que disminuya el problema existente. (1)

Mediante el estilo de vida saludable, podemos prevenir la contexto actual, como son ENT, como son: Cáncer, Cardiopatías, Diabetes, y Accidente Cerebrovascular; conforme al informe de OMS, propuesto el 3 de septiembre del 2021, señala en promedio las enfermedades matan a 41 millones de personas en un año a nivel mundial, de los 15 millones fueron adultos, este porcentaje es superior al número de muertos por accidente de tránsito que es 1,35 millones cada año; por tal motivo la OMS, compromete a 193 países dar solución reduciendo que son prematuras ocasionadas por ENT, la siguiente meta se evidenciara recién el año 2030, un objetivo sostenible planteado por la situación actual. (2)

De la misma manera la Organización Mundial de la Salud OMS, tiene un concepto del nivel de un estado completo de bienestar físico y social que tiene el usuario. Tal concepto es el efecto de las evoluciones conceptuales, ya que emerge en representación de un conocimiento que la realizó tiempo atrás, que presumía que la salud era, simplemente, la falta de patologías Biológicas. A raíz del lapso de los años cincuenta, la OMS acogió tal concepto y últimamente la sustituyo por un evento, en la que las nociones de prosperidad humano trascienden lo estrictamente físico. (3)

Según la Organización Panamericana de la Salud OPS en su informe del 2021, 41 millones mueren cada año, equivalente a 71% del mundo. la región de las américas, registra maso menos mil millones de personas adultas; donde 5,5 millones mueren por ENT, los adultos; en cuanto la esperanza de vida en esta región los hombres es el 74.6 años y mujeres de 80.2 años, las personas de 8 de 10 viven en zonas urbanizadas; cabe también indicar las enfermedades no transmisibles son los principales causantes de las muertes en la territorio, la tasa de muertes son 427.6

individuos de 100 mil habitantes; habiendo la tasa más alto de muerte con un 59.9 de personas por cada 100 mil habitantes. (4)

Cabe indicar que los hábitos que tienen los adultos Latinoamérica, no tienen un estilo de vida sana, donde se evidencia el hábito alimenticio generando sobrepeso y sedentarismo, conforme al informe del BBC 2020, en el cual se encontró un 28.2% de Argentinos, el 25.8% Uruguayos, el 25.7% en Chilenos y seguida por México con el 25.1% con sobrepeso correspondiente; en cuanto a las damas la cifra no es alarmante en República Dominicana tiene el más alto porcentaje con un 35.4% y México con 34% de obesidad. (5)

En ese mismo año, los adultos Latinoamericanas, registraron la tasa de obesos y sobrepesos, son altas en concordancia a los censos: El 64% de los hombres y como el 61% de damas sufren de lo mencionado, se conoce también el total del 59,1% son adultos, mientras el 39% no suelen cumplir ninguna acción física; el 21% Varones y 15% mujeres cuentan con presión arterial alta; así mismo el 9% y el 8% de ambos sexos tienen diabetes, por lo que es necesario indicar que mejoren su estilo de vida en alimentaciones. (6)

En Chile, según agenda del país, en el año 2021, el 74,2% de un total de adultos tiene sobrepeso, datos que le después de México con un 75,2%, incluso supera a Estados Unidos 71%. La situación es más delicada por la crisis sanitaria que vive el país, los pacientes en los cuidados intensivos tienen mayor riesgo de mortalidad, según “COVID-19 y obesidad: El Atlas 2021”. La región Aysén cuenta el mayor porcentaje con el 44,3%, región Los Ríos con 43,83%, la región Araucanía 41,09%, Antofagasta con 29,97%, Arica y Parinacota 30,42% y la región de Maule con

31,03%. La diferencia de genero las mujeres bordean el 43% de 25-64 años, mientras los varones 34% de 25-64 años. (7)

En Argentina, en el año de 2021, El sobrepeso y la obesidad es un problema de salud que desencadena a diferentes ENT, que mueren 4 millones adultos en el mundo y Argentina no escapa a esta realidad, según la cuarta encuesta nacional de factores de riesgo 7 de cada 10 sufren el mal, la obesidad es la segunda causa de discriminación en el país, esto obliga a abordar la situación de múltiples enfoques, para que garantice los derechos de la persona, el ministerio de salud de la nación, con el ministerio de trabajo de la nación, firmaron la resolución conjunta 10/20 que otorga la licencia laboral a personas obesas (clase 3) en el marco de la pandemia del (COVID-19), por ser de condición vulnerable y un riesgo de salud a fin de garantizar la obesidad de clase I y II. (8)

En Bolivia, un 15% de la población de varones sufre de obesidad mientras los casos en mujeres se presenta en un 27%, lo que representa 1 persona por cada 10 Bolivianos que padecen de referente enfermedad, esto es conforme al informe brindado en el año 2020; teniendo los datos, en cuanto a los porcentajes regionales, ya que el gobierno Boliviano implementa cursos para mejorar los estilos de vida en sus estudiante, también bienes los cursos con una fomentación de una actividad física y una adecuada alimentación. (9)

A nivel nacional en Perú según esta institución INEI, Instituto Nacional de Estadístico e Informática en año 2021. Se dedicó a dar a conocer las esperanzas de vida de los residentes peruanos que acrecentó de 15 años aproximadamente, en el siguiente cuatro se conserva las circunstancias de muerte, los peruanos y las peruanas que existirán, así en el quinquenio 2020-2025 las mujeres en promedio

7879,8, años de misma manera los varones 74,5 años es decir 5,3 años menos. Durante la proyección la diferencia ira disminuyendo hasta alcanzar el periodo de 2065-2070 en diferencia de 5,2 años en mujeres 84,1 y 78,9 años en varones. De mismo modo reitero que los indicadores se modifican en la siguiente función de las circunstancias sobresalientes de muertes cuyo hecho acrecienta o baja la alarma de fallecer. (10)

De mismo modo el Instituto Nacional e Informática INEI 2021. Indica que el 39,9% de la población de 15 y más años de edad tiene comorbilidad o padece de sobrepeso. Durante el 2020 tenían comorbilidad como obesidad, diabetes mellitus o hipertensión arterial. Este problema de salud está presente en el 41,5% de damas mientras que 38,2% de varones, entre sus residentes del área urbana 42,4% y rural 29,1%. Los grupos con mayor incidencia se dieron de 50-59 años 35,7% seguida por 40-49 con el 34,0%. En cuanto la hipertensión arterial alcanzo el 21,7%, el 24,4% son varones y en tanto las mujeres 19,1%, de los cuales el 68% recibió tratamiento médico. (11)

De acuerdo al diario El Peruano publicado el 2021; en el Perú los adultos hay obesidad en aumento y con riesgo de la muerte, complicaciones en pacientes con covid-19 de la alteración del sistema inmunológico. Según IPSOS el 82% relaciona con síntomas severo de COVID, detalla también que el 34% está conectada al internet ganando peso durante la pandemia, por la reducción de actividad física. Indica en 2019 encuesta Perú 37,8% con prevalencia de obesidad. Según la encuesta el sobrepeso en lima metropolitana es de 64,7%, seguida por Moquegua 40,9%, Tumbes 40,1%, Arequipa 39,7%, la libertad y Madre de Dios con 39,5%, Tacna

36,5%, Ica 31,9%, Moquegua 31,7%, y la provincia constitucional del Callao con el 26,8%. (12)

A nivel de la región Ancashina, se registraron en los años 2019-2021, en un promedio de tres mil doscientos doce adultos así como en Huaraz se evidencia novecientos cuarenta y tres casos de enfermedad, con diabetes se debe principalmente a una mala alimentación, en productos de altas concentraciones de azúcares y harina y grasa; también se le atribuye al sedentarismo, ante el aumento excesivo recomiendan a la población Ancashina a mejorar la alimentación y hacer ejercicio de forma cotidiana así como se debe de evitar frituras y comidas chatarras para evitar enfermedades. (13)

Los adultos de Gotush no escapan a la realidad, cuenta con servicios básicos (agua, desagüe, luz) sus viviendas el 30% son de material noble y el 70% de material rústico, también cuenta con una iglesia, local Comunal como representante de la comunidad un agente comunal; en cuanto la alimentación de dicha comunidad su principal alimento es (cereales, menestras, tubérculos y hortalizas) en ganadería (vacuno, ovino, cuyes y aves de corral), sus calles no cuentan con pavimento, simplemente es de tierra lo que da a entender que las enfermedades más comunes en la zona en parte influye mucho el polvo tenemos los siguientes: faringitis aguda, resfrío común, urticaria, dermatitis, dolor abdominal, lumbalgia y artritis. El santo patrón se llama San Juan Bautista y se celebra el 17 de Julio. (14)

A lo mencionado se consideró, importante la consideración del siguiente problema: ¿Existe relación entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del Caserío de Gotush Centro Poblado de Carhuayoc\_San Marcos, 2023?

También se planteó un objetivo general:



Determinar la relación que existe en los estilos de vida y los factores biosocioculturales de los Adultos del caserío de Gotush centro poblado de Carhuayoc\_San Marcos, 2023; para dar respuesta a dicho objetivo se plantearon los objetivos específicos:

- Valorar los estilos de vida de los adultos del caserío de Gotush centro poblado de Carhuayoc\_San Marcos, 2023
- Identificar los factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Gotush centro poblado de Carhuayoc\_San Marcos, 2023

En el siglo XXI y en un mundo donde la tecnología está de ascenso y está cada vez más actualizada, los estilos de vida de las personas se ven afectada en tanto no saludables; debido a que, la tecnología ofrece muchas actividades como (Facebook, YouTube, WhatsApp, etc.) lo que genera el facilismo en su día a día que hacer, esto por ende el sedentarismo, también esta situación da a consecuencias diversas enfermedades. En tal sentido esta investigación justifica socialmente, a que busca “determinar la relación que guarda los estilos de vida y los factores biosocioculturales del adulto del caserío de Gotush”, así contribuir en reducir la problemática que se presenta y poder de esta manera mejorar los problemas de salud de la población de Gotush.

Se justifica esta investigación debido a que Según la Organización Panamericana de la Salud OPS, considera que las enfermedades crónicas son resultado de factores tanto genéticos como ambientales, su creciente incidencia en décadas recientes está claramente relacionada con cambios en los estilos de vida. Esto no es consecuencia de cambios genéticos en la población. Lo que estamos

presenciando es el resultado de cambios en los estilos de vida, con personas alejándose de dietas tradicionales y realizando menos actividad física. (15)

La actual investigación es de suma importancia para los personales que laboran en dicho establecimiento de salud en el centro poblado de Carhuayoc distrito de San Marcos, estas deducciones ayudaran a mejorar las atenciones integrales hacia los ciudadanos de Gotush, como va a realzar la eficacia de los programas preventivos promocionales en la salud, como también va a reducir los factores que conlleven a un riesgo y como va mejorar el estilo de vida en los individuos de manera general.

En nuestra labor de Enfermería será útil porque pueden facilitar programas estratégicos que influyan a los estilos de vida saludables en los beneficiarios, de este modo cabe indicar desde este perspectiva formativa y preventiva va a fortalecer su rol de liderazgo entre los equipos de salud.

Así esta investigación informará a los establecimientos formadores de profesiones emergentes a la salud como es la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, colectiven el siguiente resultado y desde los inicios ciclos universitarios incorporen a sus contenidos los temas como son el estilo de vida, para certificar las futuras formaciones de sus profesionales en salud con una visión preventivamente promocionales dirigida a las poblaciones en general.

Asimismo, es beneficioso para sus autoridades como; locales, regionales a nivel de dirección de salud Ancash y sus municipios en lo que concierne a la salud, el resultado de esta investigación va a contribuir que las individuos van a identificar los factores que pone en riesgo y así se motiven a cambiar las conductas causantes de una mala salud, al estar al tanto sobre el tema estilos saludables las personas

podrán disminuir los sobre riesgo de sufrir enfermedades y favorecer la salud y bienestar de las personas.

En este estudio la metodología fue de tipo cuantitativo, de corte transversal, con un diseño descriptivo correlacional la muestra estuvo conformado por 107 adultos y el instrumento fue aplicado escala del estilo de vida y un cuestionario de biosocioculturales. En la cual se obtuvieron los siguientes resultados y conclusiones: la mayoría tiene estilos de vida no saludable y un porcentaje mínimo tiene estilos de vida saludable. Así mismo con respecto a los factores biosocioculturales, La mayoría tiene grado de instrucción secundaria, profesan la religión católica y más de la mitad es de sexo femenino. Menos de la mitad comprende la edad de 36-59 años, estado civil conviviente de ocupación obreros y un ingreso económico entre 850 a 1100 nuevos soles. Al analizar la prueba de Chi cuadrado entre el estilo de vida y factores biosocioculturales se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre estilos de vida y factores biosocioculturales.

## II. REVISION DE LITERATURA

### 2.1. Antecedentes

#### Nivel internacional

Se encontraron los siguientes estudios relacionada a la presente investigación:

Según, **Ordoñez M, (16)**. Titulado: “Estilos de vida en pacientes hipertensos que asisten al Centro de salud Caranqui, Ecuador, 2021” objetivo; establecer los estilos de vida saludables en pacientes hipertensos. Metodología tipo descriptivo, observacional y transversal, muestra 69 pacientes, aplicado una encuesta. Los resultados tienen una edad media 32,3 años, la mayoría son femeninos 78%, 97% etnia mestiza, 69,5% no sabe que tiene sobrepeso, un 55% refiere que consume en su alimento grasas, la mayoría no realiza actividad física 46% y el 43,5% ingiere bebidas alcohólicas en ocasiones. Se ve reflejado el sobrepeso por no llevar un estilo de vida inadecuada.

Asimismo, **Poveda C, Peré G, Celi M, Yaguachi R, (17)**. Realizó el estudio: “prácticas alimentarias y estilos de vida en la población de Guayaquil durante la pandemia por covid-19 Ecuador, 2021”. Determinar la práctica alimentaria y los estilos de vida en la población de Guayaquil. Métodos descriptivos transversal y observacional con una muestra 527 personas mayores. Cuyos resultados: la mayoría no tiene un estilo de vida saludable y una mínima tiene un estilo de vida saludable. En cuanto la edad la mayoría no consume productos lácteos, verduras y hortalizas 71,7%, frutas 71,9%, baja tendencia de alcohol 81,2%, y la práctica de actividad física 68,3%. Se

concluyó que la ingesta de bebidas alcohólicas y poca ingesta de tabaco hay una ligera modificación en cuanto los estilos de vida.

De igual manera, **Ruiz J, Jiménez V, Alcantar L, Álvarez A, Paniagua S, (18)**. “estilos de vida y nivel de riesgo para diabetes en adulto de morelia, Michoacán, México, 2022”. Como su objetivo fue: evaluar la relación del estilo de vida con el nivel de riesgo para diabetes del adulto. Metodología fue de tipo cuantitativo con diseño no experimental, correlacional y transversal y muestra 151 adultos, instrumento escala FINDRISC y escala del estilo de vida. En promedio la edad media fue 28,24 años, 66,1% fueron femeninos, 66,1% estudiantes con licenciatura, 86,8% a zonas urbana. 65,7% tienen un estilo de vida poco saludable. Conclusión: más de la mitad tienen un estilo de vida no saludable y 4 de 10 elevada para diabetes. No hay relación estadísticamente significativa entre las dos variables.

Asimismo, **Toapaxi E, Guarate Y, (19)**. Titulada en su investigación “Influencia Estilos de vida en el estado de salud de los Adultos en Centro de Salud-Ecuador, 2020” con el objetivo de analizar los estilos de vida de la población adulta, acuerdo con sus variables socioeconómicas y demográficas, su metodología fue de tipo transversal, de base poblacional estilo de vida, resultado estilos de vida saludable 15,4% y el 32,2% con estilos de vida no saludable. Concluyó que el principal determinante es la alimentación adecuada, así mismo el autor sugiere que se debe de realizar intervenciones en cuanto alimentación y estilos de vida.

**Nivel Nacional.**

Sin embargo, **Yajahuanca A, (20)**. En tesis “Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto en el caserío Cabeza\_Huancabamba\_Piura, 2022”  
Objetivo: Determinar la relación entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales del adulto. Metodología diseño cuantitativo, descriptivo no experimental doble casilla; Muestra 118 adultos, aplicada escala de estilos de vida y cuestionario de factores biosocioculturales. Resultado: estilo de vida no saludable 73%, la mayoría son de sexo femenino 64%, de 36 a 59 años con el 39%, menos de la mitad tiene secundaria con 42%, la mayoría profesa religión católica 92%, con ingresos económicos de 400 a 650 soles 26%. Concluye, si existe una relación estadística entre estilos de vida y factores biosocioculturales en edad, estado de civil e ingreso económico. Pero no existe relación significativa entre los variables de sexo, instrucción, religión y ocupación.

También, **Álvarez N, (21)**. Tesis, titulada: “Estilos de Vida y factores biosocioculturales en el adulto que acude a la Clínica Arthromeds\_Lima, 2022”  
Objetivo describir los estilos de vida y factores biosocioculturales en el adulto. La metodología de tipo cuantitativo con corte transversal y de nivel descriptivo-correlacional, con una muestra de 268 adulto, aplicado dos instrumentos: cuestionario de escala de estilos de vida y sobre factores biosocioculturales, utilizando la técnica entrevista y la observación. Cuyos resultados son: el 99,2% no cuentan un estilo de vida saludable, mientras los factores biosocioculturales el factor biológico con un 80,22% son los de sexo masculino, el 58,96% están en la edad entre 35 a 59 años, más de la mitad con 47,76% secundaria completa, factor cultural 42,1% tienen un ingreso económico menor a 100 soles. En conclusión, no existe relación significativa.

Por otro lado, **Echabeutis A, Gómez Y, Zorrilla A, (22)**. Tesis: “Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la agrupación familiar Santa Rosa de San Juan de Lurigancho, 2019”. El reciente estudio se realizó con el objetivo determinar la relación que existe los factores biosocioculturales y los estilos de vida saludable los que viven en la siguiente agrupación familiar Santa Rosa. Cuanto la metodología fue un carácter descriptivo y correlacional, con la población de 230 y una muestra de 60 personas, para la recolección de datos se aplicó un cuestionario como instrumento. Dada los resultados: El 81,7% tiene estilo de vida no saludable, el 78,3% no tiene un manejo de estrés, el 86,7% no realiza ejercicios, el 41,7% culminaron el nivel secundario, el 78,3% son católicos y el 63,3 son solteros. Concluyendo que existen factores biosocioculturales están relacionados con estilos de vida saludable en adultos.

También, **Girón L, (23)**. tesis titulada: “Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto del del A.H Nuevo Catacaos I Etapa\_Catacaos\_Piura, 2022”. Su objetivo, determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales. La metodología fue de tipo cuantitativo de corte transversal y diseño descriptivo, con una población muestral de 293 adultos; se empleó la técnica de encuesta y el instrumento fue el cuestionario. Cuyos resultados son: el mayor porcentaje no tiene estilos de vida, el sexo femenino 61%, entre 36-59 años 60%, el 47% secundaria completa, católicos 87%, más de la mitad son casados, ingreso económico es de 600 a 1000 soles y con un 52% empleados. además, no tienen un estilo de vida saludable 84,3%. Concluyó que no hay relación significativa entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales.

### **Nivel local.**

Además, **Soriano A, (24)**. Título de tesis: “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los Adultos del centro poblado de Shiqui-Catac, 2020”  
Objetivo; determinar los estilos de vida y los factores biosocioculturales de los adultos. Tipo cuantitativo de corte transversal, diseño descriptivo correlacional. Muestra 150 adultos, aplicada 2 instrumentos escala del estilo de vida y cuestionario de factores biosocioculturales. Concluye; la gran mayoría tiene estilos de vida saludable, en su mayoría son adultos analfabetos, estado civil conviviente, ocupación obrera, un ingreso económico mensual de 500 soles; más de la mitad son adultos, más de la mitad son masculinos y la gran mayoría profesan la religión católica. Hay relación significativa entre ambas variables.

Igualmente, **Silvestre F, (25)**. En su tesis titulada: “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Mallquibamba-Carlos Fermín Fitzcarrald, 2020”. Objetivo: determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos. Tipo cuantitativo, de corte transversal, diseño descriptivo correlacional; muestra 110 adultos. La mayoría no tiene un estilo de vida saludable y una proporción mínima estilos de vida saludable. En su mayoría profesa religión católica, también son de sexo femenino y casados, la mitad tiene entre 36-59 años y la mitad perciben 100 soles al mes, en menos cantidad son analfabetos y en ocupación su casa. No existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Según, **Chinchay C, (26)**. En su estudio: “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Trigopampa\_Yungar\_Carhuaz, 2022”. donde su objetivo fue determinar los



factores biosocioculturales que influyen en el estilo de vida de los adultos. La metodología fue de tipo cuantitativo, nivel descriptivo-correlacional y diseño no experimental, la muestra fue de 120, aplicado una encuesta y el instrumento un cuestionario. Cuyos resultados fueron: La mayoría no tienen un estilo de vida saludable y una mínima tiene estilo de vida saludable, en mayor cantidad adultos maduros, femeninos, en cuanto al grado primario, son evangélicos, estado civil conviviente en cuanto al ingreso económico 1100 soles y obreros. No guarda relación significativa entre las variables.

Finalmente, **García Z, (27)**. En su Tesis: “Estilo de vida y factores biosocioculturales de las personas adultas del centro poblado de Rayan-Yungay, 2020”. Objetivo fue: determinar la relación entre estilo de vida y los factores biosocioculturales en personas adultas. La metodología de tipo cuantitativo, diseño descriptivo correlacional, la muestra de 110, el instrumento fue escala de estilos de vida y cuestionario factores biosocioculturales. Cuyos resultados fueron: la mayoría no tiene estilos de vida saludable y un mínimo si tiene estilos de vida saludable. La mayoría son de religión católica, casado y con ocupación su casa, la mayor parte son femeninos, adultos maduros e ingreso económico de 600 a 1000 soles y un mínimo analfabetos. Concluyó que no hay relación estadísticamente significativamente entre ambas variables.

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

### **2.2.1. Bases teóricas**

La presente investigación se fundamentó en las siguientes bases a la teoría cuidados de enfermería en los estilos de vida que fueron

propuestas por Marc Lalonde, Nola Pender y la OMS, vinculada a los factores biosocioculturales en los adultos de caserío de Gotush.

Marc Lalonde, nace en julio 26 de 1929 en una isla Perrot en Canadá. Sobre los años 1974, Lalonde se desempeña como abogado y político, como ministro de salud de la república de Canadá, donde estuvo a cargo de un grupo de epidemiológicos que investigaban las causas de la enfermedad y muerte de los canadienses. En 1970 se ve causas preocupantes y condición que van determinar la salud, donde explicaban los deterioros de la salud y los determinantes, donde el sobresaliente fue el modelo holístico Laframbroise en el año 1973, que fue desarrollado por Marc Lalonde en el año de 1994, a su término del estudio presentando un informa denominado “New perspectives on the health of canadians”, fue importante en salud pública, orientado acción de servicios públicos. (28)

Según Lalonde en Tejera, refiere que el estilo de vida sería una manera de existir y tener vida de los individuos, que en paralela al medio ambiente que la rodea, y están determinadas por un conjunto de muchos factores sociales, laborales y laborales que dependerán sobre todo de la persona como también del entorno en que vive, quedando en lugar a estilos de vida más o menos saludables. El estilo de vida es una manera de vida de forma individual, son las formas de vivir de las personas o grupos familiares. En tanto, indica que es la forma individual y personal como la persona se efectúa como tal. En nuestra coyuntura, se cree que las familias, tiene unos estilos de vida la cual es propio de sí mismo lo

que determinan su salud en cada conjunto de familias y todos sus miembros que lo unen. (29)

Según Lalonde, el nivel de la salud de una determinada comunidad está influida por 4 determinantes:



Fuente: Modelo holístico, desarrollado por Marc Lalonde, en el informe “New perspectives on the health of Canadians”

Los estilos de vida y conductas de salud, que representa un conjunto de decisiones que el individuo toma respecto a la salud que hace referencia al sedentarismo, horario, tipo de alimentación, consumo de drogas, estrés y al inadecuado uso de servicios sanitarios. (30)

La biología humana, la cual influye todo el suceso que tiene relación con la salud física y mental, lo que se manifiesta en el organismo a consecuencia de la biología de los que destacan la carga genética y el desarrollo del envejecimiento. (30)

El medio ambiente, concierne todos los factores que están relacionados con la salud, la persona tiene nada o poco control con la corrupción física, química, biología, psicosocial y la sociocultural. (30)

El sistema sanitario incumbe a la enfermería en la práctica de la medicina como un recurso, adversos a las asistencias sanitarias, a una lista de excesos de espera y la burocracia en la asistencia. (30)

Según Mark Lalonde el estilo de vida son disposiciones y ejercicios que ejecuta la persona, involucrado a la salud, desde ese punto la salud es la que se toman las malas decisiones y hábitos que perjudican llevando a un riesgo que le origina a la persona a un riesgo de enfermedad o muerte, en este caso lo estilos de vida es la que determina el bienestar de la persona. (31)

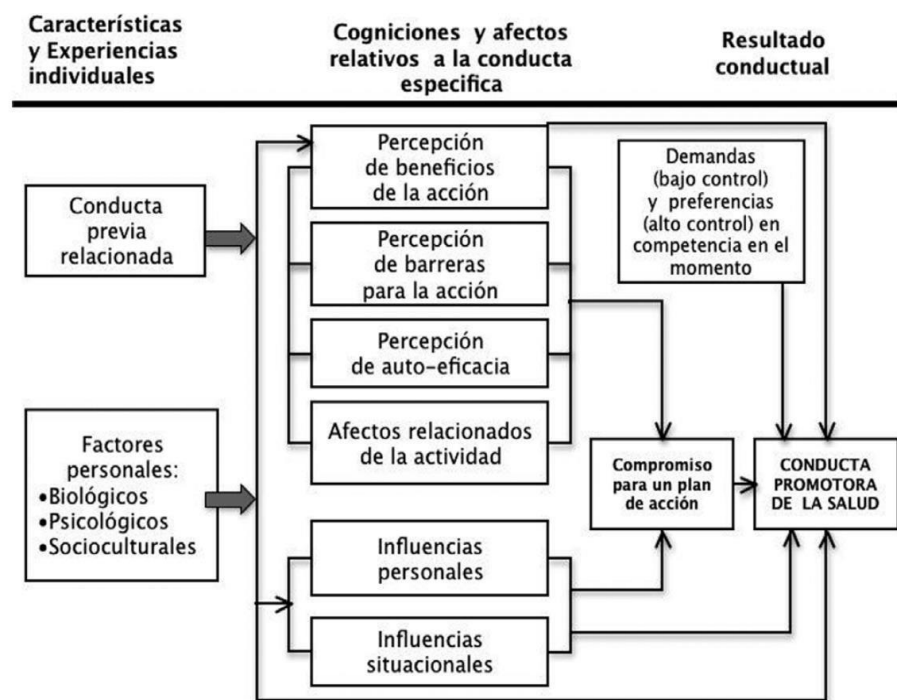
Así mismo los estilos de vida también son conjunto de acciones y decisiones que se van a tomar para alcanzar un bienestar físico, mental y social; de mismo modo las buenas acciones y decisiones como la alimentación, actividad física entre otras más, van a favorecer un bienestar para la salud. (31)

Continuando, Nola Pender, nace en Lansing, Michigan, Estados Unidos, en 1941 y en el año de 1964 obtiene la licenciatura en ciencias de la Enfermería, en la universidad del dicho lugar, así mismo realizó el grado de maestría y doctorado en la universidad de Northwestern en Evanston, Illinois. (32)

Se desempeñó como enfermera terapéutica y posteriormente, en el 72 sobre su teoría, así mismo Pender presenta el libro titulado “Promoción de la salud en la práctica de enfermería”, exponiendo el modelo de promoción de salud, acompañada amplia forma el aspecto más

resaltantes en la transformación conductual, de mismo modo sus actitudes y motivación de realizar acciones así promover la salud. (33)

Se dio inspirada en 2 sustentos teóricos: la teoría de aprendizaje social de Albert Bandura y el modelo de valoración de la expectativa motivación humana de Feather, que abarca las características y las experiencias individuales, como el conocimiento y afectos que especifican de la conducta, los que van a llevar al individuo a ser partícipe o no en el comportamiento de su salud. (33)



Fuente: Modelo de promoción de la salud de Pender 1996.

Nola Pender, data de muchas investigaciones que le ayudaron a promocionar la salud, físico y mental; donde concientizan al cuidado, los investigadores priorizan para el estudio llegando a aportar conocimientos analíticos y científicos, que son en la actualidad materia de discusión, llegando a generar diversos conceptos para así establecer políticas de

salud; llegando a ser fundamental la promoción de la salud, bienestar físico y mental. (32)

Nola, como investigadora promovió bienestar total en salud, lo que van ser direccionadas a acciones netamente preventivos. Donde llega generar una de las novedades su investigación, identificó factores que influyen en el accionar y toma de decisiones con el fin de prevenir enfermedades, llegando a tener una vida saludable, que es indispensable en el cuidado de personas enfermas. (34)

Asimismo, la misma aporta los conocimientos importantes de sus investigaciones que están vinculadas a la promoción de la salud. Lo que pretende es dar realce para alcanzar un bienestar con el fin de ser satisfecho las necesidades, dando un cambio a su entorno y que se adapte a él, donde va conseguir calidad en estilos de vida. (34)

Un modelo que propuso para la prevención tiene el objetivo de suplir los aspectos de enfermería y la ciencia que van a guiar las conductas humanas, relacionados a factores. Este modelo es una guía y técnicas biopsicosocial que incentivan a conllevar una conducta positiva con respecto a la promoción de la salud. (34)

En tal sentido es preciso mencionar, la promoción de salud propuesta por Pender en 1996, que son fundamentadas en estilo de vida, como patrón multidimensional de trabajos que realiza una persona en su vida diaria y influenciada en su salud; y que estudia tres categorías: experiencia individual, características y la motivación de la conducta. (34)

Los estilos de vida saludables se relacionan a una concientización de bienestar, y esto es relacionada a los patrones y actitudes que se vinculan de forma positiva la salud. (35)

También denominada estilo de vida saludable a los accionares que asumen en los hábitos, lo que infieren positivamente la vida del individuo. Principalmente estos hábitos son: alimentación, descanso y actividad física (36). La Organización Mundial de la Salud “OMS”, indica que los estilos de vida bien a ser comportamientos que van a afectar en su salud a la persona; asimismo los comportamientos, acciones son influyentes en la salud con la interacción con el entorno físico, social y biológico. (37)

También se define a los estilos de vida como un comportamiento de una persona, familia y grupo social que realiza de una manera repetitiva, como también va depender del conocimiento que haya obtenido, necesidades, sus posibilidades económicas y entre otros; generalmente esto son vinculadas a la alimentación, actividad física y los hábitos nocivos en la persona. (38)

### **Estilos de vida en adultos**

En cuanto al envejecimiento, es un proceso de modificaciones fisiológicas y morfológicas, que son el resultado del pasar del tiempo y que se presenta en los seres humanos. Afecta a la persona adulta de muchas maneras, como consecuencia de adaptación de un cuerpo, como en los aparatos del cuerpo. (39)

Las clasificaciones, más acertadas y aceptadas en este abordaje es el curso de la vida y recibida en documento que contemplada periodos: 1. Adulto joven que es de 20 años hasta 30 o 32 años. 2. Adulto medio que comienza de 30 o 32 años hasta los 42 o 44 años, 3. Adultez madura comienza de 42 o 44 años se extiende hasta los años 56 o 58. (40)

### **dimensión en estilos de vida**

En cuanto dimensión se considera en esta investigación, deberán ser los siguientes: ejercicio, alimentación, manejo de estrés, apoyo personal, responsabilidad de la salud y su auto realización.

#### **a). Dimensión de alimentación**

La alimentación o nutrición es considerada un proceso que es complementario, las cuales se presentan con características distintas, como son fundamentales y esenciales para toda persona; la alimentación es relacionada a la medida como es obtenida; es el acto voluntario y consiente, lo que enlaza a factor cultural, sociales, económicos y ambiental; en si la nutrición es todos los procesos involuntarios de todo lo que la persona ingirió los alimentos. (40)

La alimentación saludable en sí incluye a un sin número de alimentos que se encuentra en la siguiente pirámide nutricional, teniendo en cuenta que deben ser consumidas en proporciones racionadas y adecuadas con una cantidad adecuada para garantizar una satisfacción a la necesidad del organismo, en función a un consumo energético teniendo en cuenta su actividad diaria. (41)



En relación la alimentación se debe tener en cuenta las frecuencias y las cantidades, lo que se recomienda es ingerir alimento 5 veces al día, desayuno, dos refrigerios y la cena más liviano; los alimentos deben de ser día a día como las frutas y verduras, tenerlos presente en cada comida diaria; tener peso corporal es fundamental para tener bienestar físico. Lo contrario como la obesidad o el sobrepeso traen problema patológico, como la diabetes, cardiovasculares, así como otras patologías fisiológicas. (42)

#### **b) Dimensión actividad y ejercicio**

Cuando se realiza unas actividades físicas, es importante llevar un proceso de envejecimiento digno; como se aprecia que tienen como rutina la actividad física, las cuales se presentan con menores probabilidades a desarrollar enfermedades patológicas como son: presión arterial, obesidad, depresión, osteoporosis y diabetes etc. (43)

La actividad física, se considera como movimiento corporal, las que son el reflejo producido por el sistema musculoesquelético, los movimientos exigen un desgaste de energía; cuando se realiza movimientos habituales aumentan la calidad de vida y el bienestar en las personas. (41)

Las recomendaciones son determinantes al realizar una actividad física durante treinta minutos al día, para quemar calorías excedentes del cuerpo y va a fortalecer los músculos y los huesos, controla la presión arterial, colesterol, los niveles de la glucosa, va a eliminar el estrés y el insomnio; desarrolla una actividad favorable. (43)

Los ejercicios físicos realizadas de manera coordinadas y reguladas, son factores indispensables para prevenir lo que en estudios se pueda evitar al menos 35 problemas patológicos crónicas. Por lo que en personas con sedentarismo tienden un mayor riesgo de adquirir enfermedad y hasta sucumbir. (43)

### **c) Dimensión y manejo del estrés**

El equilibrio intelectual es fundamental para las personas, en si no se refiere a enfermedades mentales, si no vinculada a un bienestar psicológico y emocional, lo que indica desarrollar un razonamiento cognitivo, también afrontar problemas individuales, que se relacione con la familia. las causas que van afectando psicológicamente, el más comunes encontramos como el estrés. (44)

El estrés es un estado de alteración nerviosa lo que es generado producto de la angustia, impaciencia lo que es generado al no cumplir los objetivos en un tiempo propuesto, por lo que es necesario controlar el tiempo con un propósito de trazar los objetivos largos para evitar el estrés. (43)

Para manejar el estrés, es necesario entender la realidad en lo que envuelve las emociones, diferenciadas con sus sentimientos; es importante reconocer sus emociones a propósito lograr bienestar, el poder llevar positivamente la relación con otras personas en situaciones dificultosas que se presentan. (40)

### **d) dimensiones de responsabilidad de la salud**

la salud está compuesta de culturas como son: creencias, saberes y relaciones que se brindan con la sociedad; en cuanto el cuidado hace responsabilidad frente a comportamientos y su conducta como son bienestar, psicológico y social. (40)

involucra factores que se encuentra a través de prevenciones patológicas, las prevenciones primarias están referidas a las medidas que van a promover la salud, con las acciones que darán protección del individuo; así mismo las prevenciones secundarias, están referidas al tratamiento, así como en las etapas iniciales de cada patología, así como última las prevenciones terciarias lo que va involucrar su rehabilitación de las enfermedades. (44)

#### **e) dimensiones de apoyos interpersonales**

así mismo la relación social es fundamental para la persona y su bienestar, para lograr una vejez digna. Cuando se aísla a una persona puede tener un deterioro de sus capacidades mentales y físicas. (44)

Mencionar de los estilos de vida saludable, se incluye a todo un grupo social donde pertenece, debido a la salud y los hábitos que adquiere, van a influir a la familia y comunidad donde pertenece; también se interrelacionan con el aspecto económico, social, político y el medio ambiente. (44)

La salud de la persona es el apoyo familiar, de amigos y la sociedad. Así mismo, es reflejo de costumbres, sus creencias y sus tradiciones a las que pertenece. (45)

#### **f) dimensión de autorrealización**

Cuando se aumenta y se fortalece la capacidad, oportunidad y potencialidad de manera libre, la forma de vivir del individuo, va influir una manera positiva de bienestar y salud el mismo; para la autorrealización teniendo en cuenta cuatro perspectivas las cuales van a ayudar ala la persona. (40)

1). Las perspectivas de las necesidades, la cual reconoce la posibilidad que presenta la persona para desarrollar mejora de calidad de su vida mediante su satisfacción de su necesidad, 2). Las perspectivas de sus potencialidades, se ve su avance progresivo de la persona en su vida diaria; es ser biológico, psicológico, social, espiritual y cultural, lo que está relacionada a su entorno, 3). Las Perspectivas de sus derechos, es refiere a las posibilidades de cada persona, en la que se ve complacida de sus deberes y derechos. 4). Las Perspectivas de sus capacidades, lo que corresponda a las aptitudes, recursos y oportunidades para el desarrollo de su vida del individuo. (40)

### **2.2.2 bases conceptuales**

#### **Factores biosocioculturales**

Los siguientes factores se definen como un proceso o fenómeno que son relacionados con los aspectos sociales, biológicos y culturales de un determinado grupo de la sociedad. Lo cual estos elementos se relacionen con la interacción del ser humano, que sirve para organizar la vida y dar un sentido a la vida. (46)

#### **Factores biológicos**

En cuanto al factor biológico es la edad, es el proceso del organismo, es un tiempo determinado de vida que tiene el ser vivo, ya sea animal o individuo. (47) También está involucrado el sexo, la cual se refiere a la condición orgánica; ya sea masculino o femenino, animales. (48)

### **Factor cultural**

Está conformado por instrucción o nivel de instrucción y se encuentra relacionado con el grado de estudio en que se encuentra la persona, con las que tiene incompleta. (49) y por su religión en lo que viene a ser las creencias acerca la divinidad, de veneración y temor hacia él. (50)

### **Factor social**

Son los que comprende el estado civil, la que son relacionadas la condición de la persona, nacimiento, nacionalidad, matrimonio y filiación. (51) El ingreso económico es la suma de su presupuesto de cada persona; es monetaria que acumula y genera de su ganancia o consumo. (52)

### **III. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN**

Hi: Existe relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y factores biosocioculturales en los adultos del Caserío de Gotush Centro Poblado de Carhuayoc\_San Marcos, 2023

Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y factores biosocioculturales en los adultos del Caserío de Gotush Centro Poblado de Carhuayoc\_San Marcos, 2023

## IV. METODOLOGÍA.

### 4.1. Diseño de la investigación.

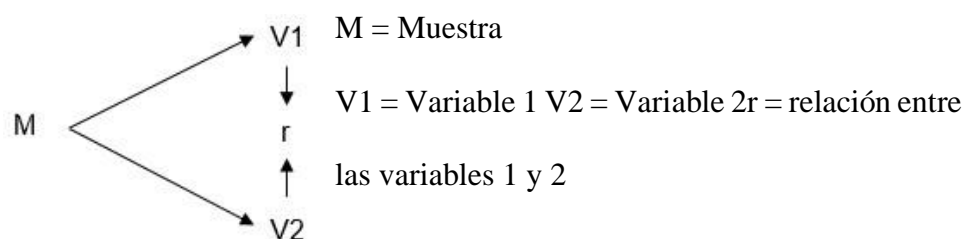
La investigación realizada fue de tipo cuantitativo, es concluyente con su propósito ya que cuantifica el problema y entender que tan generalizado esta mediante la búsqueda de resultados proyectados a una población mayor. (53)

La investigación se determinó con un nivel descriptivo, donde se describe en especificar las propiedades importantes de un análisis, sin alterar un factor de estudio, correlacional ya que se lleva a cabo para medir a partir de dos variables, para explorar hasta qué punto se va relacionar entre dos variables en un estudio. (54)

el diseño en la presente investigación no experimental de doble casilla, para medir la relación estadística entre ambas variables. (55)

**No experimental:** debió a que el científico no manipuló o influyó en las variables del estudio, se respetó en su contexto natural como tal.

**Donde:**



### 4.2. Población y muestra.

#### Universo muestral

La población constituye el objeto de investigación, así como fue el centro de estudio, de ellos se recogió información importante para la investigación,

la población estuvo conformada por 107 personas adultas del Caserío de Gotush del Centro Poblado de Carhuayoc\_San Marcos.

#### **Unidad de análisis**

Es cada adulto del Caserío de Gotush del Centro Poblado de Carhuayoc\_San Marcos, que formaron parte de la muestra y respondió a los criterios de la investigación.

#### **Criterio de inclusión:**

- Adultos que residían por más de 3 años en el Caserío de Gotush del Centro Poblado de Carhuayoc\_San Marcos.
- Adultos de 20 años a más que vivían en el caserío de Gotush del centro poblado de Carhuayoc\_San Marcos.
- Adultos que aceptaron participar en el estudio y firmaron su consentimiento informado.

#### **Criterios de exclusión:**

- Adultos que presentaban alguna enfermedad.
- Adultos que tenían problemas de comunicación.
- Adultos que tenían problemas mentales.

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

#### **Estilo de vida de los adultos**

##### **Definición Conceptual:**

Es un conjunto de patrones conductuales, que una persona pone en práctica, de manera permanente y mantenida en su vida cotidiana y que puede ser acertado para el mantenimiento de su salud y pone en situación de riesgo.

(56)



**Definición Operacional:**

Se utilizó la escala nominal

Estilos de vida saludable: 75 – 100 puntos

Estilos de vida no saludable: 25 – 74 puntos

**Factores biosocioculturales de los adultos****Definición conceptual:**

Características o circunstancias detectables en la persona, que pueden ser no modificables. Los factores considerados son: edad, sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico. (57)

**Definición Operacional:**

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

**Factor biológico****Edad:****Definición conceptual**

La edad, es una cualidad temporal del organismo entero o, al menos, a una relación intrínseca de sus subprocesos, la edad es la vida un determinado ser. (45)

**Definición operacional**

La escala:

- Adulto Joven: 20 – 35 años
- Adulto Maduro: 36 – 59 años
- Adulto Mayor: 60 a más años

**Sexo:**

### **La definición conceptual**

En concordancia mencionado por la Real Academia Española, el sexo es referido a una condición del propio organismo; así sean masculina o femenina. (46)

### **Definición operacional**

Se utilizó una escala de forma nominal:

- Masculino
- Femenino

### **Los factores culturales**

#### **El Grado de instrucción:**

### **Definición conceptual**

Los niveles de instrucción que fueron relacionados con el grado más superior de estudio de un individuo. (47)

### **Definición operacional**

La escala ordinal

- Analfabeto (a)
- Primaria
- Secundaria
- Superior

#### **En religión:**

### **Definición conceptual**

La religión, es el resultado del esfuerzo del ser humano por contactar con el "el más allá". La experiencia religiosa proporciona explicaciones globales

e interpretaciones acerca del mundo, es un grupo de creencias que tiene un individuo acerca de la divinidad, de veneración y temor hacia esta. (48)

### **Definición Operacional**

Escala nominal

- Católico
- Evangélico

### **Factores sociales**

Estado civil:

### **Definición Conceptual**

El estado civil, condición en que se encuentra una persona la cual también es relacionada con el nacimiento, nacionalidad, matrimonio, normalmente constata en el registro civil. (49)

Definición operacional

La escala nominal

- Soltero
- Casado
- Conviviente
- Otros

### **El ingreso económico:**

### **Definición conceptual**

Es la ganancia de un conjunto presupuestal; en término general, es el ingreso monetario de la persona. (50)

### **Definición operacional**

La escala de intervalo

- Menos de 500 nuevos soles.
- De 500 a 1000 nuevos soles.
- Más de 1000 nuevos soles.

### **Ocupación:**

#### **Definición Conceptual**

La ocupación se relaciona con el trabajo, el cual impide emplear el tiempo en otra acción, también puede denominarse empleo, oficio, actividad, es todo comportamiento motivado conscientemente de ser efectivo en el ambiente, encaminado de satisfacer roles individuales. (58)

#### **Definición operacional**

La escala nominal

- Obrero.
- Empleado.
- Ama de casa.
- Otros.

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

##### **Técnicas.**

Para iniciar con la recolección de datos, se utilizó la entrevista y la observación.

##### **Instrumento.**

En la presente investigación se utilizó dos instrumentos de recolección de datos que se detallan en el siguiente:

##### **Instrumento 01**

### **Escala referente al Estilo de Vida**

El instrumento fue elaborado en base al cuestionario de estilo de vida promotor de salud que fue elaborado por Walker, Sechrist y Pender, y de mismo modo modificado por las siguientes investigadoras de línea de la escuela profesional de Enfermería de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; Delgado R; Reyna E. y Díaz R. con fines para la investigación y medir el estilo de vida a través de dimensiones: alimentación, actividad física, manejo del estrés, el apoyo interpersonal, la autorrealización y responsabilidad en salud de la persona.

Esta se constituye por 25 ítems que están distribuidos como se muestra:

Alimentación: (1, 2, 3, 4, 5, 6)

Actividad y Ejercicio: (7,8)

Manejo del Estrés: (9, 10, 11, 12)

Apoyo Interpersonal: (13, 14, 15, 16)

Autorrealización: (17, 18, 19)

Responsabilidad en Salud: (20, 21, 22, 23, 24, 25)

Así mismo cada ítem tiene el siguiente criterio de calificación:

Nunca: N = 1

A veces: V = 2

Frecuentemente: F = 3

Siempre: S = 4

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

Los puntajes que se obtuvieron para la escala total resultaron del promedio de las respuestas a los 25 ítems, de la misma forma se procedió en cada subescala.

## **Instrumento 02**

### **Cuestionario sobre factores biosocioculturales**

Fue elaborada por las investigadoras de línea de la escuela profesional de Enfermería de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; Delgado, R; Reyna E y Díaz R. para el fin de la presente investigación; y está constituido por 7 ítems y distribuidos en 4 partes:

- Datos de identificación, en donde se colocó los nombres de forma abreviada. (1 ítems).
- Factores biológicos, donde se consignó la edad y el sexo. (2 ítems).
- Factores culturales, donde se consideró la religión. (3 ítems).
- Factores sociales, se determinó el estado civil, la ocupación y el ingreso económico. (4 ítems).

## **4.5. Plan de análisis**

### **4.5.1. Procedimiento de recolección de datos.**

Sobre la recolección de datos en el siguiente estudio de investigación se tomó en cuenta los siguientes aspectos:

- Se contactó a los adultos a través de visitas al lugar, para coordinar el tiempo y disponibilidad para formar parte del estudio

del caserío de Gotush del Centro Poblado de Carhuayoc San Marcos Huari Ancash, dando énfasis que los datos y resultados son totalmente confidenciales.

- Se informó al adulto acerca del estudio y se procedió con la lectura del consentimiento informado.
- Se le realizó dicha lectura de las instrucciones del instrumento a las personas adultas del caserío de Gotush del Centro Poblado de Carhuayoc San Marcos Huari Ancash.
- Se aplicó el instrumento a cada adulto por el investigador y marcando las respuestas con ética y confiabilidad.
- El siguiente instrumento se aplicó en el siguiente tiempo determinado de 20 minutos y las respuestas fueron marcadas de manera directa y personal.

#### **4.5.2 Análisis y procesamiento de los datos**

Los datos fueron procesados en el paquete SPSS/info/software versión 25.0, se presentaron los datos en tablas simples y se elaboraron gráficos para cada tabla. Para establecer la relación entre variables de estudio se utilizó la prueba de independencia chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de  $p < 0.05$ .

#### 4.6. Matriz de consistencia

TÍTULO	ENUNCIADO	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	METODOLOGÍA
Estilos de vida y factores biosocioculturales en los adultos del caserío de Gotush centro poblado de Carhuayoc_San marcos, 2023	¿Existe relación entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del Caserío de Gotush Centro Poblado de Carhuayoc_San Marcos, 2023?	Determinar la relación que existe en los estilos de vida y los factores biosocioculturales de los Adultos del caserío de Gotush centro poblado de Carhuayoc_San Marcos, 2023	Conocer los estilos de vida de los adultos del caserío de Gotush centro poblado de Carhuayoc_San Marcos, 2023 Conocer los factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Gotush centro poblado de Carhuayoc_San Marcos, 2023	<p><b>Tipo:</b> Cuantitativo, correlacional de corte transversal.</p> <p><b>Diseño:</b> no experimental.</p> <p><b>El universo y muestra:</b> 107 adultos del caserío de Gotush</p> <p><b>Técnica:</b> Entrevista y Observación, aplicado 2 instrumentos: la escala de estilos de vida y el cuestionario sobre factores biosocioculturales.</p>



#### 4.7. Principios éticos

Durante la aplicación de los instrumentos se respetó y se cumplió los criterios éticos de la Universidad ULADECH. (59)

- **Dar protección a todas las personas:** en toda investigación el fin es considerar como agentes autónomos y proteger a aquellos que tuvieran menor autonomía. Se informó a los participantes que los datos recolectados serán confidenciales y estarán disponibles para futuras investigaciones.
- **La libre participación y el derecho a estar informado:** a todas las personas que se involucró en esta investigación y se informó que el adulto es libre de decidir su participación o no en la investigación. Se indicó expresamente el consentimiento del adulto; asimismo se informó que cualquier duda que tenga de esta investigación serán absueltas sus dudas. (ver Anexo 05).
- **La Beneficencia y no maleficencia:** consiste en la obligación de no causar daño y asegurar el bienestar a los adultos de investigación. Se informó a los participantes sobre posibles riesgos que pueden ser físicos, psicológicos y entre otras de mismo modo se tomaron medidas adecuadas para mitigarlos.
- **La justicia:** Los participantes sin excepción tuvieron un trato justo y equitativo, antes, durante y después de su participación, se realizó una selección justa y no discriminatoria de las personas, de manera que los riesgos o beneficios se compartan equitativamente con todos los

participantes; hubo un trato sin prejuicios a los participantes y se informó que tendrán acceso a los resultados de esta investigación.

- **La integridad científica:** se informó y se consultó a todos los adultos participantes que su identidad será tratada de manera clara, confidencial o anónima.

## V. RESULTADOS

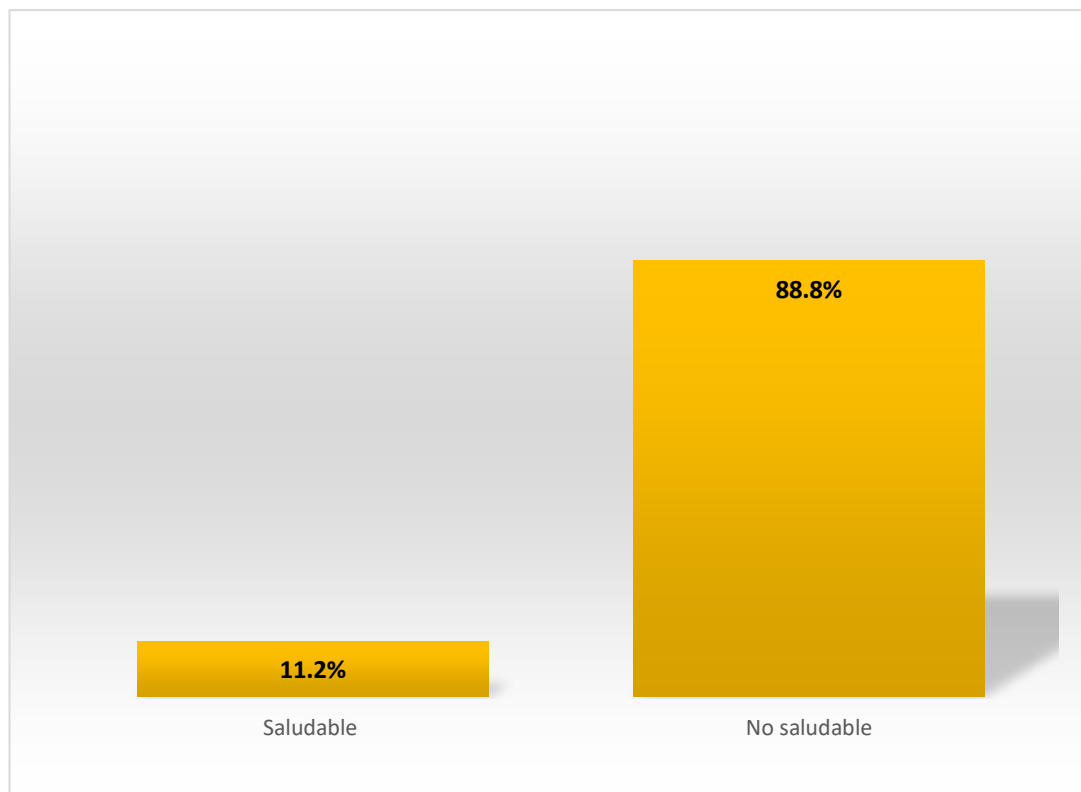
### 5.1. Resultados

**TABLA 1:**  
**“ESTILOS DE VIDA EN LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC\_SAN MARCOS, 2020”**

NIVEL DE ESTILOS DE VIDA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Saludable	12	11,2
No saludable	95	88,8
Total	107	100,00

**FUENTE:** Escala de estilos de vida. Elaborado por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a los adultos del caserío de Gotush centro poblado de Carhuayoc\_San Marcos, 2020

**“GRÁFICO 1: ESTILOS DE VIDA EN LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC\_SAN MARCOS, 2020”**



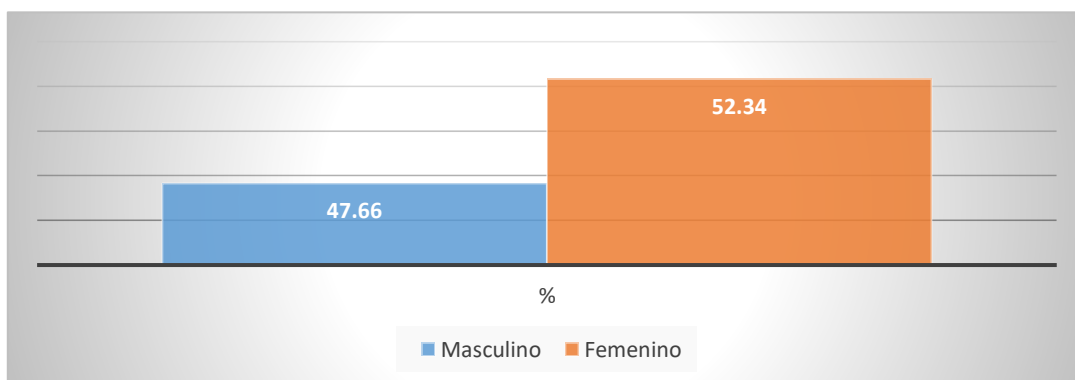
**FUENTE:** Escala de estilos de vida. Elaborado por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a los adultos del caserío de Gotush centro poblado de Carhuayoc\_San Marcos, 2020

**TABLA 2:**  
**“FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN LOS ADULTOS DEL CASERÍO  
 DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC\_SAN MARCOS, 2020**

<b>FACTOR BIOLÓGICO</b>		
<b>SEXO</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Masculino	51	47,66
Femenino	56	52,34
<b>Total</b>	<b>107</b>	<b>100,00</b>
<b>EDAD</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
20-35 años	45	42,06
36-59 años	51	47,66
60 a más	11	10,28
<b>Total</b>	<b>107</b>	<b>100,00</b>
<b>FACTORES CULTURALES</b>		
<b>¿Cuál es grado de instrucción?</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Analfabeto	5	4,67
Primaria	14	13,08
Secundaria	73	68,22
Superior	15	14,02
<b>Total</b>	<b>107</b>	<b>100,00</b>
<b>¿Cuál es su religión?</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Católico	93	86,92
Evangélico	10	9,35
Otras	4	3,74
<b>Total</b>	<b>107</b>	<b>100,00</b>
<b>FACTORES SOCIALES</b>		
<b>¿Cuál es su estado civil?</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Soltero	37	34,58
Casado	27	25,23
Viudo	3	2,80
Conviviente	38	35,51
Separado	2	1,87
<b>Total</b>	<b>107</b>	<b>100,00</b>
<b>¿Cuál es su ocupación?</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Obrero	45	42,06
Empleado	11	10,28
Ama de casa	44	41,12
Estudiante	7	6,54
Otros	0	0
<b>Total</b>	<b>107</b>	<b>100,00</b>
<b>¿Cuál es su ingreso económico?</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Menor de 400 nuevos soles	7	6,54
De 400 a 650 nuevos soles	8	7,48
De 650 a 850 nuevos soles	34	31,78
De 850 a 1100 nuevos soles	47	43,93
Mayor de 1100 nuevos soles	11	10,28
<b>Total</b>	<b>107</b>	<b>100,00</b>

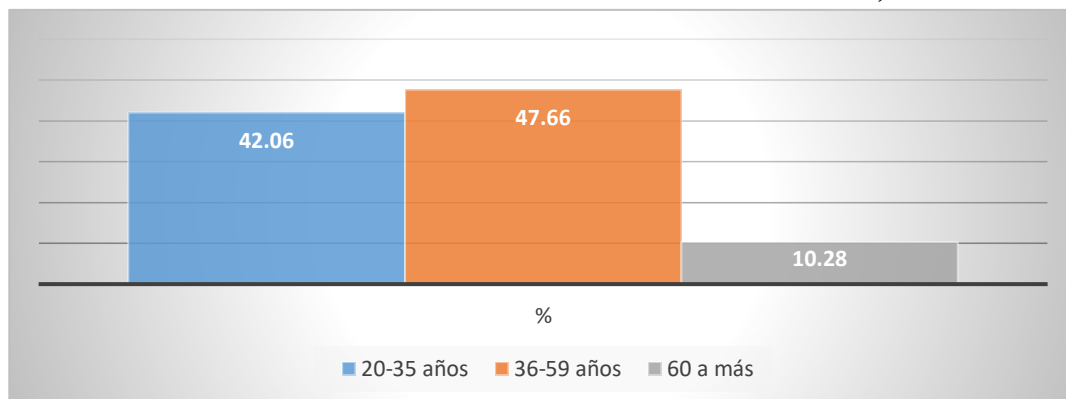
**FUENTE:** Cuestionario de los factores biosocioculturales. Elaborado por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a los adultos del caserío de Gotush centro poblado de Carhuayoc\_San Marcos, 2020

**“GRÁFICO 2: SEXO DE LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC\_SAN MARCOS, 2020”**



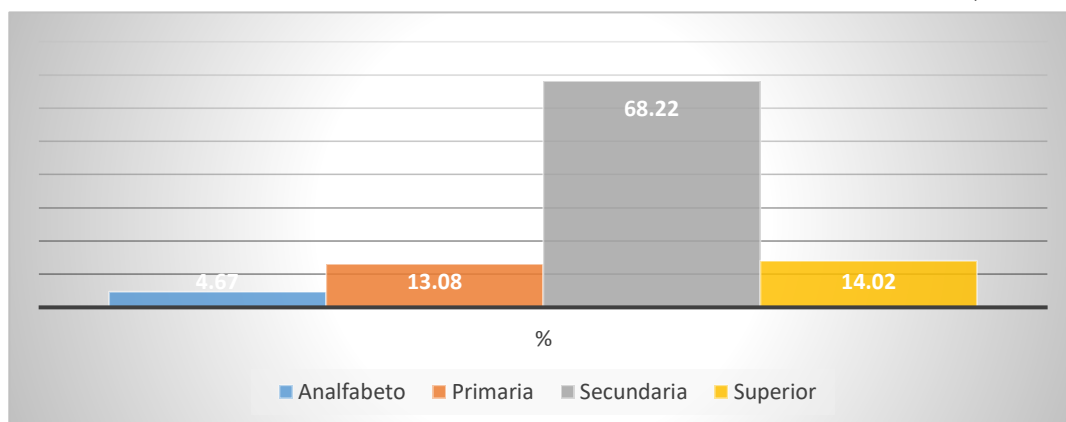
**FUENTE:** Cuestionario de los factores biosocioculturales. Elaborado por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a los adultos del caserío de Gotush centro poblado de Carhuayoc\_San Marcos, 2020

**“GRÁFICO 3: EDAD DE LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC\_SAN MARCOS, 2020”**



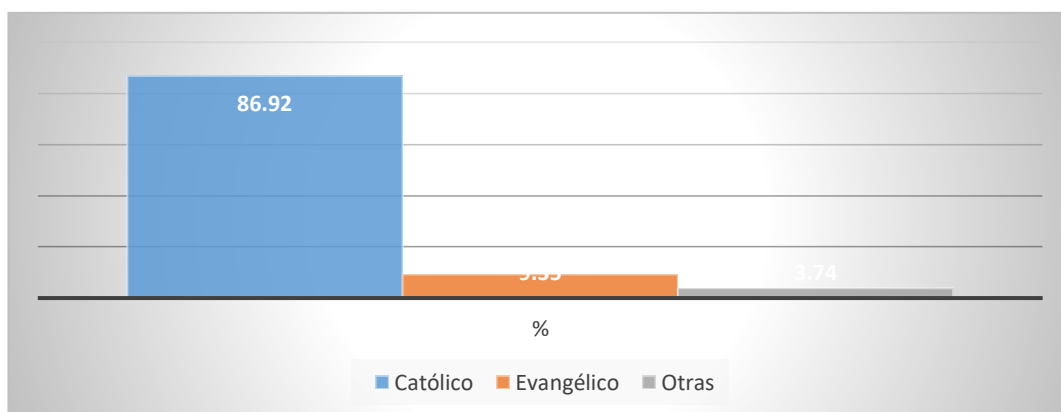
**FUENTE:** Cuestionario de los factores biosocioculturales. Elaborado por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a los adultos del caserío de Gotush centro poblado de Carhuayoc\_San Marcos, 2020

**“GRÁFICO 4: GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC\_SAN MARCOS, 2020”**



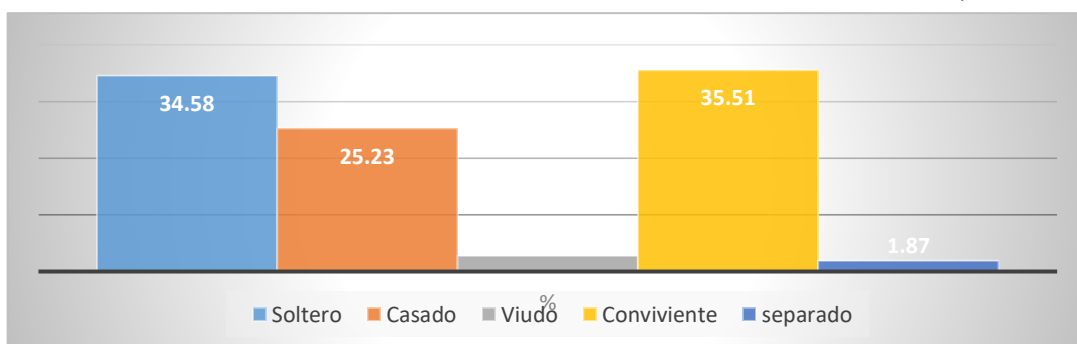
**FUENTE:** Cuestionario de los factores biosocioculturales. Elaborado por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a los adultos del caserío de Gotush centro poblado de Carhuayoc\_San Marcos, 2020

**“GRÁFICO 5: RELIGIÓN DE LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC\_SAN MARCOS, 2020”**



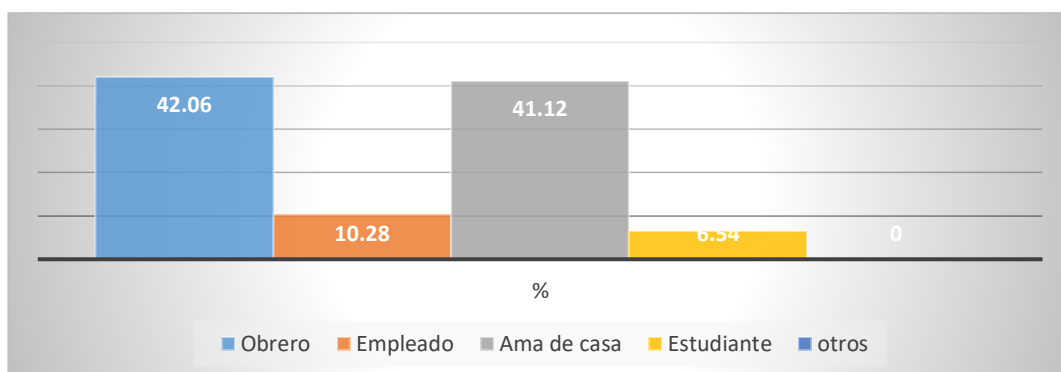
**FUENTE:** Cuestionario de los factores biosocioculturales. Elaborado por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a los adultos del caserío de Gotush centro poblado de Carhuayoc\_San Marcos, 2020

**“GRÁFICO 6: ESTADO CIVIL DE LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC\_SAN MARCOS, 2020”**



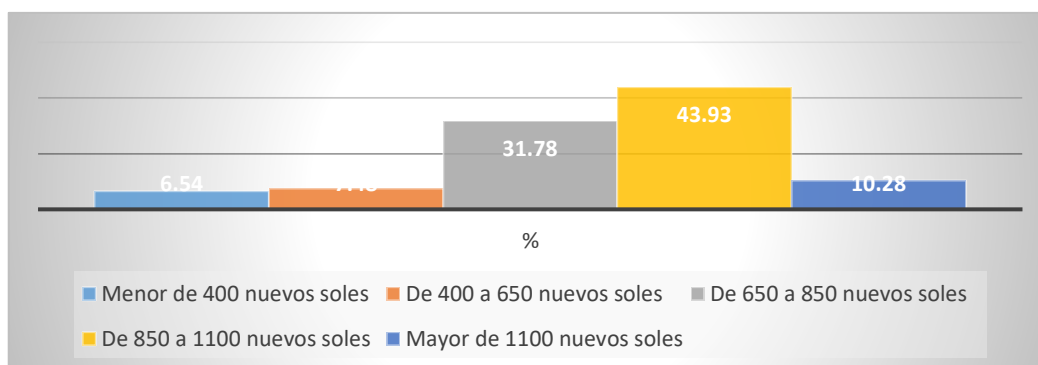
**FUENTE:** Cuestionario de los factores biosocioculturales. Elaborado por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a los adultos del caserío de Gotush centro poblado de Carhuayoc\_San Marcos, 2020

**“GRÁFICO 7: OCUPACIÓN DE LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC\_SAN MARCOS, 2020”**



**FUENTE:** Cuestionario de los factores biosocioculturales. Elaborado por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a los adultos del caserío de Gotush centro poblado de Carhuayoc\_San Marcos, 2020

**“GRÁFICO 8: INGRESO ECONÓMICO DE LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC\_SAN MARCOS, 2020”**



**FUENTE:** Cuestionario de los factores biosocioculturales. Elaborado por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a los adultos del caserío de Gotush centro poblado de Carhuayoc\_San Marcos, 2020

**TABLA 3:**  
**“FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH DEL CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC\_SAN MARCOS, 2020”**

SEXO	ESTILOS DE VIDA				TOTAL		Interpretación: No existe relación entre las dos variables
	ESTILOS DE VIDA SALUDABLE		ESTILOS DE VIDA NO SALUDABLE				
	n°	%	n°	%	n°	%	
FEMENINO	5	4.67	51	47.66	56	52.34	Xc=0,617 GL=1 y p=3,84
MASCULINO	7	6.54	44	41.12	51	47.66	
TOTAL	12	11.21	95	88.79	107	100.00	

EDAD	ESTILOS DE VIDA				TOTAL		Interpretación: No existe relación entre las dos variables
	ESTILOS DE VIDA SALUDABLE		ESTILOS DE VIDA NO SALUDABLE				
	n°	%	n°	%	n°	%	
20-35 años	5	4.67	42	39.25	47	43.93	Xc=0,12 GL=2 y p=5,99
36-59 años	6	5.61	43	40.19	49	45.79	
60 a más	1	0.93	10	9.35	11	10.28	
TOTAL	12	11.21	95	88.79	107	100.00	

**FUENTE:** Cuestionario de los factores biosocioculturales. Elaborado por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Diaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a los adultos del caserío de Gotush centro poblado de Carhuayoc\_San Marcos, 2020



**TABLA 4:**  
**“FACTORES CULTURALES Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH DEL CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC\_SAN MARCOS, 2020”**

GRADO DE INSTRUCCIÓN	ESTILOS DE VIDA				TOTAL		Xc=2,22 GL=3 y p=7,81  Interpretación: No existe relación entre las dos variables	
	ESTILOS DE VIDA SALUDABLE		ESTILOS DE VIDA NO SALUDABLE					
	n°	%	n°	%	n°	%		
ANALFABETO	1	0.93	4	3.74	5	4.67		
PRIMARIA	2	1.87	12	11.21	14	13.08		
SECUNDARIA	9	8.41	64	59.81	73	68.22		
SUPERIOR	0	0.00	15	14.02	15	14.02		
TOTAL	12	11.21	95	88.79	107.00	100.00		
RELIGIÓN	ESTILOS DE VIDA				TOTAL			Xc=1,76 GL=2 y p=5,99 Interpretación: No existe relación entre las dos variables
	ESTILOS DE VIDA SALUDABLE		ESTILOS DE VIDA NO SALUDABLE					
	n°	%	n°	%	n°	%		
CATÓLICO	9	8.41	84	78.50	93	86.92		
EVANGÉLICO	2	1.87	8	7.48	10	9.35		
OTRAS	1	0.93	3	2.80	4	3.74		
TOTAL	12	11.21	95	88.79	107	100.00		

**FUENTE:** Cuestionario de los factores biosocioculturales. Elaborado por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a los adultos del caserío de Gotush centro poblado de Carhuayoc\_San Marcos, 2020

**TABLA 5:**  
**“FACTORES SOCIALES Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH DEL CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC\_SAN MARCOS, 2020”**

ESTADO CIVIL	ESTILOS DE VIDA				TOTAL		Xc=1,83 GL=4 y p=9,49 Interpretación: No existe relación entre las dos variables
	ESTILOS DE VIDA SALUDABLE		ESTILOS DE VIDA NO SALUDABLE				
	n°	%	n°	%	n°	%	
SOLTERO	6	5.61	32	29.91	38	35.51	
CASADO	2	1.87	25	23.36	27	25.23	
VIUDO	0	0.00	3	2.80	3	2.80	
CONVIVIENTE	4	3.74	33	30.84	37	34.58	
SEPARADO	0	0.00	2	1.87	2	1.87	
TOTAL	12	11.21	95	88.79	107.00	100.00	
OCUPACIÓN	ESTILOS DE VIDA				TOTAL		Xc=2,51 GL=4 y p=9,49 Interpretación: No existe relación entre las dos variables
	ESTILOS DE VIDA SALUDABLE		ESTILOS DE VIDA NO SALUDABLE				
	n°	%	n°	%	n°	%	
OBRERO	7	6.54	38	35.51	45	42.06	
EMPLEADO	0	0.00	11	10.28	11	10.28	
AMA DE CASA	4	3.74	40	37.38	44	41.12	
ESTUDIANTE	1	0.93	6	5.61	7	6.54	
OTROS	0	0.00	0	0.00	0	0.00	
TOTAL	12	11.21	95	88.79	107.00	100.00	
INGRESO ECONÓMICO	ESTILOS DE VIDA				TOTAL		Xc=4,25 GL=4 y p=9,49 Interpretación: No existe relación entre las dos variables
	ESTILOS DE VIDA SALUDABLE		ESTILOS DE VIDA NO SALUDABLE				
	n°	%	n°	%	n°	%	
MENOR DE 400 NUEVOS SOLES	1	0.93	6	5.61	7	6.54	
400-650 NUEVOS SOLES	0	0.00	8	7.48	8	7.48	
650-850 NUEVOS SOLES	3	2.80	31	28.97	34	31.78	
850-1100 NUEVOS SOLES	8	7.48	39	36.45	47	43.93	
MAYOR DE 1100 NUEVOS SOLES	0	0.00	11	10.28	11	10.28	
TOTAL	12	11.21	95	88.79	107.00	100.00	

**FUENTE:** Cuestionario de los factores biosocioculturales. Elaborado por: Walker, Sechrist y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a los adultos del caserío de Gotush centro poblado de Carhuayoc\_San Marcos, 2020

## 5.2. Análisis de resultados

### TABLA 1

Del 100% (107) de los adultos del caserío de Gotush centro poblado de Carhuayoc-San Marcos, el 88.8% (95) tiene un estilo de vida no saludable y el 11,2% (12) tiene un estilo de vida saludable.

En la investigación la mayoría tiene estilos de vida no saludable y en porcentaje mínimo estilos de vida saludable.

Los resultados de la investigación, se asemejan con los de **Rafael M, (60)**. En su tesis titulada: “estilos de vida y factores biosocioculturales de los pobladores adultos de la comunidad Unidos Venceremos-Huashao-Yungay, 2018” concluyó del 100% (141), el 75,2% (106) tienen estilos de vida no saludable y 24,8% (35) los estilos de vida saludable. (35)

Asimismo, los resultados se asemejan con los de, **Aniceto Z, (61)**. “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Caraz-Ancash, 2020”, del 100% de los que encuestó el 76,96% (284) tienen un estilo de vida no saludable y el 23,04% (85) tienen un estilo de vida saludable.

De igual manera, los resultados son similares, a los de **Yajahuanca A, (20)**. En los adultos Huancabamba\_Piura, 2022. donde concluyó con estilo de vida saludable es el 15.7% (18), no saludable es 84.3% (97) así mismo asemejan a los de **Álvarez N, (21)**. En los adultos que asisten a la clínica Arthromeds\_Lima, 2022. La mayor parte de la población tiene un estilo de vida no saludable mientras que la población menor tiene un estilo de vida saludable.

Al contrario, los resultados, difieren a los de Atoche J, (19) quien concluyó en su resultado, el 85,9% cuentan con estilos de vida saludable y no saludable el 14,1%.

Así mismo, en conclusión, todos ellos coinciden con su conducta individual. Siendo así, Gutiérrez A. Sostiene un estilo de vida es el accionar de las personas, da referencia la forma de vivir en sus tiempos de ocio, alimentación, consumo de sustancias nocivas y su hábito de higiene personal. (62)

De igual manera, Guerrero L, y León A, (63). han asociado al estilo ideológico de patrones conductuales y comportamientos, por los que la persona adquiere conocimiento por un sistema socioeducativo. El estilo de vida hace referencia a la vivencia, actividades cotidianas y diarias: las comidas diarias, alimentación, el tiempo de descanso, consumo de alcohol, fumar y la inactividad física.

Así mismo, estilos de vida se ven afectados por negativa y positiva accionar que los factores interiores si no también lo extrínsecos; donde es apropiado para la salud los comportamientos y son riesgosos. (64). Siendo un aspecto de importancia en los adultos.

primeramente, podemos reafirmar que las prácticas tienen una persecución favorable para sostenimiento de la salud, los hábitos son el deporte físico, la alimentación balanceada, los manejos adecuados del estrés, relación social favorable, el mantenimiento de su autoestima. (65)

igualmente, Sánchez C, (66). Afirmó los estilos de vida poco saludable son los que van a causar en su gran mayoría enfermedades, puesto que son

factores de riesgo, donde aumentan las probabilidades que la persona desarrolle enfermedades específicas. Donde los factores riesgosos van a contribuir las edades, sexos y las enfermedades.

Según la OMS, todo ser vivo tiene la forma de vivir, en los núcleos familiares, practicando los hábitos día a día: pero el organismo hace énfasis para que tenga un estilo adecuado es necesario evitar el sedentarismo, las malas alimentaciones, el estrés, la mala adquisición de los servicios básicos y el consumo de drogas, etc. Porque perjudican la salud de la población; los hábitos se relacionan con la vida cotidiana y la actitud que muestra la persona, que dan como resultado saludables y no saludables. Y que determinan los factores como: biológicos, sociales y culturales; en particular van a mejorar la calidad de vida. (67)

En cuanto la dimensión nutrición o alimentación los adultos del caserío de Gotush adoptan en su gran mayoría un estilo de vida no saludable y uno del comportamiento riesgoso es los hábitos alimenticios debido a un desconocimiento de consumir una dieta balanceada, generalmente la población no está empleando los tres grupos de los alimentos que necesita su organismo para un buen funcionamiento de su cuerpo.

La alimentación saludable, nutritiva es muy importante para el ser humano, el consumo de alimentos ricos en vitaminas, minerales proteínas y carbohidratos, depende de ello, las funciones de las células y la vitalidad es por eso la mayor importancia para que una persona tenga un bienestar físico y emocional. La mayor parte de las personas de Gotush tienen una

inadecuada alimentación, así como, en el dicho lugar solo se puede encontrar que venden comidas chatarra como son los salchipollos y hamburguesas; tampoco hay un mercado de abastos donde encontrar productos de primera necesidad como son las verduras y las carnes que son las principales fuentes de vitaminas y proteínas, la mayor parte de la población consume naturalmente lo que siembran y cosechan de sus chacras.

Los adultos se dedican al campo de cultivos donde la gran mayoría usa leña para la preparación de sus alimentos; es común ver en las siembras y cosechas preparar el picante de papa como principal alimento, mazamorra de trigo y el papacasqui, estos platos contienen nutrientes sustanciales para el ser humano; de mismo modo los adultos crían animales menores que son: cuy, ave de corral, porcinos, ovinos y reces mayores, donde en su gran mayoría la población adulta vende para comprar alimentos procesados para su consumo.

Así como se observa la dieta de los adultos es muy alto en carbohidrato y proteína, donde la población esta vulnerable a sufrir enfermedades no transmisibles. Con respecto, BBC News Mundo (68). Respalda al riesgo de salud con dieta hiperproteica, hipercalórico e hiperglucidas, los que van a padecer obesidades, hipercolesterolemia y las enfermedades cardiovasculares, colesterol y cáncer de colon.

En la dimensión de actividad física y ejercicio, se ve reflejado en la caminata que realiza los adultos, ya sea al ir a su chacra o pastando sus animales cabe indicar que son más de 35 minutos diarios; porque sus

chacras están en una distancia prudencial. Los ejercicios van a mejorar el buen funcionamiento de sus organismos y la buena digestión, la que va disminuir un gran porcentaje de riesgo a la obesidad; ya que en los adultos el ejercicio genera el buen funcionamiento de los organismos y ayuda en disminuir los riesgos en el adulto en cuanto los deportes que la población practica son el fútbol en varones y el vóley en mujeres.

Los adultos en su totalidad no realizan de forma regular los ejercicios, con el transcurrir de los tiempos provocaría el deterioro. como sostiene Delgado D, (69). Donde alega hacer ejercicios rutinaria de manera continua contribuye a mantener un tono y masa musculares y retrasa el envejecimiento, sabemos que mantenernos activos es beneficioso para la salud. La poca actividad física puede provocar un desequilibrio en su organismo, dando como resultado la pérdida muscular, tonificación que está ligado al sistema musculo esquelético, la función metabólica se ve enlentecido.

Así mismo la dimensión de estrés, es la que aqueja en su mayoría a los adultos del caserío de Gotush, la cual es generada en su mayoría a los problemas familiares, económicos y vecinales. Si bien se sabe que son diversos factores que desencadenan el estrés, las personas se preocupan por el tema de la contaminación del medio ambiente, dice porque hay una minería que está acabando con la vida del ecosistema de mismo modo que los sembríos no producen como antiguamente, ya que el estrés es perjudicial para la vida, en consecuencia, los adultos se ven reflejados en autoestima baja e inferiores sin objetivos en la vida.

El estrés es sumamente un mal que va generar desequilibrio en la salud de la persona, si no sabemos sobrellevar. el nivel alto de estrés es a consecuencias hormonales y hay un desgaste de la energía corporal, en conclusión, va generar ansiedad, problemas a nivel de la piel, en mujeres desordenes menstruales, a nivel digestivo, obesidad y diabetes. (70)

También se pudo evidenciar que hay el apoyo interpersonal, sobre todo a la familia y a personas cercanas; por el mismo motivo de que la población se ve en situaciones problemáticas con sus autoridades cuentan que se olvidaron de la población, en tal sentido la población en temas de trabajo se apoya los unos a otros en cuanto los sembríos y se reparten la cosecha en señal de agradecimiento por el apoyo brindado

Asimismo, la autorrealización la población de dicho caserío no es la excepción, los adultos son muy felices con las cosas que hacen a diario labrando la tierra, sembrando y cosechando, lo que les permite alimentar a la familia. De mismo modo que fueron criados con las costumbres de sus antepasados.

En sí, los adultos de Gotush, tienen un estilo de vida no saludable mayormente, talvez hay poco conocimiento sobre los riesgos que trae consigo la mala alimentación y los malos hábitos que practican, como hacer poca actividad física, el consumo excesivo de bebidas alcohólicas, el fumar y el estrés que tienen a diario; sin embargo los adultos están poniendo en riesgo sus vidas al no consumir alimentos ricos en vitaminas y minerales. Al no consumir verduras frutas de tal modo están expuestos a enfermedades y complicaciones de ello.



En cuanto a la responsabilidad sobre su salud, la mayor parte cuenta con un seguro SIS, pero su uso es muy escaso porque no acuden con frecuencia para sus chequeos médicos, muchos de ellos se auto medican o hacen uso de las medicinas alternativas, hacen el uso del SIS, solo cuando hay emergencias, al centro de salud de Carhuayoc; por lo referido de los adultos el uso de medicinas alternativas se hace de diferentes plantas aromáticas las cuales ayudan a mejorar muchos males y dolencias de manera significativa como la infusión y la shogma con huevo, cuy y otros.

La investigación realizada de los adultos de caserío de Gotush, se muestra que tienen un estilo de vida desfavorable, esto es la razón de una mala alimentación y en cuanto los malos hábitos en los adultos, lo que ha generado de generación a generación los malos hábitos diarios, a tener estilo de vida inadecuada.

Se logró identificar un porcentaje mínimo que tiene estilos de vida saludable, desde los antepasados han ido acumulando costumbres favorables para la salud, de esta manera aplican en sus vidas cotidianas. También es resaltante que la mayoría de adultos tiene un estilo de vida no saludable, según las dimensiones en estudio, lo cual esto implica que la población adulta se encuentra en riesgo físico, psicológico y mental, dependerá de cada adulto si continúa con los estilos de vida no saludable, como optar en modificar sus costumbres, en realizar ejercicios, adecuada alimentación, afrontar el estrés, con el propósito de tener calidad de vida.

## **TABLA 2**

Del 100% (107) de adultos del caserío de Gotush centro poblado de Carhuayoc\_San Marcos. En cuanto biosocioculturales: respecto al factores biológicos, se observa el 47,66% (51), tienen edades entre 36 – 59 años, y en cuanto el sexo la población es femenina con un 52,34% (56). En cuanto los factores culturales, tenemos que el 68,22% (73) tiene grado de instrucción secundaria y el 86,92% (93) profesan religión católica. respecto al factor social, en estado civil son conviviente con un 35,51% (38); de ocupación obrero con el 42,06% (45) y el 43,93% (47) tiene un ingreso económico de 850-1100 nuevos soles.

Así mismo, los resultados, son similares con los de **Rafael M, (60)**. Titulada “estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la comunidad unidos venceremos-Huashao-Yungay, 2018”. Que llegó a un resultado que el 45,5% están comprendidas sus edades 36 y 59 años, en cuanto el sexo difiere por que predomina los masculinos con 63,8%. Así mismo difiere en cuanto la educación que es primaria incompleta con el 31,2% y asemejan con el 74,5% de religión católica. El estado civil difiere con un 65,2% son solteros; en ocupación se asemejan con obreros con el 68,1% y en cuanto el ingreso económico difiere con 43,3% de 100 a 599 nuevos soles.

De mismo modo, los resultados guardan semejanza, a los resultados de **Yajahuanca A, (23)**. Huancabamba\_Piura, 2022. En su conclusión, el 63% tienen edades comprometida de 36-59 años, en cuanto los resultados difieren que la mayoría son varones. Así mismo los resultados difieren a los de **Echabautis A, Gómez Y, Zorrilla A, (20)**. San Juan de

Lurigancho\_Lima, 2019. Concluyeron que el 61,7% son masculinos y guarda similitud con el 53,3% de edad 36-59 años; de mismo modo se asemeja los resultados a los de **Soriano A, (24)**. En los adultos Shiqui\_Catac, 2020. Quien concluyó el 60% presentan de edad entre 36-59 y en cuanto al sexo el 57% femenino. También el resultado se asemeja al de **Aniceto Z, (61)**. Quien Concluyó en cuanto factor biológico el 57,45% (212) está comprendida entre 36 a 59 años y son similares con el 51,22% (189) de sexo femenino.

La población adulta del caserío de Gotush, tiene una característica en particular, que van a favorecer las necesidades que tiene el organismo de esta manera buscara mejorar el bienestar de sí mismo, considerando factores biológicos, culturales y sociales.

La edad de las personas es una etapa donde va a adquirir cualidades, sociales, donde sus actividades se convierten en manera rutinaria. Sus actividades sociales se van a ver vinculadas a su pareja y trabajo al que se desempeña (70); las personas se ven diferenciadas por su edad y el ritmo de vida se ve reflejada a la salud de los individuos, cuanto más adulta los cambios son más notorios (71); el sexo es una función orgánica, que es masculino o femenino (72)

La variable de la edad cronológica es una categoría de ciclos vitales visión del tiempo procede profundidad del individuo inscrito históricamente que es un sistema de proceso que termina con la muerte. (73). Así mismo **Carrillo D, (74)**. Enfatiza la etapa adulta o media está de 30 – 60 años. Es así en esta etapa la persona vive en máximo plenitud

cumpliendo roles sociales como trabajo de formación de una familia conyugal. Es la etapa reflexiva de lo que se hace y busca alcanzar los objetivo y mejorar la productividad y autorrealización.

En tal sentido, los datos encontrados en el caserío de Gotush, los rangos vinculados a las personas es de edad 36 a 59 años, Lo que nos indica el porcentaje son de esa edad, significa la población tiene menos adultos maduros, en esta etapa de vida son más propensos las personas de adquirir enfermedades crónicas degenerativas, donde se ve que la salud está en retroceso por los cambios físicos y psicológicos de la persona. así como de género femenino, siendo de mayor prioridad en cuanto a los estudios y trabajo los hijos varones, donde tienen oportunidad de migrar en busca de oportunidades de estudiar y trabajar en ciudades céntricas, lo que se evidencia que hay más de la mitad mujeres, así mismo la población masculina se ven hospedados en lugares donde trabajan lo que indica que hay más mujeres en el dicho caserío.

Así mismo el sexo en la etapa fisiológica es todo ser vivo que nace, crece y se reproduce con el objetivo de preservar la vida. (75) También es considerado el sexo como un comportamiento que se otorga, varón y mujer. Se diferencia entre ambos sexos por sus atributos y tanto emocional. (76)

Así mismo, los datos de la población adulta, en cuanto los índices del caserío de Gotush señalada el número de porcentaje la mayoría es de sexo femenino, debido a que los nacidos son de sexo femenino, los varones

tienen mayor oportunidad de seguir estudiando y trabajar, de esta manera siempre está fuera de la casa el padre, por consiguiente, hay más mujeres.

En tal sentido el grado de instrucción es un nivel en donde alcanza la persona conocimiento y en la sociedad es necesario que el adulto obtenga un título como reconocimiento de su esfuerzo y dedicación a una carrera profesional para ser considerado en un puesto de trabajo y ser remunerada por su trabajo. (77)

De mismo modo, la educación es un punto de alcanzar la meta es ideal para alcanzar el 100% adquirido de conocimiento en valores y sobre todo una ética profesional así mismo, es un proceso humano de concepto integral ciertas capacidades de inteligencia que obtiene la persona con el corazón. (78)

Así, los adultos de Gotush, más de la mitad se evidencia que tienen secundaria, debido a la realidad que hay en dicho lugar, que no cuenta con una universidad como también no hay institutos superiores cercanos y solo unos cuantos migran a otras ciudades para cumplir sus objetivos de estudio, otro de los obstáculos es también que la oportunidad es solo para los hijos varones por la creencia y el machismo que existe en el lugar y las mujeres deben quedarse al cuidado de los hijos, esta circunstancia es también un factor en los estilos de vida de los adultos por el falta de conocimiento que tienen y va afectando en su salud y la presencia de enfermedades.

En cuanto la variable cultural se considera en el presente estudio la religión es una cultura llena de creencias y virtudes sobre todo espirituales que reconoce y cree hacia un ser divino creador de la vida. (79)

Así mismo, otro concepto de la religión hace referente a la doctrina en base a Dioses responsables a la creación del mundo cuyo objetivo es alimentar su fe. El adulto para vivir debe de creer en algo, que existe un ser supremo todopoderoso, y lo va a guiar por el camino del bien, así como tener fe y esperanza para vivir. (80), el ser humano necesita protección de un ser superior.

En el mundo existen muchas religiones, en el territorio peruano y en especial en Gotush, los adultos son devotos de sus creencias de tal manera profesan fiestas que representa el papa en el mundo y es fundamental creer en las enseñanzas de Jesús de Nazaret, reunida en el antiguo y nuevo testamento de la biblia. en ese sentido nos liberó del pecado. (81)

En cuanto la religión es casi en su totalidad los adultos de Gotush son católicos, son devotos de la virgen Purísima, lo que genera una creencia en una divinidad y veneración en su historia, fiestas costumbristas, eventos institucionales deportivos y cumpleaños donde el adulto participa y toma licores alcohólicas en exceso sin ningún control porque ellos dicen que la religión no les prohíbe en tal sentido está afectando su organismo produciendo una descompensación y un mal estilo de vida que es un paso a las enfermedades no transmisibles.

En cuanto factor social hace referencia a las conexiones personales de formar un vínculo como pareja de sexos opuestos o del mismo sexo,

además los que hacen vínculo tiene que ser establecido legalmente, sin ser coaccionado u obligada. (82)

Así mismo el estado civil es la que determina su condición ante las normas vigentes en el Perú y le va a clasificar si es casado, soltero, si es mayor de edad o menor. (83)

En cuanto a la población de Gotush, el estado civil más resaltante es conviviente. Es una etapa de la convivencia donde los cónyuges viven sin contraer matrimonio. Por diferentes circunstancias y motivos. (84)

Así también, en los adultos se observa un porcentaje menos de la mitad son convivientes, evidencia que las parejas se comprometen en edades muy tempranas, perdiendo las costumbres de formalizar un matrimonio legal, así como, los embarazos no planificados debido a la baja educación de secundaria que tienen que afectan su estilo de vida de cada integrante por el bajo conocimiento del adulto.

En la variable ocupación, es definida como funciones o tareas que va a desempeñar laboralmente en su día a día la persona, los que determinan los científicos y tecnológicamente; o simplemente se le llama trabajo o empleo. (85)

Otra definición de ocupación es toda la actividad que realiza durante el tiempo de ocio o productiva la persona dispone su tiempo de ocupar el tiempo laboral. Lo que la persona cambie de distintas ocupaciones va a ser de acuerdo sus habilidades y capacidades. (86)

Así mismo, la población adulta en menos de la mitad son obreros, así como hay más de la mitad con secundaria acarrea a ser obreros de mismo

moda su ingreso económico va ser bajo en este caso de los adultos de Gotush es de 850-1100 soles, lo que va generar inestabilidad económica en las familias, al no satisfacer las necesidades de los adultos se dedican a la crianza de los animales menores, de esta manera poder cubrir las necesidades básicas de la canasta familiar, y van ocasionando una mal hábito en tal sentido estilo de vida poco saludable.

A todo lo mencionado en los factores biosocioculturales, se debe de fortalecer la atención de salud con enfoque comunitario con el propósito de conseguir un cambio en los estilos de vida a corto y mediano plazo en la población adulta de Gotush. De mismo modo hacer hincapié a los adultos para que puedan ser participen de los programas educativos acerca de los estilos de vida saludables, así mismo orientar a la población adulta para que puedan tomar conciencia en la educación de los hijos para que pueda superar dichos comportamientos en las generaciones venideras de Gotush.

### **TABLA 3**

En cuanto la tabla, En factores biológicos y estilos de vida de los adultos se observa que el 45,79% (49) tienen edad de 36 a 59 años del cual el 40, 19% (43) tiene estilos de vida no saludable y el 5,61% (6) tiene un estilo de vida saludable. Se observa también el 52,34% son de sexo femenino, el 47,66% (51) tienen un estilo de vida no saludable y solo el 4,67% tiene un estilo de vida saludable.

Así también demuestra la relación que existe entre los factores biológicos y estilos de vida, donde los resultados hallados mediante el chi-



cuadrado resultó ( $X_c=0,12$   $GL=2$  y  $p=5,99$ ), por lo que afirma que no existe relación significativa entre las dos variables de los adultos del caserío de Gotush.

Asimismo, demuestra la relación entre los variables sexo y estilos de vida empleada el chi-cuadrada de independencia dando resultado ( $X_c=0,617$   $GL=1$  y  $p=3,84$ ), lo que sustenta de los adultos del caserío de Gotush no existe relación significativa.

Asimismo, los resultados, son similares a los de **Aniceto Z, (61)**. Entre el factor biológico y estilos de vida quien concluyó, el 57,45% (212) de los adultos tienen edad de 35 a 59 años, de los cuales el 42,28% (156) tienen un estilo de vida no saludable y en su minoría con el 15,18% (56) tienen un estilo de vida saludable. En tanto variable sexo, el 51,22% (189) de los adultos son femenino, el 36,59% (135) cuentan con un estilo de vida no saludable mientras el 14,63% (54) adultos tienen un estilo de vida saludable.

Igualmente, la investigación, es similar al de **Álvarez N, (21)**. En los adultos que asisten clínica Arthromeds\_Lima, 2022. En su conclusión no existe relación significativa entre las edades y los estilos de vida, de igual forma no se encontraron una relación significativa entre el sexo y los estilos de vida.

Sin embargo, los resultados difieren al resultado de **Echabautis A, Gómez Y, (20)**. San Juan de Lurigancho\_Lima, 2019. Lo que señala que existe relación entre sus factores biológicos: edad y sus estilos de vida tiene

( $X_c=3,488$   $GL=1$   $p>0,029$ ); así mismo tienen relación significativa con el sexo y estilos de vida ( $X_c=6,740$   $GL=1$  y  $p>0,009$ ).

Asimismo, los resultados se asemejan a de **Flores N, (21)**. En su tesis titulada: “estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del asentamiento humano Estrella de Nuevo Amanecer, La Joya-Arequipa, 2018”; concluyó que no hay una relación estadísticamente entre las ambas variables.

De mismo modo la edad adulta es donde toda persona adquiere toda una cualidad en su día a día, se convierten en manera rutinaria. Sus actividades sociales se van a ver vinculadas a su pareja y trabajo al que se desempeña (87); las personas se ven diferenciadas por su edad y el ritmo de vida se ve reflejada a la salud de los individuos, cuanto más adulta los cambios son más notorios como físico, mental y espiritual. (88)

Por otro lado, se muestra la mayor parte de adultos adopta un estilo de vida no saludable, en el tiempo que pasa donde es el resultado de muchas enfermedades. Pues tener un estilo de vida desfavorable como el sedentarismo, una ingesta llena de grasa y carbohidratos, fumar, provocan un incremento significativo de enfermedades como la diabetes, donde perjudica millones de adultos; seguida por obesidad y infartos cardiacos los que causan un 30% de las muertes a nivel mundial. (89)

Analizando la variable edad de los adultos de Gotush, la edad con porcentaje es 36-59 los cuales su estilo de vida es no saludable relacionado ambos variables no presentan relación entre ambas, lo que indica que los adultos han sido criados bajos costumbres, de que eran normales y

saludables, ahora es muy difícil de cambiar de hábitos que están arraigados en su interior. La edad es muy importante que determine los estilos de vida, es momento de tomar en cuenta de los efectos de los malos hábitos, con el objetivo de evitar enfermedades.

Con lo mencionado por la Real Académica Española, el sexo refiere a la condición orgánica; sea mujer o varón y animales o plantas (90). También se puede considerar, como la condición orgánica; ya sea varón o mujer, animales o plantas provenientes del vocablo latino, enfocado el sexo en dos grupos masculino y femenino. (91)

Según la OMS (92). En su artículo, da afirmaciones que el sexo influye a los estilos de vida, y el rol de género van a determinar las perspectivas y conductas tanto varón y mujer, siendo los masculinos más fuertes y las mujeres más dóciles y la más perjudicadas en temprana edad que los varones de enfermedades crónicas, actualmente viven más tiempo las mujeres y en vejez suelen tener más discapacidades los varones.

Analizando si hay relación estilos de vida y el sexo, se puede evidenciar de los adultos de Gotush, para adoptar un estilo de vida no saludable no tiene que ser necesariamente varón o mujer, ambos sexos tienen la misma tendencia al mal, lo que resalta la cuestión cultural familiar, donde se identificó que no guarda ninguna relación estadísticamente entre ambos sexos.

Sin embargo, de continuar con los estilos de vida poco saludables la población tendrá mayor probabilidad de contraer enfermedades como la

diabetes, hipertensión arterial, colesterol alto y triglicéridos, sobrepeso lo que va a generar una autoestima baja y situaciones de estrés.

Finalmente, de gran importancia se debe de sensibilizar e informar al adulto que opten por llevar estilos de vida saludable, tomar conciencia a mejorar su alimentación incluir los tres grupos de alimentos de esta manera mejorar la calidad de vida, hacer más seguidos ejercicios que ayuden a tener mejor digestión, así mismo sensibilizar a los adultos de Gotush de las consecuencias que conlleven los estilos de vida no saludable.

#### **TABLA 4**

En cuanto a los factores culturales y estilos de vida de los adultos del caserío de Gotush, el 68,22% (73) de los adultos presentan grado de instrucción secundaria, de los cuales el 59,81% (64) tiene un estilo de vida no saludable y solo el 8,41% (9) tiene un estilo de vida saludable, asimismo, al estilo de vida y la religión el 86,92 (93) de los adultos son de religión católica, de los cuales el 78,50% (84) tienen un estilo de vida no saludable y solo el 8,41% (9) tienen un estilo de vida saludable.

La relación entre los factores culturales y estilos de vida. Al relacionar el grado de instrucción con el estilo de vida, utilizando el estadístico Chi-cuadrado de independencia ( $X_c=2,22$  GL=3 y  $p=7,81$ ) donde encontramos que no hay una relación estadísticamente entre ambas variables. Asimismo, haciendo uso del estadístico chi-cuadrado de independencia de criterios ( $X_c=1,76$  GL=2 y  $p=5,99$ ) no se encontró estadísticamente significativa entre los variables, religión y estilos de vida.

De esta investigación los resultados difieren a los resultados de Ordiano C, (24). En su conclusión el 46% (5) cuentan con estilo de vida saludable, con grado de instrucción de primaria completa; en conclusión, entre ambas variables guardan relación. Así mismo el 73% (8) cuentan un estilo de vida saludable donde concluye que guarda relación entre ambas variables.

Según, resultados de investigación, se asemejan a los de **Revilla F, (93)**. En su tesis “estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Jangas, 2019”. Concluye 10% (35) tienen un estilo de vida saludable y son analfabetas, y no tienen relación entre ambas variables, el 66% (225) son de religión católica y presentan un estilo de vida saludable, donde determina hay una relación religión y estilos de vida.

El resultado es similar, al de Roque R, (94). En su investigación concluyó que no existe una relación estadísticamente significativa entre los variables, grado de instrucción, religión con los estilos de vida.

De igual manera, los resultados difieren a los resultados de Guerrero L, y León A, (95). Donde concluyó que, si existe relación estadísticamente entre los variables grado de instrucción y estilos de vida. La educación es base de un comportamiento, es una manera de comportarse frente a situaciones o estímulos determinadas, ahora la educación está basada en familiar, escolar, reacciones humanas, socioeconómicas y nivel intelectual.

Sin embargo, Navarro B, (96). Mencionó que la educación es continua, comienza desde los primeros años de vida se orienta a un conocimiento

dirigida en toda su dimensión, con la finalidad de encontrar un mejor estilo de vida.

Asimismo, Gonzales A, (97). Indica que, si los adultos adquieren una educación adecuada, la persona tendrá un mayor conocimiento para manejar mejor su estilo de vida, la educación tiene efectos distintos en aspectos de la salud, se ve clarísimo según el autor, la educación es un factor donde va determinar el bienestar físico, social y mental.

En tal sentido el grado educativo de los adultos es muy importante porque va a influir mucho a nivel de la salud, como lo ratifica la OMS, (98), donde ratifica que la educación como la salud están estrechamente enlazadas de uno al otro, así como es una de las estrategias para la erradicación de la pobreza, de muchas enfermedades y así como la permanencia del machismo que la mujer es de un nivel económicamente bajo en la sociedad.

No podemos dejar de lado que la educación es sumamente importante en una sociedad, por que depende de ello el desarrollo de las mismas donde haya democracia, gozar de la buena salud, física y mental la persona se va a manifestar con fluidez expresar sus emociones, de misma manera ser el ejemplo a seguir. (99)

Al analizar los resultados de los adultos de caserío de Gotush, se observa que no existe ninguna relación estadísticamente significativa entre el grado de instrucción y estilo de vida, se evidencia que hay adultos con secundaria que están en las mismas condiciones en cuanto los hábitos y tienen los mismos riesgos de contraer enfermedades, de modo que los adultos no

están utilizando un buen aporte de conocimiento para su alimentación diario solo tienen un aporte empírico lo cual no está ayudando mucho por lo que están inmersos a un estilo de vida no saludable.

Con relación a la religión no existe relación estadísticamente significativa según Villena O, (100). Quien en su investigación concluyó sobre la religión y estilos de vida no existe ninguna relación, no repercute si la persona tenga un estilo de vida saludable o no, como se ve la práctica religiosa es una práctica donde está vinculada en costumbres, creencias que influye y los estilos de vida que tiene la persona.

Hay muchas religiones que no permiten consumos de algunos alimentos ya sea como ejemplo la carne roja, la sangrecita, animales muertos, etc. En otras religiones está permitido según las creencias el consumo de bebidas alcohólicas lo que va a perjudicar la salud, todo ello repercute en una alimentación inadecuada permitiendo un desequilibrio de la salud. (101)

Analizando la religión que tienen casi la mayoría adultos de Gotush, son católicos y no tienen un estilo de vida saludable, donde la mayor parte va inculcando de generación a generación en tal sentido por los costumbres que tiene la población va ser favorable como desfavorable para su salud, donde la población en sus fiestas costumbristas como el 8 de diciembre en honor a la virgen purísima, acostumbra beber bebidas alcohólicas en exceso perjudicando su salud y su pronta adquisición de muchas enfermedades por una descompensación de su salud.

Finalmente, de todo lo mencionado y su realidad expuesta de la población del caserío de Gotush, para contrarrestar la problemática en que se encuentra, como propuesta intervenir mediante charlas educativas acerca de una adecuada alimentación, actividades físicas, hábitos saludables que le van ayudar con una buena salud. En cuanto su religión los adultos deben de realizar actividades religiosas con mucha responsabilidad, como el consumo de bebidas alcohólicas controladamente sin exceso, evitar comidas chatarras, evitar los conflictos teniendo en cuenta las medidas preventivas.

#### **TABLA 5**

Sobre el factor social así mismo los estilos de vida de los adultos, en estado civil, el 35,51% (38) de los adultos solteros, de los cuales el 29,91% (32) mantiene un estilo de vida no saludable, el 5,61% (6) son los que tienen estilo de vida saludable, de mismo modo en ingreso económico, mencionamos el 43,93% (47) son de un ingreso económico de 850 a 1100 nuevos soles, del 36,45% (39) mantienen un estilo de vida no saludable, y solo el 7,48% (8) solo la minoría tiene estilo de vida saludable. Así en ocupación de los adultos el 42,06% (45) de ocupación obrero, de los cuales el 35,51% (38) tienen un estilo de vida no saludable, y solo el 6,54% (7) tiene un estilo de vida saludable.

Se muestra la relación de los factores sociales y estilos de vida de la población adulta del caserío de Gotush. Relación con la variable estado civil teniendo en cuenta chi-cuadrado ( $X_c=1,83$   $GL=4$  y  $p=9,49$ ) no existe relación significativa con los variables el ingreso económico y estilo de



vida utilizando el chi-cuadrado ( $X_c=2,51$   $GL=4$  y  $p=9,49$ ) no se encontró relación estadísticamente significativa entre los variables. De mismo modo, muestra la relación entre ocupación y estilos de vida dando uso del chi-cuadrado de independencia ( $X_c=4,25$   $GL=4$  y  $p=9,49$ ) no se encontró relación significativa estadísticamente entre ambas variables.

Los resultados difieren a los de **Soriano A, (24)**. C.P. Shiqui\_Catac, 2020. Determinó el 63% adultos casados y tiene un estilo de vida poco saludable luego a concluir hay relación de los variables. De mismo modo el 55% los agricultores con un estilo de vida que no guarda ninguna relación entre los variables, así mismo el ingreso económico de 1000 a 1500 tienen un estilo de vida no saludable que no existe ninguna relación con los estilos de vida.

Asimismo, los resultados, difieren al de **Yajahuanca A, (19)**. Huancabamba\_Piura, 2022. En su tesis concluyó el 42,1% de adultos tienen un ingreso económico menor de 100 nuevos soles, el 40% de adultos tienen un trabajo estable y solo el 20,4% de adultos están casados. También encontró el 85,9% tiene un estilo de vida saludable y solo el 14,1% tiene un estilo de vida no saludable.

Según, resultados de la investigación, se asemejan a los de **Álvarez N, (21)**. Clínica Arthromeds\_2022. Concluyó en su investigación el 37,3% (43) son de estado civil conviviente, el 53% (58) de ingreso económico de 600 a 1000 nuevos soles donde no tienen un estilo de vida no saludable, de mismo modo no existe relación estadísticamente significativa entre los variables.

Analizando los variables estado civil de los adultos de Gotush, y la relación entre ambas variables, en su mayoría son soltero, se encontró que no afecta estilo de vida del adulto; como confirma un estudio donde se realizó en Reino Unido, donde se comprueba que la soltería es sumamente beneficiosa en la salud, pues las personas que conviven solteras presentan menos perjudicial en cuento su salud. (102)

Según Gutiérrez E, (103). Es porque, la felicidad es la clave del crecimiento Psicológico de la pareja, ya que la soledad genera fortaleza, aquellos que están con parejas.

Otro concepto, de relación de ambas variables, los solteros constituyen una relación fuerte y de dominio para interactuar con otras semejanzas, si no que cuentan físicamente en buenas condiciones amorosas. Donde en un estudio dada con 13 mil personas entre hombres y mujeres 18-64 años, se evidencio donde las personas casadas eran los más propensos de tener malos hábitos, alimentación en exceso, menos actividad física, porque las personas solteras están dedicadas en hacer ejercicios para mejorar su aspecto físico, a diferencia de los que tenían parejas. (104)

De tal manera, entonces en el caserío de Gotush, hay más solteros tienen más libertad de hacer las cosas como libertinaje en tal sentido a los malos hábitos alimenticios de riesgo, donde se consume proporciones altas en carbohidratos y en grasa, como actividad física que realizan son las caminatas debido a sus condiciones de ocupación. Por lo que no están

concientizadas de sus actos, al llegar a la vejez van a sufrir de enfermedades producto de los malos hábitos.

Por otro lado, en cuanto a los estilos de vida y ocupación, no se encontró relación estadísticamente significativa en los variables. Pero la ocupación es muy importante en la vida cotidiana de las personas por que va depender la integración de las personas a la sociedad, por desempeño de las actividades ligada a sus autocuidados, la educación, y la productividad. (105)

De mismo modo Daszenies F, (106). Sostiene que la dedicación de una persona es prerequisite para la buena salud, dependerá de uno mismo organizar las responsabilidades de su ocupación, mantenerse activo, de manera física y mental, para que se dé un estilo de vida saludable.

Lo contrario los adultos que no tienen una ocupación o empleo, van a tener una relación de salud negativa. Las personas que no tienen un estable trabajo tienen una inestable alimentación, ante las necesidades extras, males condiciones de vida. Puesto que el desempleado acumula mayores un factor riesgoso en su salud a diferencia de la población, se ven a vicios el tabaquismo, obesidad, sobre peso, consumo de alcohol y drogas. Los que, hay mayor predisposición a enfermedades cardiovasculares, hipertensión, hasta la muerte. (107)

analizando, guarda relación entre ocupación y estilo de vida del adulto de Gotush, cuando se tiene un empleo no va a influir en su estilo de vida del adulto, en diferencia que cuando se tiene no se tiene un trabajo es que permite mejorar la calidad de vida de la persona adulto. Del mismo modo,

Asimismo, los adultos menos de la mitad son obreros, quienes se desempeñan como trabajadores de las obras por las municipalidades. Pero no basta para que los adultos tengan un estilo de vida mejor, su alimentación esta alto en carbohidratos y grasas. Lo que nos da a entender no es necesario tener empleo para que afecte de manera positiva.

En cuanto ingreso económico y estilos de vida, no hay relación estadística entre ambas. Como se evidencia en la tabla la mayor proporción de los adultos cuentan con ingreso económico de 850 a mil cien nuevos soles mensuales.

Pues los bajos ingreso, la pobreza y enfermedades están relacionadas. Predisponiendo a una salud ineficaz, que va conllevar a la pobreza y esto a un estilo de vida no saludable reflejada en enfermedades no transmisibles. (108)

Al analizar determinamos que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables en los adultos de caserío de Gotush, que los ingresos económicos en cierto modo influyen, pero no en los adultos de dicho caserío, porque ni implica tener mucho o poco dinero para tener un estilo de vida saludable. Para tener una actividad ejercitante es necesaria tener voluntad y convicción para tener salud bienestar.

Dando síntesis afirmamos como factores sociales el estado civil, en ocupación e ingreso económico, no tiene relación estadísticamente entre el estilo de vida, la condición social desenvuelve a la sociedad, y los estilos de vida es depende de cada una de las personas como se comportan. En conclusión los estilos de vida es depende de la persona adulta de sus

costumbres y valores como han sido inculcados desde pequeños y como deben de cuidar su salud.

## VI. CONCLUSIONES

Se llegó a las siguientes conclusiones:

- La población adulta en su mayoría del caserío de Gotush presenta estilos de vida no saludables y en porcentaje pequeño presenta estilos de vida saludable.  
Que los adultos tengan un estilo de vida no saludable va exponer a contraer enfermedades no transmisibles, alterando su salud físico y psicológico; de gran importancia sería que se brinde sesiones educativas dando resalte los beneficios de un estilo de vida saludable.
- Respecto a los factores biosocioculturales: La mayoría tiene grado de instrucción secundaria, profesan la religión católica y más de la mitad es de sexo femenino. Menos de la mitad son adultos maduros, estado civil conviviente de ocupación obreros y un ingreso económico entre 850 a 1100 nuevos soles.  
Cuando no se tiene una instrucción superior son mínimas las posibilidades de un puesto bien remunerado que le permita solventar a su familia; así mismo se evidencio ha mas de la mitad mujeres, se debe de implementar talleres de emprendimiento para ayudar con el ingreso económico de la familia.
- Finalmente, no se evidencia estadísticamente de manera significativa entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales como son: edad, sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico. Al aplicar la prueba de independencia de chi cuadrado, confirmando así que no existe relación significativa entre los variables.

## **ASPECTOS COMPLEMENTARIOS**

- Difundir los siguientes resultados de la presente investigación a las autoridades de la Dirección Regional de Salud Ancash y a la municipalidad de San Marcos, que por medio de esta investigación se tenga en cuenta los estilos de vida de los adultos del caserío de Gotush, centro poblado de Carhuayoc, San Marcos. De esta manera promuevan los estilos de vida saludable, asimismo afianzar las estrategias sanitarias de enfermedades no transmisibles, debido a que el adulto no tiene un estilo de vida saludable.
- De mismo modo se sugiere al puesto de salud en coordinación con las autoridades pertinentes de la localidad, se debe de realizar frecuentemente charlas, capacitaciones relacionadas a los estilos de vida y alimentación. Con el propósito de concientizar y que sepan los beneficios del consumo de alimentos adecuados. Así como también se debe de organizar talleres en actividades físicas, donde el adulto debe de participar en los talleres.
- Así mismo, a través de estas investigaciones, permitirle a la promoción, así como incentivar a nuevas investigaciones, en el tema de estilos de vida y sus diversas variables, que tengan una relación directa con los estilos de vida de los individuos.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. Organización Mundial de la Salud. La OMS recibe nuevas recomendaciones para frenar el flagelo mortal de las enfermedades no transmisibles [Internet]. Organización Mundial de la Salud. 2021 [citado 2021 octubre 26]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
2. Organización Mundial de la Salud. Un nuevo informe de la OMS impulsa los esfuerzos por abordar las principales causas de mortalidad urbana [Internet]. Organización Mundial de la Salud. 2021 [citado 2021 septiembre 26]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/03-09-2021-who-and-un-partners-compendium-of-500-actions-aims-to-reduce-diseases-from-environmental-factors-and-save-lives>
3. Organización Mundial de la Salud. Estilos de vida saludable e indicadores. Ginebra: OMS; 2020. [internet]. [citado el 25 de junio 2020]. Disponible en: <https://www.icrc.org/es/document/los-convenios-de-ginebra-de-1949-y-sus-protocolos-adicionales>
4. Organización Panamericana de la Salud. Últimos “Indicadores Básicos” de la OPS arrojan luz sobre la situación de salud en las Américas [Internet]. Organización Panamericana de la Salud. 2021 [citado 2021 septiembre 26]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/enfermedades-no-transmisibles>
5. Orgaz C. Los países de América Latina donde más ha crecido la obesidad - BBC News Mundo. BBC [Internet]. 2019 [citado 2020 Junio 25]; Disponible en: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-america-latina-48258937>



6. Consultor Salud. Factores de riesgo de la Salud en América y El Caribe [Internet]. Consultor Salud. 2019 [citado 2020 Junio 27]. Disponible en: <https://consultorsalud.com/factores-de-riesgo-de-la-salud-en-america-y-el-caribe/>
7. Agenda país. 1 de cada 3 personas viven con obesidad en Chile. [Internet]. el mostrador. 2021 [citado 26 de octubre 2021]. Disponible en: <https://www.elmostrador.cl/agenda-pais/2021/04/09/mapa-de-la-obesidad-en-chile-1-de-cada-3-personas-vive-con-obesidad-en-chile/>
8. Argentina.gob.ar. Ministerio de salud de la nación, en argentina 7 de cada 10 personas tienen exceso de peso. [Internet]. Argentina.gob.ar 2021. [citado 2021 octubre 2021]. Disponible en: <https://www.argentina.gob.ar/noticias/el-ministerio-de-salud-de-la-nacion-reafirma-su-compromiso-en-la-prevencion-de-la-obesidad>
9. Orgaz C. Obesidad, un problema del que Bolivia no está exento [Internet]. Correo del Sur. 2019 [citado 2020 Feb 6]. Disponible en: [https://correodelsur.com/panorama/20190519\\_obesidad-un-problema-del-quebolivia-no-esta-exento.html](https://correodelsur.com/panorama/20190519_obesidad-un-problema-del-quebolivia-no-esta-exento.html)
10. Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). Esperanza de vida de la población peruana, 2021. [serie en Internet]. Lima-Perú [Citado el 26 de octubre del 2121]. Disponible en: <https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/en->

[el-2021-ano-del-bicentenario-de-la-independencia-el-peru-contara-con-una-poblacion-de-33-millones-35-mil-304-habitantes-11624/](#)

11. Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). El 39,9% de la población peruana de 15 y más años de edad padece de sobrepeso según la ENDES 2021 [serie en Internet]. Lima-Perú [Citado el 26 de octubre del 2021]. Disponible en: <https://www.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-399-de-peruanos-de-15-y-mas-anos-de-edad-tiene-al-menos-una-comorbilidad-12903/>
12. El peruano. La obesidad aumenta el riesgo de muerte y complicaciones en pacientes con covid-19. 2021. [serie en Internet]. (Citado el 26 de octubre del 2021) Disponible en: <https://elperuano.pe/noticia/114272-cuidado-la-obesidad-aumenta-el-riesgo-de-muerte-y-complicaciones-en-pacientes-con-covid-19>
13. Andina. Diabetes: estas son las regiones que registran mayor número de casos nuevos [Internet]. Andina. 2021 [citado 28 octubre 2021]. Disponible en: <https://andina.pe/agencia/noticia-minsa-pacientes-diabetes-presentan-3-veces-mayor-riesgo-fallecer-covid19-869342.aspx>
14. Macro gestión. Plan de desarrollo local concertado 2007-2021 distrito San Marcos provincia de Huari Región Ancash. [internet]. Congreso 2021. [citado 26 de octubre del 2021]. Disponible en: [https://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con4\\_uibd.nsf/C0ED386942F5113405257D16005A24E8/\\$FILE/PlanDesarrolloLocal2007\\_2021DistritoSanMarcos.pdf](https://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con4_uibd.nsf/C0ED386942F5113405257D16005A24E8/$FILE/PlanDesarrolloLocal2007_2021DistritoSanMarcos.pdf)

15. Organización Panamericana de la Salud. Últimos “Indicadores Básicos” de la OPS arrojan luz sobre la situación de salud en las Américas [Internet]. Organización Panamericana de la Salud. 2019 [citado 2020 Jan 25]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/13-2-2019-ultimos-indicadores-basicos-ops-arrojan-luz-sobre-situacion-salud-americas>
16. Ordoñez M. estilos de vida en pacientes Hipertensos que asisten al centro de salud Caranqui, 2021. Universidad técnica del Norte Ecuador, 2021. Disponible en:  
<http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/11801/2/06%20ENF%201247%20TRABAJO%20GRADO.pdf>
17. Poveda C, Pere G, Celi M, Yaguachi R. Practicas alimentarias y Estilo de vida en la población de Guayaquil durante la pandemia por covid-19 Ecuador, 2021. [artículo científico] [citado 30 de enero del 2023] Disponible en:  
<https://revista.nutricion.org/index.php/ncdh/article/view/154/147>
18. Ruiz J, Jiménez V, Alcantar L, Álvarez A, Paniagua S. estilos de vida y nivel de riesgo para diabetes en adulto de morelia, Michoacán, México, 2022. [internet]. [citado 31 de enero del 2023]. Disponible en:  
<https://ojs.psicoeureka.com.py/index.php/eureka/article/view/279/280>
19. Toapaxi E, Guarate Y, Influencia de los estilos de vida en el estado de salud de los adultos en el centro de salud San Marcos-Ecuador 2020. [Tesis de pregrado] [Citado el 12 de mayo del 2021]. Disponible en:  
<https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/enfi/article/view/966/896>
20. Yajahuanca A. estilos de vida y factores biosocioculturales del Adulto en el Caserio Cabeza\_Huancabamba\_Piura, 2022. Universidad Católica los

- Ángeles de Chimbote; 2022. [citado 21 de enero del 2023] Disponible en:  
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/29755/ESTILO\\_VIDA\\_YAJAHUANCA\\_GONZALES\\_ANGILLY.pdf?sequence=1](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/29755/ESTILO_VIDA_YAJAHUANCA_GONZALES_ANGILLY.pdf?sequence=1)
21. Álvarez N. Estilos de vida y factores biosocioculturales en el adulto que acude a la clínica Arthromeds\_Lima, 2022. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2022. [citado 12 de enero 2023] Disponible en:  
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/30525/ESTILO\\_VIDA\\_ALVAREZ\\_LAVAN\\_NICOOLS.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/30525/ESTILO_VIDA_ALVAREZ_LAVAN_NICOOLS.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
22. Echabautis A, Gómez Y, Zorrilla A. Estilos de vida saludable y factores biosocioculturales en los adultos de la agrupación familiar Santa Rosa de San Juan de Lurigancho, 2019 [Internet]. Universidad María Auxiliadora; 2019. [citado 24 de junio del 2020] Disponible en:  
<https://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12970/206/47-2019%20%28Final%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
23. Girón L. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto del Asentamiento Humano nuevo Catacaos I etapa\_Catacaos\_Piura, 2022. Universidad Católica Los Ángeles Chimbote; 2022. [citado 30 de enero 2023]Disponible en:  
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/30318/ESTILO\\_VIDA\\_GIRON\\_CHERO\\_LIZETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/30318/ESTILO_VIDA_GIRON_CHERO_LIZETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
24. Soriano A. estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Shiqui-Catac, 2020. Universidad Católica Los Ángeles Chimbote; 2020. Disponible en:

[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/16781/ADULTOS\\_ESTILO\\_DE\\_VIDA\\_SORIANO\\_CORONEL\\_AMY\\_MINERVA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/16781/ADULTOS_ESTILO_DE_VIDA_SORIANO_CORONEL_AMY_MINERVA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

25. Silvestre F. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los Adultos del caserío de Mallquibqmba-Carlos Fermín Fitzcarrald, 2020. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2020 [citado 31 de enero 2023] Disponible en:[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/29174/ADULTOS\\_ESTILOS\\_DE\\_VIDA\\_SILVESTRE\\_FLORES\\_FLORA\\_REBEC\\_A%20%281%29.pdf?sequence=3&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/29174/ADULTOS_ESTILOS_DE_VIDA_SILVESTRE_FLORES_FLORA_REBEC_A%20%281%29.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
26. Chinchay C. Estilos de vida y Factores Biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Trigopampa\_Yungar\_Carhuaz, 2022. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2022 [citado 20 de enero 2023]. Disponible en:  
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/29949/ADULTO\\_ESTILO\\_DE\\_VIDA\\_CHINCHAY\\_SANCHEZ\\_CARMEN\\_ISABEL.pdf?sequence=3&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/29949/ADULTO_ESTILO_DE_VIDA_CHINCHAY_SANCHEZ_CARMEN_ISABEL.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
27. García Z. Estilo de vida y factores biosocioculturales de las personas adultas del centro poblado de Rayan-Yungay, 2020 [Internet]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2020. [citado 30 de enero 2023] Disponible en:  
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27161/ADULTOS\\_BIOSOCIOCULTURALES\\_GARCIA\\_BARROZO\\_ZENAIDA%281%29.pdf?sequence=3&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27161/ADULTOS_BIOSOCIOCULTURALES_GARCIA_BARROZO_ZENAIDA%281%29.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
28. Villar M. Factores determinantes de la salud: Importancia de la prevención (Determining factors in health: Importance of prevention). Acta Med Per

- [Internet]. 2019 [citado 2021 Feb 18]; 28(4):237–41.  
Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1728-59172011000400011&script=sci\\_arttext&tlng=en](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1728-59172011000400011&script=sci_arttext&tlng=en)
29. Lalonde T. Situación de un problema de salud por Marc Lalonde. [Monografía de internet]. [Citado el 28 de mayo del 2020]. Disponible en URL: <http://www.monografias.com/trabajos56/situacion-salud/situacionsalud.shtml>
30. Galli A, Pagés M, Swieszkowski S. Contenidos Transversales Factores Determinantes de la Salud. Residencias de Cardiología [Internet]. 2018 [26 de junio del 2020];4–6. Disponible en: <https://www.sac.org.ar/wp-content/uploads/2018/04/factores-eterminantes-de-la-salud.pdf>
31. Tassano E. El estilo de vida, determinante primordial de la salud [Internet]. Diario de la época. 2019 [citado el 15 de junio del 2020]. Disponible en: <http://diarioepoca.com/539521/el-estilo-de-vida-determinante-primordial-de-la-salud/>
32. Arrechadora I. Nola Pender: Biografía y Teoría [Internet]. Lifeder. 2019 [citado 20 de febrero del 2021]. Disponible en: <https://www.lifeder.com/nola-pender/>
33. Aristizábal G, Blanco D, Sánchez A, Ostiguín R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. 2019; 8(4):16–23. [citado el 20 de marzo del 2021] Disponible en:

[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S166570632011000400003&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S166570632011000400003&script=sci_arttext)

34. Bazzani LC, Sánchez AIM. Workplace health promotion: A path to follow. *Cienc e Saude Coletiva*. 2019 Jun 1; 21(6):1909–20. [citado el 15 de junio del 2020] Disponible en: <https://www.scielo.br/j/csc/a/V6VPnQ9bMhRvPNYsQNdFBKc/?format=html&lang=en>
35. Torres J, Contreras S, Lippi L, Huaiquimilla M, Leal R. Hábitos de vida saludable como indicador de desarrollo personal y social: discursos y prácticas en escuelas. *Calid en la Educ*. 2019; 50(50):357. [citado el 20 de junio del 2020]. Disponible en: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-45652019000100357&script=sci\\_arttext&tlng=n](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-45652019000100357&script=sci_arttext&tlng=n)
36. Respiración ocupacional. Hábitos y estilos de vida saludable [Internet]. Respiración ocupacional. 2019 [citado el 20 de junio del 2021]. Disponible en: <http://respirasac.com/home/habitos-y-estilos-de-vida-saludable/>
37. Organización Mundial de la Salud. Estilos de vida y estado de salud [Internet]. Envejecer es salud. 2020 [citado el 20 de junio del 2020]. Disponible en: <https://envejeceractivos.com/estilos-de-vida/>
38. Gobierno de la República de Honduras. Guía de estilos de vida saludable en el ámbito laboral [Internet]. Tegucigalpa M.D.C.: Gobierno de la República de Honduras; 2019 [citado el 20 de junio del 2020]. Disponible en: [https://www.paho.org/hon/index.php?option=com\\_docman&view=download&alias=382-estilos-vida-saludable-](https://www.paho.org/hon/index.php?option=com_docman&view=download&alias=382-estilos-vida-saludable-)

[actividadfisica&category\\_slug=desarrollo-humanosostenible-y-estilos-de-vida-sal&Itemid=211](#)

39. Ministerio de Salud Pública. Guía práctica de la salud para el adulto mayor [Internet]. Tucumán; 2019 [citado el 20 de junio del 2020]. Disponible en: [http://msptucuman.gov.ar/wordpress/wpcontent/uploads/2017/07/Libro\\_ADULTOS-MAYORES\\_Min\\_Salud\\_Tucuman.pdf107](http://msptucuman.gov.ar/wordpress/wpcontent/uploads/2017/07/Libro_ADULTOS-MAYORES_Min_Salud_Tucuman.pdf107)
40. Alcaldía de Medellín. Guía de estilo de vida saludable [Internet]. Medellín: Alcaldía de Medellín; 2019 [citado el 20 de junio del 2020]. Disponible en: [https://www.medellin.gov.co/irj/go/km/docs/pccdesign/SubportaldelCiudadano\\_2/PlandeDesarrollo\\_0\\_19/ProgramasyProyectos/Shared%20Content/Estilos%20de%20vida%20saludable/Gu%C3%ADa%20Estilos%20de%20Vida/Gui%CC%81a%20Estilos%20de%20vida%20saludables.pdf](https://www.medellin.gov.co/irj/go/km/docs/pccdesign/SubportaldelCiudadano_2/PlandeDesarrollo_0_19/ProgramasyProyectos/Shared%20Content/Estilos%20de%20vida%20saludable/Gu%C3%ADa%20Estilos%20de%20Vida/Gui%CC%81a%20Estilos%20de%20vida%20saludables.pdf)
41. Sanitas. Hábitos de vida saludable [Internet]. Sanitas. 2019 [citado el 20 de junio del 2020]. Disponible en: [https://www.sanitas.es/sanitas/seguros/es/particulares/biblioteca-de-salud/estilo-vida/prepro\\_080021.html](https://www.sanitas.es/sanitas/seguros/es/particulares/biblioteca-de-salud/estilo-vida/prepro_080021.html)
42. Doktuz. Estilos de Vida Saludable [Internet]. Doktuz. 2019 [citado 2020 Feb 4]. Disponible en: <https://www.doktuz.com/wikidoks/prevencion/estilos-de-vidasaludable.html>
43. Revista Blanca. Estilos de vida saludable: un camino a la sanación [Internet]. Revista Blanca. 2019 [citado el 20 de junio del 2020]. Disponible en: <http://revistablanca.com/medicina/estilos-vida-saludable-camino-la-sanacion/>



44. Acevedo G, Martínez D, Utz L. La salud y sus determinantes. La salud pública y la medicina preventiva. Man Med Prev y Soc [Internet]. 2019 [citado el 20 de junio del 2020]; I: 15. Disponible en: <http://preventivaysocial.webs.fcm.unc.edu.ar/files/2014/04/MPyS-1-Unidad-1-Determinantes-de-la-Salud-V-2013.pdf>
45. Vargas E, Espinoza R. Tiempo y edad biológica. Arbor [Internet]. 2019 Apr 30 [citado el 25 de junio del 2020]; 189(760):a022. Disponible en: <http://arbor.revistas.csic.es/index.php/arbor/article/view/1563>
46. RAE. Diccionario de la Lengua Española [Internet]. RAE. 2019 [citado el 25 de junio del 2020]. Disponible en: <https://dle.rae.es/diccionario108>
47. Instituto Vasco de Estadística. Definición Nivel de instrucción [Internet]. Eustat. 2019 [citado el 20 de junio del 2020]. Disponible en: [https://www.eustat.eus/documentos/opt\\_0/tema\\_165/elem\\_2376/definicion.html](https://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_165/elem_2376/definicion.html)
48. National Geographic. ¿Qué es la religión? | National Geographic [Internet]. 2019 [citado el 20 de junio del 2020]. Disponible en: <https://www.nationalgeographic.es/historia/que-es-la-religion>
49. Bastida R, Valdez J, Valor I, González N, Rivera S. revista argentina. Rev Argentina Clínica Psicológica [Internet]. 2019 [citado el 20 de junio del 2020]; 26:95–102. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/2819/281950399009.pdf>
50. Javier M. Consumo [Internet]. Economipedia. 2019 [citado el 20 de junio del 2020]. Disponible en: <https://economipedia.com/definiciones/ingreso.htm>

51. Erben, Franzkowiak y Wenzel Revista Internacional de Sociología, Inicio > Vol 72, No Extra. Contacte con la revista ris@iesa.csic.es. Soporte técnico soporte.tecnico.revistas@csic.es [citado el 20 de junio del 2020]. Disponible en: <https://revintsociologia.revistas.csic.es/index.php/revintsociologia>
52. Javier M. Consumo [Internet]. Economipedia. 2019 [citado el 20 de junio del 2020]. Disponible en: <https://economipedia.com/definiciones/ingreso.htm>
53. . SIS International. Que es la investigación cuantitativa, 2019. [Internet] [Acceso el 25 de febrero del 2023]. Disponible en: <https://www.sisinternational.com/investigacion-cuantitativa/>
54. Hoyos M. Estudios descriptivos. Scielo, 2019. [Artículo en internet]. [Acceso el 25 de febrero del 2023]. Disponible en: [http://www.revistasbolivianas.ciencia.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2304-37682013000600002&lng=pt&nrm=iso](http://www.revistasbolivianas.ciencia.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2304-37682013000600002&lng=pt&nrm=iso)
55. Question Pro. Estudio no experimental, 2020. [Internet] [Acceso el 25 de abril del 2021]. Disponible en: <https://www.questionpro.com/blog/es/estudio-transversal/#%3A~%3Atext%3DEl%20estudio%20transversal%20se%20define%20transversal%20y%20estudio%20de%20prevalencia>
56. Explorable. Investigación metodología. [serie en Internet] [Citado el 06 de mayo del 2020] Disponible en: <https://explorable.com/es/investigacion-cuantitativa-y-cualitativa>
57. Metodología. Descriptivo. [serie en Internet] [Citado el 06 de mayo del 2020] Disponible en: <http://metodologia02.blogspot.pe/p/operacionalizacion-de-variables.html>

58. Laubscher B, Segura A, Toledo M. Impacto de la Ocupación en el envejecimiento: Una investigación en Magallanes [Internet]. Universidad de Magallanes; 2019 [citado 2020 Mar 27]. Disponible en: [http://www.umag.cl/biblioteca/tesis/laubscher\\_ojeda\\_2010.pdf](http://www.umag.cl/biblioteca/tesis/laubscher_ojeda_2010.pdf)
59. Rodríguez J, Borja C. Código de Ética para la Investigación. Versión 05 Resolución N° 0865-2022-CU-ULADECH, 2022. [Internet] [citado el 20 de enero del 2023]. Disponible en: <https://www.studocu.com/pe/document/universidad-privada-san-juan-bautista/mecanica-de-suelos/codigo-de-etica-para-la-investigacion-05/42978946>
60. Rafael M. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los pobladores adultos de la comunidad Unidos Venceremos-Huashao-Yungay, 2018. [Citado el 12 de mayo de 2021] Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/7789/ADULTOS\\_ESTILOS\\_DE\\_VIDA\\_RAFAEL\\_LEON\\_MARY\\_ELENA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/7789/ADULTOS_ESTILOS_DE_VIDA_RAFAEL_LEON_MARY_ELENA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
61. Aniceto Z. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Caraz-Ancash, 2020. [Citado el 12 de mayo de 2021] Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19042/ESTILOS\\_FACTORES\\_ANICETO\\_TOLENTINO\\_ZENON\\_ANTONIO.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19042/ESTILOS_FACTORES_ANICETO_TOLENTINO_ZENON_ANTONIO.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
62. Vives A. Estilo de vida saludable: Puntos de vista para una opción actual y necesaria. Revista Psicología Científica.com. 2007; 9 (33). [citado el 2 de junio

del 2021]. Disponible en: <http://www.psicologiacientifica.com/estilo-de-vida-saludable/>

63. Guerrero L, León A. Estilo de vida y salud. Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal (REDALYC). 2010; 356: 13-19. [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <http://www.redalyc.org/html/356/35616720002/>
64. Wong C. Estilos de vida. [Internet]. Universidad de San Carlos de Guatemala; 2012 [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <https://saludpublica1.files.wordpress.com/2012/08/estilos-de-vida-2012.pdf>
65. Universidad EAFIT. Remuneración laboral. [Internet]. Consultorio contable. 2015 [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <https://www.eafit.edu.co/escuelas/administracion/consultoriocontable/Paginas/boletines-costos-y-presupuestos.aspx>
66. Ministerio de Educación Nacional. Ocupación. [Internet]. Colombia: Colombia aprende; 2013 [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <https://www.mineduccion.gov.co/portal/>
67. Murcia M. La crisis económica es un factor de riesgo sobrevenido para la salud, según la OMS. [Internet]. 2009 [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <http://salud.laverdad.es/salud-mental/psicologia/1066-la-crisis-economica-es-unfactor-de-riesgo-sobrevenido-para-la-saludsegun-la-oms>
68. BBC News Mundo. Riesgos de dieta rica en proteínas y carbohidratos. [Internet]. 2019 [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-46877407>

69. Delgado D. Los efectos de la falta de actividad física con el paso del tiempo. [Internet]. Vitónica. 2009 [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <https://www.vitonica.com/musculacion/los-efectos-de-la-falta-de-actividadfisica-con-el-paso-del-tiemp>
70. Seva C. Efectos del estrés sobre la salud. [Internet]. Psicología – Neurociencias. 2015 [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <https://www.cigna.com/es-us/individuals-families/health-wellness/effects-of-stress-and-their-impact-on-your-health>
71. Academia Americana de Médicos de Familia. Factores sociales y culturales que pueden influir en su salud. [Internet]. Family Doctor – American Academy of Family Physicians. 2018 [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <https://es.familydoctor.org/factores-sociales-y-culturales-que-pueden-influir-ensu-salud>
72. Delgado D. Los efectos de la falta de actividad física con el paso del tiempo. [Internet]. Vitónica. 2009 [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <https://www.vitonica.com/musculacion/los-efectos-de-la-falta-de-actividadfisica-con-el-paso-del-tiempo>
73. Escorcía L. La edad biológica vs. la edad cronológica: Reflexiones para la antropología física. [Tesis para optar el título de Doctora en Antropología]. México: Universidad Nacional Autónoma de México; 2015. [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <http://132.248.9.195/ptd2015/enero/501047580/501047580.pdf>

74. Carrillo S. Adolescencia y adultez: Su proceso educativo. Adulto maduro. [Internet]. 2014 [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <https://adolescenciaadultez.weebly.com/cambios-en-el-adulto-maduro>
75. UNICEF. Aplicando género. Canadá: UNICEF; 2015. [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: [https://www.unicef.org/honduras/Aplicando\\_genero\\_agua\\_saneamiento.pdf](https://www.unicef.org/honduras/Aplicando_genero_agua_saneamiento.pdf)
76. Venemedia. Definición de sexo. [Internet]. Concepto Definición 2014 [citado el 14 de julio de 2018]. Disponible en URL: <http://conceptodefinicion.de/sexo/>
77. Definición. Definición de instrucción. [Internet]. Editorial Definición MX. 2014. [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <https://definicion.mx/instruccion/>
78. Latorre M. Educación: Instrucción, aprendizaje y formación. Perú: Universidad Marcelino Champagnat; 2016. [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en URL: <http://marinolatorre.umch.edu.pe/wp-content/uploads/2015/09/EducaciónInstrucción-aprendizaje-formación.pdf>
79. Definición. Definición de religión. [Internet]. Editorial Definición MX. 2013 [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <https://definicion.mx/religion/>
80. Venemedia. Definición de religión. [Internet]. Venemedia. [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <http://conceptodefinicion.de/religion/>
81. Ucha F. Definición de catolicismo. [Internet]. Definición ABC. [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <https://conceptodefinicion.de/catolicismo/>
82. Bembibre, C. Definición de estado civil. [Internet]. Definición ABC. 2010 [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <https://www.conceptosjuridicos.com/pe/estado-civil/>

83. enciclopedia Jurídica. Estado civil. [Internet]. 2014 [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <http://www.enciclopedia-juridica.biz14.com/d/estado-civil/estado - civil.htm>
84. Definición Legal. Estado civil: Soltero. [Internet]. 2011 [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: [https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/1269/Alca\\_r\\_w.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/1269/Alca_r_w.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
85. Cevallos L. Ocupación laboral. [Internet]. Wikiestudiantes.org. 2013 [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en URL: <http://www.wikiestudiantes.org/ocupacion-laboral/>
86. Servicios Aragón de España. Nuevas profesiones. [Internet]. Educaweb. [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en URL: [https://bibliotecavirtual.aragon.es/i18n/catalogo\\_imagenes/grupo.cmd?path=3714721](https://bibliotecavirtual.aragon.es/i18n/catalogo_imagenes/grupo.cmd?path=3714721)
87. Vargas E, Espinoza R. Tiempo y edad biológica. Arbor [Internet]. 2013 [citado el 2 de junio del 2021]; 189(760): a022. Disponible en: <http://arbor.revistas.csic.es/index.php/arbor/article/view/1563>
88. RAE. Diccionario de la Lengua Española [Internet]. RAE. 2019 [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <https://dle.rae.es/diccionario>
89. Maimónides. Adultos mayores con nuevos estilos de vida. [Internet]. El telégrafo. 2018 [citado el 2 de junio del 2021]. URL: <https://www.eltelegrafo.com.ec/noticias/palabra/1/adultos-mayores-con-nuevos-estilos-de-vida>

90. Instituto Vasco de Estadística. Definición Nivel de instrucción [Internet]. Eustat. 2017 [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: [https://www.eustat.eus/documentos/opt\\_0/tema\\_165/elem\\_2376/definicion.html](https://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_165/elem_2376/definicion.html)
91. Vargas E, Espinoza R. Tiempo y edad biológica. Arbor [Internet]. 2013 Apr 30 [citado el 2 de junio del 2021]; 189(760):a022. Disponible en: <http://arbor.revistas.csic.es/index.php/arbor/article/view/1563>
92. Organización Mundial de la Salud (OMS). Las mujeres y los hombres enfrentan diferentes riesgos de enfermedades crónicas. Uruguay: OMS/OPS; 2018. [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: [https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5080:2011-women-men-face-different-chronic-disease-risks&Itemid=135&lang=es](https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=5080:2011-women-men-face-different-chronic-disease-risks&Itemid=135&lang=es)
93. Revilla F. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Jangas - Huaraz, 2019 [Internet]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2019. [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1917/ESTILO\\_DE\\_VIDA\\_FACTORES\\_BIOSOCIOCULTURALES\\_REVILLA\\_CANCA\\_N\\_FREDY\\_MARTIN.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/1917/ESTILO_DE_VIDA_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_REVILLA_CANCA_N_FREDY_MARTIN.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
94. Roque R. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la Asociación de Choferes y Propietarios de la Ruta Huaraz- Caraz, 2015. [internet]. [citado el 2 de junio del 2021]. Perú Disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/2235/ESTILO>



[DE VIDA FACTORES BIOSOCIOCULTURALES RONAL CARLOS ROQUE BAYLON.pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)

95. Guerrero L, León A. Estilo De Vida Y Salud. [Documento en internet]. [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en URL: <http://www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/32226/1/articulo1.pdf>
96. Navarro B. La Educación Para la Salud. [Artículo en Internet]. [citado el 2 de junio del 2021]. .Disponible en: <https://www.navarra.es/NR/rdonlyres/049B3858-F993-4B2F-9E33-2002E652EBA2/194026/MANUALdeeducacionparalasalud.pdf>
97. González A. Diferencias entre el hombre y la mujer. 2008. [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: [www.sapiens.com/articulos.nsf/Pareja/Diferencias\\_entre](http://www.sapiens.com/articulos.nsf/Pareja/Diferencias_entre).
98. Organización Mundial de la Salud. La educación y la salud están íntimamente unidas. Ginebra: OMS; 2010. [citado 10 de junio 2020]. URL: <https://www.icrc.org/es/document/los-convenios-de-ginebra-de-1949-y-sus-protocolos-adicionales>
99. UNICEF. El papel de la educación en la formación del bienestar subjetivo para el desarrollo humano. Una revisión al caso chileno. Chile: UNICEF; 2014. [citado el 25 de octubre 2020]. URL: <https://www.unicef.org/chile/informes/el-papel-de-la-educaci%C3%B3n-en-la-formaci%C3%B3n-del-bienestar-subjetivo-para-el-desarrollo-humano>
100. Villena O. Socialización, instrucción y educación. [serie en internet]. [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <http://www.biblioteca.itam.mx/estudio/texto>

101. Parra S. Religión y salud: De cómo las creencias se propagarían en función al número de agentes patógenos. [Internet]. Xataka Ciencia. 2015 [citado el 25 de julio de 2020]. URL: <https://www.xatakaciencia.com/biologia/religion-y-salud-de-como-las-creencias-se-propagarian-en-funcion-del-numero-de-agentes-patogenos>
102. WAPA. La soltería sería bueno para la salud ¡La ciencia lo confirma! [Internet]. Wapa.pe. 2018 [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <https://walac.pe/la-solteria-seria-bueno-para-la-salud-la-ciencia-lo-confirma/>
103. Gutiérrez E. La soltería es mejor para tu salud, y más de lo que te imaginas. [Internet]. El Universal. 2016 [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <http://de10.com.mx/parejas/2016/09/21/la-solteria-es-mejor-para-tu-salud-y-mas-de-lo-quete-imagina>
104. Villanueva O. La soltería y la buena salud van de la mano, ¿Por qué? [Internet]. Súper curioso. 2016 [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <http://radiomagica.pe/programas/mananas-de-oro/solteria-buena-salud-28373>
105. Aguilar J, Padilla D, Manzano A. Importancia de la ocupación en el desarrollo del mayor y su influencia en su salud. España: Universidad de Almería; 2016. [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/3498/349851776028/html/>
106. Daszenies F. Ocupación, salud y bienestar. [Internet]. Prezi. 2014 [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <https://prezi.com/uv0gtvot5hix/ocupación-salud-ybienestar>
107. Wagstaff A. Pobrezas y desigualdades en el sector de la salud. En Revista Panamericana Salud Pública. 2002; 11(5/6): 316-326. [citado el 2 de

junio del 2021]. Disponible en:

<https://www.scielosp.org/article/rpsp/2002.v11n5-6/316-326/>

108. Rodríguez M. Pobreza, desigualdad y acceso a la alimentación y nutrición en Venezuela desde 1999 hasta 2013. *Revista Politeia*. 2015; 55(38): 113-154. [citado el 2 de junio del 2021]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/1700/170049580005.pdf>

## ANEXOS

### Anexo 1: Instrumento de recolección de datos



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE  
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA  
ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN LOS  
ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE  
CARHUAYOC-SAN MARCOS, 2020

### CUESTIONARIO SOBRE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO

Elaborado por Reyna E. (2013) DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:

---

#### A) FACTORES BIOLÓGICOS

1. ¿Marque su sexo?

- a) Masculino ( ) b) Femenino ( )

2. ¿Cuál es su edad?

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

#### B) FACTORES CULTURALES

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

#### C) FACTORES SOCIALES

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

Anexo 2: ESCALA DE ESTILO DE VIDA



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA**  
ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN LOS  
ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE  
CARHUAYOC-SAN MARCOS, 2020  
**ESCALA DE ESTILO DE VIDA**

No.	Ítems	CRITERIOS			
<b>ALIMENTACIÓN</b>					
1	Come Ud. tres veces al día: desayuno almuerzo y comida.	N	V	F	S
2	Todos los días, Ud. consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos.	N	V	F	S
3	Consumo de 4 a 8 vasos de agua al día	N	V	F	S
4	Incluye entre comidas el consumo de frutas.	N	V	F	S
5	Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales o químicos para conservar la comida.	N	V	F	S
6	Lee Ud. las etiquetas de las comidas empaquetadas, enlatadas o conservas para identificar los ingredientes.	N	V	F	S
<b>ACTIVIDAD Y EJERCICIO</b>					
7	Hace Ud., ejercicio por 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana.	N	V	F	S
8	Diariamente Ud. realiza actividades que incluyan el movimiento de todo su cuerpo.	N	V	F	S
<b>MANEJO DEL ESTRÉS</b>					
9	Usted identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida.	N	V	F	S
10	Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación.	N	V	F	S
11	Ud. plantea alternativas de solución frente a la tensión o preocupación.	N	V	F	S
12	Realiza alguna de las siguientes actividades de relajación tales como: tomar siesta, pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de respiración.	N	V	F	S
<b>APOYO INTERPERSONAL</b>					
13	Se relaciona con los demás.	N	V	F	S
14	Mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás.	N	V	F	S
15	Comenta sus deseos e inquietudes con las demás personas.	N	V	F	S

16	Cuando enfrenta situaciones difíciles recibe apoyo de los demás.	N	V	F	S
<b>AUTORREALIZACION</b>					
17	Se encuentra satisfecho con lo que ha realizado durante su vida.	N	V	F	S
18	Se encuentra satisfecho con las actividades que actualmente realiza.	N	V	F	S
19	Realiza actividades que fomenten su desarrollo personal.	N	V	F	S
<b>RESPONSABILIDAD EN SALUD</b>					
20	Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica.	N	V	F	S
21	Cuando presenta una molestia acude al establecimiento de salud.	N	V	F	S
22	Toma medicamentos solo prescritos por el médico.	N	V	F	S
23	Toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud.	N	V	F	S
24	Participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud.	N	V	F	S
25	Consume sustancias nocivas.: cigarro, alcohol y/o drogas.	N	V	F	S

**CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:**

NUNCA: N = 1

AVECES: V = 2

FRECUENTEMENTE: F = 3

SIEMPRE: S = 4

El ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es al contrario N= 4 V=3 F=2 S=1 PUNTAJE

MÁXIMO: 100 puntos.

## VALIDEZ INTERNA DE LA ESCALA ESTILO DE VIDA

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

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

	R-Pearson	
Ítems	10.35	
Ítems	20.41	
Ítems	30.44	
Ítems	40.10	(*)
Ítems	50.56	
Ítems	60.53	
Ítems	70.54	
Ítems	80.59	
Ítems	90.35	
Ítems	100.37	
Ítems	110.40	
Ítems	120.18	(*)
Ítems	130.19	(*)
Ítems	140.40	
Ítems	150.44	
Ítems	160.29	
Ítems	170.43	
Ítems	180.40	
Ítems	190.20	
Ítems	200.57	
Ítems	210.54	
Ítems	220.36	

Si  $r > 0.20$  el instrumento es válido. (\*) Se creyó conveniente dejar ítems por su importancia en el estudio

## CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

Resumen del procesamiento de los casos

	N°	%
Casos validos	27	93.1
Excluidos (a)	2	6.9
total	29	100

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

### Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N° de elementos
0.794	25





UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA  
ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN LOS  
ADULTOS DEL CASERÍO DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE  
CARHUAYOC\_SAN MARCOS, 2023

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Se le comunica que el objetivo del presente estudio es Determinar los estilos de vida y los factores biosocioculturales en los Adultos del caserío de Gotush centro poblado de carhuayoc, San Marcos. el presente estudio está conducido por Amancio Ponte Noe Jacob, estudiante de Enfermería, de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Si accede participar en este estudio, deberá responder dos cuestionarios mediante la entrevista, que tomará como promedio 20 minutos. Su participación será voluntaria. La información que se recoja será estrictamente confidencial y no se podrá utilizar para ningún otro propósito que no esté contemplado en esta investigación. Las entrevistas serán anónimas, por ello serán codificadas utilizando un número de identificación. Si la naturaleza del estudio requiriera de su identificación, ello solo será posible si da su consentimiento. Si tuviera alguna duda con relación al desarrollo del proyecto, es libre de formular las preguntas que considere pertinentes. Si sintiera incomodidad, frente a alguna de las preguntas, puede ponerlo en conocimiento a la investigadora y abstenerse de responder. Gracias por su participación.

Yo, \_\_\_\_\_ DNI \_\_\_\_\_

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

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

.....

**Firma del participante**

**Fecha**



---

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

Carta s/n° 01- 2020-ULADECH CATÓLICA

Sr(a).

ELGUER WAGNER DIAZ HERRERA

AGENTE DEL CASRIO DE GOTUSH

Presente.-

De mi consideración:

Es un placer dirigirme a usted para expresar mi cordial saludo e informarle que soy estudiante de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. El motivo de la presente tiene por finalidad presentarme, Amancio Ponte Noe Jacob, con código de matrícula N° 0811101032, de la Carrera Profesional de Enfermería, quién solicita autorización para ejecutar de manera remota o virtual, el proyecto de investigación titulado “Estilos de Vida y factores biosocioculturales en lo adultos del caserío de Gotush-San Marcos-Huari, 2023, durante los meses de enero a marzo del presente año.

Por este motivo, mucho agradeceré me brinde el acceso y las facilidades a fin de ejecutar satisfactoriamente mi investigación la misma que redundará en beneficio de su comunidad. En espera de su amable atención, quedo de usted.

Atentamente,

---

AMANCIO PONTE NOE JACOB  
DNI. N° 43726961

## CARTA DE ACEPTACION DE PERMISO PARA LA ENCUESTA

CARTA N° 01- 2020-GOTUSH-CARHUAYOC-SAN MARCOS-HUARI-ANCASH

Sr.

AMANCIO PONTE NOE JACOB

ESTUDIANTE DE LA UNIVERSIDAD ULADECH

Presente.

De mi consideración:

Es un placer dirigirme a usted para expresar mi cordial saludo e informarle que en condición de agente Comunal del caserío de Gotush del centro poblado de Carhuayoc del distrito de San Marcos provincia de Huari. El motivo de esta carta es para informarle que habiendo aprobado en una reunión de dirigentes se aprueba su pedido para hacer una encuesta a la población de Gotush, para luego ser utilizada en su proyecto de investigación dichos resultados, proyecto de investigación titulado “Estilos de Vida y factores biosocioculturales en lo adultos del caserío de Gotush-San Marcos-Huari, 2023, durante los meses de enero a marzo del presente año.

Por este motivo, queda informado que tiene el permiso para que ejecute, sabiendo que será de mucho interés para la población sus resultados. Me despido de Ud.

Atentamente,

AGENTE COMUNAL DE CASERIO DE  
GOTUSH C.P. CARHUAYOC  
.....  
EL GUER WAGNER DIAZ HERRERA  
DNI: 32274019





## DECLARACIÓN DE COMPROMISO ÈTICO Y NO PLAGIO

Mediante el presente documento denominado declaración de compromiso ético y no plagio la autora del presente trabajo de investigación titulado: ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN LOS ADULTOS DEL CASERIO DE GOTUSH CENTRO POBLADO DE CARHUAYOC\_SAN MARCOS, 2022, declaro conocer las consecuencias por la infracción de las normas del Reglamento de Investigación de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote y el Reglamento de registro nacional de trabajos de investigación para optar grados académicos y títulos su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en todos los casos se ha incorporado la cita y referencias respectivas conforme orientan las normas Vancouver, previsto en la Universidad. E conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento profesional – RENATI, que exigen veracidad y originalidad de todo trabajo de investigación respeto al derecho del autor y la propiedad intelectual. Así mismo, cumplo con precisar que este trabajo forma parte de una línea de investigación denominado “Cuidado de las personas” dentro del cual se tiene como objeto de estudio desarrollar investigaciones orientadas al cuidado de la salud de las personas por grupo etario, a partir de los determinantes dela salud de la persona, se aplicó un diseño metodológico común, por lo tanto es posible que tenga clara que al recolectar los datos se tuvo acceso a nombres, apellidos, a cada uno se le asignó un código para preservar su identidad y proteger los derechos constitucionales, siendo el único aspecto inserto en los instrumentos. Finalmente se declara que: el presente trabajo es auténtico, siendo el resultado el producto de un trabajo personal acorde con la línea de investigación del cual se deriva, trabajo bajo los principios de la buena fe y respeto de los derechos de autor y propiedad intelectual, de modo que al utilizar las fuentes para su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sea en versión físicas o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en todos los casos se ha incorporado la cita y referencias respectivas conforme oriente las normas Vancouver, previsto en la universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento.

**Huaraz, diciembre 2022**