



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

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

**ESTILO DE VIDA Y FACTORES
BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO MAYOR DEL
COMEDOR POPULAR “MADRE BIENAVENTURADA” _
SANTA ANITA_LIMA, 2022**

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

AUTORA:

VILLANUEVA MANRIQUE, JOSEPHLYN

ORCID: 0000-0001-6697-4949

ASESORA:

MENDOZA FARRO, NATHALY BLANCA FLOR

ORCID: 0000-0002-0924-9297

PIURA-PERÚ

2022

2. EQUIPO DE TRABAJO

AUTORA

Villanueva Manrique, Josephlyn

ORCID: 0000-0001-6697-4949

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

ASESORA

Mendoza Farro, Nathaly Blanca Flor

ORCID: 0000-0002-0924-9297

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

JURADO

Cotos Alva, Ruth Marisol

ORCID: 0000-0001-5975-7006

Romero Acevedo, Juan Hugo

ORCID: 0000-0003-1940-0365

Cerdan Vargas, Ana

ORCID: 0000-0001-8811-7382

3. HOJA DE FIRMA DEL JURADO EVALUADOR DE TESIS Y ASESORA

Dra. COTOS ALVA RUTH MARISOL

PRESIDENTA

Dr. ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO

MIEMBRO

Mgtr. CERDAN VARGAS ANA

MIEMBRO

Mgtr. MENDOZA FARRO NATHALY BLANCA FLOR

ASESOR

4. AGRADECIMIENTO

Agradezco al único Rey y mi Salvador que es Jehová, por ser bueno y bondadoso, por permitir la dicha y la oportunidad de ejecutar esta investigación, a mis abuelos y a mi pareja por haberme brindado su apoyo y educación para lograr mis metas.

Con gratitud a todos los adultos mayores del Comedor Popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_ Lima, por brindarme la información necesaria, la misma que me permitió llegar a realizar esta investigación.

A mi docente tutora por su dedicación, paciencia y apoyo, por haberme guiado en todo el desarrollo de la presente investigación y a la universidad por la accesibilidad de información y apoyo.

DEDICATORIA

La presente investigación se la dedico a mi pareja y mis abuelos maternos por el deseo de superación y amor que recibo día a día y que han sabido guiar mi vida con sus sabios consejos.

Un agradecimiento especial a mis familiares, quienes me han dado su apoyo y entendimiento durante los momentos buenos y malos de mi vida animándome a no rendirme.

A aquellas personas importantes de mi vida como mi madre, hermanos, tíos y primos que me brindaron sus sabios consejo e inteligencia que me alentaron a seguir adelante, no rendirme y culminar cada etapa de la carrera de Enfermería, como también de mi vida personal.

5. RESUMEN

La presente investigación se planteó como problema ¿existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales? con el propósito de determinar la relación entre estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto mayor del comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima ,2022. El cual se planteó un estudio de tipo cuantitativo, corte transversal con diseño descriptivo correlacional. La muestra de 100 adultos mayores, a quienes se aplicó un instrumento: Escala de estilo de vida y Cuestionario sobre factores biosocioculturales. El resultado se presentó en tablas simples y de doble entrada para relacionarlos, entre las variables de estudio se utilizó la prueba de independencia de criterios Chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de $p < 0.05$. Obteniendo como resultados que un 93% de adultos mayores tiene estilo de vida no saludable, en relación a los factores biosocioculturales un 55% es de sexo masculino, con grado de instrucción primaria un 52%, en religión un 66% es católica, estado civil convivientes con un 41%, de ocupación otros con un 43% y con ingreso económico de 400 a 650 nuevos soles un 39%. Concluyendo que no existe relación estadística significativa entre el estilo de vida y factores biológico, culturales y sociales (sexo, grado de instrucción religión, estado civil, ocupación, e ingreso económico). Las búsquedas de comportamiento saludables conducirán a la mejora de la calidad de vida de las personas, siendo necesario mantener una alimentación adecuada y un plan de ejercicios físicos y mentales.

Palabras Clave: Adultos mayores, estilo, factores biosocioculturales, vida.

ABSTRACT

The present investigation was raised as a problem: is there a relationship between lifestyle and biosociocultural factors? with the purpose of determining the relationship between lifestyle and biosociocultural factors of the elderly of the popular dining room "Madre Bienaventurada" _Santa Anita_ Lima, 2022. Which raised a study of quantitative type, cross section with descriptive correlational design. The sample of 100 older adults, to whom an instrument was applied: Lifestyle Scale and Questionnaire on biosociocultural factors. The result was presented in simple and double-entry tables to relate them, among the study variables the test of independence of Chi square criteria was used with 95% reliability and significance of $p < 0.05$. Obtaining as results that 93% of older adults have an unhealthy lifestyle, in relation to biosociocultural factors, 55% are male, with a 52% degree of primary education, in religion 66% are Catholic, marital status cohabitants with 41%, other occupation with 43% and with economic income of 400 to 650 nuevos soles 39%. Concluding that there is no significant statistical relationship between lifestyle and biological, cultural and social factors (sex, degree of education, religion, marital status, occupation, and economic income). The search for healthy behavior will lead to the improvement of people's quality of life, being necessary to maintain an adequate diet and a physical and mental exercise plan.

Keywords: Older adults, style, biosociocultural factors, life.

6. CONTENIDO

1. TÍTULO DE 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
I. INTRODUCCIÓN	1
II. REVISIÓN DE LITERATURA	8
III. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN	16
IV. METODOLOGÍA	17
4.1 Diseño de la investigación	17
4.2 Población y muestra	18
4.3 Definición y Operacionalización de Variables	19
4.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	22
4.5 Plan de análisis	25
4.6 Matriz de consistencia	27
4.7 Principios éticos	28
V. RESULTADOS	30
5.1 Resultados	30
5.2 Análisis de resultados	40
VI. CONCLUSIONES	59
Aspectos complementarios	60
Referencias Bibliográficas	61
Anexos	74

INDICE DE TABLAS

	Pág.
TABLA 1: ESTILO DE VIDA EN ADULTOS MAYORES DEL COMEDOR POPULAR “MADRE BIENAVENTURADA” _ SANTA ANITA_LIMA,2022	30
TABLA 2: FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MAYORES DEL COMEDOR POPULAR “MADRE BIENAVENTURADA” _ SANTA ANITA_LIMA,2022.....	31
TABLA 3: RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES BIOSOCIOCULTURALES Y EL ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS MAYORES DEL COMEDOR POPULAR “MADRE BIENAVENTURADA” _ SANTA ANITA_LIMA, 2022.....	35

ÍNDICE DE GRÁFICOS

GRÁFICO 1	Pág.
ESTILO DE VIDA EN ADULTOS MAYORES DEL COMEDOR POPULAR “MADRE BIENAVENTURADA” _ SANTA ANITA_LIMA, 2022.....	30
GRÁFICO 2:	
SEXO EN ADULTOS MAYORES DEL COMEDOR POPULAR “MADRE BIENAVENTURADA” _ SANTA ANITA_LIMA, 2022.....	32
GRÁFICO 3:	
GRADO DE INSTRUCCION EN ADULTOS MAYORES DEL COMEDOR POPULAR “MADRE BIENAVENTURADA” _ SANTA ANITA_LIMA, 2022....	32
GRÁFICO 4:	
RELIGION EN ADULTOS MAYORES DEL COMEDOR POPULAR “MADRE BIENAVENTURADA” _ SANTA ANITA_LIMA, 2022.....	33
GRÁFICO 5:	
ESTADO CIVIL EN ADULTOS MAYORES DEL COMEDOR POPULAR “MADRE BIENAVENTURADA” _ SANTA ANITA_LIMA, 2022.....	33
GRÁFICO 6:	
OCUPACION EN ADULTOS MAYORES DEL COMEDOR POPULAR “MADRE BIENAVENTURADA” _ SANTA ANITA_LIMA, 2022.....	34
GRÁFICO 7:	
INGRESO ECONÓMICO EN ADULTOS MAYORES DEL COMEDOR POPULAR “MADRE BIENAVENTURADA” _ SANTA ANITA_LIMA, 2022....	34

ÍNDICE DE GRÁFICOS

GRÁFICO 1	Pág.
SEXO, RELACIÓN ESTADÍSTICA ENTRE ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MAYORES DEL COMEDOR POPULAR “MADRE BIENAVENTURADA” _ SANTA ANITA_LIMA, 2022.....	37
GRÁFICO 2:	
GRADO DE INSTRUCCIÓN, RELACIÓN ESTADÍSTICA ENTRE ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MAYORES DEL COMEDOR POPULAR “MADRE BIENAVENTURADA” _ SANTA ANITA_LIMA, 2022.....	37
GRÁFICO 3:	
RELIGIÓN, RELACIÓN ESTADÍSTICA ENTRE ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MAYORES DEL COMEDOR POPULAR “MADRE BIENAVENTURADA” _ SANTA ANITA_LIMA, 2022.....	38
GRÁFICO 4:	
ESTADO CIVIL, RELACIÓN ESTADÍSTICA ENTRE ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MAYORES DEL COMEDOR POPULAR “MADRE BIENAVENTURADA” _ SANTA ANITA_LIMA, 2022.....	38

GRÁFICO 5:

OCUPACIÓN, RELACIÓN ESTADÍSTICA ENTRE ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MAYORES DEL COMEDOR POPULAR “MADRE BIENAVENTURADA” _ SANTA ANITA_LIMA, 2022.39

GRÁFICO 6:

INGRESO ECONÓMICO, RELACIÓN ESTADÍSTICA ENTRE ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MAYORES DEL COMEDOR POPULAR “MADRE BIENAVENTURADA” _ SANTA ANITA_LIMA, 2022 39

I. INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) afirma que un estilo de vida saludable es universal, basado en la interacción de los límites de la vida y significados más amplios que dan como resultado patrones únicos que determinan el comportamiento en función de factores socioculturales y características individuales de vida. Según el Ministerio de Salud, las enfermedades crónicas no transmisibles se encuentran entre las cinco principales causas de muerte. Entre los grupos de edad de 45 y 65 años y más, la mortalidad por enfermedad cardiovascular fue del 27,6% en hombres y del 27,7% en mujeres. Las enfermedades respiratorias crónicas infecciosas representaron el 9,38% en hombres y el 7,96% en mujeres. El 5,29% de las mujeres mayores de 65 años mueren de diabetes (1).

Así mismo durante la pandemia el estado mental y emocional del adulto mayor se ha visto afectado en estos últimos años, tales como, la ansiedad, el estrés, la depresión, la autoestima, suicidio, el sedentarismo, el contacto directo con las demás personas y el aislamiento social para que evitar algún contagio. Por ello es de vital importancia que los ancianos conozcan y adopten un estilo de vida sana para evitar enfermedades que amenazan la salud como la hipertensión, la diabetes y la obesidad (2).

De igual forma, alrededor del 30% de la población mundial sufre los problemas de sobrepeso y obesidad. adultos con estilos de vida poco saludables, debido a que no adquieren, ni consumen alimentos con proteínas, calcio, hierro y otros alimentos en su dieta; Lo que conduce a muchas

enfermedades. Así mismo, en América Latina, México ocupa el primer lugar en obesidad y sobrepeso. En cuanto a su población adulta, el 28% está afectada, equivalente a 22,4 millones de personas. Le sigue Venezuela donde el 24,9% de la población mayor de 18 años ha sido abusada (4,9 millones de personas). Por su parte, Ecuador ocupa el tercer lugar con 23,7% y Argentina con 23,1 (3).

Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS), nuestro universo ha variado totalmente cabal a la pandemia del COVID 19 ya que existe una irregularidad y es porque la institución es corrupta muchas veces. Por ello sabemos que COVID-19 ha ofendido destempladamente a todos los países, ya su golpazo ha sido más riguroso en aquellas comunidades que ora enfrentan una vulnerabilidad significativa, que están más expuestas a la enfermedad, tienen excepto probabilidades de albergar llegada a excusado de curiosidad médica de condición y más probabilidades de habitar consecuencias adversas cabal al resultado de las medidas implementadas para pertenecer la pandemia (4).

A nivel mundial las poblaciones de la tercera edad van aumentando día a día, como también se están envejeciendo de una manera acelerada, esto no quiere decir que la calidad o las condiciones de vida de los adultos estén en una mejoría, así mismo nos damos cuenta que existe una incrementación de posibilidades de que el adulto contraiga alguna enfermedad, afección, discapacidad y hasta la muerte. Por ello debemos tomar conciencia y generar medidas preventivas que ayuden al adulto mayor a un envejecimiento activo y saludable (5).

En Perú en la década de los cincuenta, un total de 42 personas menores

de 15 años por cada 100 habitantes tenían menos de 15 años, pero en 2019, solo 25 por cada 100 habitantes tenían menos de 15 años. Según el INEI (2019), los datos demográficos del segundo trimestre de este año muestran que la estructura demográfica ha cambiado radicalmente y se encuentra en proceso de envejecimiento. La proporción de la población anciana ha aumentado del 5,7% en 1950 al 12,4% en 2019 (6).

En el Perú en la ciudad de Lima en el 2020 se realizó un estudio el cual quieren dar a conocer el estilo de vida en los adultos mayores que acuden en el centro de salud. En dicho estudio se observó que las costumbres y hábitos de los pacientes adultos está haciendo influenciado por su entorno social, cultural, político y sobre todo económico. Asimismo, en cada establecimiento de salud quien se ocupa de la etapa de vida del adulto mayor es la enfermera y dicho trabajo lo realizamos con fundamento científico y sobre todo con ayuda de la base de los teóricos de la salud (6).

Otro tema que afecta el estilo de vida poco saludable de los adultos es la economía. Tienes que saber que el 28,2% de los hogares son jóvenes, maduros y mayores dependientes y en funcionamiento. Aún en esta situación, la pandemia del COVID-19 afectó a todos los países y no fue ajena al Perú. En el primer mundo, los ancianos eran las principales víctimas. Según estadísticas de la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) de las Naciones Unidas, Perú ocupa el sexto lugar en la región, con la mayor proporción de población de 60 años y más. Uruguay encabeza la lista con un 20,2%. Le siguen Chile (17,4%), Argentina (15,5%), Brasil (14,1%), Colombia

(13,2%), Perú (12,7%), Venezuela (12,1%), Ecuador (11%) y Bolivia (10,4%) y Paraguay (9,9%) (7).

La mayoría de la población tiene ahora una esperanza de vida de al menos 60 años. En todos los países del mundo, tanto el número como la proporción de personas mayores en la población está aumentando. Asimismo, para 2030, una de cada seis personas en el mundo tendrá más de 60 años. Para entonces, la población mayor de 60 años aumentará de 1.000 millones en 2020 a 1.400 millones. Para 2050, la población mundial de este grupo de edad se duplicará (2.100 millones). Se proyecta que la población mayor de 80 años se triplique entre 2020 y 2050 a 426 millones (8).

El estilo de vida del adulto mayor es un problema mundial, sin embargo, no es ajeno a esta realidad los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita, Lima 2022. Este está ubicado en Lima, en el distrito de Santa Anita en la calle Enrique Anaya. Por lo tanto, tiene un promedio de 100 adultos mayores que asisten al comedor diariamente. En el distrito de Santa Anita es una comunidad, que cuenta con pistas, veredas, y áreas verdes, este distrito cuenta con luz y agua y desagüe, sin embargo, los adultos que acuden al comedor son seres humanos que pasan por necesidad a falta de trabajo, ya que por su edad es más complicado laborar. Muchos de ellos cuentan con ayuda económica de sus hijos, pero por la misma situación que actualmente pasamos en el Perú, no les alcanza para una buena calidad de vida.

Frente a lo expuesto se considera pertinente la realización del presente informe de investigación planteando el siguiente problema ¿Existe relación

entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita, Lima 2022?.

Para dar respuesta al problema se ha planteó el siguiente objetivo general:

Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto mayor del comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima ,2022.

Para la obtención del objetivo general se plantearon los siguientes objetivos específicos:

- Valorar el estilo de vida del adulto mayor del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_ Lima ,2022.
- Identificar los factores biosocioculturales: Edad, sexo, Grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico del adulto mayor del comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima ,2022.
- Establecer la relación estadística entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto mayor del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_ Lima ,2022.

A nivel nacional, nuestro país cuenta con una comunidad de adultos mayores en crecimiento, lo que es reconocido a nivel mundial como un logro del avance científico en el cuidado de la salud. Asimismo, en los últimos 20 años, mucho ha cambiado cuando se trata de llevar un estilo de vida saludable. Es por eso que nuestro país no ha olvidado este tema. Es esta motivación la que ha llevado a realizar investigaciones que

buscan identificar factores de estilo de vida y biosocioculturales, y en base a los resultados, los profesionales médicos enfrentamos este tema.

Por esta razón el presente informe de investigación muestra que estos tiempos hemos constatado que el comedor popular “Madre Bienaventurada” de Santa Anita, Lima, puede contribuir aún más a mejorar la atención holística del adulto, reduciendo los factores de riesgo y mejorando los estilos de vida del adulto mayor. Así mismo fortalecer la capacidad y aumentar la eficiencia de la promoción de la prevención para la salud de los adultos.

En cuanto a Enfermería, dicha investigación es útil, porque puede seguir aumentando el conocimiento del personal de enfermería que brinda un cuidado integral, humanizado y que desea su mejora continua y recuperación. De esta forma, recibimos información importante y estratégica que potencia nuestro rol como práctica profesional en beneficio de nuestros usuarios.

Asimismo, el adulto tiene comportamientos aprendidos durante el transcurso del ciclo vital; estas conductas forman parte del estilo de vida y son influenciadas por las características personales y los factores socio económico y cultural y determina la salud y enfermedad de la persona adulta, incrementando su vulnerabilidad.

Por ello realizar este informe de investigación ayudará a promover un estilo de vida saludable en los adultos mayores y a modificar actitudes consecutivas que ellos adoptan por la educación que han tenido generación a generación. Es por ello que se necesita una

asesoría y educación y recomendaciones más adecuados que se debe de hacer en temas como actividad física, alimentación, descanso y prevención de la enfermedad y también darles a conocer que llevar un estilo de vida sano, ayudara a que se sientan con energía y con mentalidad positiva en cada actividad que realicen.

De esta manera, las autoridades de salud locales y municipales en el Perú conocen cuál es la realidad en la que nos encontramos en cuanto a un estilo de vida saludable para reducir el riesgo de enfermedades y mejorar la calidad de vida, por lo que es importante realizar este informe de investigación (9).

El informe de investigación es de tipo cuantitativo, corte transversal con diseño descriptivo correlacional. Cuya muestra es de 100 adultos mayores quienes aceptaron participar de la entrevista, para establecer la relación entre variables de estudio, se utilizó la prueba de independencia de criterios Chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de $p < 0.05$.

Se obtuvo resultados con 93% de adultos mayores tiene estilo de vida no saludable, con relación a los factores biosocioculturales un 55% es de sexo masculino, con grado de instrucción primaria un 52%, en religión un 66% es católica, estado civil convivientes con un 41%, de ocupación otros con un 43% y con ingreso económico de 400 a 650 nuevos soles un 39%. Concluyendo que no existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y factores biológico, culturales y sociales.

II. REVISIÓN DE LA LITERATURA:

2.1. Antecedentes de la investigación:

A nivel internacional se encontraron las siguientes investigaciones:

Burgos G, Marabolí V, et al (10). En la investigación titulada como “Estrategias de afrontamiento en adultos de la zona centro-sur de Chile durante la contingencia sanitaria por COVID-19 2022”. Su objetivo fue determinar las estrategias de afrontamiento personales y familiares en el desarrollo de la experiencia de confinamiento, por causa de la contingencia sanitaria por COVID-19. La metodología fue de tipo cuantitativo, con un diseño de tipo transversal, asociativo. Concluyendo que el afrontamiento individual se relaciona positivamente con el familiar, encontrando diferencias significativas según género y edad.

Yaulema B, Parreño U, et al (11). En dicha investigación titulada como “Estilos de vida de los adultos mayores residentes en parroquias rurales del cantón Riobamba, Ecuador 2021”. Su objetivo fue describir el comportamiento de los estilos de vida en adultos mayores. La metodología es descriptiva con una muestra de 225 personas, se obtuvo como resultados que el 76,00% de los ancianos viven solos y el 79,11% presentó diagnóstico de enfermedad crónica. Se concluye que existe un elevado por ciento de adultos mayores con estilos de vida poco saludables caracterizado principalmente por elevada presencia de enfermedades crónicas, alimentación poco saludable y baja práctica de actividades físicas.

Gonzales S, Moreno G, et al (12). En esta investigación titulada “Niveles de actividad física en población adulta del municipio Pereira, Colombia 2022”. Su objetivo determinar los niveles de actividad física y factores asociados en la población adulta del municipio Pereira. Su metodología es de estudio transversal analítico, una muestra de 1000 entre las edades de 18 a 64 años. Concluye que un poco más de la mitad de la población adulta cumple las recomendaciones mínimas de actividad física predominando la actividad de intensidad moderada, no obstante, la media presenta problemas de sobrepeso y obesidad.

A nivel Nacional se encontraron las siguientes investigaciones:

Moran G, Torres D, et al (13). En su investigación titulada “Estilos de vida y estado nutricional del adulto mayor del centro de desarrollo integral de la familia, Tumbes, 2021”. Su objetivo fue determinar la relación entre los estilos de vida y el estado nutricional del adulto mayor. Su metodología fue cuantitativo, descriptivo y transversal, como muestra tuvo 40 adultos mayores. En conclusión, nos dice que existe relación positiva débil entre los estilos de vida y el estado nutricional de los adultos mayores.

Rodriguez V. (14). En su investigación titulada “Determinantes sociales relacionados al estilo de vida de la persona adulta mayor _ centro de Salud Santa Julia Piura, 2021”. Su objetivo fue determinar la relación entre los determinantes sociales y el estilo de vida de la persona adulta mayor. Su metodología es cuantitativo, descriptivo y

correlacional, con muestra de 105 adultos mayores. Se concluye que el estilo de vida de los adultos se encuentra que existe relación en el grado de instrucción y el estilo de vida.

Ramos E. (15). En su investigación titulada “Estilos de vida e IMC en tiempos de pandemia en adultos con Diabetes Mellitus del distrito El Porvenir_Trujillo, 2021”. Su objetivo fue determinar la relación entre los estilos de vida e IMC en tiempos de pandemia en adultos con Diabetes Mellitus. Su metodología fue no experimental y correlacional, como muestra tuvo 150 adultos. Se concluye que existe relación inversa y estadísticamente significativa entre estilos de vida e IMC.

A nivel Local se encontraron las siguientes investigaciones:

Damian M. (16). En su investigación titulada “Estilos de vida y su relación con los niveles de ansiedad en adultos mayores del conjunto habitacional palomino, Lima 2021”. Su objetivo fue e determinar la relación entre los estilos de vida y los niveles de ansiedad en adultos mayores. La metodología fue descriptivo y trasversal, con una muestra de 150 adultos mayores. Concluyendo que no existe una relación entre los estilos de vida y los niveles de ansiedad en los adultos mayores.

Matta A, Santisteban M, et al (17). En su investigación que lleva como título “Estilos de vida saludable en adultos mayores con hipertensión en la Asociación Santa Rosa _Los Olivos Lima, 2021”. Su objetivo fue determinar los estilos de vida saludable en los adultos mayores con hipertensión. Su metodología fue descriptiva con diseño no

experimental de corte trasversal. Se concluyó que el estilo de vida saludable se encontró en menos de la tercera parte del total de adultos mayores con hipertensión en la asociación Santa Rosa _ Los Olivos, Lima durante el año 2021.

Espinoza Q. (18). En su investigación titulada “Medidas de autocuidado que practica el adulto mayor para la prevención del deterioro cognitivo leve en un centro de salud de Lima Metropolitana, 2020”. Su objetivo fue determinar las medidas de autocuidado que practican los adultos mayores. Su metodología fue cuantitativo, aplicativo, descriptivo y de corte trasversal, muestra de 45 adultos mayores. Se concluye que los adultos mayores no practican medidas de autocuidado para la prevención del deterioro cognitivo leve en las dimensiones alimentación y actividad física, mental.

2.2. Bases teóricas de la investigación:

El presente informe de investigación se fundamenta en las bases conceptuales de estilo de vida de Marc Lalonde, Nola Pender.

Lalonde, M, (19). En su teoría, un estilo de vida es un estado de completo bienestar mental y social, y la salud no es sólo la ausencia de enfermedad. Por lo tanto, independientemente de la raza, religión, ideología política, condición económica y social, las personas deberían poder alcanzar una mejor salud, ya que este es uno de los derechos básicos de todos los seres humanos.

Así mismo su teoría explica que un estilo de vida depende en gran medida del entorno en el que se desarrolla. El estilo de vida representa la totalidad de las elecciones que hace un individuo con respecto a su salud y también permite cierto control sobre los hábitos de un individuo. poner en peligro la calidad de vida humana. Donde estos riesgos conducen a consecuencias a corto o largo plazo, como enfermedad o muerte, que dan como resultado una salud no saludable (19).

En el modelo Marc Lalonde. (20) considera que la salud es el resultado de la interacción de una variedad de factores individuales e interrelacionados. Envejecimiento, características de varios sistemas corporales (nervioso, endocrino, digestivo). Del mismo modo, los estilos de vida relacionados con el comportamiento individual y comunitario afectan la salud. Los hábitos de vida nocivos (consumo de drogas, mala alimentación, falta de ejercicio, etc.) repercuten negativamente en la salud.

Otro aspecto que considera Lalonde es el medio ambiente, que tiene un control individual limitado y abarca todos los aspectos, además del cuerpo mismo, que afectan la salud. Entorno físico, entorno social. De igual forma, el propio servicio de salud permite conocer la cantidad y calidad de los recursos utilizados para atender las demandas y necesidades de las personas, así como la estructura, organización y políticas asociadas al sector.

Modelo de promoción de la salud propuesto por Pender N. (21). De acuerdo con este modelo, los determinantes de la promoción de la salud y el estilo de vida se descomponen en factores cognitivos perceptuales y, por lo tanto, actualmente predominan en los cuidados e intervenciones del personal de enfermería o en la realización de conductas promotoras de la salud. Como Pender ve a los humanos como seres esenciales con cualidades, fortalezas y habilidad para tomar decisiones relacionadas con la salud y la vida.

El modelo de promoción de la salud de Nola Pender se utiliza para identificar conceptos relacionados con los comportamientos de promoción de la salud e integrar los resultados de la investigación para que se puedan generar hipótesis comparables. Esta teoría se refinará y ampliará aún más con respecto a su capacidad para explicar las relaciones entre los factores que se cree que influyen en los cambios en el comportamiento de la salud. Este modelo se basa en educar a las personas sobre cómo cuidarse y llevar una vida saludable (21).

En la teoría de Nola Pender (21), existen metaparadigmas que afectan a los humanos, como que la salud es el estado más positivo. La definición

de salud es más importante que cualquier otra afirmación general. Por otro lado, también nos habla de la persona que es el corazón del individuo y del teórico. Cada persona se define de manera única por sus propios patrones y variables de percepción cognitiva.

Otro metaparadigma es el entorno del que nos rodeamos. Esto se debe a que describe y delinea con precisión las interacciones entre la percepción cognitiva y los modificadores que han influido en el desarrollo de comportamientos que promueven la salud durante la última década. Los cuidadores son responsables de todos los programas de reforma para estos ciudadanos, y los cuidadores son los principales responsables de motivar a los usuarios a mantener su salud personal.

Bases conceptuales de la investigación:

Las personas mayores son vistas como objetos de derechos y personas socialmente activas, con garantías y responsabilidades hacia sí mismos, sus familias, la sociedad, el entorno inmediato y las generaciones futuras (22). Asimismo, uno de los pilares conceptuales es el estilo de vida de las personas mayores. Se refiere a la forma en que las personas se integran con el mundo que les rodea y la forma tangible de sus condiciones de vida, que incluyen hábitos alimentarios, higiene personal, ocio y estilo de vida. relaciones sociales, sexualidad, relaciones y vida familiar, y mecanismos sociales de afrontamiento (23).

Los factores biosocioculturales, por otro lado, son importantes y se consideran de forma individual, incluida la edad, el género, el estado civil,

el nivel educativo, la ocupación, los ingresos económicos y la religión. Estos factores biosocioculturales también influyen indirectamente en los comportamientos de salud (24).

Por lo tanto, en este estudio podemos referirnos a ellos por separado, como la edad, que se expresa como el período que va desde el nacimiento hasta la vejez, y el sexo, que son los rasgos, patrones y comportamientos arquetípicos genéticos, y las estructuras fisiológicas y anatómicas. Es importante. El estado civil es el estado legal de un ser humano, ya sea hombre o mujer, que evoluciona continuamente dentro de la sociedad y tiene como resultado el desempeño de sus deberes. Una de las etapas por las que atraviesa el ser humano y que define las profesiones y trabajos que realiza a lo largo de su vida es el nivel de educación. Define un indicador del aprendizaje alcanzado por una persona durante la etapa de estudiante (25).

Esto también incluye las ocupaciones. La ocupación se refiere a lo que una persona se dedica, es decir, las funciones o roles que realiza a diario, tales como: trabajos, ocupaciones, actividades u ocupaciones que puede tener una familia por un tiempo determinado. Son fuentes de ingresos que hombres o mujeres reciben como gratificación o salario por sus actividades y trabajos, y por último está la religión. Católicos, evangélicos, cristianos, hay opciones para todos (25).

III. HIPÓTESIS:

Ho: No existe relación estadística significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto del comedor popular “Madre Bienaventurada” – Santa Anita_ Lima, 2022.

H1: Existe relación estadística significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto del comedor popular “Madre Bienaventurada” – Santa Anita_ Lima, 2022.

IV. METODOLOGIA

4.1 Diseño de investigación

La investigación es no experimental, ya que las variables del estudio no fueron sometida a experimentación está se basa en categorías, conceptos, variables, sucesos, comunidades o contextos que se dan sin la intervención directa del investigador, es decir; sin que el investigador altere el objeto de investigación (26). Es correlacional porque se determinó entre las dos variables si están correlacionadas o no, si existe relación entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales (27). Es corte transversal porque es un tipo de investigación observacional. Para el estudio, se seleccionan una serie de variables sobre una determinada población de muestra; y todo ello, durante un periodo de tiempo determinado (28).

El estudio es de tipo cuantitativo ya que esta variable se puede utilizar para comprender frecuencias, patrones, medias y correlaciones, comprender la causalidad, hacer generalizaciones, probar o confirmar teorías, hipótesis o suposiciones a través del análisis estadístico, y se utiliza para determinar cuántos Tener un estilo de vida saludable y no saludable (29).

Así mismo es de nivel descriptivo: Es aquella que busca el “qué” del objeto de estudio, más que el “por qué”. Como su nombre lo indica, busca describir y explicar lo que se investiga, pero no dar las razones por las cuales eso tiene lugar. (27).

4.2. Población muestral:

Universo muestral

El universo muestral está constituido por su totalidad de 100 adultos mayores que acudieron al comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima.

Unidad de análisis

Cada adulto mayor que acudieron al comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima, que formó parte de la muestra y responderá a los criterios de la investigación.

Criterios de inclusión

- Adulto mayor que acudieron al comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima.
- Adulto mayor que acudieron al comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima, de ambos sexos y que brindaron su participación en el estudio.

Criterios de exclusión

- Adulto mayor que acudieron al comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima, que tuvo algún trastorno mental y que presentó problemas de comunicación.

4.3. Definición y Operacionalización de variables

Estilo de vida del adulto mayor

Definición conceptual

El estilo de vida es el conjunto de actitudes y comportamientos que adoptan y desarrollan las personas de forma individual o colectiva para satisfacer sus necesidades como seres humanos y alcanzar su desarrollo personal (31).

Definición operacional

Se utilizó la escala nominal

Estilo de vida saludable: 75 – 100 puntos.

Estilo de vida no saludable: 25 – 74 puntos.

Factores biosocioculturales del adulto mayor

Definición conceptual

Son las características o circunstancias por las que atraviesa el ser humano, donde estas pueden ser percibidas por otras personas, las cuales pueden ser modificables y no modificables. Los factores considerados son: El estado civil, la ocupación, el ingreso económico, el grado de instrucción, religión (32).

Factor biológico

Sexo

Definición conceptual

Son las características, patrones y conductas con prototipos de genes, fisiológicos y anatómicos que hacen que el ser humano se diferencie de las

demás personas por ser hombre o mujer (33).

Definición operacional

Se utilizó escala nominal.

- Masculino
- Femenino

Factores culturales

Religión

Definición conceptual

Es un conjunto de creencias y costumbres fundamentadas en la divinidad con la capacidad de regir la vida de las personas que la siguen (34).

Definición operacional

Se utilizó escala nominal

- Católico
- Evangélico
- Otros

Grado de instrucción

Definición conceptual

El nivel de instrucción de una persona es el grado más elevado de estudios realizados o en curso, sin tener en cuenta si se han terminado o están provisional o definitivamente incompletos (35).

Definición operacional

- Analfabeto (a)
- Primaria
- Secundaria

- Superior

Factores sociales

Estado civil

Definición conceptual.

Es el conjunto de condiciones de una persona física, que determinan su situación jurídica y le otorgan un conjunto de derechos y obligaciones.

(36).

Definición operacional

Se utilizó la escala nominal Soltero(a)

- Soltero
- Casado
- Viudo
- Conviviente
- Separado

Ocupación

Definición conceptual

Hace referencia a lo que la persona se dedica, es decir alguna función o rol que realice cotidianamente, como por ejemplo un trabajo, empleo, actividad o profesión, lo que le demanda cierto tiempo (37).

Definición operacional

Se utilizó la escala nominal

- Obrero
- Empleado

- Ama de casa
- Estudiante
- Otros.

Ingreso económico

Definición conceptual

Se aplica a todos los beneficios que pasan a sumarse al presupuesto de una entidad; ya sea esta pública o privada, un conglomerado o un particular. (38).

Definición operacional

Escala de intervalo

- Menor de 400 nuevos soles
- De 400 a 650 nuevos soles
- De 650 a 850 nuevos soles
- De 850 a 1100 nuevos soles
- Mayor de 1100 nuevos soles

4.4. Técnicas e instrumentos de la recolección de datos:

Técnicas

En el presente informe de investigación se utilizó la encuesta y la observación para la aplicación de los instrumentos.

Instrumentos

En el presente informe de investigación se utilizó 2 instrumentos en lo que es recolección de datos, los cuales se detallan a continuación.

Instrumento N° 1

Escala de estilo de vida

Instrumento elaborado en base al cuestionario de estilo de vida promotor de salud, de Walker E, Sechrist K y Pender N, modificado por Delgado, R; Díaz, R; Reyna, E, para medir el estilo de vida a través de todas sus dimensiones, las cuales son: alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, el apoyo interpersonal, la autorrealización y por último la responsabilidad en salud. (Ver anexo N° 01)

Está constituido por 25 ítems distribuidos en seis dimensiones, las cuales son las siguientes:

Alimentación saludable, actividad y ejercicio, manejo del estrés, el apoyo interpersonal, la autorrealización y responsabilidad en salud.

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

Actividad y Ejercicio: Ítems 7 y 8, constituidas por interrogantes sobre la regularidad de actividad y ejercicio del adulto mayor.

Manejo del Estrés: Ítems 9, 10, 11, 12 constituidas por interrogantes sobre las actividades que realiza el adulto mayor para contribuir a mejorar y manejar situaciones de estrés.

Apoyo Interpersonal: 13, 14, 15, 16 estuvieron constituidas por interrogantes acerca de las redes de apoyo que mantienen el adulto mayor y que le proporcionan apoyo.

Autorrealización: 17, 18, 19 constituidas por interrogantes sobre las actividades que mejoran la satisfacción personal del adulto mayor.

Responsabilidad en Salud: 20, 21, 22, 23, 24, 25 estuvieron constituidas por interrogantes acerca de las diferentes actividades que realiza el adulto mayor en favor de su salud.

Cada ítem tiene el siguiente criterio de calificación

NUNCA: N = 1

A VECES: V = 2 FRECUENTEMENTE: F = 3

SIEMPRE: S = 4

En el ítem 25 el criterio de calificación en el puntaje fue de N=4;

V=3; F=2; S=1

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

Instrumento N° 02

Cuestionario sobre los factores biosocioculturales del adulto mayor.

Elaborado por Delgado, R.; Díaz, R.; Reyna, E. y modificado por; Reyna E, en Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación. (Ver anexo N° 02)

Este constituido por 8 ítems distribuidos en 4 partes.

- Datos de Identificación, donde se obtiene las iniciales o seudónimo de los adultos entrevistados (1 ítems).

- Factores biológicos, donde se determina la edad y el sexo (2 ítems).
- Factores culturales, donde se determina la escolaridad y la religión (02 ítems)
- Factores sociales, donde se determina el estado civil, la ocupación y el ingreso económico (3 ítems).

Control de calidad de los datos:

Validez externa:

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

(Anexo 3)

Validez interna:

Para la validez interna se realizó ítem por ítem o ítem total a través de la prueba piloto a un muestra similar a la población de estudio.

Confiability:

Fue medida y garantizada mediante la prueba de Alpha Crombach.

(Anexo4).

4.5. Plan de análisis

Procedimiento para la recolección de datos:

Para la recolección de datos del presente informe de investigación se consideró los siguientes aspectos:

- Se informó y se le pidió el consentimiento a los adultos mayores que asisten al comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima, haciendo un hincapié que los datos recolectados y resultados obtenidos mediante su participación son estrictamente confidenciales.
- Se coordinó con los adultos mayores que asisten al comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima, para su disponibilidad y el tiempo para la fecha de la aplicación de los dos instrumentos.
- Se procedió aplicar los instrumentos a cada adulto mayor que asisten al comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima.
- Se realizó la lectura del contenido del cuestionario de manera clara para llevar a cabo las respectivas entrevistas.
- Los instrumentos se aplicaron en un tiempo no mayor de 20 minutos, cuyas respuestas fueron marcadas de manera personal y directa.

Procesamiento y análisis de datos

Los datos fueron procesados en el paquete SPSS/info/software versión 18.0, se presentaron los datos simples y de doble entrada, para luego elaborar sus respectivos gráficos. Para establecer la relación entre las variables de estudio se utilizó la prueba de independencia de criterios Chi cuadrado con el 95% de confiabilidad significancia de $p < 0.05$.

4.6. Matriz de consistencia

TÍTULO	ENUNCIADO DEL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECIFICOS	HIPOTESIS	VARIABLES	METODOLOGIA
Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_Lima, 2022	¿Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto del comedor popular “¿Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_Lima, 2022?.	Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto del comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_Lima ,2022.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Valorar el estilo de vida del adulto del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_Lima ,2022. ✓ Identificar los factores biosocioculturales: Edad, sexo, Grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico del adulto del comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_Lima ,2022. ✓ Establecer la relación estadística entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_Lima ,2022. 	<p>Existe relación significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_Lima, 2022.</p> <p>No existe relación significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_Lima, 2022.</p>	Estilo de vida (variable independiente) y factores biosocioculturales (variable independiente).	<p>Tipo: Cuantitativo</p> <p>Nivel: Descriptivo</p> <p>Diseño: Correlacional, corte trasversal y no experimental.</p> <p>Técnica: Encuesta y observación.</p> <p>problemas de comunicación.</p> <p>Universo muestral</p> <p>El universo muestral está constituido por su totalidad de 100 adultos mayores que asisten al comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_Lima.</p>

4.7. Principios éticos

Durante la aplicación de los instrumentos de dicha investigación se respetaron y cumplieron los criterios éticos de:

Protección a las personas

La persona en toda investigación es el fin y no el medio, por ello se respetó la dignidad humana, la identidad, la diversidad, la libertad, el derecho a la autodeterminación informativa, la confidencialidad y la privacidad de las personas involucradas en la investigación (39). Para el presente trabajo se realizó una escala de confidencialidad y consentimiento, el cual permitió a los adultos mayores que se expresaran sin temor ni represaría alguno con su persona con dicha información brindada al investigador.

Libre participación y derecho a estar informado

Los investigadores tuvieron derecho a estar plenamente informados sobre los fines y objetivos de la investigación que realizaron. Así como tuvieron la libertad de participar por su propia voluntad. (39). En dicha investigación se les dio a conocer a los adultos mayores del comedor popular que la investigación es anónima y que la información obtenida será solo para fines de la investigación.

Beneficencia no maleficencia

Esta investigación aseguro el bienestar e integridad de las personas que participaron. Por ello no hubo daño físico ni psicológico asimismo

se minimizo los posibles efectos adversos y maximizo los beneficios (39). En esta investigación se respetó la integridad del adulto mayor del comedor popular sea física, psicológica o emocional.

Justicia

La justicia requiere la distribución justa y equitativa de los beneficios y riesgos de las personas en un estudio de investigación. El reclutamiento y la selección de los participantes se realizó de una manera justa y equitativa (40). Para el presente trabajo se realizó la encuesta a cada uno de los adultos mayores del comedor popular de forma justa e igualitaria para cada uno de ellos.

Integridad científica

La integridad científica es el resultado de la adhesión a valores y buenas prácticas. (40). Por ello en el comedor popular no es ajeno, ya que por el inadecuado estilo de vida que llevan perjudica a la salud física, psicológica y emocional a los adultos mayores. Así mismo al tener los resultados de esta investigación serán expuestas a los participantes.

V. RESULTADOS

5.1. Resultados

TABLA 1 Estilo de vida en el adulto mayor del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_Lima, 2022.

Estilo de vida	n	%
Saludable	07	7,00
No saludable	93	93,00
Total	100	100,00

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada”_Santa Anita_Lima, 2022.

GRAFICO 1 Estilo de vida en adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_Lima, 2022.

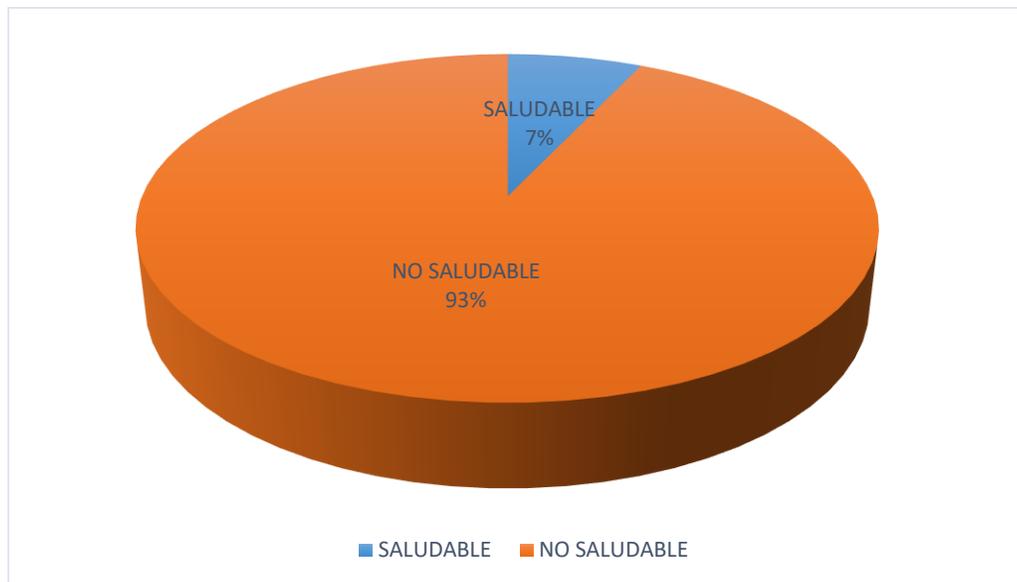
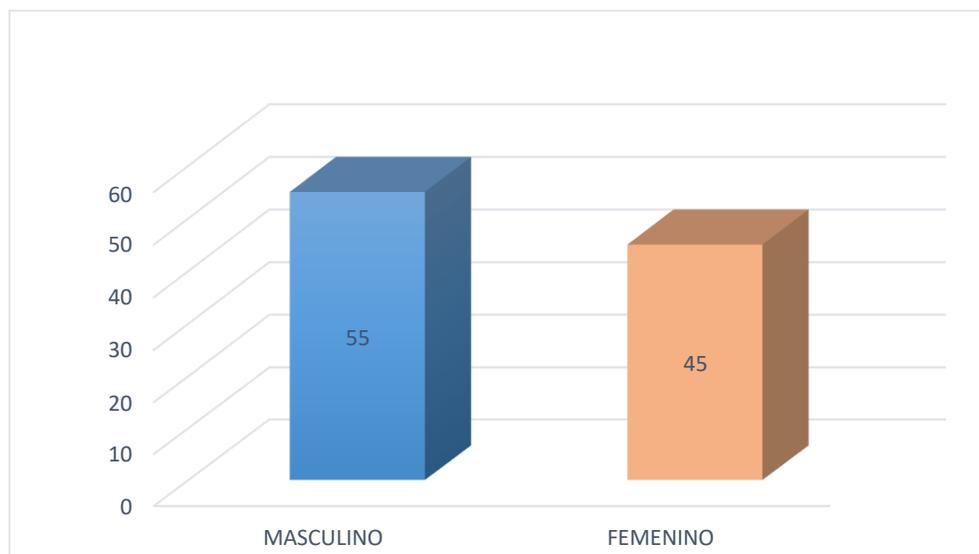


TABLA 2 Factores biosocioculturales en adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_ Lima, 2022.

FACTORES BIOLÓGICO		
Sexo	n	%
Masculino	55	55,00
Femenino	45	45,00
Total	100	100,00
FACTORES CULTURALES		
Grado de Instrucción	n	%
Analfabeto (a)	00	00,00
Primaria	52	52,00
Secundaria	32	32,00
Superior	16	16,00
Total	100	100,00
Religión	n	%
Católica (a)	66	66,00
Evangélica	24	24,00
Otros	10	10,00
Total	100	100,00
FACTORES SOCIALES		
Estado Civil	n	%
Soltero	06	06,00
Casado	37	37,00
Viudo	07	07,00
Conviviente	41	41,00
Separado	09	09,00
Total	100	100,00
Ocupación	n	%
Obrero	16	16,00
Empleado	06	06,00
Ama de casa	35	35,00
Otros	43	43,00
Total	100	100,00
Ingreso Económico	n	%
Menos de 400	19	19,00
De 400 a 650	39	39,00
De 650 a 850	25	25,00
De 850 a 1100	14	14,00
Mayor de 1100	03	03,00
Total	100	100,00

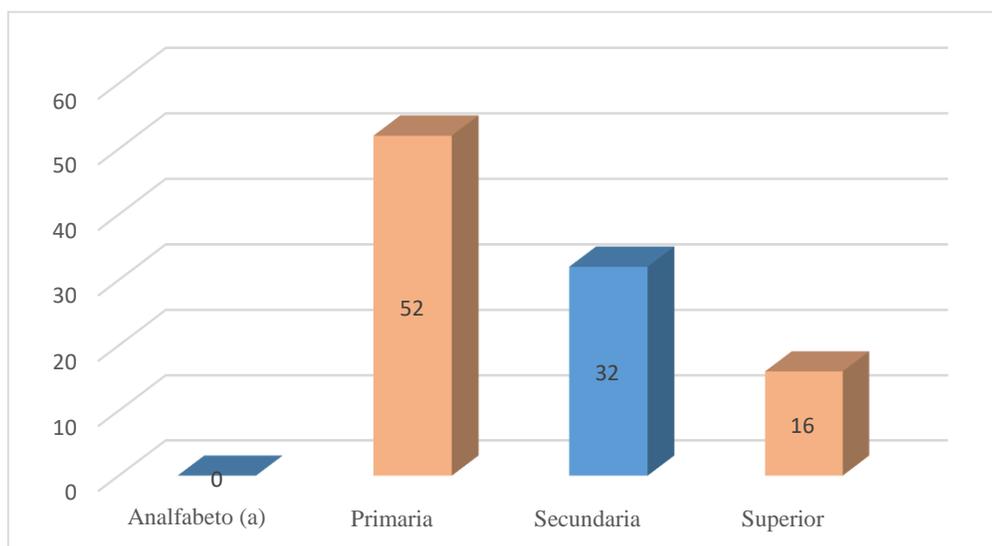
Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_ Lima, 2022.

GRAFICO 1 Sexo en adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_Lima, 2022.



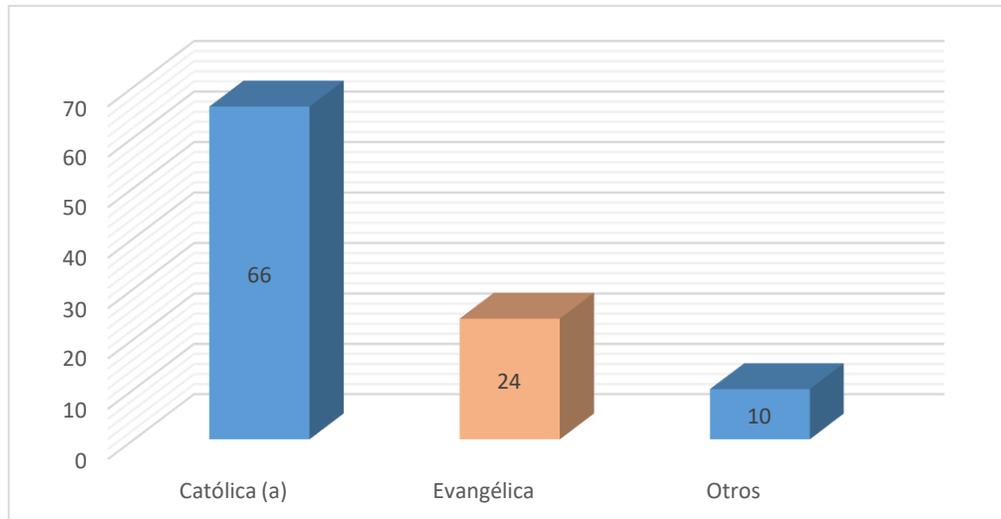
Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada”_Santa Anita_Lima, 2022.

GRAFICO 2 Grado de instrucción en adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_Lima, 2022.



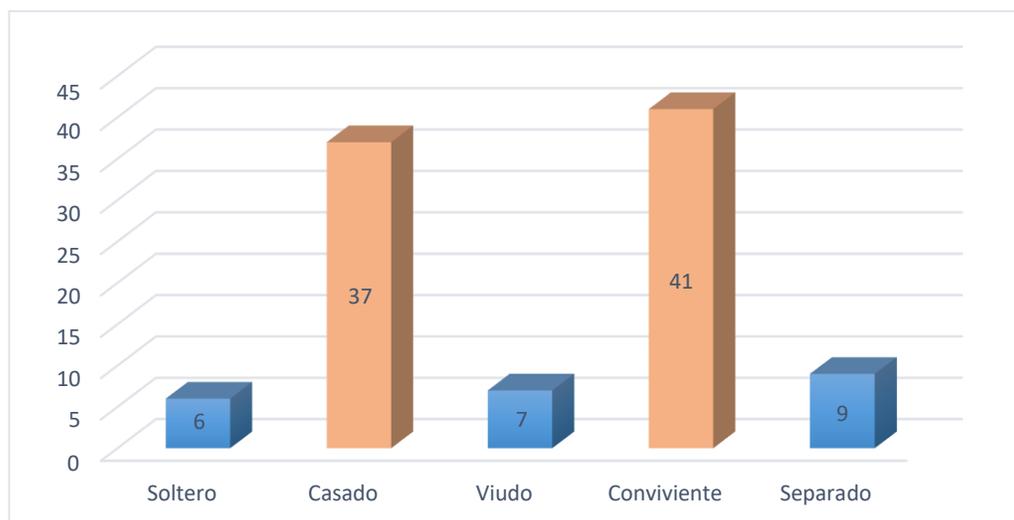
Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada”_Santa Anita_Lima, 2022.

GRAFICO 3 Religión en adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_Lima, 2022.



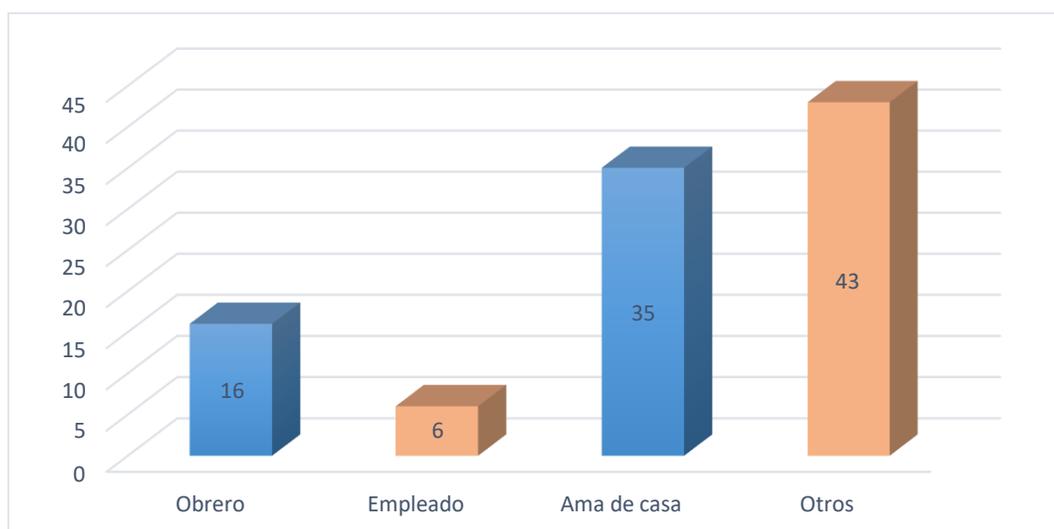
Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada”_Santa Anita_Lima, 2022.

GRAFICO 4 Estado civil en adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_Lima, 2022.



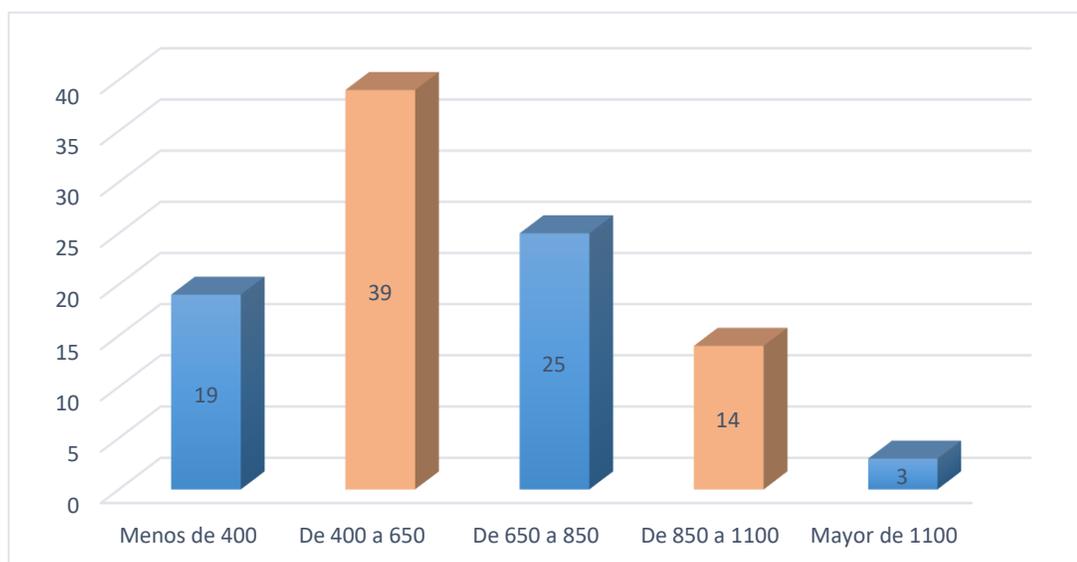
Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada”_Santa Anita_Lima, 2022.

GRAFICO 5 Ocupación en adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_Lima, 2022



Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada”_ Santa Anita_Lima, 2022.

GRAFICO 6 ingreso económico en adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_Lima, 2022.



Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada”_ Santa Anita_Lima, 2022.

TABLA 3 Relación entre los factores biosocioculturales y el estilo de vida de los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_Lima, 2022.

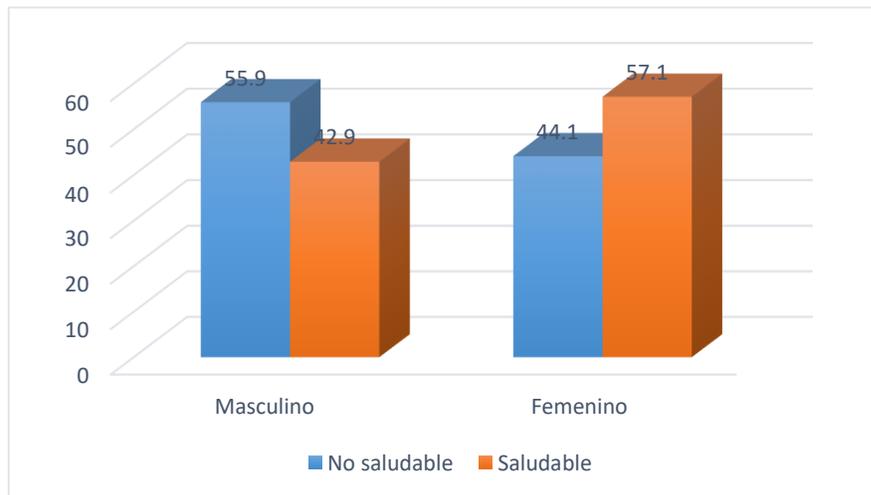
SEXO	ESTILO DE VIDA				total		x2: 0.4484 p:0.503 No existe relación estadística entre las variables
	No saludable		Saludable		n	%	
	n	%	n	%			
Masculino	52	55,9	3	42,9	55	55	
Femenino	41	44,1	4	57,1	45	45	
Total	93	100	7	100	100	100	
GRADO DE INSTRUCCIÓN	ESTILO DE VIDA				total		x2: 0.0798 p:0.961 No existe relación estadística entre las variables.
	No saludable		Saludable		n	%	
	n	%	n	%			
Primaria	48	51,6	4	57,1	52	52	
Secundaria	30	32,3	2	28,6	32	32	
Superior	15	16,1	1	14,3	16	16	
Total	93	100	7	100	100	100	
RELIGION	ESTILO DE VIDA				total		x2: 0.8518 p:0.653 No existe relación estadística entre las variables.
	No saludable		Saludable		n	%	
	n	%	n	%			
Católico	61	65,6	5	71,4	66	66	
Evangelico	22	23,7	2	28,6	24	24	
Otros	10	10,8	0	0,0	10	10	
Total	93	100	7	100	100	100	
ESTADO CIVIL	ESTILO DE VIDA				total		x2:2.4876 p:0.647 No existe relación estadística entre las variables.
	No saludable		Saludable		n	%	
	n	%	n	%			
Soltero	6	6,5	0	0,0	6	6	
Casado	33	35,5	4	57,1	37	37	
Viudo	7	7,5	0	0,0	7	7	
Conviviente	38	40,9	3	42,9	41	41	
Separado	9	9,7	0	0,0	9	9	
Total	93	100	7	100	100	100	

OCUPACION	ESTILO DE VIDA				total		x2: 2.1479 p:0.542 No existe relación estadística entre las variables.
	No saludable		Saludable		n	%	
	n	%	n	%			
Obrero	15	16,1	1	14,3	16	16	
Empleado	5	5,4	1	14,3	6	6	
Ama de casa	34	36,6	4	57,1	38	38	
Otros	39	41,9	1	14,3	40	40	
Total	93	100	7	100	100	100	

INGRESO ECONOMICO	ESTILO DE VIDA				total		x2: 5.7961 p:0.215 No existe relación estadística entre las variables.
	No saludable		Saludable		n	%	
	n	%	n	%			
Menor de 400 nuevos soles	19	20,4	0	0,0	19	19	
De 400 a 650 nuevos soles	37	39,8	2	28,6	39	39	
De 650 a 850 nuevos soles	22	23,7	3	42,9	25	25	
De 850 a 1100 nuevos soles	13	14,0	1	14,3	14	14	
Mayor de 1100	2	2,2	1	14,3	3	3	
Total	93	100	7	100	100	100	

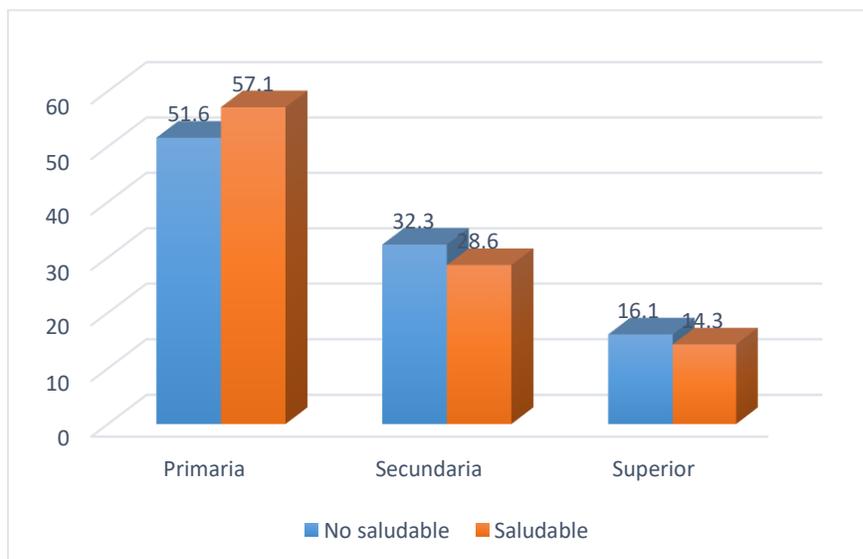
Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna E; Delgado R. aplicado a los adultos mayores del comedor popular "Madre Bienaventurada" _Santa Anita_ Lima, 2022.

GRAFICO 1 Estilo de vida y sexo en adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_Lima, 2022.



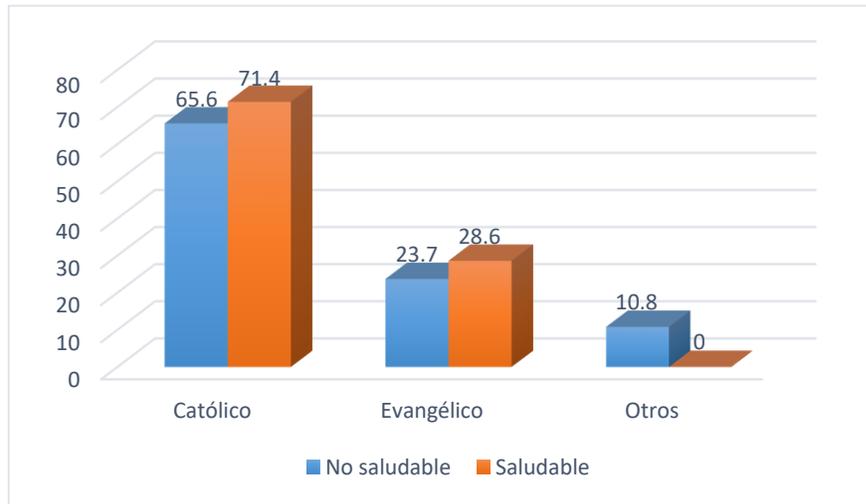
Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna E; Delgado R. aplicado a los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada”_Santa Anita_ Lima, 2022.

GRAFICO 2 Estilo de vida y grado de instrucción en adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_Lima, 2022.



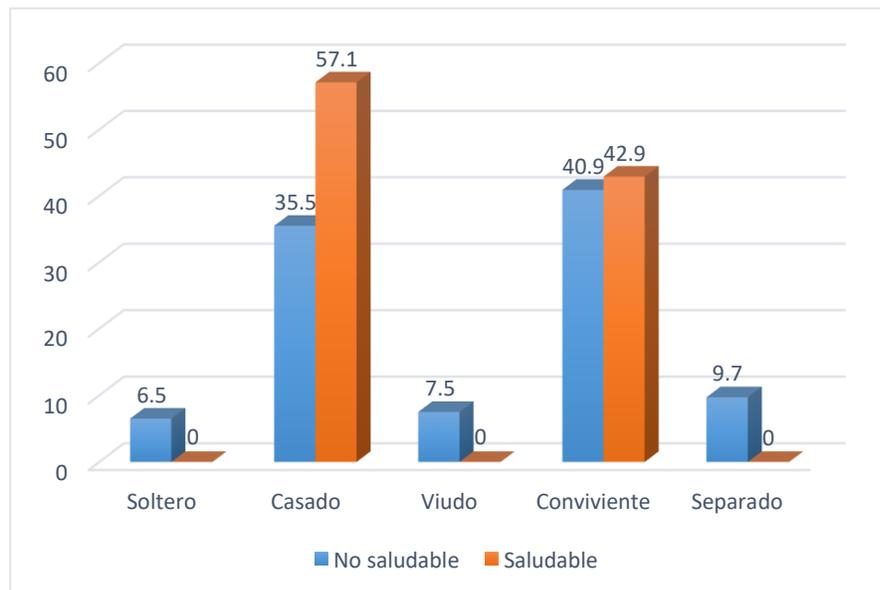
Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna E; Delgado R. aplicado a los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada”_Santa Anita_ Lima, 2022.

GRAFICO 3 Estilo de vida y religión en adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_Lima, 2022.



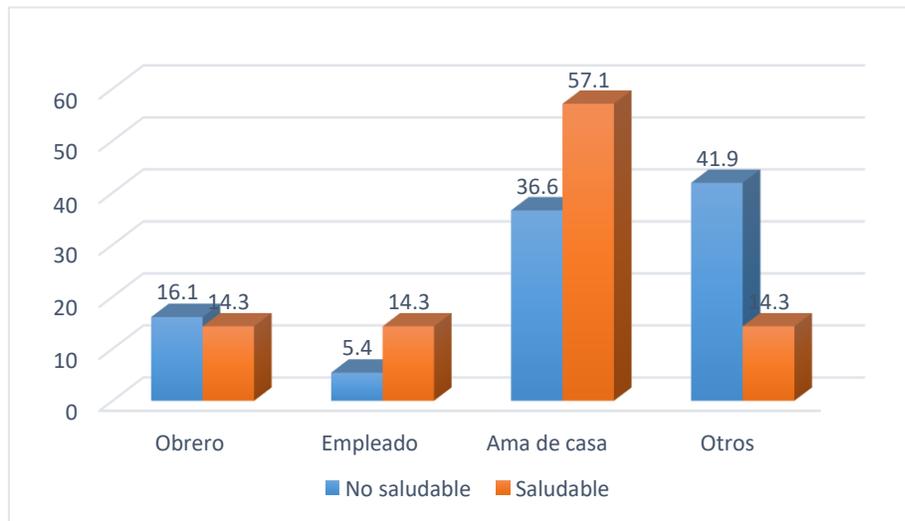
Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna E; Delgado R. aplicado a los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada”_Santa Anita_Lima, 2022.

GRAFICO 4 Estilo de vida y estado civil en adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_Lima, 2022.



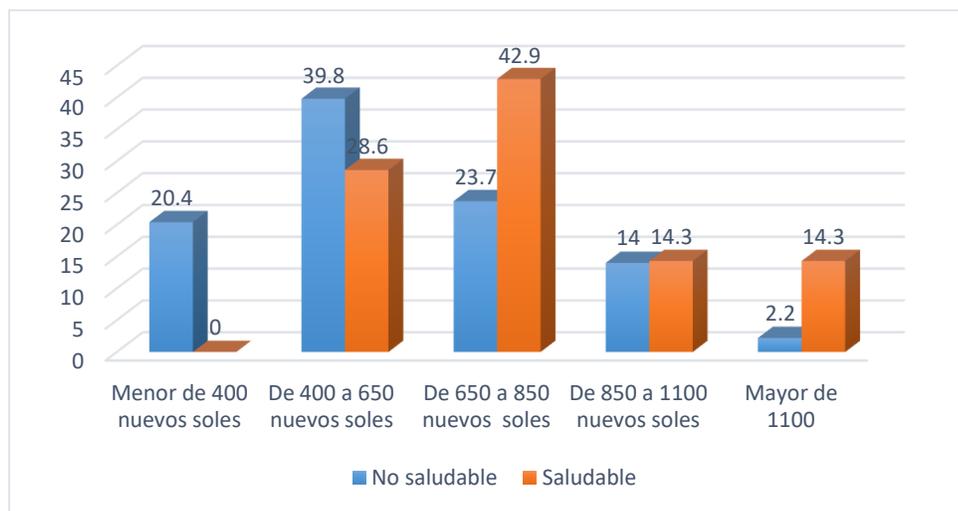
Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna E; Delgado R. aplicado a los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada”_Santa Anita_Lima, 2022.

GRAFICO 5 Estilo de vida y ocupación en adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_Lima, 2022.



Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna E; Delgado R. aplicado a los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada”_Santa Anita_Lima, 2022.

GRAFICO 6 Estilo de vida y ingreso económico en adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_Lima, 2022.



Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna E; Delgado R. aplicado a los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada”_Santa Anita_Lima, 2022.

5.2. Análisis de resultados

Realizada la consolidación estadística de los datos precedentes se procede a describir el análisis de los resultados.

Tabla 1:

Analizamos en nuestra que del 100% de los adultos mayores que participaron en el estudio el 93,00% presentan un estilo de vida no saludable y un 7,00% tienen estilos de vida saludable.

Los resultados encontrados se asemejan a la investigación realizada por Yaulema B, Parreño U, et al (41). En dicha investigación titulada como “Estilos de vida de los adultos mayores residentes en parroquias rurales del cantón Riobamba, Ecuador 2021”. Tuvo como resultados que un 94.22% de adultos mayores tienen estilos de vida no saludables caracterizado principalmente por elevada presencia de enfermedades crónicas, alimentación poco saludable y baja práctica de actividades físicas y un 5.88% tienen estilo de vida saludable.

Asimismo, los resultados encontrados son similares a la investigación realizada por Matta A, Santisteban M, et al (42). En su investigación que lleva como título “Estilos de vida saludable en adultos mayores con hipertensión en la Asociación Santa Rosa _Los Olivos Lima, 2021”. Sus resultados fueron que un 76% tuvieron estilos de vida no saludable, mientras que un 24% obtuvieron estilos de vida saludables.

Sin embargo, difieren con lo encontrado en la investigación realizada por Moran G, Torres D, et al (43). En su investigación titulada “Estilos de vida y estado nutricional del adulto mayor del centro de desarrollo integral de la familia, Tumbes, 2021”. Su objetivo fue determinar la relación entre los estilos de vida y el estado nutricional del adulto mayor. El resultado obtenido fue que un 57.5% de adultos mayores tienen un estilo de vida saludable, mientras que un 42.5% muestra un estilo de vida no saludable.

De tal manera que el resultado se difiere con los encontrados por Olivas A (44). En su investigación titulada “Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores que acuden al centro de salud Chilca 2021”. Su objetivo fue determinar la asociación entre estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores. Los resultados obtenidos es que un 89.17% estilo de vida saludable, mientras significativamente un 10.83% tienen un estilo de vida no saludable.

Según la apreciación de los resultados de los autores mencionados anteriormente los estilos de vida saludable tienen un porcentaje bajo en la población, lo cual se refleja también en los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada”_Santa Anita_ Lima, 2022 , ya que dicen que muchas veces los profesionales de la salud vienen a las comunidades a enseñarles a comer sano y acudir a los controles de salud, entonces comer bien es bueno e importante, se refiere a reconocer, pero también se refiere a

olvidar. Así mismo indican que no tienen tiempo para hacerlo o seguir la dieta recomendada, y dicen que no les gustan los sólidos porque ya no tienen todos los dientes para masticar, ni a la mayoría de la gente le gusta beber líquidos. Saben que necesita beber 8 vasos de agua al día para evitar el estreñimiento.

Por otro lado, es importante y fundamental combinar la dieta y la actividad física, porque la dieta y el tratamiento adecuado son factores importantes para mantener la salud cuando aparece debilidad física o enfermedades como la desnutrición, sobrepeso, obesidad, diabetes, presión arterial, osteoporosis, infarto, ictus, así como cáncer y enfermedades neurológicas, especialmente las que se presentan en la edad adulta. Por lo tanto, una dieta adecuada es importante para mantenerse sano y activo (45).

Por ello, en cuanto a las dimensiones actividad y ejercicio de los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima, 2022, se observó que la mayoría no practica actividad física frecuente. Así mismo tienen sobrepeso dicen que, por lo general, no realizan actividad física debido a sus responsabilidades y deberes en el hogar, incluido el papel de esposa, madre y abuela. Puede ser el tiempo, la indiferencia o cualquier otra cosa. Porque me duele los huesos y quiero evitarlo.

En cuanto al aspecto de responsabilidad de la salud, es importante tomar e implementar acciones para mejorar la salud de las personas y las comunidades. Es el único responsable de transformar las conductas de riesgo en conductas positivas de bienestar saludable que promuevan la salud individual y colectiva (46).

De tal manera que la dimensión responsabilidad en salud de los adultos mayores del comedor popular "Madre Bienaventurada" _Santa Anita_ Lima, 2022, solo algunos adultos mayores acuden al centro de salud solo cuando se sienten enfermos. Aunque se dedican a la automedicación que les brindan sus propios hijos y la compran en una farmacia cercana a su comunidad, menos de la mitad dijo que usa remedios caseros cuando siente dolor, lo que indica que este tipo de atención vale la pena señalar que el centro de salud solo está 15 minutos de casa.

Cuando se trata del aspecto de autorrealización, los humanos deben alcanzar su máximo potencial con el único propósito de convertirse en un individuo altamente próspero. propias necesidades En el sentido de que la autorrealización tiene que ver con la propia autenticidad para distinguirse de los demás (47).

Es por ello que, en la dimensión de autorrealización, los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima, 2022, por ello quienes participaron en el estudio reflejaron sentimientos de

rechazo porque no lograron sus metas cuando eran más jóvenes, más de la mitad mencionaron estar cansados de la vida cotidiana y estar solos e insatisfechos con las actividades diarias que realizan. También afirman que están no están contentos con lo logrado en los últimos años, por lo que quieren dejar sus trabajos y darles una mejor vida a sus hijos, por lo que son optimistas, creen que, con el apoyo de sus hijos y nietos, no necesitan nada más.

La dimensión de la red de apoyo se documenta como una estructura que brinda algún tipo de apoyo emocional o financiero a una persona que lo necesita. La idea de red de apoyo suele referirse a un conjunto de organizaciones o entidades que trabajan en sincronía y cooperan en una causa (48).

Así mismo en la dimensión de redes de apoyo, los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada”_Santa Anita_ Lima, 2022, ellos indican que sus relaciones con varios miembros de la comunidad son buenas y apropiadas. Porque a veces nos encontramos cuando vienen estudiantes de diferentes universidades a dar conferencias. Este es el momento en que tienen más relaciones y hablan dentro del grupo. Menos de la mitad de las personas mayores dicen que suelen hablar de sus problemas cuando se encuentran en situaciones en las que se sienten incómodos buscando el consejo de sus vecinos, pero la mayoría son más reacios y prefieren que las cosas les pasen a ellos.

Por estrés, en cambio, se entiende que es la reacción humana ante situaciones que imponen una sobrecarga, y las personas lo utilizan con el fin de reducir el propio estrés que les puede ocasionar en su vida cotidiana, y que deben saber controlar, las personas con actitudes negativas tienen más estrés que las personas con actitudes positivas y cuentan con el apoyo de personas de su entorno social para afrontar momentos difíciles relacionados con el estrés (49).

Es por ello que en la dimensión del manejo del estrés los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada”_Santa Anita_ Lima, 2022, dijeron que a menudo viven en situaciones estresantes, principalmente porque están cuidando a sus nietos. También reportan problemas con sus hijos, citando la situación financiera de la familia como un problema constante a veces. Los hombres adultos, por otro lado, informan que ya no están empleados debido a la edad y trabajan solo ocasionalmente. Solo me quedo en casa para cuidar a mis nietos. La fuente de ingresos económicos de su hogar la proporcionan sus hijos. Como tales, se sienten inútiles y les dan una imagen de estrés porque no pueden permitirse comprar una casa como soñaban o deseaban.

Luego de haber analizado y comparado los resultados podemos referir que los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada”_Santa Anita_ Lima, 2022, no tienen estilo de vida saludable debido a que se les observa con contextura gruesa y abdomen

grande. Asimismo, el estado mental afecta a los adultos mayores, por eso es importante mejorar su estilo de vida como: concientizar a los adultos por medio de sesiones educativas y sesiones demostrativa, realizar ejercicios como caminatas, taichí, yoga, como también los ejercicios de estrés y ansiedad que ayudará al adulto llevar una calidad de vida sana.

Tabla 2:

Se muestra la distribución porcentual de los factores biosocioculturales de los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima, 2022. Del 100% de los adultos mayores, el 55,00% , son de sexo masculino, el 52,00 % tienen grado de instrucción primaria, el 66,00% profesan la religión católica, así mismo el 41,00% son convivientes; el 43,00% en otros, y por ultimo tienen un ingreso económico que predomina desde los 4000 a 650 nuevos soles al mensual.

Los resultados se asemejan con los encontrados por Olivas A. (44). En esta investigación que lleva como título “Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores que acuden al centro de salud chilca 2021”. Concluyendo que, en relación con el factor biológico, 50.83% de adultos mayores es de sexo masculino. Con relación al factor cultural 59.17% tienen grado de instrucción primaria y un 99.17% profesan la religión católica. En cuanto al factor social, en la ocupación se obtuvo un

82.5% son otros y por ultimo tiene un ingreso económico es mayor que 400 a 650 soles mensuales.

Como también los resultados se asemejan con los encontrados por Morales.E.(50). Esta investigación lleva como título Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor. Asentamiento Humano Fraternidad _Chimbote, 2020. En su estudio obtuvo como resultados en cuanto a sus factores biosocioculturales un 56.00% son de sexo masculino, de igual manera un 66.00% grado de instrucción primaria, religión católica y un 52.3% son convivientes con ingresos económicos menor de 400 a 650 nuevos soles; no existe relación estadística significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales.

Por ello analizando las apreciaciones y resultados de los autores mencionados anteriormente en cuanto a los factores biosocioculturales podemos decir que tienen relación con los estilos de vida en lo social, cultural, biológico, el grado de instrucción, estado civil y la condición económica, ya que de algún amenera u otra todos los comportamientos de los adultos mayores se encuentran enlazados con los diferentes factores, los cuales interfieren en el estilo de vida del adulto mayor. Ya que demuestran cómo está el estado emocional y físico de la persona, como también se refleja que en el grado de instrucción menos de la mitad de mujeres solo tiene primaria completa e incompleta. Ello puede ser debido por la misma cultura e idea que se tenía anteriormente en cuanto a los estudios.

Por lo tanto, el diploma de escuela primaria es la educación básica que recibe el ser humano durante sus etapas de desarrollo. Porque en este nivel aprenderás a escribir, leer, sumar y restar. Además, aquí aprenderás conceptos sobre tu propia cultura y la historia de tu país de origen. Vale la pena señalar que la escuela primaria es la preparación de habilidades rudimentarias para enfrentar nuevos desafíos en términos de preparación académica (51).

Los resultados encontrados en el presente estudio señalan que son predominantemente hombres, la mayoría de los cuales tienen un diploma de escuela primaria de acuerdo a su nivel de educación. Según los adultos mayores del Comedor Popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_Lima, 2022, el nivel educativo era bajo y solo las personas se dedicaban al trabajo del campo y otros quehaceres. De igual forma, menos de la mitad dijo que no pudo encontrar trabajo porque no completó sus estudios. Como tales, ahora solo mantienen su vida en el hogar cuidando a sus nietos, y más de la mitad se dedican a las tareas del hogar.

La religión es el resultado de los esfuerzos humanos por ponerse en contacto con el "más allá". Las experiencias religiosas proporcionan explicaciones e interpretaciones globales del mundo. La mayoría de las religiones creen que el mundo y la humanidad fueron creados por un poder o ser superior. Monoteísmo (religiones que creen en una sola entidad

creadora). Dios es reconocido unánimemente como Padre, Consejero y Guardián del mundo (34).

Así, en materia de religión, la mayoría de los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima, 2022, profesan el catolicismo y se sienten cómodos y felices de adorar a Dios asistiendo a la iglesia, dicen. comunidad. Sin embargo, informan que ocasionalmente realizan campañas que practican vigilias nocturnas en las que todos los miembros deben ayunar. Es una pena porque esto no hace ningún bien a su salud ya que los ancianos informaron pasar medio día sin comer. Así es como reciben el perdón de Dios por sus acciones.

Así mismo los resultados obtenidos difieren con los hallados por Silva O. (52). Esta investigación tiene como título Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Pueblo Joven San Juan - Chimbote, 2018. Cuya conclusión fue que más de la mitad de adultos mayores son de sexo femenino con 56.7%, más un 54.5% tienen grado de instrucción secundaria, un 56.7% de religión católica y un 54.5% son amas de casa.

Como también difieren con la investigación realizada por Sosa P. (53). Esta investigación tiene como título Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores que acuden al Centro De Salud Materno Infantil El Socorro_Huaura, 2020. Donde los resultados indican que 62.1% son de sexo femenino, así como también un 35.8% en el grado de

instrucción de secundaria., un 35.8% son amas de casa y 44.1% tienen un ingreso económico de 650 a 850 soles mensuales.

Por otro lado, analizando la variable de ingreso económico de los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima, 2022, los resultados obtenidos muestran que la mayoría recibe un ingreso económico de entre 400 y 650 nuevos soles, ya que más de la mitad tiene trabajos temporales. Otros reciben pensiones de los programas Juntos u Onp patrocinados por el estado. Compran y venden a precios más altos para cubrir sus gastos. Por tanto, tienen que trabajar para sobrevivir y no disponen del tiempo suficiente para llevar un estilo de vida saludable que les permita gozar de una buena salud. Se pueden mejorar los mismos comportamientos relacionados con la salud que se observan en adultos de altos ingresos.

Tabla 3:

Con respecto a los factores biológicos relacionados a la edad no hay calculado estadístico, porque la edad es constante, mientras que relacionado al sexo se observa que el 55,00% de adultos mayores son de sexo masculino, él 55,9% tienen un estilo de vida no saludable y el 45,00% son de sexo femenino y tienen un estilo de vida saludable el 57,01%. Por otro lado, a los factores culturales relacionados con grado de instrucción se observa que un total 52,00%, así mismo el 57,1% tienen estilos de vida saludable y el grado de instrucción primaria el 51,6% presenta estilo de vida

no saludable. En cuanto a la religión se observa que 66,00% son de religión católica, siendo el 71,4% personas que tienen un estilo de vida saludable, mientras que el 65,6% tiene una vida no saludable.

Por otro lado, en los factores sociales relacionados con un 41.00% la convivencia, se observa un 42.9% que tienen un estilo de vida saludable, mientras que un 40.9% tienen un estilo de vida no saludable. Asimismo, con relación a ocupación un 40.0% laboran en otros, siendo así que un 14.3% tienen estilo de vida saludable en cambio un 41.9% no tienen un estilo de vida saludable. En relación con el ingreso económico el 39,0% presenta un ingreso de 400-650 nuevos soles, de las cuales el 39,8% tienen estilos de vida no saludable mientras que el 28,6% tienen estilo de vida saludable.

Se muestra la relación entre el factor biológico y el estilo de vida. Al relacionar la variable sexo con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi- cuadrado de independencia (χ^2 : 0.4484 p:0.503) encontramos que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables. Asimismo en relación con el factor cultural y el estilo de vida con grado de instrucción utilizando el estadístico Chi- cuadrado de independencia (χ^2 0.0798 p:0.961) y en religión (χ^2 0.8518 p:0.653) encontramos que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

En cuanto factor social y estilo de vida se muestra que está relacionado con la variable de estado civil utilizando el estadístico Chi-

cuadrado de independencia (χ^2 2.4876 p:0.647), en relación con la ocupación es (χ^2 2.1479 p:0.542) y por último el ingreso económico con (χ^2 5.7961 p:0.215) encontramos que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Los resultados de esta investigación se asemejan a los resultados de chi cuadrado es encontrado por Morales E (54). Dicha investigación tiene como título Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores de la Asentamiento Humano Fraternidad _Chimbote, 2020. Cuyos resultados fueron en sexo con el chi cuadrado ($\chi^2 = 2,037$; 1gl. P= 0,154 > 0,05), grado de instrucción ($\chi^2 = 23,738$; 3gl. P = 0,000 < 0,05), religión ($\chi^2 = 0,066$; 1gl. P = 0,797 > 0,05), estado civil ($\chi^2 = 5,455$; 3 gl. P = 0,141 > 0,05), ocupación ($\chi^2 = 3,605$; 2gl. P = 0,165 > 0,05) y por ultimo ingreso económico ($\chi^2 = 17,341$; 2 gl. P = 0,000 < 0,05). No existe relación estadísticamente significativa con factor biológico, factor cultural y factor social.

Los resultados de esta investigación se asemejan a los resultados de chi cuadrado es encontrado por Vera L (55). Dicha investigación tiene como título Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores de la Urbanización Cáceres Aramayo, Nuevo Chimbote, 2020. Cuyos resultados fueron en sexo con el chi cuadrado ($\chi^2_c = 0,02$; 1gl p = 0,968 > 0,05), grado de instrucción ($\chi^2_c = 0,01$; 1gl p = 0,766 > 0,05), religión ($\chi^2 = 1.213$; 2gl p 0,395 > 0.05), estado civil ($\chi^2 = 2.181$; 4gl y p = 0,145 > 0.05),

ocupación ($\chi^2=1.132$; 3gl y $p=0,245 >0.05$) y por ultimo ingreso económico ($\chi^2=5,230$; 3gl y $p=0,213 >0.05$). No existe relación estadísticamente significativa con factor biológico, factor cultural y factor social.

Los resultados difieren con los encontrados por SorianoS (56). En esta investigación titulada Estilos de Vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro Poblado de Shiqui – Cátac, 2020. Concluyendo que cuyos resultados fueron en sexo con el chi cuadrado ($X_c=6,106$ GL=1 y $p=0,013$), grado de instrucción ($X_c=13,947$ GL=3 y $P=0,003$), religión ($X_c=4,706$ GL=1 y $p=0,030$), estado civil ($X_c=9,440$ GL=3 y $p=0,024$), ocupación ($X_c=11,242$ GL=3 y $p=0,015$) y por ultimo ingreso económico ($X_c=8,379$ GL=2 y $p=0,015$). Si existe relación estadísticamente significativa con factor biológico, factor cultural y factor social.

Los resultados difieren con los encontrados por Olivas A (44). En esta investigación titulada Estilos de Vida y factores biosocioculturales de los adultos mayores que acuden al Centro De Salud Chilca 2021”. Concluyendo que cuyos resultados fueron en sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación y por ultimo ingreso económico con el chi cuadrado (LR $\chi^2(7) = 27.3$ Prob $> \chi^2 = 0.0$ Pseudo $R^2 = 0.3$). Si existe relación estadísticamente significativa con factor biológico, factor cultural y factor social.

Entre sexo y el estilo de vida, haciendo uso del estadístico Chi cuadrado (χ^2 : 0.4484 p:0.503) se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables.

El sexo masculino es más musculoso que las hembras humanas, tienen voces más gruesas, un comportamiento más rudo y pueden ser violentos. Por eso los hombres no prestan tanta atención a los detalles como las mujeres. Entonces, el género masculino es rudo, normal y más estandarizado que el femenino. En biología, el sexo masculino es el productor de los gametos masculinos, y esta célula se denomina 'espermatozoide' y contiene toda la información que el sexo masculino puede aportar al proceso reproductivo (57).

Al analizar la variable sexo y estilo de vida de los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima, 2022. El estudio observó que más de la mitad de los adultos maduros son hombres y llevan estilos de vida poco saludables. Probablemente esto se deba a que el género por sí solo determina las características físicas y fisiológicas de una persona, aunque se han adoptado algunos comportamientos en relación con el género, el estilo de vida tiene múltiples dimensiones y está determinado por múltiples factores.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la educación y la salud van de la mano. Porque las personas con estudios superiores tienen

menos hijos desde pequeños, dan a luz más tarde y son mejores madres. Del mismo modo, los hombres y mujeres educados tienen más probabilidades de tener una mejor alfabetización en salud. La educación mejora a las mujeres, promueve la salud sexual y protege contra la violencia doméstica. La educación es un arma poderosa para romper los ciclos intergeneracionales de pobreza, enfermedad, pobreza extrema y el bajo nivel socioeconómico de las mujeres (58).

Así mismo se muestra que el grado de instrucción no cumple estadísticamente significativa con el estilo de vida, este resultado puede estar relacionado al nivel económico bajo que presentaban anteriormente sus padres y no tenían como solventar los gastos de la educación o simplemente porque quedaron embarazadas y tenían la responsabilidad de cuidar a su hijo y realizar las labores del hogar confundiendo su rol dentro del grupo, comportándose como "hija-madre", cuando deberían asumir su propia identidad, reduciendo sus futuras oportunidades de lograr buenos empleos y sus posibilidades de realización personal.

De tal manera cabe mencionar que el grado de instrucción y los estilos de vida son conceptos diferentes, sin embargo, según lo referido por los adultos mayores del del comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima, 2022 que solo alcanzó a estudiar hasta la primaria, mencionaron que por no tomar desayuno o no almorzar en un día no van a enfermarse. De ello se desprende que siendo la educación una formación

práctica que cada persona necesita en su diario vivir, tener conocimientos precisos para promover hábitos buenos y beneficiosos para la salud es fundamental para una vida mejor considerada necesaria. Se puede practicar, pero a menos que se logre un mayor nivel de educación, no tenemos los conocimientos suficientes para satisfacer nuestras propias necesidades y cuidarnos.

En el presente estudio, al comparar los factores culturales con los estilos de vida de los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima, 2022, encontramos que la religión no reunía las condiciones para aplicar la prueba chi-cuadrado de arrozal. Estos resultados pueden deberse al hecho de que la religión no determina el estilo de vida. Esto puede deberse a comportamientos aprendidos desde la infancia basados en patrones y modelos a seguir específicos de la cultura. Hoy en día, la Iglesia Católica no mantiene reglas con respecto a las restricciones. Porque este tipo de religiones pueden tomar bebidas alcohólicas, pero probablemente no en exceso.

Al analizar los resultados encontrados al relacionar los factores sociales con el estilo de vida se muestra que el ingreso económico no cumple con las condiciones para aplicar la prueba chi – cuadrado con el estilo de vida de los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima, 2022, así mismo los comportamientos que adopta un humano surgen a través de modelos de su propio entorno. Esto aplica para

las personas mayores que manifiestan estar muy cómodas viviendo juntas porque tienen una pareja (o) que se pueden acompañar.

En cuanto a los ingresos económicos, es la cantidad media de dinero que necesita una familia para cubrir todos los gastos. Por ejemplo, los empleados de limpieza pueden ganar entre 400 y 650 nuevos soles. Es decir, la cantidad que gasta una familia u hogar durante un período de tiempo determinado, independientemente de que su ingreso económico sea variable o fijo (59).

Por tanto, al analizar las variables ingreso económico y estilo de vida, los resultados muestran que la mayoría de los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima, 2022 tienen un ingreso económico de 400 a 650 nuevos soles mensuales, lo que refleja que tú tienes Así que viven una vida poco saludable. Esto sugiere que las personas mayores de altos ingresos, al igual que aquellas con altos ingresos y estilos de vida saludables, pueden mejorar sus hábitos alimenticios diarios.

Así que el salario mínimo que importa en el Perú ha quedado fijado en 17,7 € al mes, es decir 212 euros al año, teniendo en cuenta que se consideran 12 pagas anuales, que es la división habitual del salario anual en la mayor parte de los países. Si miramos el salario mínimo en Soles, que es la moneda oficial en Perú, podemos ver que este año fue de 77,5 Soles y por lo tanto, el SMI ha caído 852,5 Soles mensuales, lo que supone una pérdida

de poder adquisitivo para los trabajadores en el último año. Si miramos el ranking de SMI que publicamos, Perú ocupa el puesto 97, así que se encuentra entre los países con menor salario mínimo de los 101 de la lista. El salario mínimo interprofesional o SMI es la cuantía retributiva mínima o el valor del salario mínimo que recibe un trabajador por la jornada legal de trabajo, independientemente del tipo de contrato que tenga (60).

Sin embargo, los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima, 2022 refieren que tienen que trabajar de principio a fin del día ya que es la única forma de recaudar los fondos necesarios para cubrir sus gastos. Por lo tanto, cada vez que reciben un pago por trabajar o desempeñarse bien en una pequeña empresa, intentan ahorrar y priorizar el dinero que tanto les costó ganar. O lo que no necesitan. Por eso, suelen gastar dinero en comida, algunas cosas para sus nietos y gastos médicos cuando van a hacerse los controles, además de los gastos básicos del hogar como agua y luz.

VII. CONCLUSIONES

- Se concluye que los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima, 2022 casi la totalidad tienen estilo de vida no saludable con un 93,00% y menos de la mitad tiene estilo de vida saludable con un 7,00%.
- En relación a los factores biosocioculturales la mayoría de los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima, 2022 profesan la religión católica y tiene la ocupación de otros. Más de la mitad son de sexo masculino, con un grado de instrucción primaria, estado civil más de la mitad son convivientes y tienen un ingreso económico de 400 a 650 nuevos soles.
- De acuerdo a la investigación realizada, no existe relación estadísticamente significativa entre estilo de vida y factores biosocioculturales entre las variables encontradas como es factor biológico, factor cultural y factor social sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico).
- La organización puede utilizar estrategias que se encuentran débil como manejo de estrés, por ello se realiza un aporte que beneficie la salud del adulto mayor como ejercicios de estrés, tómesese tiempo para hacer actividades relajantes que disfruta como leer, hacer yoga o jardinería, entre otras.
- Se concluye que la salud de la población se encuentra en riesgo dado que la mayoría de esta población no tiene un estilo de vida saludable, tomando en cuenta los resultados obtenidos y es necesario una pronta intervención conjunta de las autoridades municipales, civiles y de salud.

ASPECTOS COMPLEMENTARIOS

En base a los resultados obtenidos en la presente investigación, se realizan las siguientes recomendaciones:

- Dar a conocer los resultados de la investigación a la dueña del comedor, con la finalidad de contribuir para mejorar el estilo de vida del adulto mayor del comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima, 2022.
- Se sugiere realizar otros estudios de investigación, tomando en cuenta los resultados obtenidos en la presente investigación, utilizando variables como la cultura, procedencias y costumbres que permitan explicar, comprender e intervenir en la problemática de los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima, 2022, sobre el comportamiento relacionado a su estilo de vida.
- Se recomienda a los profesionales de salud la capacitación y el fomento de la educación sanitaria a la población para promover la adopción de estilos de vida saludable, y a la vez tener presente los resultados sobre los factores estudiados en la investigación reorientando las estrategias de atención hacia los adultos mayores del comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima, 2022.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS:

1. Cerón Souza C. Universidad y Salud [Internet]. 2020 Dec 1 [cited 2022 Jul 15];14(2):115–5. Available from: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0124-71072012000200001&script=sci_arttext#:~:text=La%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de%20la
2. Determinantes sociales de la salud - OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud, 2022[Internet]. www.paho.org. Available from: <https://www.paho.org/es/temas/determinantes-sociales-salud>
3. Fernández F Tiempo CEE. El 30 por ciento de la población mundial tiene exceso de peso [Internet]. El Tiempo. 2018 [cited 2022 Jul 15]. Available from: <https://www.eltiempo.com/salud/personas-con-obesidad-y-sobrepeso-en-el-mundo-segun-informe-97900>
4. Día Mundial de la Salud 2021 - Construir un mundo más justo y saludable - OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud [Internet]. www.paho.org. Available from: <https://www.paho.org/es/campanas/dia-mundial-salud-2021-construir-mundo-mas-justo-saludable>
5. Velez Villacorta ES. Estilo de vida de los adultos mayores que acuden a un centro de salud de Lima, 2020. Repositorio institucional-WIENER [Internet]. 2021 Jun 14 [cited 2022 Jul 20]; Available from: <http://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/123456789/5075>

6. INEI. Situación de la población adulta mayor. Abril-Mayo-Junio. 2019.
Disponible
[URL:https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/03-informe-tecnico-n03_adulto-abr-may-jun2019.pdf](https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/03-informe-tecnico-n03_adulto-abr-may-jun2019.pdf)
7. Tineo R. La importancia económica de los adultos mayores en el Perú [Internet]. La Cámara. 2020 [cited 2022 Jul 20]. Available from: <https://lacamara.pe/la-importancia-economica-de-los-adultos-mayores-en-el-peru/>
8. Envejecimiento y salud [Internet]. www.who.int. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
9. Saludables S. En busca de un estilo de vida saludable [Internet]. Ser Saludables. 2020 [citado el 13 de julio de 2022]. Disponible en: <https://sersaludables.org/en-busca-de-un-estilo-de-vida-saludable/>
10. Burgos-Gallegos C, Marabolí-Fuentes M, Montoya-Velásquez B. Estrategias de afrontamiento en adultos de la zona centro-sur de Chile durante la contingencia sanitaria por COVID-19. Revista Costarricense de Psicología [Internet]. 2022 Jun 28 [cited 2022 Jul 15];41(1):67–80. Available from: <http://rcps-cr.org/openjournal/index.php/RCPs/article/view/226>
11. Yaulema B, Parreño U, Ríos G, Estilos de vida de los adultos mayores residentes en parroquias rurales del cantón Riobamba, Ecuador. [Internet]. redib.org. 2022 [cited 2022 Jul 28]. Available from:

https://redib.org/Record/oai_articulo3352700-estilos-de-vidas-de-los-adultos-mayores-residentes-en-parroquias-rurales-del-canton-riobamba

12. González-Santamaría J, Moreno-Gómez GA, González-Grajales S, Hurtado-Cristancho JL, Chica-Giraldo CD, López-García CJ. Niveles de actividad física en población adulta del municipio Pereira, Colombia. Revista Cubana de Salud Pública [Internet]. 2022 Jul 8 [cited 2022 Jul 28];48(3). Available from: <http://www.revsaludpublica.sld.cu/index.php/spu/article/view/2023>
13. Moran Guinokio KL, Torres del Rosario LL. Estilos de Vida y Estado Nutricional del Adulto Mayor del Centro de Desarrollo Integral de la Familia, Tumbes, 2021. Universidad Nacional de Tumbes [Internet]. 2022 [cited 2022 Jul 28]; Available from: <http://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/20.500.12874/63428>
14. Rodriguez Velazco CGK. Determinantes sociales relacionados al estilo de vida de la persona adulta mayor – centro de Salud Santa Julia – Veintiseis de Octubre – Piura, 2021. repositoriouladechedupe [Internet]. 2022 Mar 5 [cited 2022 Jul 28]; Available from: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/25516>
15. Ramos Espinoza AA. Estilos de vida e IMC en tiempos de pandemia en adultos con Diabetes Mellitus del distrito El Porvenir–Trujillo, 2021. Repositorio Institucional - UCV [Internet]. 2021 [cited 2022 Jul 28]; Available from: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/88538>

16. Yessica D, Martinez D. “Estilos de vida y su relación con los niveles de ansiedad en adultos mayores del conjunto habitacional palomino, Lima 2021” Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería [Internet]. 2022. Available from: http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/5755/T06_1_20072988_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y
17. Matta A, Santisteban M, Estilos de vida saludable en adultos mayores con hipertensión en la Asociación Santa Rosa _Los Olivos Lima, 2021.Facultad de ciencias de la salud escuela profesional de enfermería [Internet]. Available from: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/91427/Matta_AMG-Santisteban_MG-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
18. David M, Quispe E, Hortensia L, Diaz R. Medidas de autocuidado que practica el adulto mayor para la prevención del deterioro cognitivo leve en un centro de salud de Lima Metropolitana, 2020 [cited 2022 Jun 16]. Available from: http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/17945/Espinoza_qm.pdf?sequence=1&isAllowed=y
19. Marc Lalonde: Teoría de los estilos de vida. [Documento de Internet] [Fecha de acceso 07 de octubre del 2020] disponible en URL: <https://www.sac.org.ar/wp-content/uploads/2020/04/estilos-de-vida.pdf/>

20. Diagnóstico De Salud Determinantes de la Salud Compilación: Mtra. María de Lourdes Dávalos Rodríguez [Internet]. Available from: <https://www.binasss.sa.cr/opac-ms/media/digitales/Diagn%C3%B3stico%20de%20salud.%20Los%20determinantes%20de%20la%20salud.pdf>
21. El cuidado y teoría: Nola Pender. [Internet]. [Accedido el 27 de Julio 2022]. Disponible en URL: <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/nola-pender.html>
22. Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia. Envejecimiento y Vejez [Internet]. Minsalud.gov.co. 2019. Available from: <https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/promocion-social/Paginas/envejecimiento-vejez.aspx#:~:text=Las%20personas%20envejecen%20de%20m%C3%BAltiples>
23. Díaz L, Alfonso D, Díaz L, Alfonso D. Estilos y calidad de vida, su vínculo con la depresión en el siglo 21. Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río [Internet]. 2019;23(2):170–1. Available from: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942019000200170#:~:text=El%20estilo%20de%20vida%20se
24. Concepto de factores biosocioculturales.Edu.pe. [citado el 28 de julio de 2022]. Disponible en: http://repebis.upch.edu.pe/articulos/in_crescendo/v4n1/a6.pdf

25. Por P, Bachiller E. Universidad Peruana del Centro Facultad de Ciencias de la Salud Escuela Académico Profesional de Enfermería Tesis “Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales en Adultos Mayores que acuden al Centro de Salud Chilca 2021” Para Optar El Título Profesional De Licenciado En Enfermería [Internet]. [cited 2022 Aug 18]. Available from: <https://repositorio.upecen.edu.pe/bitstream/handle/UPECEN/283/TESIS%20%20AGUSTIN%20BENIGNO%20OLIVAS%20ALVAREZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
26. Edu.co. [citado el 18 de agosto de 2022]. Disponible en: https://www.intep.edu.co/Es/Usuarios/Institucional/CIPS/2018_1/Documentos/INVESTIGACION_NO_EXPERIMENTAL.pdf
27. ¿Qué es la investigación correlacional? [Internet]. QuestionPro. 2019. Available from: <https://www.questionpro.com/blog/es/investigacion-correlacional/#:~:text=Definici%C3%B3n%20de%20investigaci%C3%B3n%20correlacional>
28. MoralesFC. Estudio transversal [Internet]. Econopedia. 2020 [citado el 18 de agosto de 2022]. Disponible en: <https://economipedia.com/definiciones/estudio-transversal.html>
29. Investigación cualitativa y cuantitativa: características y ventajas [Internet]. www.becas-santander.com. [cited 2022 Aug 18]. Available from: <https://www.becas-santander.com/es/blog/cualitativa-y->

https://www.eustat.eus/documentos/opt_1/tema_276/elem_11188/definicion.html#:~:text=El%20nivel%20de%20instrucci%C3%B3n%20de

36. conceptosjuridicos.com. Estado civil: definición, clasificación e inscripción [Internet]. Conceptos Jurídicos. 2021 [cited 2022 Aug 18]. Available from: <https://www.conceptosjuridicos.com/pe/estado-civil/>
37. Concepto de ocupación - Definición en DeConceptos.com [Internet]. deconceptos.com. Available from: <https://deconceptos.com/ciencias-sociales/ocupacion>
38. School EB. ¿Qué es un ingreso económico? [Internet]. Euroinnova Business School. [cited 2022 Aug 18]. Available from: <https://www.euroinnova.pe/blog/que-es-un-ingreso-economico>
39. Universidad Peruana los Andes Vicerrectorado de Investigación código de ética para la investigación científica en la Universidad Peruana los Andes [Internet]. 2019 [cited 2022 Aug 22]. Available from: <https://upla.edu.pe/nw/wp-content/uploads/2020/01/C%C3%B3digo-de-Etica-para-la-Investigaci%C3%B3n-Cient%C3%ADfica.pdf>
40. Código de ética de Investigación Científica y Tecnológica 2022 [Internet]. www.utic.edu.py. Available from: <https://www.utic.edu.py/investigacion/index.php/reglamentos/codigo-de-etica-de-investigacion-cientifica-y-tecnologica>
41. Yaulema B, Parreño U, Ríos G, Estilos de vida de los adultos mayores residentes en parroquias rurales del cantón Riobamba, Ecuador. [Internet].

- redib.org. 2022 [cited 2022 Jul 28]. Available from:
https://redib.org/Record/oai_articulo3352700-estilos-de-vidas-de-los-adultos-mayores-residentes-en-parroquias-rurales-del-canton-riobamba
42. Matta A, Santisteban M, Estilos de vida saludable en adultos mayores con hipertensión en la Asociación Santa Rosa _Los Olivos Lima, 2021. Facultad de ciencias de la salud escuela profesional de enfermería [Internet]. Available from:
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/91427/Matta_AMG-Santisteban_MG-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
43. Moran Guinokio KL, Torres del Rosario LL. Estilos de Vida y Estado Nutricional del Adulto Mayor del Centro de Desarrollo Integral de la Familia, Tumbes, 2021. Universidad Nacional de Tumbes [Internet]. 2022 [cited 2022 Jul 28]; Available from:
<http://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/20.500.12874/63428>
44. Por P, Bachiller E. Universidad Peruana del centro Facultad de ciencias de la Salud Escuela Académico Profesional de Enfermería tesis “Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores que acuden al centro de Salud Chilca 2021” para optar el título profesional de licenciado en enfermería [Internet]. Available from:
<https://repositorio.upecen.edu.pe/bitstream/handle/UPECEN/283/TESIS%20->

[%20AGUSTIN%20BENIGNO%20OLIVAS%20ALVAREZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)

45. 5 enfermedades que provoca una mala alimentación en el adulto mayor – Botica Barcia [Internet]. [cited 2022 Sep 9]. Available from: <https://boticabarcia.com/5-enfermedades-que-provoca-una-mala-alimentacion-en-el-adulto-mayor/>
46. Funciones esenciales de salud pública - OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud [Internet]. www.paho.org. Available from: <https://www.paho.org/es/temas/funciones-esenciales-salud-publica>
47. Autorrealización. Técnicas para mejorar la realización personal [Internet]. [cited 2022 Sep 9]. Available from: <https://mensalus.es/blog/crecimiento-personal/2018/03/tecnicas-para-mejorar-mi-realizacion-personal/#:~:text=La%20autorrealizaci%C3%B3n%20es%20posible%20cuando>
48. Composición y tamaño de la red de apoyo social en distintas etapas vitales. [citado el 9 de septiembre de 2022]; Disponible en: <https://revistas.urosario.edu.co/xml/799/79964947014/html/index.html>
49. Niveles de ansiedad y estrés en adultos mayores en condición de abandono familiar [Internet]. integracion-academica.org. Available from: <http://integracion-academica.org/27-volumen-6-numero-17-2018/203-niveles-de-ansiedad-y-estres-en-adultos-mayores-en-condicion-de-abandono-familiar>

50. E, Factores V, Elias A, Javier A. Universidad Católica los Angeles de Chimbote Facultad de Ciencias de la Salud Escuela Profesional de Enfermería [Internet]. 2020 [cited 2022 Sep 9]. Available from: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20327/ADULTO MAYOR ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES MORALES ELIAS ALBERTO JAVIER.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20327/ADULTO_MAYOR_ESTILOS_DE_VIDA_Y_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_MORALES_ELIAS_ALBERTO_JAVIER.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
51. ConceptoDefinicion.net. Significado del grado de instrucción [Internet]. Concepto y Definición. 2021 [cited 2022 Sep 9]. Available from: <https://conceptoDefinicion.net/grado-de-instruccion/>
52. De E, Factores V, De B, Adultos L, Pueblo D, San J, et al. Facultad de ciencias de la salud escuela profesional de enfermería autora silva oropeza, estrellita carolay ORCID: 0000-0002-9051-654X ASESOR [Internet]. 2020 [cited 2022 Sep 9]. Available from: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26005/ESTILOS DE VIDA SILVA %20OROPEZA %20ESTRELLITA %20CAROLAY.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26005/ESTILOS_DE_VIDA_SILVA_%20OROPEZA_%20ESTRELLITA_%20CAROLAY.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
53. De E, Factores Biosocioculturales V. Universidad Católica los Ángeles Chimbote Facultad de Ciencias de la Salud Escuela Profesional De Enfermería [Internet]. 2020. Available from: <http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19269/adu>

[lto mayor estilo vida sosa pillhuaman silvia doris.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20327/ADULTO_MAYOR_ESTILOS_DE_VIDA_Y_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_MORALES_ELIAS_ALBERTO_JAVIER.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

54. De E, Factores V, Elias A, Javier A. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote Facultad de Ciencias de la Salud Escuela Profesional de Enfermería [Internet]. 2020. Available from: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20327/ADULTO_MAYOR_ESTILOS_DE_VIDA_Y_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_MORALES_ELIAS_ALBERTO_JAVIER.pdf?sequence=1&isAllowed=y
55. De E, Factores V, En B, Mayores A, La D. Universidad Católica Los Ángeles Chimbote Facultad De Ciencias De La Salud Escuela Profesional De Enfermería Tesis Para Optar el Título Profesional De Licenciada en Enfermería [Internet]. 2020. Available from: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19156/ADULTOS_MAYORES_VERA_%20LOAYZA_%20GEORGIBELT_%20RENE%c3%89%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y
56. Soriano Coronel A, Minerva A. Universidad Católica Los Ángeles Chimbote Facultad De Ciencias De La Salud Escuela Profesional De Enfermería Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales De Los Adultos Del Centro Poblado De Shiqui -Cátac, 2020 Tesis Para Optar El Título Profesional De Licenciada En Enfermería [Internet]. [cited 2022 Sep 16]. Available from: <http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/16781/AD>

[ULTOS ESTILO DE VIDA SORIANO CORONEL AMY MINERVA](#)

[.pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)

57. De E, Factores V, Domador A, Yovanny G, Farro M, Flor N. Universidad católica los ángeles de Chimbote facultad de ciencias de la salud escuela profesional de enfermería tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería [Internet]. 2022 [cited 2022 Sep 9]. Available from: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/29006/ESTILOS DE VIDA DOMADOR %20GARCIA PAOLA YOVANNY.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/29006/ESTILOS_DE_VIDA_DOMADOR_%20GARCIA_PAOLA_YOVANNY.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
58. Organización Mundial de la Salud (OMS) [cited 2022 Sep 10]. [Internet]. Accedido el 14 julio 2021]. Disponible en: http://www.who.int/dg/speeches/2010/educationandhealth_20100920/es/
59. Euroinnova International Online Education School EB. ¿Qué es un ingreso económico? [cited 2022 Sep 10]. [Internet]. Available from: <https://www.euroinnova.pe/blog/que-es-un-ingreso-economico>
60. Patricio Ferdey, Perú - Salario Mínimo 2020 [cited 2022 Sep 10]. [Internet]. datosmacro.com. Available from: <https://datosmacro.expansion.com/smi/peru>



ANEXO 1

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES																	
N°	ACTIVIDADES	AÑO 2022															
		I UNIDAD								II UNIDAD							
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
<u>1</u>	Presentación del Tema y Matriz de consistencia	X															
<u>2</u>	Caracterización del problema, enunciado del problema, objetivos y justificación		X														
<u>3</u>	Marco teórico y conceptual, metodología e introducción. Foro: subir tu código ORCID			X													
<u>4</u>	Proyecto de investigación				X												
<u>5</u>	Instrumentos de recolección de información					X											
<u>6</u>	Resultados de la validación de instrumentos						X										
<u>7</u>	Recolección de la información							X									
<u>8</u>	Organización de resultados en cuadros y gráficos								X								
<u>9</u>	Revisión de literatura y redacción de análisis de resultados									X							
<u>10</u>	Subir informe final y artículo científico para revisión previa.										X						
<u>11</u>	Informe final, ponencia, artículo científico y firmar autorización de derecho de autor para publicar artículo científico.											X					
<u>12</u>	Revisión de informe final, artículo científico y ejecutan la prebanca.												X				
<u>13</u>	Revisión de informe final, artículo científico y ejecutan la prebanca.													X			
<u>14</u>	Empastado														X		
<u>15</u>	Sustentación y elaboración del acta respectiva.															X	
<u>16</u>	Segunda sustentación y cierre del taller.																X



ANEXO 2

PRESUPUESTO DESEMBOLSABLE (Estudiante)			
CATEGORÍA	BASE	% O NUMERO	TOTAL (\$)
Suministros:			
• Impresiones	1.00	04	4.00
• Fotocopias	0.1	100	10.00
• Empastado	35.00	1	35.00
• Papel bond A4 (500 hojas)	11.00	500	11.00
• Lapiceros	1.00	4	4.00
Servicios			
• Uso de Turnitin	100	1	100
Gastos de viajes			
• Pasajes para recolectar información.	200	6	12
Sub- total			176
Total se presupuestó desembolsable			310.40
PRESUPUESTO DESEMBOLSABLE (Universidad)			
CATEGORÍA	BASE	% O NUMERO	TOTAL (\$)
Suministros:			
Servicios			
• Uso de internet (Laboratorio de	30.00	4	120.00

Aprendizaje Digital – LAD)			
• Búsqueda de información en base de datos.	35.00	2.00	70.00
• Soporte informático (Modulo de Investigación del ERP University - MOIC)	40.00	4.00	160.00
• Publicación de artículo en repositorio institucional	50.00	1	50.00
Sub total			400
Recursos Humano			
• Asesoría personalizada	63.00	4	252.00
Sub total			252.00
Total de presupuesto no desembolsable			652.00
Total (\$)			1052.00



ANEXO 3

UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA ESCALA DE ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MAYOR

Elaborado por Walker E, Sechrist K y Pender N, modificado por Delgado, R; Díaz,

R; Reyna, E.

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

11	Ud. plantea alternativas de solución frente a la tensión o preocupación.	N	V	F	S
12	Realiza alguna de las siguientes actividades de relajación tales como: tomar siesta, pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de respiración.	N	V	F	S
	APOYO INTERPERSONAL				
13	Se relaciona con los demás.	N	V	F	S
14	Mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás.	N	V	F	S
15	Comenta sus deseos e inquietudes con las demás personas.	N	V	F	S
16	Cuando enfrenta situaciones difíciles recibe apoyo de los demás.	N	V	F	S
	AUTORREALIZACION				
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
	RESPONSABILIDAD EN SALUD				
20	Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica.	N	V	F	S
21	Cuando presenta una molestia acude al establecimiento de salud.	N	V	F	S
22	Toma medicamentos solo prescritos por el médico.	N	V	F	S
23	Toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud.	N	V	F	S
24	Participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud.	N	V	F	S
25	Consume sustancias nocivas.: cigarro, alcohol y/o drogas.	N	V	F	S

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:

NUNCA=1 A VECES: V =2

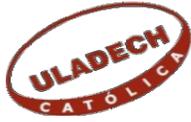
FRECUENTEMENTE: F =3

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



ANEXO 4

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CUESTIONARIO SOBRE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL

ADULTO MAYOR

Elaborado por Walker E, Sechrist K y Pender N,

modificado por Delgado, R; Díaz, R; Reyna, E,

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

A) 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

B) 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) 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 5

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



ANEXO 6

CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

Resumen del procesamiento de los casos

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

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

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
0.794	25



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

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

La presente investigación en Salud se titula: Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor del Comedor Popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_Lima, 2022 y es dirigido por Villanueva Manrique Josephlyn, investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es:

Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto del comedor popular “Madre Bienaventurada” _Santa Anita_ Lima ,2022.

Por ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomara 20 minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través del número 933310790. Si desea, también podrá escribir al correo villanuevamanriquejoselyn@gmail.com para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

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

Nombre _____

Fecha _____

Correo electrónico _____

Firma del participante _____

Firma del investigador (o encargado de recoger información) _____



ANEXO 8

AUTORIZACIÓN DEL ESTUDIO

“Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional”

Solicito: Autorización para realización de investigación

Sra. Raquel Yngborg Taype Duran

Dueña del comedor popular Madre Bienaventurada

Yo, Nathaly Blanca Flor Mendoza Farro, Magister en Ciencias de Enfermería y docente tutora en investigación de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, identificada con DNI 18089816, con CEP 23146, con el debido respeto me presento ante usted para solicitar se sirva brindar facilidades, para la realización del proyecto de investigación titulado ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO MAYOR DEL COMEDOR POPULAR “MADRE BIENAVENTURADA” _ SANTA ANITA_LIMA, 2022 de la estudiante Villanueva Manrique Josephlyn, con la finalidad de realizar su tesis para optar el título profesional de Licenciada de Enfermería.

Esperando contar con su apoyo y reiterando que en todo momento nuestro compromiso con la investigación y el respeto a los principios éticos en la misma, quedo de usted.

Atentamente

DOCENTE ULADECH CATOLICA

**DUEÑA DE MADRE
BIENAVENTURADA**



ANEXO 9

CARTA DE AUTORIZACIÓN DEL ESTUDIO

“Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional”

A quien pueda interesar,

Yo, Raquel Yngeborg Taype Duran, dueña del comedor popular Madre Bienaventurada, identificada con el DNI N° 40227037, tomo conocimiento y doy autorización, para la realización del proyecto de investigación titulado “ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO MAYOR DEL COMEDOR POPULAR “MADRE BIENAVENTURADA” _ SANTA

ANITA_LIMA, 2022” de la estudiante **JOSEPHLYN VILLANUEVA MANRIQUE**, identificada con DNI N° 71394073, con CARNET UNIVERSITARIO N° 0112141008 de la UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE.

Además, comprendo que las personas invitadas, lo hacen de manera voluntaria y confidencial, previo consentimiento informado, independiente de mi autorización.

La presente carta de Autorización se firma en dos ejemplares. Uno de los documentos queda en poder del investigador y el otro en poder de la dueña del comedor popular.

Para formalizar el permiso en este estudio, firmo a continuación.

Atentamente

Raquel Yngeborg Taype Duran

Dueña del comedor popular Madre Bienaventurada



ANEXO 10

DECLARACIÓN DE COMPROMISO ETICO Y NO PLAGIO

Mediante el presente documento denominado declaración de **compromiso ético y no plagio** el autor (a) del presente trabajo de investigación titulado: Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor del Comedor Popular “Madre Bienaventurada” _ Santa Anita_Lima, 2022. Declaro conocer las consecuencias por la infracción de las normas del Reglamento de Investigación de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote para optar grados académicos y títulos su elaboración no hay copias, 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 lo contrario, en todos los casos se ha incorporado la cita y referencias respectivas conforme orienta las normas Vancouver, previsto en la Universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento profesionales – RENATI; que exige veracidad y originalidad de todo trabajo de investigación, respecto a los derechos de autor y la propiedad intelectual. Asimismo, cumplo con precisar que éste trabajo forma parte de una línea de investigación denominada “Determinantes de la Salud de las personas” dentro del cual se tiene como objeto de estudio Desarrollar investigaciones orientadas al cuidado de la salud de la persona, se aplicó un diseño metodológico común, por lo tanto, es posible que tenga similitud en ese sentido y se explica, porque forma parte de dicha línea. También se declara que al recolectar los datos se tuvo acceso a nombres, apellidos, a cada uno se les asignó un código para preservar su identidad y proteger los derechos constitucionales, siendo el único aspecto inserto en los instrumentos.

Finalmente se declara que: el presente trabajo es auténtico, siendo el resultado el producto de un trabajo personal acorde con la línea de investigación del cual se deriva, trabajo bajo los principios de buena fe y respeto de los derechos del autor y propiedad intelectual, de modo que al utilizar las fuentes para su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión 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 orienta las referencias Vancouver, previsto en la Universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento.

VILLANUEVA MANRIQUE JOSEPHLYN

VILLANUEVA MANRIQUE, JOSEPHLYN

INFORME DE ORIGINALIDAD

7%

INDICE DE SIMILITUD

8%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

0%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS



repositorio.uladech.edu.pe

Fuente de Internet

7%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 4%

Excluir bibliografía

Activo