

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

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

**ESTILO DE VIDA Y FACTORES
BIOSOCIOCULTURALES DE LOS PADRES DE
FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007
DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021**

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

AUTOR

AREDO CASTILLO, FREDY WILLI

ORCID: 0000-0001-9517-3411

ASESOR

ARANDA SANCHEZ, JUANA RENE

ORCID: 0000-0002-7745-0080

CHIMBOTE-PERÚ

2023

EQUIPO DE TRABAJO

AUTOR

Aredo Castillo, Fredy Willi

ORCID: 0000-0001-9517-3411

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

ASESOR

Aranda Sánchez, Juana René

ORCID: 0000-0002-7745-0080

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

JURADO

Romero Acevedo, Juan Hugo

ORCID: 0000-0003-1940-0365

Cerdán Vargas, Ana

ORCID: 0000-0001-8811-7382

Ñique Tapia, Fanny Rocio

ORCID: 0000-0002-1205-7309

HOJA DE FIRMA DEL JURADO Y ASESOR

Dr. Romero Acevedo, Juan Hugo

Presidente

Mgtr. Cerdán Vargas, Ana

Miembro

Mgtr. Ñique Tapia, Fanny Rocio

Miembro

Dra. Aranda Sánchez, Juana René

Asesor

AGRADECIMIENTO

Un agradecimiento a la prestigiosa Universidad Católica los Ángeles de Chimbote de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Enfermería, por volver abrir sus puertas para continuar mis estudios y culminar mi carrera Profesional.

Agradecerle al Dir. Erly Robles Aguirre y a la Sub. Dir. Jobita Azaña Bocanegra de la Institución Educativa 89007, por abrirme las puertas brindándome las facilidades correspondientes con respecto a la información que se necesitó para la realización de la presente Investigación.

Quiero agradecerle a la Docente Dra. Adriana Vílchez, por su disponibilidad y paciencia que tuvo en la realización de mi tesis, a pesar que tuve muchos inconvenientes y puso su confianza en mí. Que Dios siempre la Bendiga.

DEDICATORIA

A Dios, por darme la vida y la dicha de tener una familia maravillosa que me brindaron su apoyo a pesar que tuve muchas dificultades, siempre seguí adelante y no me rendí. Me brindó sabiduría, seguridad y la oportunidad de ser un profesional.

A mi madre Lucia, por ser una mujer perseverante y luchadora, formadora de buenas conductas, sentimientos, hábitos y valores, motivo por la cual me formé. Eres un ejemplo de mujer a seguir y me siento orgulloso.

A mis hijos Eduardo y Kiara, por formar parte de mi vida, siendo el motor y motivo de mi lucha, razón por la cual estoy cumpliendo mis sueños. Los amo mucho.

ÍNDICE DE CONTENIDO

1. Carátula	i
2. Equipo de Trabajo.....	ii
3. Hoja de firma del jurado y asesor.....	iii
4. Hoja de agradecimiento y dedicatoria.....	iv
5. Índice de contenido.....	vi
6. Índice de gráficos y tablas.....	vii
7. Resumen y Abstract.....	x
I. Introducción.....	1
II. Revisión de la literatura.....	9
2.1. Antecedentes.....	9
2.2. Bases Teóricas de la investigación.....	16
III. Hipótesis.....	27
IV. Metodología.....	28
4.1. Diseño de la Investigación.....	28
4.2. Población y muestra.....	28
4.3. Definición y Operacionalización de las Variables e indicadores.....	29
4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	34
4.5. Plan de Análisis.....	36
4.6. Matriz de consistencia.....	38
4.7. Principios éticos.....	39
V. Resultados.....	41
5.1. Resultados.....	41
5.2. Análisis de resultados.....	51
VI. Conclusiones.....	73
VII. Recomendaciones.....	74
Referencias bibliográficas.....	75
Anexos.....	90

ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
TABLA 1: ESTILO DE VIDA DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021.....	43
TABLA 2: FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021.....	44
TABLA 3: FACTOR BIOLÓGICO Y ESTILO DE VIDA DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021.....	49
TABLA 4: FACTOR CULTURAL Y ESTILO DE VIDA DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021.....	50
TABLA 5: FACTOR SOCIAL Y ESTILO DE VIDA DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021.....	51

ÍNDICE DE GRÁFICOS

	Pag.
GRÁFICO 1: ESTILO DE VIDA DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021.....	42
GRÁFICO 2: EDAD DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021.....	44
GRÁFICO 3: SEXO DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021.....	44
GRÁFICO 4: GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021.....	45
GRÁFICO 5: RELIGIÓN DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021.....	45
GRÁFICO 6: ESTADO CIVIL DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021.....	46

GRÁFICO 7: OCUPACIÓN DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021..... 46

GRÁFICO 8: INGRESO ECONÓMICO DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021..... 47

RESUMEN

Llevar un estilo de vida no saludable como pueden ser, el consumo de alcohol y tabaco, el sedentarismo, alimentación inadecuada y otros, pueden generar una morbilidad y/o mortalidad; por ello se planteó la siguiente investigación teniendo como objetivo determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los padres de familia, fue de tipo cuantitativo, transversal, diseño descriptivo-correlacional, la muestra fue de 70 PP.FF., se aplicó 2 instrumentos: escala del estilo de vida y el cuestionario sobre los factores biosocioculturales, se empleó la técnica encuesta online. Los datos fueron elaborados en una base de Microsoft Excel, trasladándose luego al Software SPSS Statistics V-26.0. Para establecer la relación entre las variables de estudio se utilizó la prueba de independencia de criterios Chi-cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de $p < 0.05$. Se obtuvieron los siguientes resultados y conclusiones: la mayoría tienen un estilo de vida saludable. En los factores biosocioculturales la mayoría son de sexo femenino, profesan la religión católica, con ingreso económico familiar de 600 a 1000 nuevos soles; adultos maduros y ocupación amas de casa. Menos de la mitad tienen grado de instrucción secundaria completa y son conviviente. Al realizar la prueba de Chi-cuadrado, se encontró que si existe relación con los factores biosocioculturales: religión y el ingreso económico con los estilos de vida y no existe relación entre los factores biosocioculturales: sexo, edad, grado de instrucción, estado civil, ocupación con los estilos de vida.

Palabras clave: Estilos de vida, biosocioculturales, padres.

ABSTRACT

Leading an unhealthy lifestyle such as alcohol and tobacco consumption, a sedentary lifestyle, inadequate diet and others, can generate morbidity and/or mortality; For this reason, the following investigation was proposed with the objective of determining the relationship between the lifestyle and the biosociocultural factors of the parents, it was quantitative, cross-sectional, descriptive-correlational design, the sample was 70 PP.FF., 2 instruments were applied: lifestyle scale and the questionnaire on biosociocultural factors, the online survey technique was used. The data was prepared in a Microsoft Excel database, then transferred to the SPSS Statistics V-26.0 Software. To establish the relationship between the study variables, the Chi-square criteria independence test was used with 95% reliability and significance of $p < 0.05$. The following results and conclusions were obtained: most have a healthy lifestyle. In the biosociocultural factors, the majority are female, profess the Catholic religion, with a family income of 600 to 1000 nuevos soles; mature adults and housewives occupation. Less than half have completed secondary education and are cohabiting. When performing the Chi-square test, it was found that there is a relationship with biosociocultural factors: religion and income with lifestyles and there is no relationship between biosociocultural factors: sex, age, level of education, marital status, occupation with lifestyles.

Keywords: Lifestyles, biosociocultural, parents.

I. INTRODUCCIÓN

Al hablar de estilo de vida se puede definir como la manera en que las personas, familias, sociedad llevan su vida diaria tanto como en lo psicológico, social, cultural y económico, que están relacionados con la salud. También pueden ser saludable como o no saludable y estarán relacionados a las conductas como son las actividades físicas, alimentarias, control del estrés, control de consumo del alcohol o tabaco. Pero al mencionar el estilo de vida saludable, está refiriendo a la protección que le permitirá tener una mejor salud y bienestar; en cambio el estilo de vida no saludable, está considerado como los riesgos que la persona optará de manera incorrecta y esto conllevará a tener una morbilidad (1).

Con respecto a los factores biosocioculturales son aquellas que se distingue de la una con otra y pueden ser detectables en todas las personas, pero en el transcurso de la investigación esto puede cambiar o no, y no de las causantes es el tiempo que pueden disponer los padres de familia. Se utiliza el término de biosocioculturales, haciendo referencia al desarrollo y apariencia relacionado con las fases biológicas, sociales y culturales de las personas adultas, por lo cual se considera los siguientes factores: edad, sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación, ingreso económico (2).

Según información recopilados de la Organización Mundial de la Salud (OMS) (3), realizado en el año 2020, menciona que las enfermedades no transmisibles son la primera causa de fallecimientos a nivel Mundial habiendo generando un 38% siendo un total de 56 millones de fallecimientos, dentro de las cuales un 40% que son 16 millones fueron fallecimientos prematuros antes de la edad de 70 años y el 82% acaecieron en los países de bajos recursos y nivel media,

en donde tiene la OMS un reto principal en reducir hasta un tercio de los fallecidos. La posibilidad de fallecer abarca desde las edades de 30 a 70 años, siendo las Enfermedades Cardiovasculares, respiratorios crónicos, cánceres y diabetes entre las cuales pueden originar de la escasa actividad física, consumo de alcohol y otros nocivos, dieta inapropiada.

Según la Encuesta Europea de Salud en España (EESA) (4) realizada en el año 2020, indica que el 16.5% de varones y el 15.5% de mujeres entre los 18 años a más tiene obesidad, mientras el 44.9% de varones y el 30.6% de mujeres entre los 35 a 77 años tienen sobrepeso. También menciona que durante los tiempos libres el 8.4% de varones y 7.0% de mujeres de 15 años a más, realizan ejercicios físicos, mientras el 46.5% de varones y el 54.8% de mujeres no realizan ningún tipo de actividad física. Y finalmente, el 23.3% de varones y el 40.3% de mujeres llevan una vida sedentaria.

En México en estas dos últimas décadas, las personas padecen de diabetes, obesidad e hipertensión; han atribuido al aumento de muerte prematuro en la población, considerando a la obesidad como una de las principales preocupaciones en la salud pública y esto se debe a que una de las razones principales, son el nivel socioeconómico bajo, que conlleva a una mala alimentación o dieta inadecuada, generando desnutrición y/o obesidad. Las personas con tallas bajas, es una clara respuesta a una desnutrición crónica. Tomando como medida principal, a una alimentación de calidad, siendo esencial durante los primeros años de vida. La diabetes se desarrolla en personas con $IMC < 30 \text{ kg/m}^2$. Mediante un estudio se observó que 39,1% tienen sobrepeso y el 36,1% presento obesidad (5).

En Colombia, 2,4 millones (35%) consumen alcohol y el 12% del total de la población tiene entre 12 a 65 años. Y la ciudad con más consumo de alcohol es Chocó con 44,61%. El consumo de drogas es un problema de urgencia y esto produce un 37,03% de trastornos mentales y comportamientos inadecuados al uso de cannabis y distintas drogas, el 22,76% tienen trastornos mentales y comportamiento al uso de alcohol, el 65,22% tiene trastornos mentales y comportamiento al uso de múltiples drogas (consumo de alcohol, marihuana y tabaco) u otras sustancias nocivas, el 10,58% tienen trastornos mentales y comportamiento al uso excesivo de cannabis c/ intoxicación. Se realizaron la desintoxicación por consumo excesivo de drogas, suspendiéndola en definitivo, llevando una terapia ocupacional, psicológica y trabajos sociales, para un mejor manejo integral en su recuperación y reestablecer su calidad de vida (6).

En Paraguay una de las razones principales son la muerte por enfermedades cardiovasculares ya que fallecen un total de 6,000 habitantes y por cáncer 4,900 por año. También fallecen por diabetes mellitus 2300, enfermedades cerebrovasculares 2 500, obesidad y el sobrepeso que generan problemas cardiovasculares 2,700 al año. El 80% de personas hipertensas, el 40 % diabéticos y el 50% que fuman, padecen con mayor índice de infartos. Otras muertes están relacionadas al consumo de tabaco en un 12%, sobrepeso y obesidad 11%, diabetes 8%, consumo de alcohol 5%, escasa actividad física 4,5%. Todas estas son enfermedades no transmisibles y pueden prevenirse, manteniendo una alimentación saludable, llevar una vida saludable, ejercicios, etc. (7).

En el Perú afronta algunos problemas de salud pública en los departamentos como son en Lima, Ica y Lambayeque, siendo la obesidad y está considerado como

una epidemia del XXI. En un estudio realizado se observó que el 62% tiene Sobrepeso y obesidad y esto se detecta mediante la evaluación del IMC y sus valores determinados. Estas personas desarrollaran en un futuro, enfermedades cardiovasculares, diabetes mellitus, dislipidemias (aumento de niveles de colesterol o hipercolesterolemia), riesgo metabólico adverso. La Obesidad afecta más a varones con 41,5% mientras el 23,4% son mujeres y viven más en la costa y son de nivel socioeconómico menos pobres según el Fondo de Cooperación para el Desarrollo Social (FONCODES). La escasa actividad física, las actividades rutinarias del día a día, generan un estilo de vida no saludable (8).

Según la Encuesta Demográfica y Salud Familiar (ENDES) (9), que es propia del INEI, y se realizó en el año 2020, hace mención en que el Perú sobre la bebida de alcohol y el tabaquismo, llegan hacer una dificultad mundial generando problemas de salud, falta de responsabilidad en el hogar, trabajo y escuela como también discapacidad. El 3,7 % se da por bebidas de alcohol en personas de 15 años a más de los cuales el 6,5 % son hombres y el 1,3 son mujeres mientras el 1,2 % fuman cigarrillos diariamente de los cuales el 2,2% son hombres y el 0,3 % son mujeres.

Según ENDES (10), menciona que en el Perú existes factores que están asociados en la aparición de obesidad y diabetes, por lo cual se obtuvo que el 30,3% tiene Obesidad de grado I en varones y 47,8% tienen obesidad de grado 3, el 51,8% tienen antecedentes HTA, el 74,4% tiene diabetes en mujeres, a comparación del varón. Presentar obesidad siempre se va relacionar con la diabetes, aun mas cuando se encuentra en una etapa adultez mayor, teniendo un

perímetro abdominal mayor, pero también son aquellas personas que presentan antecedentes con hipertensión arterial.

Así mismo, la Dirección Regional de Salud (DIRESA - Ancash) (11) en el año 2019 indico que un 4% presentó enfermedades no transmisibles como es la diabetes, y que están asociados con un 36,7% que tienen Sobrepeso y Obesidad, mientras el 21,2% tienen un mala alimentación, esto se debe al consumo mínimo de frutas, verduras y beber pocas cantidades de agua durante el día; por lo tanto la DIRESA Ancash, busca tomar conciencia, y que las estrategias se apliquen de manera correcta, para reducir y prevenir las enfermedades no trasmisibles en las personas.

En Chimbote se evidencia hábitos alimenticios inadecuados, como es el consumo en las comidas chatarras debido a la zona costa que nos encontramos y la falta de ejercicios debido al sedentarismo, poniendo en aumento los estilos de vida no saludables en la población adulta, y como consecuencia padecen de enfermedades no transmisibles, siendo el sobrepeso y algunos con problemas de Hipertensión Arterial. Es una preocupación de suma importancia para la Red de Salud Pacífico Norte, ya que también se evidencio el aumento de casos de diabetes en todos los grupos etarios (12).

El estudio de Investigación se realizó a los padres de familia de la Institución Educativa N° 89007 mixto del 5° grado, que se encuentra ubicado en la Urbanización 21 de abril zona “B” a pocos metros del Centro de Chimbote. Sus limitaciones hacia el norte con PP.JJ. El Progreso, al Sur con AA.HH. San Isidro, por el Este con AA.HH. Porvenir y al Oeste con la Urbanización 21 de abril zona

“A”. En el Nivel Primario se encuentra dividido en 6 grados (1°; 2°; 3°; 4°; 5°; 6), de las cuales están divididos en subsecciones (A, B, C, D). Considerando el 5° grado que cuenta con 141 estudiantes, de las cuales se encuentran dividido por secciones (A-35; B-37; C-32; D-37), considerando una muestra de 70 estudiantes. Cuenta con un campo deportivo en el alrededor, además los padres de familia son de diferentes zonas como son: 21 de abril, Progreso, Esperanza Alta y baja, Carmen, Porvenir y cada uno de ellos también tienen campos deportivos, parques, asimismo, comisaria y mercados (13).

Debido a lo mencionado se consideró conveniente a la presente investigación proponer las siguientes interrogantes: ¿Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los padres de Familia de la Institución Educativa N° 89007 del 5° grado Nivel Primaria_Chimbote, 2021?, para tratar de responder a la pregunta se plantea el siguiente objetivo General: Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los padres de Familia de la Institución Educativa N° 89007 del 5° grado Nivel Primaria_Chimbote, 2021.

Para llegar a cumplir el objetivo general se formulan los siguiente objetivos específicos: Valorar el estilo de vida de los padres de Familia de la Institución Educativa N° 89007 del 5° grado Nivel Primaria_Chimbote, 2021; Identificar los factores biosocioculturales: Sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico de los padres de Familia de la Institución Educativa N° 89007 del 5° grado Nivel Primaria_Chimbote, 2021; Establecer la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los padres de Familia de la Institución Educativa N° 89007 del 5° grado Nivel Primaria_Chimbote, 2021.

El aumento desmesurado de la población en el Perú, su cultura y los estilos de vida, en los padres de familia da como consecuencia el aumento de los problemas de salud, debido a una alimentación inadecuada y al ajetreo del día a día, consumiendo alimentos con calorías altas, comida al paso, escasa actividad física, duermen poco y adicionando a todo esto la poca preocupación que tiene el Gobierno, en invertir en Salud y generando las necesidades de los servicios y las infraestructuras para proteger al adulto joven y maduro. Es por ello se indaga en determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales permitiendo disminuir la problemática.

Asimismo la presente investigación es fundamental y esencial para los Profesionales de la Salud que trabajan en los diferentes Establecimientos de Salud en la Ciudad de Chimbote ya que permitirá entender la problemática de los adultos jóvenes y maduros, a través de ello permitirá decidir sobre las estrategias y soluciones correctas que se tomaran mediante los resultados que se van a obtener, también permitirá en el logro de una atención integral oportuna en los padres de familia y adultos de la comunidad, de esta manera prevalecerá una actividad de prevención promocional de la salud, disminuyendo los riesgos y aumentando los estilos de vidas saludables en cada uno de ellos.

Además, la investigación permitirá conocer a los estudiantes de la salud comprender y entender sobre los estilos de vida, comportamientos y actitudes del padre de familia en su vida diaria, pudiendo mejorarlo o cambiar su salud. Esta información facilitará a que el Estudiante de enfermería continúen incrementando acciones de sensibilización para establecer los estilos de vida adecuado y de esa forma poder realizar cambios en la calidad de vida de los padres de familia,

aplicando más acciones correctas y fructíferas en el cuidado integral del individuo, la familia y de la comunidad.

Finalmente, es muy idóneo la presente investigación para las autoridades de la Municipalidad Provincial del Santa, Sector Salud de Ancash, Unidad de Gestión Educativa (UGEL – SANTA) e Institución Educativa, en donde se realizó la investigación a los Padres de Familia, ya que permitirá identificar de manera oportuna los factores de riesgo, disminuyendo así la mortalidad por aquellos comportamientos inapropiados, reduciendo el riesgo de sufrir enfermedades y mejorando su salud, creando un confort de los padres de familia y adultos de la comunidad.

Por otra parte, el presente trabajo de investigación es de tipo cuantitativo, estuvo formado por 70 padres de familia. La mayoría de los padres de familia encuestada manifestaron que tienen un estilo de vida saludable, profesan la religión católica y tienen un ingreso económico familiar no menos de 600 a 1000 nuevos soles; mientras que más de la mitad son adultos maduros y ocupación de ama de casa y menos de mitad tiene grado de instrucción secundaria completa, estado civil conviviente. Al realizar la prueba de chi cuadrado, se encontró que si existe relación estadísticamente entre las variables religión y el ingreso económico. No existe relación estadísticamente significativa entre las variables, sexo, edad, grado de instrucción, estado civil y ocupación con los estilos de vida.

II. REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. ANTECEDENTES

Se encontraron los siguientes estudios relacionados a la presente investigación.

A. En el **Ámbito Internacional**

Barreiro C, (14) en su estudio “Hábitos y estilos de vida que aceleran el riesgo de obesidad en el entorno familiar del barrio 20 de noviembre en la Ciudad de Esmeraldas, Ecuador_2018” tuvo como objetivo determinar los hábitos y estilos de vida en las familias al padecer problemas de la obesidad; metodología cuali-cuantitativo y transversal; utilizó muestra de 91 personas, 14 preguntas cerradas y mixtas, como resultado se halló que 21% tiene obesidad, 33% peso normal, el 41% sobrepeso y el 5% peso bajo. El 27% comen frutas diarias, 49% 1 a 2 veces p/sem., 14% comen frituras, el 51% consumen harinas en horas fuera de la comida, en el estilo de vida el 62% no realiza actividad física, el 27% realiza caminatas; se concluyó al déficit de hábitos y estilos de vida saludable que están propenso a padecer sobrepeso y obesidad.

Álvarez et al. (15) en su estudio “Consumo de grasas en el desayuno y su relación con enfermedades crónico no transmisibles en adultos jóvenes, Mexico_2019”, tuvieron como objetivo determinar la relación que existe entre el tipo de grasa y el promedio ingerido en el desayuno, con la presencia de factores de riesgo para el desarrollo de ECNT, en adultos jóvenes, metodología transversal de tipo descriptivo-transversal, utilizo una muestra de 63 alumnos, a quienes utilizaron una

encuesta epidemiológica, dividida en dos secciones (antropometría y datos dietéticos), como resultado se halló que un 50.7% de grasas acumuladas en los adultos jóvenes y el 76.2% con riesgo de cardio metabólico, lo que concluyó que la ingesta de comidas ricas en grasas saturadas produce glucemia y pasarían a la lista de los obesos.

Minda V. (16) en su estudio de “Hábitos Alimentarios en emergencia Sanitaria por Pandemia por Covid-19 en adultos de la provincia del Carchi, Ecuador_2021”, tuvo como objetivo determinar los hábitos alimentarios en emergencia sanitaria por Covid-19, en adultos, metodología no experimental, descriptivo-transversal, tuvo una muestra de 60 adultos, los resultados se obtuvo que el 51.7% tiene horarios irregulares en comidas, el 11,7% come bocadillo; el 41% toman agua, el 38,3% son adictos de la sal en comidas; el 36,7% consumen frutas por semana, el 88,3% verduras; el 41,7% consumen cebada, avena, trigo; el 38,3% no realiza actividad física, el 53% bebe alcohol y 13,3% fuman, concluyó que los carbohidratos son necesarios, pero a la poca actividad física y consumo de sustancias nocivas, conlleva a deteriorar la salud.

Maldonado A. (17) en su estudio de “Porciones de Alimentos de consumo habitual en los adultos de 20 a 64 años de edad de la parroquia rural San Antonio, Cantón Ibarra, Ecuador_2019”, tuvo como objetivo determinar las porciones de alimentos de consumo habitual en los adultos jóvenes de 20 - 39 años y adultos maduros de 40 - 64 años, metodología no experimental, descriptivo, cuantitativo y de corte transversal, tuvo una muestra de 105 adultos; se obtuvo los resultado, el consumo medio del

huevo 64 g \pm 10,3 DE, arroz 65 g \pm 27 DE, tomate riñón 74 g \pm 32,4 DE, plátano seda 137 g \pm 30,6 DE, de los cuales no cubren los valores energéticos y nutricionales para dicha edad; concluye que la población necesita una consejería nutricional, ya que no consume alimentos de acuerdo al grupo de edad.

Pinillos P., et al. (18) en su estudio “Estilo de Vida en adultos jóvenes universitarios de Barranquilla, Colombia, 2022”; tuvo como objetivo determinar los estilos de vida en estudiantes universitarios y las diferencias según el sexo y el estatus económico; metodología cuantitativa, descriptivo de corte transversal; con una muestra de 508 universitarios; se obtuvo resultado que el 24,2% controla el consumo de azúcar y grasas, el 20% no realiza actividad física, y el 30% no regula el azúcar, el 60% no tiene un estilo de vida saludable; se concluyó que los niveles bajos de actividad física y la ausencia de hábitos en la alimentación, afecta el estilo de vida ocasionando el aumento de morbilidad y posterior la mortalidad en las personas.

B. En el Ámbito Nacional

Soriano A, (19) en su trabajo de investigación “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Shiqui – Catac, 2020”, tuvo como objetivo determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto del centro poblado de Shiqui – Catac, 2020; la metodología fue cuantitativa; su muestra estuvo formado de 150 adultos a quienes le aplicaron un cuestionario de la Escala de vida y los Factores biosocioculturales, tuvo como resultado que

el 76% tiene un estilo de vida no favorable y un 24% tiene un estilo de vida favorable, se encontró que el 95% es confiable y significativo de $p < 0,05$, concluyendo que si existe relación entre ambas variables.

Uribe R., et al (20) en su estudio “Estilo de vida relacionado con el Covid-19 en pacientes adultos que acuden el centro de salud Guadalupe Ica, 2021; tuvo como objetivo analizar el estilo de vida y su relación con el Covid-19 en pacientes adultos que acuden al Centro de Salud Guadalupe; la metodología fue descriptivo, cuantitativo y transversal con diseño no experimental; su muestra estuvo formado por 108 adultos, se utilizó un cuestionario estructurado; tuvo como resultado que el 42,6% tienen un estilo de vida deficiente, el 45,4% tienen poca actividad física, el 52,8% tienen manejo del estrés, 54,6% tienen descanso regular; se encontró que si existe relación entre la conducta alimentaria ($p=0,024$), actividad física ($p=0,006$); se concluyó que el estilo de vida es no saludable y esto se relaciona con el Covid-19.

Rojas K, (21) en su estudio “Estilo de vida como determinantes de la salud de los trabajadores de la Empresa Saga Falabella – Trujillo, 2019; obtuvo como objetivo identificar los estilos de vida como determinantes de la salud de los trabajadores de la Empresa Saga Falabella; metodología cuantitativa, descriptivo – transversal; muestra estuvo formado por 152 trabajadores en donde se utilizó el cuestionario sobre los determinantes de la Salud de la persona Adulta del Perú; tuvo como resultado que 42% (64) fuma pero no diariamente, el 36% (54) consumen ocasionalmente bebidas alcohólicas, el 45% (69) no realiza actividad física; se concluyó

que no realiza ningún tipo de actividad física, consumen dulces gaseosas y frituras, consumen pocas verduras, hortalizas y legumbres.

Echabautis A, et al. (22) en su tesis “Estilos de vida saludable y factores biosocioculturales en los adultos de la agrupación familiar Santa Rosa de San Juan de Lurigancho, 2019”; tuvo como objetivo determinar la relación entre los factores biosocioculturales y los estilos de vida saludable en los adultos; metodología cuantitativo – correlacional; con una muestra de 60 adultos en la cual se aplicó los cuestionarios de estilos de vida y factores biosocioculturales; tuvo como resultado que el 81,7% tienen estilo de vida no saludable y el 18,3% tienen estilos de vida saludable de las cuales el 13,3% realiza ejercicios, el 21,7% tiene manejo de estrés, 46,7% lleva un desarrollo espiritual, se empleó el Chi Cuadrado con un nivel de significancia de 0,05, se concluyó que ambas variables están relacionadas.

Flores N, (23) en su estudio “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, la Joya_Arequipa, 2018” ; tuvo como objetivo determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos; metodología cuantitativo, descriptivo-correlacional; tuvo muestra de 115 adultos, se aplicó dos instrumentos para la recolección de datos, tuvo como resultado que el 15,7% tienen estilo de vida saludable, el 84,3% tienen estilo de vida no saludable, el 66,1% son adultos de 36 a 59 años, el 59,1% son femenino, el 32,2% tienen secundaria incompleta, se aplicó la Prueba de Independencia de

Criterios Chi cuadrado, con el 95% de confiabilidad y significancia de $p < 0.05$; se concluyó que existe relación entre las variables.

C. En el Ámbito Local

Bolívar P, (24) en su investigación “Estilos de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro pueblo joven el Progreso_Chimbote, 2018”; tuvo como objetivo determinar entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en los adultos maduros del Pueblo; su metodología fue cuantitativa; una muestra de 200 adultos maduros, se les aplicó cuestionarios de escala de vida y factores biosocioculturales; tuvo como resultado que el 54% tiene estilo de no saludable y el 46% tiene estilo de vida saludable; se concluyó que no existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y sexo. No cumplió para la aplicación del Chi cuadrado, porque más del 20% son mayores que 5 en Grado de Instrucción, ocupación, ingreso económico, religión y estado civil.

Orbegoso A, (25) en su estudio “Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro del asentamiento humano Santa Cruz_Chimbote,2018”; tuvo como objetivo determinar la relación entre estilos de vida y los factores biosociocultural de los adultos maduro; metodología cuantitativo-transversal; muestra de 200 adultos, se aplicó cuestionarios de escala de vida y factores biosocioculturales; se obtuvo resultados que el 98% tiene estilo de no saludable y 4% tiene estilo de vida saludable, utilizando la prueba de independencia de criterios chi

cuadrado con 95% de confiabilidad y significancia de $P < 0,05$; concluyendo que ambas variables están relacionadas.

Carrión D, (26) en su estudio “Estilo de vida y factores del adulto joven. Asentamiento Humano Santa rosa del Sur_Nuevo Chimbote, 2020”; tuvo como objetivo determinar la relación entre el Estilo de vida y los Factores Biosocioculturales del adulto joven; metodología cuantitativo – transversal; con una muestra de 302 adultos jóvenes, se utilizó los cuestionarios la escala de estilo de vida y factores biosocioculturales; se obtuvo resultados que el 15,9% tienen estilo de vida saludable y 84% estilo de vida no saludable, se aplicó la prueba de independencia de criterios Chi cuadrado, con 95% de confiabilidad y significancia de $p > 0,05$; se concluyó que tienen un estilo de vida no saludable, la mayoría son de sexo femenino, instrucción secundaria, son amas de casa y ganan < 400 soles.

Llatas C, (27) en su estudio “Estilo de vida y factores biosocioculturales en madres adultas. Sector 8, Bellamar – Nuevo Chimbote, 2019”; tuvo como objetivo determinar la relación entre el estilo de vida y los factores Biosocioculturales en las madres adultas; metodología cuantitativo - descriptivo correlacional, muestra conformado 195 madres adultas, se utilizó cuestionarios de escala de estilos de vida y factores Biosocioculturales; tuvo como resultado que el 46,15% (90) tienen estilos de vida saludable, 53,85% (105) tienen estilos de vida no saludable teniendo una relación significativa de $p > 0,05$ entre las variables; se concluyó que en relación a los factores

biosocioculturales, la mayoría profesan la religión católica y son ama de casa. No aplica el chi cuadrado en ocupación e ingreso económico.

Pereyra M, (28) en su estudio “Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Asentamiento humano Fraternidad_Chimbote, 2018”; tuvo como objetivo determinar la relación entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales en el adulto maduro; metodología cuantitativo-transversal, muestra conformada 250 adultos a quienes se les aplico los cuestionarios de escala de vida y factores biosocioculturales; tuvo como resultado el 68,8% (172) estilo de vida no saludable y 31,2% (78) estilo de vida saludable, predomina el sexo femenino con 80% (200), instrucción primaria el 52% (130), ingreso > 400 el 35,2% (88), utilizando la prueba de independencia de criterios Chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de $p < 0.05$; concluyó que si existe relación entre ambas variables.

2.2. BASES TEÓRICAS DE LA INVESTIGACIÓN

2.2.1. Bases Teóricas

El presente trabajo de investigación se sostiene en las bases conceptuales sobre estilos de vida según la teoría de Marc Lalonde y Nola Pender en relación con los factores biosocioculturales de la persona y de esta manera contribuir mejor su comprensión, siendo saludable o no saludable.

Lalonde, era abogado y político ocupaba un cargo en el Ministerio de Salud Pública de Canadá en la cual designo para el

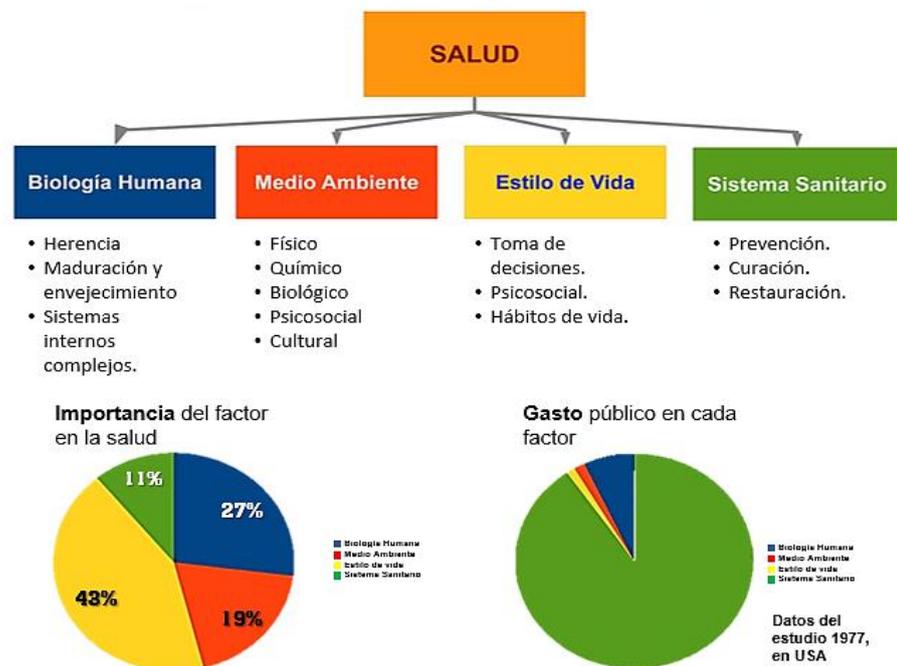
estudio correspondiente a un grupo de epidemiólogos sobre las razones que estaban generando enfermedades y muertes entre los canadienses. Al finalizar el estudio Lalonde presento un Informe llamado “New perspectives on the health of Canadians”, las cuales permitió como base poder conocer las razones principales, sirviendo de conocimiento para la Salud Pública, cuya finalidad es velar la salud en la población (29).

Asimismo, Lalonde, en 1974 creó un modelo explicativo en la salud pública sobre los determinantes de la salud que se mantienen vigentes como son el estilo de vida, medio ambiente, biología humana y Sistema Sanitario. Estilo de Vida, Determinante más importante, porque influye y se modifica mediante las actividades de promoción de la salud, relacionándose así con los comportamientos de la salud: consumo de drogas, escaso ejercicio, momentos de estrés, ingerir cantidades de grasa, promiscuidad, conducciones peligrosas, hábitos no saludables e incumplimiento terapéuticos. Biología Humana, se refiere a la herencia genética y no son modificables, pero debido al avance de la genética médica, se puede modificar y de esta manera prevenir enfermedades hereditarias (30).

De esta manera Lalonde considera también al Sistema Sanitario, el determinante que menos influye en la salud de las personas, pero sin embargo es el que más recursos económicos necesita para el cuidado que tiene que brindar hacia las personas y esto se debe a que tiene que recibir una asistencia sanitaria de buena calidad con cobertura y

acceso de forma gratuita. Medio Ambiente, se refiere a la contaminación existente del agua, aire y suelo también considerando al medioambiente psicosocial y sociocultural, por factores de la naturaleza; siendo una variable modificable en la cual se puede analizar la contaminación ambiental, aire, suelo, agua y ambiente psicosocial y sociocultural, por factores biológicos (30).

Determinantes para la salud



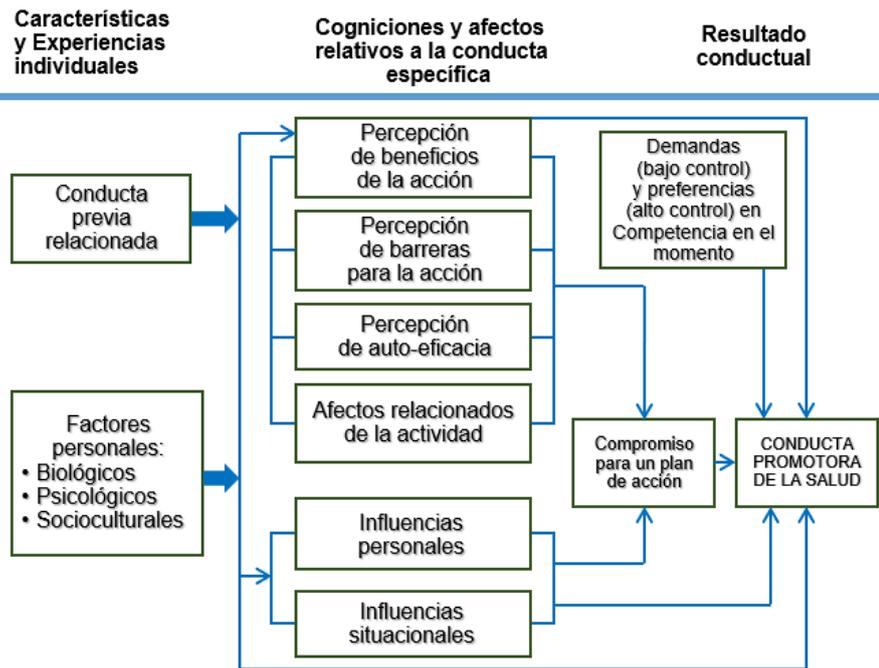
Fuente: Lalonde, M. A new perspective on the Health of Canadians, 1974.

Nola Pender, nace en Lansing, Michigan el 16 de agosto de 1941, empezó el amor a la enfermería cuando observó a su tía hospitalizada y el cuidado enfermero que le brindaban. En el año 1962 obtiene un diploma de la escuela de enfermería de West Suburban Hospital de Oak Park, Illinois. En el año 1964 concluye su carrera en la Universidad del Estado de Michigan, Evanston, Illinois. Al pasar unos años realiza un doctorado dirigido a los cambios evolutivos advertidos en los procesos de codificación de la memoria inmediata de los niños,

formando un interés en el campo de aprendizaje y posteriormente dió origen al “Modelo de la Promoción de la Salud” (31).

Asimismo, Nola Pender en su Teoría del “Modelo de promoción de la salud”, indica que son modificables los factores cognitivos-perceptuales. Este modelo va permitir a la salud identificar conceptos relevantes sobre los comportamientos de Promoción de Salud, permitiendo así dejar una brecha para las futuras investigaciones, facilitando la hipótesis de la investigación. Esta teoría continúa siendo modificada y a la vez perfeccionada en lo que respecta de las conductas sanitarias que llegan a influenciar en la salud de las personas. El modelo se centra más en la educación de las personas de cómo saber cuidarse y llevar una vida más saludable (32).

Por consiguiente, Nola Pender desarrolla los siguientes metaparadigmas: Persona, esto abarca hacia el individuo la teorista, porque define a la persona como una forma única desde el patrón cognitivo-perceptual y sus factores variables. Enfermería, como enfermería ha tenido auge durante muchos años anteriores, tal es así que la enfermera es una persona que siempre tiene que motivar a los usuarios brindando con responsabilidad los cuidados sanitarios. Salud, es un estado sumamente positivo, ya que es considerado como importante ante que cualquier otra frase general. Entorno, es la representación entre los factores cognitivos-perceptuales entre los factores modificantes y que estos van a ayudar a mejorar las conductas promotoras de la salud (33).



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

Nola Pender, plantea sobre la primera columna haciendo mención a las “Características y experiencias individuales”, en donde el concepto “conductas previas relacionadas”, se refiere a experiencias pasadas ya sean directas o indirectas que pueden verse comprometidos los comportamientos de la promoción de la salud; el concepto “factores personales”, se refiere a predicción de algunas conductas y se encuentran definidos por naturaleza. La segunda columna se vincula con los conocimientos y afectos (emociones, sentimientos y creencias) de la conducta y se subdivide en seis conceptos; el primero, son los resultados anticipados que son positivos y se producirán en la conducta de la salud; el segundo, menciona las percepciones negativas de la persona que obstaculiza el compromiso a la acción sobre la conducta existente (34).

Asimismo, el tercero, es la sensación de competir con uno mismo para ejecutar una clase de conducta diferente, teniendo un resultado específico de la conducta de la salud; el cuarto, está relacionado con el comportamiento, emociones o reacciones con pensamientos positivos o negativos hacia la conducta; quinto, es el compromiso a tomar sobre las conductas promocionales de salud sobre otras personas permitiéndolas recibir ayuda; sexto, las influencias existentes en nuestro alrededor se dirige en permitir aumentar o disminuir el compromiso a la participación de las conductas promotoras de la salud. La tercera columna es el resultado final, hace mención sobre el control que tienen las personas debido a la existencia de un entorno que pueda ocurrir, beneficiándola de forma positiva en la conducta promotora de la salud (34).

Se define al estilo de vida, a los procesos sociales, hábitos, tradiciones, comportamiento y conducta del individuo y grupo poblacional, que conlleva hacia la satisfacción de necesidades humanas para que de esta manera pueda alcanzar el confort y la vida. También se conoce que una tercera parte de las enfermedades que existen en el mundo se pueden prevenir a través de los cambios de comportamiento, lo que define que la persona se enferme o se mantenga sana, y si se enfermara, su rol de participación va ser importante durante su recuperación de forma inmediata (35).

En este presente estudio de investigación se empleó el instrumento de escala de estilos de vida en la cual fue medido de

acuerdo a lo propuesto en el Modelo de Promoción de la Salud (MPS) de Nola Pender, pero fue modificado por Susan Walker, Karen Sechrist y Marilyn Frank-Stromborg en el cual facilita la aplicación de la valoración de los estilos de vida, pero está apoyado en el estilo de vida promotor de la salud de las personas, las dimensiones del estilo de vida incluyen: alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, responsabilidad en salud, apoyo interpersonal y autorrealización (36).

2.2.2. Bases Conceptuales

Estilo de Vida: es una forma de vida que se fundamenta a través de los comportamientos que se pueden identificar e influenciar por determinada característica personal individual, las influencias sociales y los estados de vida socioeconómicas y ambientales. Así mismo, el estilo de vida saludable va inmiscuir de forma positiva hacia la salud, abarca costumbres como realizar ejercicios diariamente, mantener una alimentación saludable, generar tiempos libres y disfrutarlos, conservar siempre la autoestima en alto, comportamiento positivo hacia la vida, reuniones de socialización, amigos, familia, etc. (37).

Así mismo, Nola Pender considera las dimensiones dentro de los estilos de vida lo siguiente:

Dimensión de alimentación, son acciones que ayudan a llevar alimento al organismo nutriéndolos y como seres humanos pueden ingerir variedades de alimentos, así de esta manera el organismo

recibirá los nutrientes suficientes para poder sobrevivir y llevar a cabo las actividades que realizarán durante el día (38).

La nutrición, es un acto consecutivo de origen biológico en donde los seres vivos como los animales y vegetales, absorben los nutrientes suficientes para la subsistencia. Es fundamental para el correcto funcionamiento y conservación de las funciones vitales en todos los seres vivos; mantiene el equilibrio homeostático de nuestro organismo, como son los procesos macrosistémicos, siendo la digestión y el metabolismo (39).

Dimensión Actividad y Ejercicio, es un grupo de diferentes variedades de actividades físicas planificadas, estructurada, repetible, que tiene como fin conservar y mejorar la salud, aumento del rendimiento físico y mantener la calidad de vida saludable y esto va depender del tipo de entrenamiento y ejercicios que se realice, obteniendo de esta manera velocidad, fuerza, resistencia, elasticidad y coordinación (40).

La Actividad física es denominada todo aquel movimiento que el cuerpo realiza y para hacerlo necesita de energía, estos movimientos se pueden evidenciar mediante juegos, caminatas, bailes, paseos en bicicleta, tareas domésticas, actividades recreativas, trabajo o cualquier otro movimiento en un momento de ocio. Cuando estas actividades físicas son practicadas de manera regular y sistemática,

van a ser beneficiosas para nuestra salud de tal manera ayudara a mejorar y/o mantener el bienestar físico y mental (41).

Dimensión Manejo del estrés, es la acción de control que reduce la tensión que va ocurrir en una situación fácil o complicada y pueden darse por cuestiones ambientales, familiares, laborales, etc., en donde se podrá llevar la presión, emergencias o estrés de manera coordinada, haciendo que la situación mejore en ese momento (42).

Dimensión responsabilidad en salud, esto nos indica en poder elegir correctamente alguna opción saludable y la correcta, en lugar de elegir la equivocada la cual va ocasionar un peligro para nuestra salud, sin embargo, deben optar por un comportamiento adecuado y aplicar algunas actividades que puedan beneficiar a la salud (43).

La autorresponsabilidad, es la capacidad que tiene toda persona de asumir una posición, de esta manera va permitir orientar su vida personal para que fortalezca como un ser ente, permitiendo que participe de manera afectiva (44).

Dimensión apoyo interpersonal, son aquellas que accedemos para establecer vínculos estables y verdadera de las personas, tal es así su progreso involucra en poder distinguir las emociones que podamos presentar en uno mismo y también en los demás, tal es así controlar la posibilidad de relacionarnos con el resto (45).

Dimensión Autorrealización, es el logro en haber alcanzado alguna meta propuesta, siendo una razón para el desarrollo y

beneficioso para la persona demostrando sus mejores capacidades, talentos, habilidades, con el único fin de lograr su objetivo en el lado personal, obteniendo satisfacción y felicidad (46).

La otra variable en estudio, son los factores biosocioculturales y está determinado como un aspecto o eventos que son cambiantes en las personas, y que están no se pueden modificar. Y para fines metodológicos se han considerado la edad, sexo, grado de instrucción, ocupación, estado civil, ingreso económico y religión (47).

Características biológicas, nuestra genética con el pasar del tiempo se ha ido adaptando al ambiente de tal manera el hombre ha ido evolucionando creando nuevos marcadores de incorporación para el estudio en patologías epidemiológicos, tal es así se evidencian la existencia de la especie como medio adaptativo y también en poder adquirir enfermedades relacionadas con el estilo de vida inadecuados que afecta a nuestro organismo (48).

De la misma manera, el sexo puede definir la situación de la salud en las personas, como se puede evidenciar la aparición de tumores, enfermedades cardiovasculares que suelen padecer los adultos jóvenes a diferencia en las mujeres de la misma edad. Las mujeres tienen mayor tiempo de vida ya que con el pasar del tiempo se vuelven dependiente a comparación de los varones, y ellas acuden más consecutivamente a los centros de salud porque están más expuestas a

muchas enfermedades y conforman el alto índice de morbilidad a diferencia del varón (49).

Características Sociales y económicas, son las habilidades que tienen las personas en poder relacionarse entre sí, mediante la escucha activa, comunicación, comportamiento asertivo y empáticas, el poder socializarnos, sentirse en compañía y dar y recibir ayuda. La salud está relacionada con aspectos socioeconómicos. En cuanto a la epidemiología, dependiendo del ingreso económico que perciba, va depender el estado de salud que se encuentre ya que está estrechamente relacionado la pobreza con la enfermedad. Si el ingreso económico es menor a lo normal ya tiene escasas de tener una correcta necesidad en la vida, ya que no tendrá una alimentación correcta. (50)

Nivel educativo, si no está presente en una persona va significar que puedan padecer diversas variedades de enfermedades, es decir el bajo nivel de enseñado que reciba, va tener más desconocimiento en lo que respecta sobre salud, a comparación los que tiene un nivel de nivel de instrucción mayor. El nivel de educación y económico está relacionado con el aumento de morbilidad en la población y esto se debe a que propiciara la aparición de nuevas enfermedades como son las cardiovasculares; existe un vínculo entre ambos factores y que esto será más evidente y riesgoso para la salud (51).

III. HIPÓTESIS

Si existe relación significativa entre el estilo de vida y factores biosocioculturales de los padres de familia de la Institución Educativa N° 89007 del 5° grado nivel primaria_Chimbote, 2021.

No existe relación significativa entre el estilo de vida y factores biosocioculturales de los padres de familia de la Institución Educativa N° 89007 del 5° grado nivel primaria_ Chimbote. 2021.

3.1. VARIABLES

- ❖ Estilo de vida.
- ❖ Factores biosocioculturales.

IV. METODOLOGÍA

4.1. Diseño de la Investigación

Estudio cuantitativo, se refirió a las técnicas que estuvieron debidamente estructuradas y que buscaron medir las variables (37).

Corte transversal, se recolectó los datos que se realizó en un tiempo definido y único, con el propósito de detallar las variables que se analizaron de acuerdo al tiempo asignado (52).

Descriptivo, se describió la realidad enfocando a un objeto de estudio donde se indicó sus propiedades y características, pero al combinar con algunos criterios, sirvió para sistematizar, agrupar u ordenar (53).

Correlacional, estableció la medida de dos o más variables que estuvieron relacionadas entre sí, se trató de indagar de qué forma los cambios en una variable puede afectar los valores de la otra variable (54).

4.2. Población y muestra

4.2.1. Población

La población estuvo constituida por 141 padres de familia del 5° grado de nivel Primaria, cuyos hijos estudian en la Institución Educativa N° 89007 ubicado en Urb. 21 de Abril. Distrito de Chimbote de la Provincia del Santa del Departamento de Ancash.

4.2.2. Muestra

Estuvo constituido por 70 padres de familia del 5° grado de nivel Primaria – Chimbote, quienes aceptaron participar de forma voluntaria el estudio de investigación, en la cual se especifica en el anexo 7.

4.2.3. Unidad de Análisis

Cada padre de familia de la Institución Educativa N° 89007 de la Urbanización 21 de abril que formó parte del universo muestral, cumplió con los criterios de inclusión social de la investigación.

Criterios de inclusión

- Padres de familias que integran más de 2 años en la Institución Educativa N° 89007 de la Urbanización 21 de abril.
- Padres de familias de ambos sexos de la Institución Educativa N° 89007 de la Urbanización 21 de abril.
- Padres de familias que admitieron a colaborar en el estudio del Proyecto de Investigación.

Criterios de exclusión

- Padres de familia de la Institución Educativa N° 89007, que manifiesten algún trastorno mental.
- Padres de familia de la Institución Educativa N° 89007 que muestren problemas de comunicación.
- Padres de familia de la Institución Educativa N° 89007 con algún trastorno patológico.

4.3. Definición y Operacionalización de variables e indicadores

ESTILO DE VIDA DE LOS PADRES DE FAMILIA

Definición Conceptual

El estilo de vida es la forma como la persona se integra al mundo de acuerdo a las condiciones de vida que tenga, y estas pueden incluir higiene personal, hábitos alimenticios, formas de relacionarse socialmente, ocios, sexualidad,

la manera como se siente al respecto de la vida y esto se disminuye cuando cambia su forma de sentir con respecto a los cambios que puedan presentar, mecanismos de afrontamientos sociales (55).

Definición Operacional

Se utilizó la escala nominal

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

FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS PADRES DE FAMILIA

Definición Conceptual

Los Factores biosocioculturales son características o circunstancias detectables en la persona, que pueden ser no modificables. Los factores considerados son: edad, estado civil, escolaridad, ingreso económico, ocupación, sexo, religión (52).

FACTORES BIOLÓGICOS

Edad

Definición Conceptual

La edad es una fase del proceso biológico, es el intervalo transcurrido entre el nacimiento de una persona y el momento en que es observada (56).

Definición Operacional

Escala Nominal

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

Sexo:**Definición Conceptual:**

Sexo es el conjunto de características físicas, biológicas, anatómicas y fisiológicas que caracterizan a los individuos de una especie dividiéndolos en masculinos y femeninos. El sexo viene establecido por naturaleza, es una cuestión genética (57).

Definición Operacional

Se utilizará escala nominal

- Masculino.
- Femenino

FACTORES CULTURALES**Religión****Definición Conceptual**

La religión es un sistema de creencias, costumbres y símbolos establecidos en torno a una idea de la divinidad o lo sagrado. Son doctrinas que están constituidas por un conjunto de principios, creencias y prácticas sobre cuestiones de tipo existencial, moral y espiritual (58).

Definición Operacional

Escala Nominal

- Católico
- Evangélico
- Testigo de Jehová
- Pentecostés
- Otros

Grado de Instrucción

Definición Conceptual

El grado de instrucción corresponde al nivel de educación que tiene un individuo determinado, indicando las etapas de estudio que se iniciaron o completaron. (59)

Definición Operacional

Escala ordinal

- Analfabeto (a)
- Primaria Completa
- Primaria Incompleta
- Secundaria Completa
- Secundaria Incompleta
- Superior Completa
- Superior Incompleta

FACTORES SOCIALES

Estado Civil

Definición Conceptual

El estado civil es una situación estable o permanente en la que una persona tiene relación con la legislación. Teniendo los siguientes aspectos: nacimiento y defunción, filiación y matrimonio, nombre y apellidos, emancipación y edad, la nacionalidad y la vecindad, patria potestad y tutela (60).

Definición Operacional

Escala nominal

- Soltero (a)

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

Ocupación

Definición Conceptual

La ocupación hace mención a las funciones, obligaciones y tareas que desempeña una persona y puede ser trabajo, empleo, actividad o profesión, por un tiempo determinado ya sea parcial o completo (61).

Definición Operacional

Escala nominal

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

Ingreso Económico

Definición Conceptual

El ingreso económico es la cantidad de dinero que una familia puede gastar en un periodo determinado sin aumentar ni disminuir sus activos netos. Son fuentes de Ingresos económicos, sueldos, salarios, dividendos, Ingreso por intereses, pagos de transferencia, alquileres y demás (62).

Definición Operacional

Escala Intervalo

- Menor de 100 nuevos soles
- De 100 a 500 nuevos soles
- De 600 a 1 000 nuevos soles
- Mayor de 1 000 nuevos soles

4.4. Técnicas e Instrumentos de la recolección de datos

Técnicas

En el presente trabajo de investigación se utilizó la encuesta online, llamadas, WhatsApp para la aplicación de los instrumentos.

Instrumentos

En el presente trabajo de investigación se utilizó 2 instrumentos para la recolección de datos que se detallan a continuación:

Instrumento N° 01

Escala del Estilo de vida

Instrumento elaborado en base al Cuestionario de Estilo de Vida Promotor de Salud por Walker E, Sechrist K y Pender N; modificado por las investigadoras de línea de la Escuela Profesional de Enfermería Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote: Delgado R, Reyna E y Diaz R, con fines en aplicar en esta Investigación midiendo el Estilo de Vida a través de sus dimensiones: alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud, en donde detalla en el anexo 1.

Está constituido por 25 ítems distribuidos de la siguiente manera.

Alimentación : 1, 2, 3, 4, 5, 6

Actividad y Ejercicio : 7,8
Manejo del Estrés : 9, 10, 11, 12
Apoyo Interpersonal : 13, 14, 15, 16
Autorrealización : 17, 18, 19
Responsabilidad : 21, 22, 23, 24, 25

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 el puntaje es:

N = 4	V = 3	F = 2	S = 1
-------	-------	-------	-------

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

Instrumento N° 02

Cuestionario sobre los factores biosocioculturales de la persona

Elaborado por Delgado R, Díaz R, Reyna E, modificado por: Reyna E, en Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, con fines para la presente investigación y se detalla en el anexo 2.

Está constituido por 8 ítems distribuidos en 4 partes:

- Datos de identificación, donde se obtiene las iniciales o seudónimo de los padres de familia que son entrevistados. (1 ítems)

- Factores Biológicos, donde determina la edad y el sexo (2 ítems)
- Factores Culturales, donde se determina la escolaridad y la religión (2 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 afirmó la validez externa por juicio de expertos presentando el instrumento a un (1) experto en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindaron mayor calidad y especificidad a los instrumentos (63).

Validez Interna

Se realizó la validez interna, ítem por ítem o ítem total a través de la prueba piloto a una muestra similar a la población en estudio (64).

Confiabilidad

Fue midió y garantizó mediante la prueba de Alpha de Crombach y dio como resultado de Confiabilidad en Estilo de vida (0,71), y el método de división en mitades y se demuestra en el anexo 3 (65).

4.5. Plan de análisis

4.5.1. Procedimiento para la recolección de datos

Para la realización de recolección de datos de este trabajo de investigación, se tomó en cuenta lo siguiente:

- Se solicitó la autorización correspondiente al director de la Institución Educativa N° 89007, el día 07 de Setiembre del 2021,

para permitir ingresar al campo de estudio y recolectar los datos correspondientes.

- A través del director de la Institución Educativa, nos proporcionó el medio necesario de comunicación para coordinar con el docente tutor de cada grado haciendo hincapié el motivo de la investigación a realizar y la forma como se aplicaría dicho cuestionario debido a la pandemia.
- Se alcanzó el link correspondiente al docente tutor de cada grado para que después lo alcance a los padres de familia.
- Cada padre de familia tuvo libre disponibilidad de responder el cuestionario, pero solo será llenado una sola vez ya que estará registrado por correo Gmail.
- Todos los instrumentos fueron aplicados de manera Online por Google Forms y estuvieron disponible mientras duro la recolección de información.

4.5.2. Procesamiento y Análisis de datos

Los datos fueron procesados en el paquete SPSS/info/software versión 26.0, se presentarán los datos en tablas simples y se elaborarán gráficos para cada tabla.

Para establecer la relación entre variables de estudio se utilizó la prueba de independencia Chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de $p < 0.05$.

4.6. Matriz de Consistencia

TÍTULO	ENUNCIADO	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	VARIABLES	METODOLOGÍA
Estilo de vida y factores biosocioculturales de los padres de familia de la Institución Educativa N° 89007 del 5° Grado nivel primaria_Chimbote, 2021	¿Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los padres de Familia de la Institución Educativa N° 89007 del 5° grado Nivel Primaria_Chimbote, 2021?	Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los padres de Familia de la Institución Educativa N° 89007 del 5° grado Nivel Primaria_Chimbote, 2021.	Valorar el estilo de vida de los padres de Familia de la Institución Educativa N° 89007 del 5° grado Nivel Primaria_Chimbote, 2021. Identificar los factores biosocioculturales: Sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico de los padres de Familia de la Institución Educativa N° 89007 del 5° grado Nivel Primaria_Chimbote, 2021.	VARIABLE 1 Estilo de vida VARIABLE 2 Factores biosocioculturales	Tipo: cuantitativo, nivel de corte transversal. Diseño: descriptivo correlacional. Población: 141 padres de familias. Muestra: 70 padres de familias Técnica: Encuesta online, llamadas, WhatsApp

4.7. Principios éticos

Para la realización de la investigación se basó y fundamentó de acuerdo al código de ética versión 004 (enero, 2021), teniendo en cuenta la valoración de los principios éticos que están establecidos y fundamentados, mencionando el cumplimiento de estos principios éticos siendo de gran importancia (66).

Protección a las personas

En esta investigación se cumplió este principio, porque a todos los padres de familia se protegió toda información adquirida durante todo el estudio, es por ello se respetó el anonimato de las personas, tal es así que toda la información adquirida, se trató con suma confidencialidad y solo se utilizó con fines de investigación.

Libre participación y derecho a estar informado

Se tuvo en consideración su libre participación de los padres de familias, porque se informó el propósito de la investigación ya que solo se realizaba con fines de estudios y que su participación era en forma voluntaria en responder las encuestas online, sin coacción alguna.

Se pidió la autorización de cada padre de familia mediante un consentimiento informado, explicando su participación voluntaria, confidencialidad y anonimato en los datos obtenidos y se presenta el formato en el anexo 4.

Beneficencia y no-maleficencia

En la presente investigación se tomó en cuenta utilizar el Google forms, para evitar algún tipo de contacto, debido al estado de Emergencia y reducir posibles contagios, cuidando el bienestar de los padres de familias, por lo cual

se optó por realizar las encuestas online, beneficiando que puedan responder desde la comodidad de sus casas.

Principio de Justicia

Se aplicó un juicio razonable, teniendo en cuenta de que sus sesgos, las limitaciones de sus capacidades no dieron lugar a tolerar prácticas injustas.

Se trató equitativamente a todos los padres de familia durante el proceso, procedimientos y servicios relacionados a la investigación. Los padres de familias que participaron tuvieron derecho al acceso de los resultados.

Principio de integridad científica

Se aplicó las normas deontológicas de la profesión, haciendo que mantenga la relevancia en la integridad como investigador, de tal manera se evitó afectar a los padres de familia en el proceso de la investigación, obviar algún daño, riesgo y beneficios potenciales. Se procedió con rigor científico, de tal forma que se aseguró la validez de los métodos, fuentes y datos, también se mantuvo la veracidad en la formulación, desarrollo, análisis y los resultados obtenidos.

V. RESULTADOS

5.1. Resultados

TABLA 1

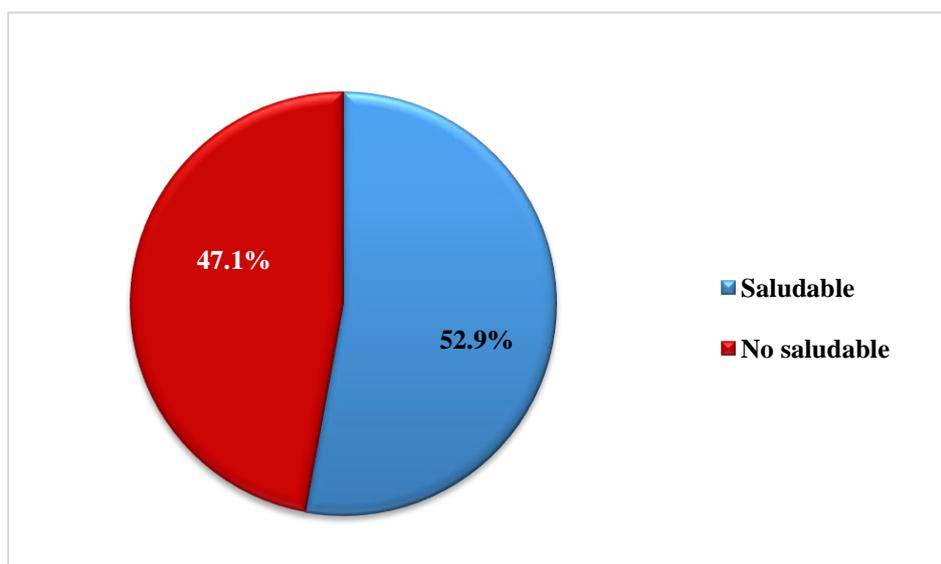
ESTILO DE VIDA DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021

Estilo de vida	N	Porcentaje
Saludable	37	52,9
No saludable	33	47,1
Total	70	100,0

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los padres de familia de la institución educativa N° 89007 del 5° grado nivel primaria_Chimbote, 2021.

GRÁFICO 1

ESTILO DE VIDA DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021



Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los padres de familia de la institución educativa N° 89007 del 5° grado nivel primaria_Chimbote, 2021.

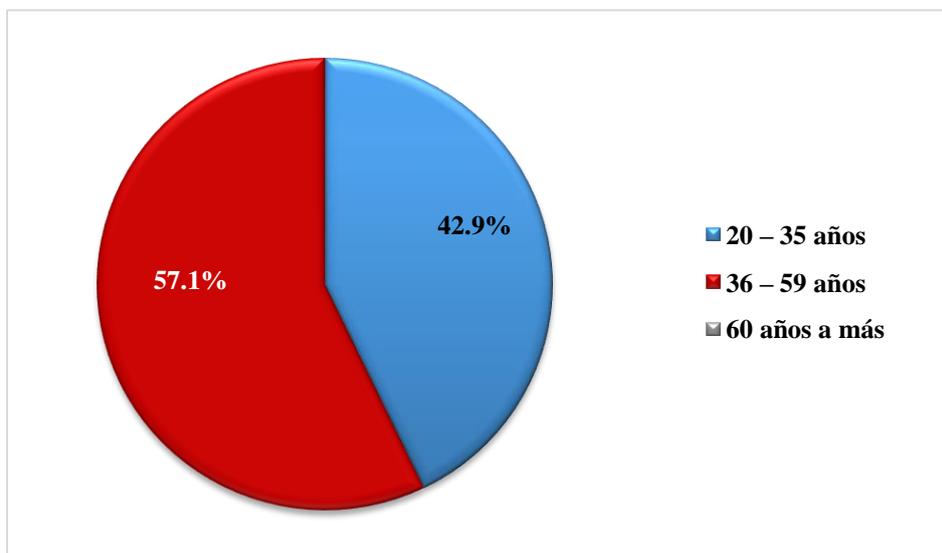
TABLA 2
FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS PADRES DE FAMILIA
DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007
DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021

FACTOR BIOLÓGICO		
Edad	N	%
20 – 35 años	30	42,9
36 – 59 años	40	57,1
60 años a más	0	0,0
Total	70	100,0
Sexo		%
Masculino	11	15,7
Femenino	59	84,3
Total	70	100,0
FACTORES CULTURALES		
Grado de instrucción	N	%
Analfabeto(a)	0	0,0
Primaria Completa	3	4,3
Primaria Incompleta	3	4,3
Secundaria Completa	21	30,0
Secundaria Incompleta	15	21,4
Superior Completa	19	27,1
Superior Incompleta	9	12,9
Total	70	100,0
Religión	N	%
Católico(a)	51	72,9
Evangélico(a)	16	22,9
Testigo de Jehová	1	1,4
Pentecostés	0	0,0
Otras	2	2,9
Total	70	100,0
FACTORES SOCIALES		
Estado civil	N	%
Soltero(a)	9	12,9
Casado(a)	22	31,4
Conviviente	24	34,3
Separado(a)	11	15,7
Viudo(a)	4	5,7
Total	70	100,0
Ocupación	N	%
Obrero (a)	3	4,3
Empleado (a)	11	15,7
Agricultor	1	1,4
Ama de casa	37	52,9
Estudiante	4	5,7
Otros	14	20,0
Total	70	100,0
Ingreso económico (soles)	N	%
Menos de 100	0	0,0
De 100 a 500	0	0,0
De 600 a 1000	39	55,7
De 1000 a mas	31	44,3
Total	70	100,0

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los padres de familia de la institución educativa N° 89007 del 5° grado nivel primaria_Chimbote, 2021.

GRÁFICO 2

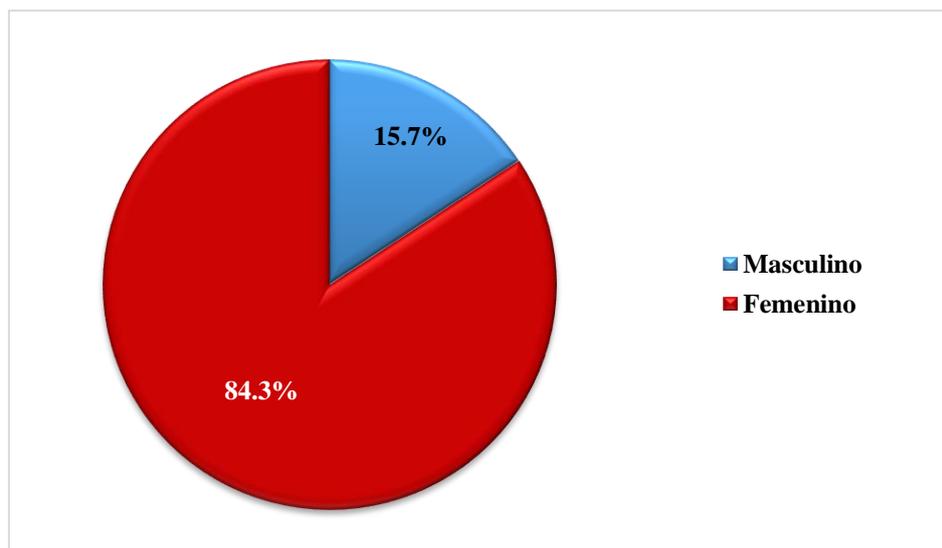
EDAD DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021



Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los padres de familia de la institución educativa N° 89007 del 5° grado nivel primaria_Chimbote, 2021.

GRÁFICO 3

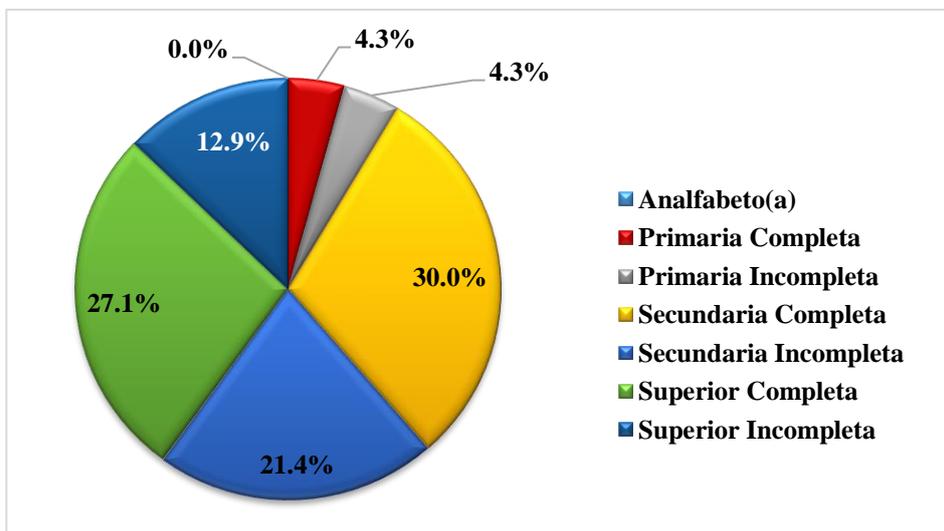
SEXO DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021



Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los padres de familia de la institución educativa N° 89007 del 5° grado nivel primaria_Chimbote, 2021.

GRÁFICO 4

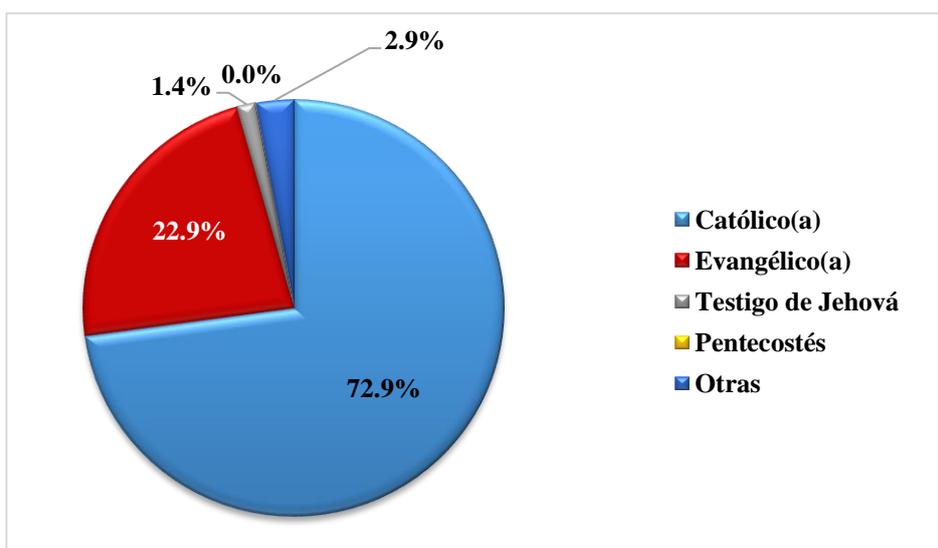
GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021



Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los padres de familia de la institución educativa N° 89007 del 5° grado nivel primaria_Chimbote, 2021.

GRÁFICO 5

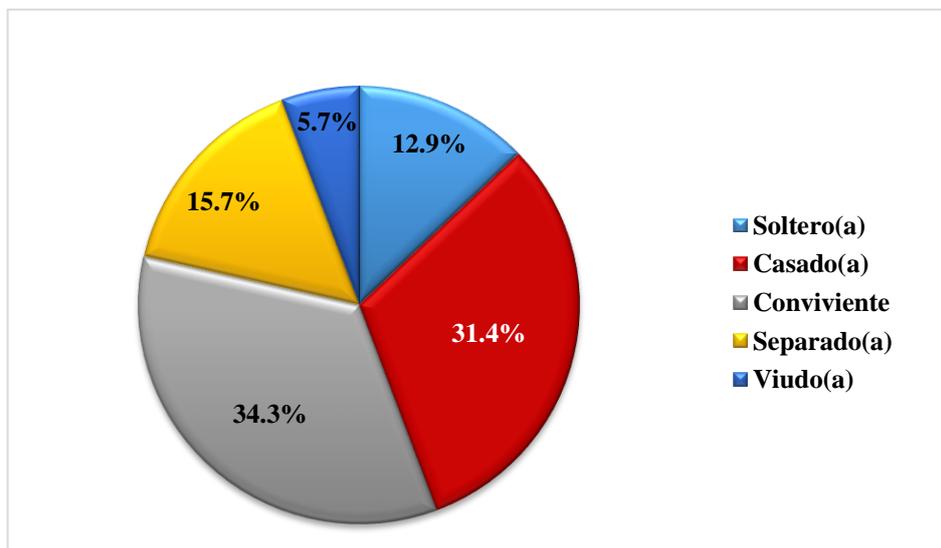
RELIGIÓN DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021



Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los padres de familia de la institución educativa N° 89007 del 5° grado nivel primaria_Chimbote, 2021.

GRÁFICO 6

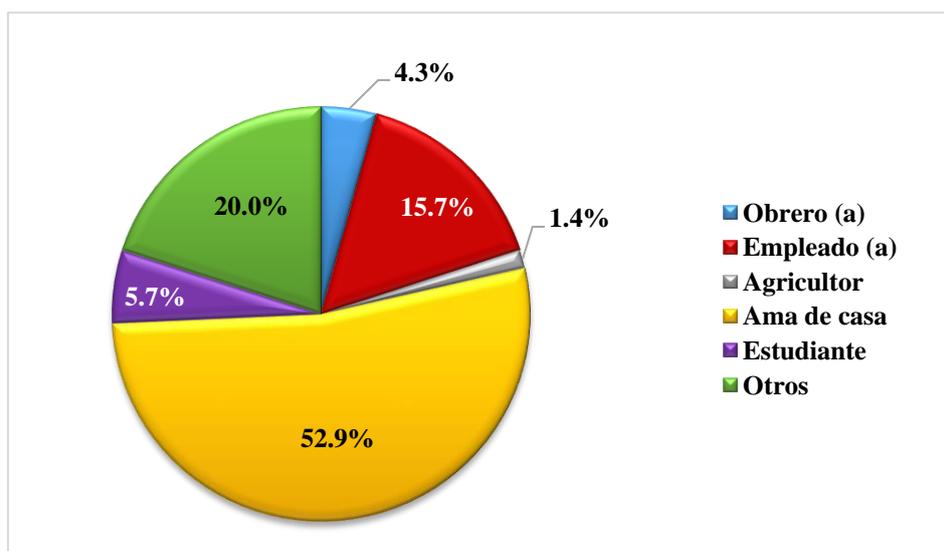
ESTADO CIVIL DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021



Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los padres de familia de la institución educativa N° 89007 del 5° grado nivel primaria_Chimbote, 2021.

GRÁFICO 7

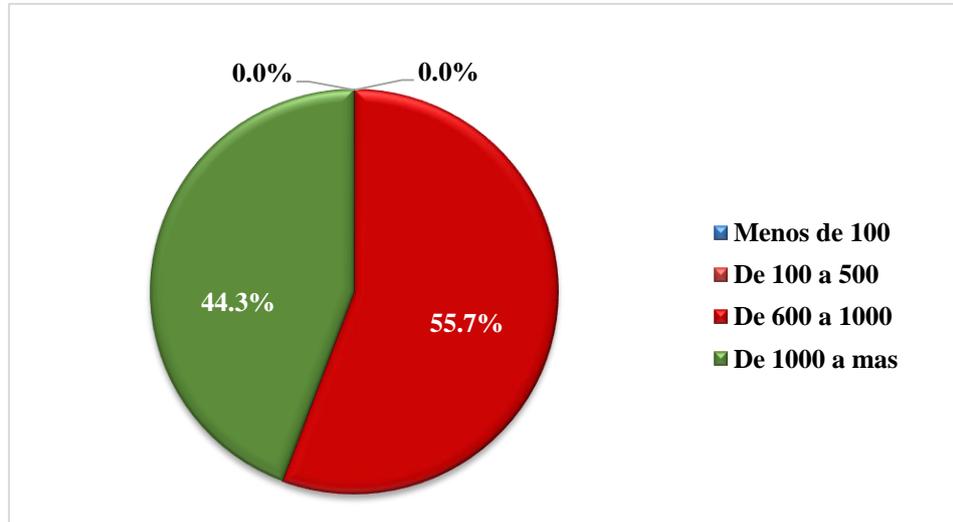
OCUPACIÓN DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021



Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los padres de familia de la institución educativa N° 89007 del 5° grado nivel primaria_Chimbote, 2021.

GRÁFICO 8

INGRESO ECONÓMICO DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021



Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los padres de familia de la institución educativa N° 89007 del 5° grado nivel primaria_Chimbote, 2021.

**RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES BIOSOCIOCULTURALES
Y EL ESTILO DE VIDA EN LOS PADRES DE FAMILIA DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL
PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021**

TABLA 3

*FACTOR BIOLÓGICO Y ESTILO DE VIDA EN LOS PADRES DE FAMILIA
DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL
PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021*

Edad	Estilo de vida				Total		X ² = 0,223; gl = 1; p= 0,063 > 0,05
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
De 20 - 35	12	17,1	18	25,7	30	42,9	No existe relación estadísticamente significativa entre las 2 variables.
De 36 - 59	25	35,7	15	21,4	40	57,1	
De 59 a más	0	0,0	0	0,0	0	0,0	
Total	37	52,9	33	47,1	70	100,0	

Sexo	Estilo de vida				Total		X ² = 0,609; gl = 1; p= 0,435 > 0,05
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Masculino	7	10,0	4	5,7	11	15,7	No existe relación estadísticamente significativa entre las 2 variables.
Femenino	30	42,9	29	41,4	59	84,3	
Total	37	52,9	33	47,1	70	100,0	

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los padres de familia de la institución educativa N° 89007 del 5° grado nivel primaria_Chimbote, 2021.

TABLA 4

FACTORES CULTURALES Y ESTILO DE VIDA EN LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021

Grado de Instrucción	Estilo de vida				Total		X ² = 0,104; gl = 5; p= 0,390 > 0,05
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Analfabeto	0	0,0	0	0,0	0	0,0	No existe relación estadísticamente significativa entre las 2 variables.
Primaria completa	1	1,4	2	2,9	3	4,3	
Primaria incompleta	2	2,9	1	1,4	3	4,3	
Secundaria completa	9	12,9	12	17,1	21	30,0	
Secundaria incompleta	8	11,4	7	10,0	15	21,4	
Superior completa	13	18,6	6	8,6	19	27,1	
Superior incompleta	4	5,7	5	7,1	9	12,9	
Total	37	52,9	33	47,1	70	100,0	

Religión	Estilo de vida				Total		X ² = 0,310; gl = 3; p= 0,009 < 0,05
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Católico	22	31,4	29	41,4	51	72,9	Si existe relación estadísticamente significativa entre las 2 variables.
Evangélico	13	18,6	3	4,3	16	22,9	
Testigo de Jehová	1	1,4	0	0,0	1	1,4	
Pentecostés	0	0,0	0	0,0	0	0,0	
Otros	1	1,4	1	1,4	2	2,9	
Total	37	52,9	33	47,1	70	100,0	

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los padres de familia de la institución educativa N° 89007 del 5° grado nivel primaria_Chimbote, 2021.

TABLA 5

*FACTORES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA EN LOS PADRES DE FAMILIA
DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL
PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021*

Estado Civil	Estilo de vida				Total		$X^2 = -0,086$; gl = 4; $p = 0,481 > 0,05$
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Soltero (a)	4	5,7	5	7,1	9	12,9	No existe relación estadísticamente significativa entre las 2 variables.
Casado (a)	15	21,4	7	10,0	22	31,4	
Conviviente	11	15,7	13	18,6	24	34,3	
Separado	4	5,7	7	10,0	11	15,7	
Viudo (a)	3	4,3	1	1,4	4	5,7	
Total	37	52,9	33	47,1	70	100,0	

Ocupación	Estilo de vida				Total		$X^2 = -0,066$; gl = 5; $p = 0,589 > 0,05$
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Obrero (a)	2	2,9	1	1,4	3	4,3	No existe relación estadísticamente significativa entre las 2 variables.
Empleado (a)	8	11,4	3	4,3	11	15,7	
Agricultor	0	0,0	1	1,4	1	1,4	
Ama de casa	17	24,3	20	28,6	37	52,9	
Estudiante	2	2,9	2	2,9	4	5,7	
Otros	8	11,4	6	8,6	14	20,0	
Total	37	52,9	33	47,1	70	100,0	

Ingreso económico	Estilo de vida				Total		$X^2 = 4,947$; $gl = 1$; $p = 0,026 < 0,05$
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Menos de 100	0	0,0	0	0,0	0	0,0	Si existe relación estadísticamente significativa entre las 2 variables.
De 100 - 500	0	0,0	0	0,0	0	0,0	
De 600 - 1000	16	41,0	23	59,0	38	55,7	
De 1000 a más	21	67,7	10	32,3	32	44,3	
Total	39	52,9	31	47,1	70	100,0	

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. y Escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado a los padres de familia de la institución educativa N° 89007 del 5° grado nivel primaria_Chimbote, 2021.

5.2. Análisis de resultados

Tabla 1: Del 100% (70) de padres de familia de la Institución N° 89007 el 52,9% (37) tiene estilos de vida saludable, el 47,1% (33) estilo de vida no saludable.

Al analizar sobre los resultados de los estilos de vida de los padres de familia de la Institución Educativa, se observa que más de la mitad tiene un estilo de vida saludable porque consumen alimentos saludables y solo unos cuantos consumen comidas artificiales debido al escaso conocimiento que tienen sobre ellos, también realizan actividad física (ejercicios), cuando suelen afrontar una situación de estrés o un problema, suelen acudir a la ayuda de personas que le sirve de apoyo para mejorar su autocontrol emocional, en lo que respecta en su salud suelen acudir a los establecimiento de salud para su chequeo correspondiente y así prevenir alguna posible enfermedad y los medicamentos que puedan consumir siempre lo adquieren bajo recetas médicas para evitar una automedicación.

Se puede definir al estilo de vida como aquellas conductas y posturas que las personas se acogen de forma individual durante toda su vida, de tal manera que esto va generar un balance entre el cuerpo y la mente de forma correcta. Los estilos de vida son una base principal que va definir el estado de salud de cada persona, de tal manera que esto va servir como protección, pero va depender del comportamiento y la manera cómo va decidir en tomar una decisión (67).

La OMS (68), lo define al estilo de vida como una manera de cómo lleva la vida cada persona y esto va depender de la forma como interactúa en un

ámbito determinado y las condiciones que puedan afectar ya sea socioculturales, individuales, en ese contexto hace referente que el estilo de vida saludable es parte de la condición de vida en forma global.

Asimismo, se observa que menos de la mitad tiene un estilo de vida no saludable y se debe a que tienen a una alimentación inadecuada (consumo bajo en líquidos, bajo nutrientes en alimentos, consumo de alimentos enlatados sin conocer su contenido proteico), además suelen realizar pocas actividades ya que solo se dedican las actividades rutinarias del día generando estrés, además siempre están en casa cumpliendo el rol de madre pero dejan la interrelación personal de lado es por eso que pocas veces suelen relacionarse con los demás o tener una persona de confianza, por otro lado, cuando se trata de la salud suelen acudir pocas veces a los centros de Salud es por ello que cuando se sienten mal acuden a la farmacia en compra de medicinas y se automedican.

Los estilos de vida de las personas no saludables que son modificables es el sedentarismo y los malos hábitos nutricionales, y esto pueden generar en el futuro Sobrepeso y Obesidad, y esto conllevara a la aparición de Diabetes mellitus, cáncer y cardiopatía isquémica. El desarrollo científico-técnico, permitió que mejore las condiciones de vida en las personas adoptando medidas preventivas. Pero existen factores que contribuyen a que la alimentación no sea la adecuada, por ejemplo, el aspecto físico, religión, factores económicos, nivel de instrucción y socioeconómico, el hábitat, dimensión social y antropológica, factores psíquicos del individuo (69).

Los padres de familia, menos de la mitad no llevan una alimentación correcta, y esto va relacionado con las diversas actividades que realizan en todo el día, ya sea por trabajo, quehaceres del hogar, el ingreso económico bajo, el consumo de agua es menos de lo promedio normal como también al consumir los alimentos envasados suelen no visualizar su contenido y esto hace que el consumo del alimento sea inapropiado afectando su salud.

La alimentación saludable, son aquellos alimentos que nos proporcionan todos los nutrientes necesarios que el cuerpo lo requiera para que así de esta manera exista el buen funcionamiento de nuestro organismo, y mantener la salud, reducir el riesgo de enfermedades, desarrollo, crecimiento, gestación, lactancia, asegurar la reproducción. Para ello es primordial el consumo de frutas, pescado, cereales integrales, carnes, aceite, aves y más. De todo esto, también protegernos de enfermedades y así poder mantener una vida saludable (70).

El requerimiento necesario nutricional es el principal motor principal en el buen desarrollo del organismo de las personas y esto hace tener una buena salud y óptimos rendimientos. Esto inicia desde que estamos en la gestación para luego pasar a la lactancia. La ausencia o carencia de estos, va generar una disminución de la capacidad de reserva de nuestro organismo de protegernos de diversas enfermedades. El consumo diario de calorías: masculino 3 067 y femenino 2 403; kcal/día, proteínas: 0,8 g proteínas/kg peso corporal/día; grasa en dieta: 15% en varones y 20% mujeres; agua: 1,5 – 2 litros por día, Vit A: 900 µg RAE en varones y 700 µg RAE en mujeres; Vit D: 5 µg de colecalciferol/d; Vit E: 1 000 mg/d; Vit K: 120 y 90 µg/d;

Vit.B₁: 1-2 mg/d.; Vit B₆: 100 mg/d; Vit B₁₂: 2 µg/d; Calcio: 2,5 g/d; Magnesio: 350 mg/d; Hierro: 40 y 45 mg/d (71).

Los padres de familia en la investigación, más de la mitad realizan pocas actividades físicas, debido a que algunos efectúan otros movimientos como caminar o hacer cualquier otra actividad rutinaria, como suelen en realizar los quehaceres de la casa, caminar al trabajo o viajar en colectivos o micros y esto genera una dificultad en realizar ejercicios programados diarios debido a una mala distribución de tiempo. De este modo pueden presentar un riesgo de contraer enfermedades cardiovasculares, cáncer, diabetes, obesidad.

La Actividad física es el movimiento de cuerpo que realiza la persona por intermedio de los músculos del esqueleto y al realizarlo produce un desgaste energético que al encontrarse en reposo. Estas bajas actividades físicas va conllevar al sedentarismo y una alimentación inadecuada va generar enfermedades (Obesidad, síndrome metabólico, enfermedades cardiovasculares, Hipertensión, etc), siendo un problema de salud alarmante. Las personas adultas (18 a 64 años) deben realizar 150 min/sem de actividad física aeróbicas moderada y 75 min/sem de actividad aeróbica esforzada y en las personas adultas mayores (65 años a más), 3 veces/sem para mejorar el equilibrio y reducir la posibilidad de caídas (72).

Con respecto al manejo de estrés, más de la mitad de los padres de familia tuvieron dificultad de identificar los problemas ante situaciones inesperadas y esto se debe a las preocupaciones diarias que existen en el hogar y trabajo generando agotamiento y mal carácter entre ellos, en muchas

ocasiones esto conlleva a fuertes dolores de cabeza, rigidez de los hombros, dolor de espalda; ocasionando un problema de salud. Es por ello que algunos suelen conversar con los familiares, para buscar una solución, ir de paseo a lugares abiertos.

El estrés es la tensión física y psicológica que suelen padecer las personas durante el proceso de adecuación del medio que lo rodea y esto va depender de su estado físico, condicionamientos previos, experiencia personal, eficacia al mecanismo de respuesta, al control del manejo del estrés. Si el exceso de estrés lo va acompañar en el transcurso de la vida, esto constituirá un castigo propio, que desencadenará algunas enfermedades durante el proceso (73).

Los padres de familia, menos de la mitad presentaron dificultad referente a la dimensión de apoyo interpersonal, menciona que solo algunos comentan sus problemas a otras personas o familiares, limitando de recibir el apoyo de los demás, algunos participan de las reuniones o charlas que realiza el centro educativo de forma general, permitiendo recibir ayuda de los profesionales de Salud.

El apoyo interpersonal juega un rol muy esencial en la integración del ser humano de tal manera que adquiere refuerzos externos de nuestro entorno para que así de esta manera beneficie la adaptación. El rechazo de la misma genera aislamiento limitando la calidad de vida. Las personas necesitan vivir en un ambiente confortable, pues permitirá el crecimiento de cada persona y eso permitirá estar preparados para poder estar con las familias, amigos,

compañeros, colegas, etc). Cabe mencionar que los esfuerzos que realiza, mejoran la relación óptima para beneficiarse la relación con los demás (74).

Los padres de familia, menos de la mitad tuvieron dificultad, que manifestaron que no se sentían autorrealizados, porque dependían de otras personas económicamente y que solo le alcanzaba el dinero del gasto familiar, algunos gastos médicos y que no permitía ahorrar. A raíz de la pandemia, se han limitado muchas actividades, mientras otros como medio de ingreso han iniciado la venta online.

La autorrealización, son las potencialidades que la persona presenta y quiere llegar ser. Es la aspiración que va dirigido a los valores y fines que en algunas ocasiones pasan fronteras demostrando madurez, concretándose mediante capacidades y esfuerzos, logrando alcanzar los objetivos que se ha trazado (75).

Los padres de familia menos de la mitad con referente a la responsabilidad en salud algunos acuden a un establecimiento de salud a realizarse los controles correspondientes anuales para prevenir algunas enfermedades ya que la mayoría son mujeres, tal es así que por ende se automedican ante cualquier malestar o problema de salud que puedan presentar y esto hace que en un tiempo determinado va generar problemas de salud, repercutiendo en su estilo de vida saludable.

La responsabilidad en salud es un trabajo de todos, aducen a las modalidades de acondicionamiento de las organizaciones, instituciones de salud, comunidades, poder ejecutivo y económico de los métodos sanitarios

y en las personas creando como las condiciones de poder diferenciar lo correcto con lo inapropiado, para ello necesitara los valores y actitudes que podrán definir a la salud como una costumbre diaria en la actividad física y una alimentación saludable, enfocándose en futuro a tener una mejor calidad de vida (76).

Los resultados encontrados coinciden al estudio realizado por Mora F. (19) concluye que el 100% (150) de adultos maduros el 54.7% (82) tiene un estilo de vida saludable y un 45.3 % (68) tiene un estilo de vida no saludable.

Por otro lado, difieren con los resultados de Soriano A, (18) concluye que el 100% (150) de las personas adultas que participaron en este importante estudio de investigación el 76% (114) tiene un estilo de vida no saludable y un 24% (36) tiene un estilo de vida saludable. Asimismo, no coinciden con Echabautis A, Gomez Y, Zorrilla A, (21) concluye que el 100% (60) pobladores de un asentamiento humano en sus respectivos domicilios el 81.7% (49) tiene un estilo de vida no saludable y un 18.3 % (11) tiene un estilo de vida saludable. También no coinciden con Flores N, (22), concluye que el 100% (115) adultos de la investigación el 15.7% (18) tiene un estilo de vida no saludable y un 84.3% (97) tiene un estilo de vida saludable.

Los investigados según los resultados de la investigación demuestra que menos de la mitad no llevan una alimentación adecuada, tiene dificultad en el apoyo interpersonal, presenta una inadecuada autorrealización y dificultad en responsabilidad de Salud, mientras tanto más de la mitad tiene poca actividad física y algunos no conocen el correcto manejo del estrés. A todo esto, va

conllevar a tener un estilo de vida no saludable repercutiendo en su vida diaria, de tal manera va dar inicio a diversas enfermedades.

Los padres de familia en la investigación, un porcentaje considerable tienen estilo de vida no saludable y en un futuro va generar problemas en la Salud y afectar la calidad de Vida y es en donde el enfermero como profesional de Salud, tiene que desempeñar un papel muy importante, en desarrollar programas y estrategias para sensibilizar y mejorar la conducta de los padres de familia, ayudando en su salud física, social y mental, para que de esta manera puedan mejorar su estado de salud y tenga una mejor calidad de vida.

Tabla 2: Del 100% (70) de padres de familia de la Institución N° 89007 el 57,1% (40) tiene edades de 36 a 59 años, el 84,3% (59) son de sexo femenino, el 30% (21) tiene grado de instrucción secundaria completa, el 72,9% (51) profesan la religión católica, el 34,3% (24) estado civil conviviente, el 52,9% (37) son amas de casa, el 55,7% (39) tienen ingreso económico familiar de 600 a 1000 nuevos soles.

Así mismo más de la mitad la edad de los padres de familia son adultos jóvenes y maduros porque comprenden entre la edad de 20 a 59 años, demostrando mayor responsabilidad hacia con la familia, los hijos y su trabajo, es una etapa en la cual necesita más cuidado integral, para disminuir el riesgo de contraer enfermedades.

La edad son cambios continuos de las personas que empieza desde el nacimiento y llega hasta la muerte, para ello sigue un proceso evolutivo con

cambios característicos en cada etapa. Así mismo mediante el aumento del proceso, están propensos a adquirir nuevas enfermedades característicos de la etapa en desarrollo, para ello está afecto a un proceso de adaptación durante la vida. (77)

En cuanto al sexo de los padres de familia, más de la mitad son de sexo femenino, de acuerdo a las respuestas brindadas en la investigación, las mujeres desempeñan el rol de cuidador de sus hijos, además asumen responsabilidades con el hogar y el trabajo, mientras los varones se encuentran más tiempo en su centro laboral y después de un arduo trabajo llegan a su casa a descansar, para que al día siguiente retomen con su vida rutinaria.

El sexo se relaciona a los rasgos físicos y biológicos que van a determinar entre un varón y una mujer, tal es así se puede decir que las mujeres presentan menstruación y los varones no lo presentan. En cambio, el género está relacionadas a las coyunturas asociadas entre el ser hombre y mujer, niños y niñas. Por lo tanto, determina y permite la valoración entre un hombre y una mujer, en cambio el sexo define categoría sexual entre masculino y femenino. (78)

En cuanto al grado de instrucción de los padres de familia, más de la mitad tienen secundaria completa, esto se debe a factores económicos, le dificultaron iniciar alguna carrera superior, ya que decidieron formar una familia siendo jóvenes. La responsabilidad de tener una familia y cuidar de ella ha sido otra de las razones que permitió a que ya no se enfoque en

continuar sus estudios, ya que los gastos en el hogar eran mayores y no les alcanzaron para seguir continuarlo.

El grado de instrucción es el nivel de educación que puede poseer cada persona con una variedad de conocimientos que van adquiriendo, con un proceso de estudios definidos en cada etapa de la vida mediante grados de estudios y que esto permitirá tener una mejor capacidad en el desarrollo intelectual, mejorando el desenvolvimiento de cada persona. Es muy fundamental ya que este es un instrumento importante, que las personas permitirán mejorar sus conocimientos y ampliarlos más, mejorando sus actitudes, hábitos esenciales que tendrán una mejor calidad de vida. (79)

Los padres de familia, en lo que respecta a la religión más de la mitad practican la religión católica, debido que acuden a las misas, bautizos, celebran el señor de los milagros cada octubre, pero en su memoria tiene preferencias evangélicas, debido a sus costumbres más reservadas y con otra ideología al momento de asistir a las reuniones evangélica.

La religión es un conjunto de costumbres, creencias y símbolos que están idealizados en margen a lo divino y sagrado. Son doctrinas establecidas por principios, creencias y praxis de tipo espiritual, existencial y moral. Es una doctrina que está fuertemente enlazado entre el ser humano y con Dios. Podemos decir entonces que la Religión es una oportunidad del ser humano de poder ligar con Dios, causando una acción y efecto. (80)

Así mismo, el estado civil de padres de familia de la investigación, más de la mitad son convivientes, de repente la razón pueda ser económicamente,

porque piensan en ves generar un gasto innecesario en una fiesta, ese dinero se pueda invertir en vivienda y todo lo necesario que se requiera en ella, pero menos de la mitad su estado civil es casados, debido a que legalmente ya se encuentran establecidos como pareja y los hijos crecerán en un hogar sólido.

El estado Civil es una condición que una persona recibe como resultado a una acción y esto causa efecto asimismo como a terceros y pueden ir cambiando durante el transcurso de la vida, adquiriendo derechos y obligaciones. (81)

Los padres de familia, en lo referente a la ocupación, más de la mitad son amas de casas, en vista a que no pudieron terminar sus estudios para iniciar una carrera universitaria y poder ser el apoyo en el hogar junto con su pareja o esposo, razón por la cual limita el tipo de trabajo que puedan obtener y permitir mejorar la calidad de vida.

La ocupación hace mención a la dedicación que uno realiza y puede ser: un empleo, trabajo, profesión, para ello se requiere cierta cantidad de tiempo y esto puede ser en un tiempo parcial o completo, de tal forma que va permitir reducir el tiempo para otras actividades u ocupaciones. (82)

Sin embrago, los padres de familia tienen más de la mitad un ingreso económico de 600 a 1000 nuevos soles mensuales, la razón es porque solo un miembro de familia es el sustento del hogar, por lo cual no es suficiente para satisfacer las necesidades básicas, pero solo unos cuantos tienen un ingreso económico de 1 000 nuevos soles a más y esto permite tener una mejor calidad de vida.

Al hablar de ingresos económicos, hace mención a todas las formas de como una persona, familia, etc. percibe una remuneración debido a un (negocio, venta, trabajo, etc). Este ingreso es el resultado de recibir por dicha actividad es por ello que un trabajador decide donde realizarlo y por ende recibe un salario en un periodo determinado beneficiando a su familia. Este ingreso percibido ayudará a mejorar la calidad de vida, teniendo una mejor alimentación, atención medica optima. Por el contrario de aquellos que no perciben salario o un ingreso, estarán sujetos a restricciones limitando sus recursos. (83)

Los resultados obtenidos que se encontraron y coinciden el estudio realizado por Álvarez et al (15) concluye que el 100% (63) de adultos jóvenes el 30.1% (19) son hombres y un 68.9 % (44) son mujeres.

Por otro lado, difieren con los resultados de Minda V. (16) concluye que el 100% (60) de las personas adultas que participaron en este importante estudio de investigación el 85% comprende la edad de 18 a 29 años, 90% son de estado civil soltero, el 61.7% tienen estudios superiores.

Los investigados según los resultados de los factores biosocioculturales, se observa que más de la mitad son de religión católica, debido que acuden a las misas, bautizos, celebran el señor de los milagros cada octubre, son de sexo femenino y ama de casa porque están al cuidado de los hijos, además asumen responsabilidades en el hogar y en el trabajo, mientras los varones se encuentran más tiempo en su centro laboral que constan de 20 a 59 años, demostrando mayor responsabilidad hacia con la familia, los hijos y su

trabajo, es una etapa en la cual necesita más cuidado; más de la mitad son convivientes, porque económicamente tienen un ingreso de 600 a 1000 nuevos soles mensuales, siendo el único sustento del hogar y limitándose a gastos innecesarios.

Una sugerencia es, realizar las coordinaciones correspondientes con la Institución educativa mediante el director, Municipios, UGEL y profesionales de Salud, siendo necesario identificar las necesidades y prioridades en los padres de familia, generando talleres útiles enfocados para el desarrollo de la persona generando un bienestar económico y de esta manera mejorar la economía en la familia y abrir una brecha para una mejor atención en la salud, mejorando su calidad de vida.

Tabla 3: Del 100% (70) de padres de familia de la Institución N° 89007 según factor biológico, en cuanto a las edades el 35,7% (25) tienen estilo de vida saludable y tienen edades de 36 a 59 años y el 25,7% (18) tiene estilo de vida no saludable y son adultos de 20 a 35 años. En cuanto al sexo son femenino el 42,9% (30) tienen estilo de vida saludable, mientras el 41,4% (29) tienen estilo de vida no saludable.

Del estilo de vida relacionados a los factores biológicos, se muestra la relación de la variable sexo con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi cuadrado de independencia de criterios ($X^2 = 0,609$; $gl=1$; $p= 0,435 > 0,05$), se encontró que no existe relación estadísticamente significativa, esto significa que no es un factor que determinan que las personas obtengan un estilo de vida.

Se muestra la relación de la variable edades con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi cuadrado de independencia de criterios ($\chi^2=0,223$; $gl=1$; $p= 0,063 > 0,05$), se encontró que no existe relación estadísticamente significativa, esto significa que no es un factor que determinan que las personas obtengan un estilo de vida.

De acuerdo a los resultados los padres de familia con relación al sexo, más de la mitad son de género femenino y tiene un estilo de vida saludable, pero menos de la mitad tienen un estilo de vida no saludable, esto se debe que en su mayoría son mujeres y amas de casas, a pesar que tiene el dominio en el hogar, tiene la responsabilidad de cuidar a los hijos, esto conlleva a tener una vida rutinaria limitando su desarrollo personal y generar una baja autoestima, pero de una u otra manera se organizan para realizar dichas actividades en el hogar. Pero esta rutina va conducir a producir en el futuro ansiedad, estrés, depresión, obesidad, hipertensión, etc. disminuyendo su calidad de vida.

Los factores biológicos hacen referencia a la genética y los componentes hereditario, en los últimos años la ingeniería genética ha generado un notable avance abriendo brechas en el descubrimiento oportuno de enfermedades que se puedan prevenir, evitando su complicación y desarrollo en el ser humano y los costos que se puedan necesitar para la realización de estas. (84)

El sexo, hace referencia a las diferencias y características anatómicas, biológicas, fisiológicas y cromosómicas de las personas en la cual esto van a

definir como hombres y mujeres desde su nacimiento, siendo no modificable y prevalecerán en todas las sociedades y culturas mientras tenga vida. (85)

Según resultados del Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) (86), realizado en el año 2021, sobre la población en el Perú, las mujeres llevan una ligera ventaja a los hombres. En el año 2021 se cree que pudo haber habido un 49,6% (16 394,2) de hombres y 50,4% (16 641,1) de mujeres, teniendo un índice de masculinidad de 98,5. En un total de población de 33 035,3 habitantes.

Los resultados obtenidos que se encontraron y coinciden el estudio realizado por Maldonado A. (17) concluye que el 100% (105) de adultos maduros, el 43.8% (46) tienen entre 26 – 39 años, el 56.2% (59) tienen entre la edad de 40 – 64%, el 79% (83) son femeninos, el 21% (22) son masculinos. Así mismo también coinciden con los estudios realizados por Flores N. (23) concluye que el 100% (115) de adultos, el 33.9% (39) tiene entre 20 – 35 años, el 66.1% (76) tienen 36 -59 años, mientras el 66.1% (76) son de sexo femenino, el 33.9% (39) son de sexo masculino.

Por otro lado, difieren con los resultados de Echabautis A, et al., (22) concluye que el 100% (60) adultos que participaron en este estudio de investigación el 61.7% (37) son de sexo masculino, el 38.3% (23) son de sexo femenino, el 53.3% (32) son adultos, el 46.7% (28) son adultos mayores.

De acuerdo a los resultados los padres de familia no existen relación la edad y el género femenino con el estilo de vida, porque las personas al ser adultos maduros, ya conocen sobre las implicancias que puedan generar

alteraciones en sus conductas, debido a que ya han vivido desde un inicio muchas dificultades, generando que opten por las decisiones de manera personal y optima. Decisiones que fueron adquiridos mediante conocimientos de terceras personas en las relaciones interpersonales que realizaban.

Así mismo, se debe brindar la orientación sobre prevención y promoción de la salud, para que las amas de casas, analicen y tomen conciencia sobre las diversas enfermedades que pueden acaecer llevando una vida rutinaria, de tal manera tomara acciones inmediatas, para que un futuro pueda mejorar su vida activa con responsabilidad y amor propio del tiempo que pueda invertir, mejorando su salud física, mental y espiritual.

Tabla 4: Del 100% (70) de padres de familia de la Institución N° 89007 según factor cultural, indica el grado de instrucción el 18,6% (13) tienen estilo de vida saludable y tienen superior completa, mientras el 17,1% (12) tienen estilo de vida no saludable y tiene secundaria completa. En cuanto a la religión el 31,4% (22) tienen estilo de vida saludable y el 41,4% (29) tiene estilo de vida no saludable y son de religión católica.

Del estilo de vida relacionados a los factores culturales, se muestra la relación de la variable grado de instrucción con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi cuadrado de independencia de criterios ($X^2= 0,104$; $gl=5$; $p= 0,390 > 0,05$), se encontró que no existe relación estadísticamente significativa, esto significa que no es un factor que determinan que las personas obtengan un estilo de vida.

Se muestra la relación de la variable religión con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi cuadrado de independencia de criterios ($X^2=0,310$; $gl=3$; $p= 0,009 > 0,05$), se encontró que, si existe relación estadísticamente significativa, esto significa que es un factor que determinan que las personas obtengan un estilo de vida.

El grado de instrucción es la calificación más alta que recibe la persona durante su vida que corresponde al nivel de educación y esta puede ser terminada o no terminada, tales como pueden ser analfabeto, primaria incompleta, primaria completa, etc. en donde la persona va permitir desarrollar sus habilidades cognitivas. (87)

La religión se define como una doctrina en donde se basan de creencias y alabanzas hacia un ser divino superior, en la cual lo relacionamos con la creación del mundo desde una perspectiva teológica, en donde ellos reciben conocimientos con fe y además lo defienden con fervor y propagan a los demás. (88)

Los padres de familia en relación a la religión si existe relación significativa entre las dos variables, ya que esto es una cultura que van adquiriendo de generación en generación y beneficia a la familia mediante reuniones en donde todos intercambia experiencias, además estarán sujetos a paseos, juegos y coordinar en ayudar a los más necesitados generando la unión como familia y como comunidad.

Los resultados obtenidos que se encontraron y coinciden el estudio realizado por Carrión D. (26) concluye que el 100% (302) de adultos. Al

relacionar la variable religión con el estilo de vida y haciendo uso del Chi cuadrado de independencia ($X^2 = 17,930$; 6gl $p = 0,006 < 0,05$, se encontró que si existe relación estadísticamente significativa entre las variables.

Por otro lado, difieren con los resultados de Bolívar P. (24) concluye al relacionar las variables sobre el factor cultural, la religión con el estilo de vida y haciendo uso del chi cuadrado no cumple la condición inferior a 5.

Los padres de familia en relación a la religión si existe relación significativa entre las dos variables, ya que los padres de familia adquieren una cultura que viene de generación en generación y esta relacionado a lo divino y como ejemplo de ello, aprenden valores y enseñanzas. En su mayoría son de Religión Católica, por la cual acuden a misas, reuniones de catequesis y otros eventos relacionados a los sacramentos propios de la religión. Mientras la Religión evangélica su reunión la realizan con más fervor por lo que las políticas de la iglesia son más exigentes, permitiendo así la participación de dichos eventos y reuniones que ellos lo realizan. A todo esto, la personas que pertenecen a dichas religiones, llevan un orden en su vida, tomando decisiones que puedan influir de manera correcta, y si fuese incorrecta, cuentan con el apoyo de las personas que los rodean.

Implementar grupos de socialización entre las comunidades permitirá ayudar a mejorar la calidad de vida, porque ayudar en su relación interpersonal de los padres de familia y la fe con Dios, en la cual permitirá aumentar sus valores, el amor a uno mismo y también con el prójimo.

Tabla 5: Del 100% (70) de padres de familia de la Institución N° 89007 según factor social, indica el estado civil que el 21,4% (15) tienen estilo de vida saludable y son casados, mientras el 18,6% (13) tienen estilo de vida no saludable y son convivientes. En cuanto a la ocupación son ama de casas el 24,3% (17) tienen estilo de vida saludable y el 28,6% (20) tiene estilo de vida no saludable. En cuanto al ingreso económico el 67,7% (21) tienen estilo de vida saludable y tiene un ingreso de 1000 a más, el 59% (23) tiene estilo de vida no saludable y tienen un ingreso de 600 a 1000 nuevos soles.

Del estilo de vida relacionados a los factores sociales, se muestra la relación de la variable estado civil con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi cuadrado de independencia de criterios ($X^2= 0,086$; $gl=4$; $p= 0,481 > 0,05$), se encontró que, no existe relación estadísticamente significativa, esto significa que no es un factor que determinan que las personas obtengan un estilo de vida.

Se muestra la relación de la variable ocupación con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi cuadrado de independencia de criterios ($X^2= 0,066$; $gl=5$; $p= 0,589 > 0,05$), se encontró que, no existe relación estadísticamente significativa, esto significa que no es un factor que determinan que las personas obtengan un estilo de vida.

Se muestra la relación de la variable ingreso económico con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi cuadrado de independencia de criterios ($X^2= 4,947$ $gl=1$; $p= 0,026 < 0,05$), se encontró que, si existe relación estadísticamente significativa, esto significa que es un factor que determinan que las personas obtengan un estilo de vida saludable.

El estado civil se refiere a la condición en que una persona se reconoce mediante una situación en la cual cambia su condición de convivencia. Podemos mencionar las siguientes modalidades: Soltero (a), Casado (a), Viudo (a), Separada (o), Divorciado (a). (89)

La ocupación es una actividad que cada persona realizar en un tiempo determinado para un beneficio propio remunerativo y estas pueden ser un trabajo o empleo, estas actividades son de tiempo completo o parcial, permitiendo el control del tiempo en algunas ocasiones para complementar con otras ocupaciones que se generaría durante el día. (90)

Según INEI - 2022 (91), las mujeres como jefa de hogar son los que va en aumento cada año, porque durante el periodo 2010 y 2020, aumentó de 25,0% a 31,8%. En área urbana esta con 34,3% a comparación en el año 2010 que tuvo 25%, en el área rural esta con 22,7% a comparación en el año 2010 que tuvo 18,9%.

El Gobierno del Perú dio un anuncio que desde el 1° de mayo subiría en un 10,2% con respecto al sueldo mínimo vital en un S/. 1 025.00 Nuevos Soles, después que durante el Gobierno en el año 2018 con el Expresidente Pedro Pablo Pedro Pablo Kuczynski había aprobado el aumento en 9.41% siendo en ese entonces el sueldo mínimo vital S/. 930.00 Nuevo Soles. Esta aprobación se realizó mediante un Decreto Supremo en el Diario oficial El Peruano, beneficiando a un 1,5 millón de trabajadores del sector privado representando un 30%. (92)

Los resultados obtenidos encontrados coinciden con el estudio realizado por Soriano A. (19) concluye que el 100% (150) de adultos maduros muestra una relación entre los ingresos económicos con los estilos de vida, para ello se utilizó el estadístico Chi-cuadrado de independencia ($\chi^2=8,379$ gl=2 y $p=0,015$) se encontró que si existe relación significativa entre las variables.

Por otro lado, difieren con los resultados de Llatas C. (27) concluye que el 100% (195) de las personas adultas que participaron en este estudio de investigación. Al relacionar con la variable grado de instrucción con el estilo de vida, utilizando el Chi-cuadrado de independencia ($\chi^2 = 11,954$; gl=3; $p = 0,00878 > 0,05$), se encontró que si existe relación estadísticamente significativa. Así mismo, no existe relación significativa entre la variable religión y el estilo de vida, haciendo uso también del Chi -cuadrado de independencia ($\chi^2 = 0,610$; gl=2; $p = 0,737 > 0,05$)

En el análisis de las variables de ingresos económicos con el estilo de vida, se observa que, si existe relación, este es uno de factores para mantener un estilo de vida de vida saludable ya que la falta de dinero limita el acceso a varias áreas que relaciona con la salud y bienestar de los padres de familia. Tener un empleo o un trabajo, alcanzará para cubrir la canasta familiar y gastos básicos en el hogar como son la alimentación, agua, luz, vestimenta y asistencia médica; pero la ausencia de esto, alterará el estilo de vida de manera drásticas, llevando a las personas a adquirir diversas manifestaciones como son de incomodidad, malestar, enfermedad, estrés, conflictos y otros.

Así mismo, las autoridades pertinentes como son las Municipalidades, UGELs y Personal de Salud, participen en la busca de soluciones mediante estrategias en beneficio a los padres de familia en sus respectivos hogares a iniciar nuevas oportunidades de trabajo, siendo las amas de casas, que emprenderían negocios propios como pueden ser tiendas, mejorando así el ingreso económico en los hogares, manteniendo un estilo de vida saludable.

VI. CONCLUSIONES

Se valoró los estilos de vida de los Padres de Familia de la Institución Educativa N° 89007, en donde se encontró que más de la mitad presentan estilo de vida saludable y menos de la mitad presentan un estilo de vida no saludable.

Se identificó los factores biosocioculturales de los Padres de Familia de la Institución Educativa N° 89007, en donde se encontró que la mayoría son de sexo femenino que practican la religión católica y con un ingreso económico familiar de 600 a 1000 nuevos soles; mientras que más de la mitad son adultos maduros y de ocupación amas de casa. Menos de la mitad tienen grado de instrucción secundaria completa, de estado civil conviviente.

Se estableció al realizar la prueba de Chi cuadrado, en donde se encontró que si existe relación estadísticamente significativa entre los factores biosocioculturales: religión y el ingreso económico con los estilos de vida. No existe relación estadísticamente significativa entre las variables de los factores biosocioculturales: sexo, edad, grado de instrucción, estado civil y ocupación con los estilos de vida.

VII. RECOMENDACIONES

Divulgar los resultados con la Municipalidad Provincial del Santa, Establecimientos de salud, Unidad de Gestión Educativa Local (UGEL-SANTA) e Institución Educativa, a través de esta, puedan informarse sobre la incidencia que vienen sucediendo con los Padres de Familia, en donde la UGEL deberá implementar programas para que los padres de familia puedan cambiar y/o mejorar su estilo de vida, mejorando la calidad de vida.

Recomendar a los trabajadores de los diferentes Establecimientos de salud sobre los resultados obtenidos, mediante coordinación que trabajen en equipo, teniendo en cuenta la implementación de estrategias en la promoción y prevención de la salud, debiendo capacitarse adecuadamente y enfocarse las Instituciones educativas con mejoras en los estilos de vida en los padres de familia y de esta manera evitándose en un futuro adquirir diversas enfermedades que repercutirá en su salud.

La Municipalidad Provincial del Santa en coordinación con la UGEL-SANTA, debe implementar programas para los Padres de Familia de la Institución Educativa, puedan culminar sus estudios primarios y secundarios, también se debe tener en cuenta la implementación de talleres útiles, y en un futuro puedan desempeñarse en diferentes campos laborales: carpintería, gasfitería, globoflexia, repostería, curso de globos, decoraciones de eventos, tejidos y/o bordados, costura, etc. y de esta manera puedan generar ingresos económicos en el hogar.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Carranza R., Caycho T., Salinas S., Ramírez M., Campos C., et al. Efectividad de intervención basada en modelo de Nola Pender en promoción de estilos de vida saludables de universitarios peruanos. *Rev Cubana Enfermer* [Internet]. 2019 Dic [citado 2021 Sep 06]; +35(4): e2859. URL disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192019000400009&lng=es. Epub 01-Dic-2019.
2. Gallegos A. "Estilo de vida y factores biosocioculturales de los padres de familia de la institución educativa coronel Gregorio Albarracín nivel primario–Tacna, 2015. [Tesis de grado] Tacna: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. 2015. URL disponible en: <https://library.co/document/zx3r264z-universidad-cat%C3%B3lica-%C3%A1ngeles-chimbote-facultad-ciencias-profesional-enfermer%C3%ADa.html>
3. De Dienheim B., Jacaranda P., Silva R., Silva I. Evolución de las enfermedades no transmisibles en el mundo. [artículo científico], México. Milenaria, Ciencia y arte. 2020. URL disponible en: <http://milenaria.umich.mx/ojs/index.php/milenaria/article/view/86/41>
4. Instituto Nacional de Estadística. Determinantes de Salud (sobrepeso, consumo de frutas y verduras, tipo de lactancia, actividad física). Ine 2020. [Internet].. disponible en: https://www.ine.es/ss/Satellite?L=es_ES&c=INESeccion_C&cid=1259926457058&p=%5C&pagename=ProductosYServicios%2FPYSLaYout¶m1=PYSDetalle¶m3=1259924822888
5. Barquera S, Hernández L, Trejo B, Shamah T, Campos I, Rivera J. Obesidad en México, prevalencia y tendencias en adultos. *Ensanut 2018-19*. [Internet]. Salud

- Publica. México. 2020;62:682-692. [revisado 2020; citado 2021 Set 21] URL disponible en: <https://saludpublica.mx/index.php/spm/article/download/11630/11970>.
6. Melo M. Las acciones de la salud frente al consumo de sustancias psicoactivas en Bogotá se preocupan más por los indicadores que por las personas. [Tesis]. 2022. [citado: 2022, abril] Disponible en: <http://hdl.handle.net/20.500.12495/6785>
 7. Cantié E. Sin salud las muertes que se pudiesen evitar [Noticias web] Paraguay: ABC Noticias Central. 2019. Disponible en: <https://www.abc.com.py/especiales/anuario-2019/2019/12/16/paraguay-el-pais-donde-se-muere-sin-que-sea-necesario/>
 8. Pajuelo J., Torres L., Agüero R., Bernui I. Overweight, obesity and abdominal obesity in the adult population of Peru. An. Fac. med. [Internet]. 2019 Ene [citado 2021 Sep 21]; 80 (1): 21-27. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1025-55832019000100004&script=sci_arttext&tlng=en
 9. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Peru Encuesta Demografica y de Salud familiar ENDES 2020. Inei [Internet]. 2021;101–14. Disponible en: https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2020/INFORME_PRINCIPAL_2020/INFORME_PRINCIPAL_ENDES_2020.pdf
 10. Giraldo P. Obesidad como factor asociado a diabetes en personas de edad de 18 años a mas según la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES) 2018. [tesis para optar título]. Lima. Universidad Ricardo Lima. 2021. URL disponible en: <https://repositorio.urp.edu.pe/handle/20.500.14138/3813>

11. Minaya O. DIRESA revela que 4% de la población ancashina padece de diabetes [Noticias web] Ancash: Ancash Noticias. 2019. URL disponible en: <https://ancashnoticias.com/2019/11/15/diresa-revela-que-4-de-la-poblacion-ancashina-padece-de-diabetes/>
12. Verastegui P. Casos de diabetes se incrementan en 10% en Chimbote [Pagina web] Chimbote: La República. 2018. URL disponible en: <https://larepublica.pe/sociedad/1356089-casos-diabetes-incrementan-10-chimbote/>
13. Ministerio de Educación. Escuela 89007 Chimbote - Chimbote [Internet]. MINEDU. 2022 [citado 2022 Oct 01]. Disponible en: <https://www.institucioneducativa.info/dre/dre-ancash/escuela-89007-2855/>
14. Barreiro C. Hábitos y estilos de vida que aceleran el riesgo de obesidad en el entorno familiar del barrio 20 de noviembre en la Ciudad de Esmeraldas. [Tesis de grado]. Ecuador. Pontificia Universidad Católica del Ecuador.2018. URL disponible en: <https://repositorio.pucese.edu.ec/bitstream/123456789/1576/1/BARREIRO%20ZAMBRANO%20CLAUDIA%20MAR%C3%8DA.pdf>
15. Álvarez M, Villareal M. Consumo de grasas en el desayuno y su relación con enfermedades crónico no transmisibles en adultos jóvenes. [Tesis profesional]. México. Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas.2019. URL disponible en: <https://repositorio.unicach.mx/handle/20.500.12753/2207>
16. Minda V. Hábitos Alimentarios en emergencia Sanitaria por Pandemia por Covid-19 en adultos de la provincia del Carchi [Trabajo de grado]. Ecuador. Universidad Técnica del Norte. 2021. URL disponible en: <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/10988>

17. Maldonado A. Porciones de Alimentos de consumo habitual en los adultos de 20 a 64 años de edad de la parroquia rural San Antonio, Cantón Ibarra, 2019 [Trabajo de grado]. Ecuador. Universidad Técnica del Norte. 2021. URL disponible en: <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/9470>
18. Pinillos Y., Oviedo E., Rebolledo R., Herazo Y., Valencia P., Guerrero M., et al. Estilo de vida en adultos jóvenes universitarios de Barranquilla, Colombia. Diferencias según sexo y estatus socioeconómico. Federacion Española de Asociaciones de Docentes de Educacion Fisica. [Internet]. 2021. [citado 09 diciembre 2022] 43:979–87. URL disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8072019>
19. Soriano A. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Shiqui-Cátac, 2020 [tesis para optar título] Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. 2020. URL disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/16781?show=full>
20. Uribe C, Pebes B, Loyola G, et al. Estilo De Vida Relacionado Con El Covid-19 en Pacientes Adultos que acuden al Centro de Salud Guadalupe Ica 2021. Revista Enfermería la Vanguardia [Internet]. 2022;10(1):20–7. URL disponible en: <https://revistas.unica.edu.pe/index.php/vanguardia/article/download/454/669/>.
21. Rojas K. Estilo de vida como determinantes de la salud de los trabajadores de la Empresa Saga Falabella – Trujillo, 2019. [Tesis para optar título] Trujillo. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. 2020. URL disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/15910>
22. Echabautis A, Gomez Y, Zorrilla A. Estilos de vida saludable y factores biosocioculturales en los adultos de la agrupación familiar Santa Rosa de San Juan

- de Lurigancho, 2019. [Tesis para optar título] Lima. Universidad María Auxiliadora. 2019. URL disponible en: <https://repositorio.uma.edu.pe/handle/20.500.12970/206>
23. Flores N. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer, la Joya_Arequipa, 2018. [Tesis para optar título] Arequipa. Universidad Católica Los Angeles de Chimbote 2018. URL disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/3077>
24. Bolívar P. Estilos de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro pueblo joven el Progreso_Chimbote, 2018. [tesis para optar título] Chimbote. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. 2020. URL disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/19178>
25. Orbegoso A. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro del asentamiento humano Santa Cruz_Chimbote,2018. [tesis para optar título] Chimbote. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. 2020. URL disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/14679>
26. Carrión D. Estilo de vida y factores del adulto joven. Asentamiento Humano Santa rosa del Sur_Nuevo Chimbote, 2020. [tesis para optar título] Chimbote. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. 2020. URL disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/16932>
27. Llatas C. Estilo de vida y factores biosocioculturales en madres adultas. Sector 8, Bellamar – Nuevo Chimbote, 2019. [tesis para optar título] Chimbote. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. 2019. URL disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/15299>

28. Pereyra M. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Asentamiento humano Fraternidad_Chimbote, 2018. [tesis para optar título] Chimbote. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. 2020. URL disponible en: <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/17659>
29. Villar M. Factores determinantes de la salud Importancia de la prevención [Página web] Perú: Acta médica peruana, 2011. URL disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/amp/v28n4/a11.pdf>
30. García M. La Enfermería en los determinantes de la salud. Contribución del informe Lalonde [Documento en línea] Revista Médica Electrónica Portales Médicos. 2015. [Citado 23 de Set del 2021]. URL disponible en: <https://es.scribd.com/doc/296022996/Modelo-de-Salud-de-Marc-Lalonde>
31. Aristizábal G., Blanco D., et al. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender: Una reflexión en torno a su comprensión. Enferm. univ [revista en la Internet]. 2011 dic [citado 2021 Sep. 24]; 8(4): 16-23. URL disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003
32. Unknow. Nola Pender [Blog post] 2016. URL disponible en: <http://teoristasenfermeria.blogspot.com/2016/05/nolapender-modelo-de-promocion-de-la.html>
33. Barria L., Pacheco R. NOLA PENDER [Blog spot] Universidad Nacional de la Patagonia San Juan Bosco. 2016. URL disponible en: <http://tftt15nolapender.blogspot.com/2016/03/5-metodo-logico.html>
34. Sakraida J. modelo de Promoción de la Salud. Nola J Pender. En: maerriner tA, rayle-Alligood m, editores. modelos y teorías de enfermería, 6° ed. España:

- Elsevier-mosby; 2007. 2. Worchel S. Cooper J, Goethals Gr.
<http://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v8n4/v8n4a3.pdf>
35. Iglesias A. Estilo de Vida Saludable. Puntos de vista para una opción actual y necesaria. Revista Psicología Científica.com [internet]. 2010. URL disponible en:
<https://www.psicologiacientifica.com/estilo-de-vida-saludable/>
36. Sakraida T, Nola Pender Modelo de promoción de la salud [Página web] España: Modelos y teorías en enfermería. 6ta ed. URL disponible en:
<https://enfermeriavulare16.files.wordpress.com/2016/05/teorc3ada-nola-j-pender-modelo-de-la-promocic3b3n-de-la-salud.pdf>
37. Paricahua K. Conocimiento sobre estilos de vida saludables en pacientes con síndrome coronario agudo hospitalizados en la UCICOR de un hospital nacional, Lima – 2016 [tesis para optar título]. Lima. Universidad Peruana
<https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/881>
38. Significados. Significado de alimentación [Página web] Significados.com [Citado el 25 de setiembre del 2021. URL disponible en:
<https://www.significados.com/alimentacion/>
39. Significados. Significado de nutrición [Página web] Significados.com [Citado el 25 de setiembre del 2021. URL disponible en:
<https://www.significados.com/nutricion/>
40. Mollejo V, Qué es el ejercicio físico Definición, tipos y beneficios [Página web] España: Ok diario, 2018. URL disponible en:
<https://okdiario.com/salud/2018/01/07/ejercicio-fisico-definicion-83164>

41. Significados. Significado de nutrición [Página web] Significados.com [Citado el 25 de setiembre del 2021. URL disponible en: <https://www.significados.com/actividad-fisica/>
42. Pender N. Promoción de la salud, dimensiones en salud: [Documento en internet]. [Citado 25 de setiembre del 2021]. URL disponible en: <https://www.buenastareas.com/ensayos/Promocion-De-La-Salud/20112.html>
43. Hamui A, Halabe J, La salud responsabilidad de quién [Página web] cirugía y cirujanos, 2005 [citado el 25 de setiembre del 2021] URL disponible en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/circir/cc-2005/cc054o.pdf>
44. Cuchumbe N, Suarez J., La (auto)responsabilidad y la idea de renovación del hombre y la cultura en la ética personalista de Husserl: Una aproximación desde el parricidio karamázov. *discus.filos* [Internet]. 2015, vol.16, n.27 [citado 26 setiembre 2021], pp.175-192. URL disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-61272015000200011
45. Álvarez S, Paredes G. Contenido transversal: habilidades interpersonales. Guía para el participante, primer fascículo [Página web] Perú: Ministerio de Educación, 2016. URL disponible en: <http://www.minedu.gob.pe/curso-diplomadoysegundaespecialidad-directivos/pdf/mod0y1/ghi-participante-primera-parte-25-4-16.pdf>
46. Significados. Significado de autorrealización [Página web] Significados.com [Citado el 26 de setiembre del 2021. URL disponible en: <https://www.significados.com/autorrealizacion/>

47. Torres A., Vera L. Factores biosocioculturales y resiliencia en tiempos de pandemia COVID-19 en estudiantes de enfermería de una universidad de Lambayeque, 2021 [Tesis]. 2022. Disponible en: <https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/10058>
48. Flores G., Campos J. JJ. Características sociales y económicas de los estudiantes [Internet]. REVISTA CCSS. 2016 [cited 2022 Oct 1]. Disponible en: <https://www.eumed.net/rev/ccss/2016/01/convivencia.html>
49. Pérez J. Curso de demografía. Glosario de términos. [Serie en internet]. [Citado el 26 de setiembre de 2021]. Disponible desde el URL: <http://sociales.cchs.csic.es/jperez/pags/demografia/glosario>
50. Pinilla C. Características sociales y económicas, [Internet]. [Citado el 26 de setiembre de 2021]. Disponible desde el URL: https://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtualdata/Tesis/Human/pinilla_cs/cap3.pdf
51. Lemaitre, M. Redes de agencias de aseguramiento de la calidad y nivel de la educación nacional y regional. Revista Iberoamericana de Educación. 2013. 35 73-8 URL disponible en: <http://www.bausate.edu.pe/investigacion/en/nivel/educacional/images/docpdf>
52. Sare M. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto mayor del Asentamiento Humano San Juan-Chimbote, 2012. Revista científica in crescendo. 2013 Abril; 4 N° 1 (pp. 133-146). URL disponible en: <https://revistas.uladech.edu.pe/index.php/increscendo/article/view/29>
53. Universidad Veracruzana. Tipos de Investigación [Internet]. [citado 2022 Oct 1]. Disponible en: <https://www.uv.mx/apps/bdh/investigacion/unidad1/investigacion-tipos.html>

54. López N, Sandoval I. Métodos y técnicas de investigación cuantitativa y cualitativa [Documento de trabajo] México: Universidad de Guadalajara. 2013 [citado 2022 oct 01]. Disponible en: https://pics.unison.mx/wp-content/uploads/2013/10/1_Metodos_y_tecnicas_cuantitativa_y_cualitativa.pdf
55. Lorenzo J., Díaz A. Estilos y calidad de vida, su vínculo con la depresión en el siglo 21. Rev Ciencias Médicas [Internet]. 2019 Abr [citado 2021 Sep 27]; 23(2): 170-171. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942019000200170&lng=es.
56. Vargas E, Espinoza R. Tiempo y edad biológica. arbor [Internet]. 30 de abril de 2013 [citado 27 de septiembre de 2021];189(760):a022. Disponible en: <https://arbor.revistas.csic.es/index.php/arbor/article/view/1563>
57. Barba M. Definición de sexo, género y sexismo [Internet]. About Español. 2019 [citado 2022 Oct 1]. Disponible en: <https://www.aboutespanol.com/definicion-de-sexo-genero-y-sexismo-1271572>
58. Significados. Significado de religión [Página web] Significados.com [Citado el 27 de setiembre del 2021. URL disponible en: <https://www.significados.com/religion/>
59. Concepto y definición. Significado de grado de instrucción [Página web] conceptodefinition.net [Citado el 27 de setiembre del 2021. URL disponible en: <https://conceptodefinition.net/grado-de-instruccion/>
60. Concepto y definición. Estado Civil [Página web] conceptosjuridicos.com [Citado el 27 de setiembre del 2021. URL disponible en: <https://www.conceptosjuridicos.com/estado-civil/>

61. De conceptos. Concepto de ocupación [Página web] deconceptos.com [Citado el 27 de setiembre del 2021. URL disponible en: <https://deconceptos.com/ciencias-sociales/ocupacion>
62. Eco finanzas. Ingreso económico [Página web] eco-finanzas.com [Citado el 27 de setiembre del 2021. URL disponible en: https://www.eco-finanzas.com/diccionario/I/INGRESO_ECONOMICO.htm
63. Duarte G. Concepto de ingresos, costos, gastos, pérdidas y ganancias. [Blog spot] Uruguay: Universidad de Trabajo del Uruguay. 2014. URL disponible en: <http://contabilidad-utu1.blogspot.com/2014/05/concepto-de-ingresos-costos-gastos.html>
64. González M. Diseños experimentales de investigación. [Monografía en internet]. España; 2010. [Citado el 27 de octubre del 2018]. URL disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos10/cuasi/cuasi.shtml>
65. Cristopher M. Validez y confiabilidad del instrumento. [Biblioteca virtual]. España [Citado el 27 de octubre el 2018]. URL disponible en: <http://www.eumed.net/libros/2007b/303/validez%20y%20confiabilidad%20del%20inst%20rumento.htm>
66. Uladech. Código de ética para la investigación [internet] Chimbote comité institucional de ética de investigación; 2021 [citado 10 octubre 2021]. Disponible en URL: <https://web2020.uladech.edu.pe/images/stories/universidad/documentos/2020/codigo-de-etica-para-la-investigacion-v004.pdf>
67. Doktuz. Estilos de vida saludable. [Página web] Wikidoks. [Citado el 05 de diciembre del 2021]. URL disponible en: <https://www.doktuz.com/wikidoks/prevencion/estilos-de-vida-saludable.html>

68. Moreno Y. Un estudio de la influencia del autoconcepto multidimensional sobre el estilo de vida saludable en la adolescencia temprana. (2003). Disponible en: <https://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/15448/moreno.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
69. Quirantes A., López M., et al. América. Estilo de vida, desarrollo científico-técnico y obesidad. Rev Cubana Salud Pública [Internet]. 2009 Sep [citado 2022 Mar 12]; 35(3). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662009000300014&lng=es.
70. Izquierdo A., Armenteros M., et al. Alimentación saludable. Rev Cubana Enfermer [Internet]. 2004 Abr [citado 2021 Dic 05]; 20(1):1-1. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192004000100012&lng=es.
71. Hernández M. Recomendaciones nutricionales para el ser humano: actualización. Rev Cubana Invest Bioméd [Internet]. 2004 Dic [citado 2021 Dic 05]; 23(4): 266-292. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002004000400011&lng=es.
72. Escalante Y. Physical activity, exercise and fitness in the field of public health. Rev. Esp. Salud Publica [Internet]. 2011 Ago [citado 2021 Dic 05]; 85(4): 325-328. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57272011000400001&lng=es.
73. Perales A.o, Chue H., et al. Estrés, ansiedad y depresión en magistrados de Lima, Perú. Rev. Perú. med. exp. salud publica [Internet]. 2011 Oct [citado 2021 Dic 05]; 28(4): 581-588. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342011000400002&lng=es.

74. DownCiclopedia. Importancia de las relaciones interpersonales [Internet]. Downciclopedia.org. 2010 [citado el 12 de marzo de 2022]. URL disponible en: <https://www.downciclopedia.org/desarrollo-personal/relaciones-interpersonales/875-importancia-de-las-relaciones-interpersonales.html>
75. Bernal A. El concepto de “Autorrealización” como identidad personal: una revisión crítica. Cuest pedagógicas Rev ciencias la Educ [Internet]. 2002;(16):11–24. URL disponible en: <https://revistascientificas.us.es/index.php/Cuestiones-Pedagogicas/article/view/10100/8902>
76. Martínez R. La Salud : ¿Una Responsabilidad Individual o social? Bpsc [Blog post]. 2018; URL disponible en: <https://www.easp.es/web/blogs/2018/12/04/la-salud-una-responsabilidad-individual-o-social/>
77. Imaginario A. Significado de edad. [citado 2022 Apr 2] 2021; URL Disponible en: <https://www.significados.com/edad/>
78. Gobierno de Mexico. ¿A qué nos referimos cuando hablamos de “sexo” y “género”? 2016. [Artículo en internet]. Mexico [citado 06 de Dic del 2021]. Disponible desde el URL: <https://www.gob.mx/conavim/articulos/a-que-nos-referimos-cuando-hablamos-de-sexo-y-genero>.
79. Estado civil. [citado 2022 Apr 2]; URL disponible en: <https://www.sdelisol.com/glosario/estado-civil/>
80. Suarez J. ¿Por qué la religión es indestructible? Entrevista a Gilberto Giménez. Cultura representaciones soc [online]. 2018, vol.12, n.24 [citado 2021 dic 06], pp.197-202. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-81102018000100197&lng=es&nrm=iso.

81. Diccionario panhispánico del español jurídico. Estado civil. [Página web] panhispánico. [citado el 06 de diciembre del 2021. URL disponible en: <https://dpej.rae.es/lema/estado-civil>
82. Deconceptos.com. Concepto de ocupación. [Página web] De conceptos.com. [citado el 06 de diciembre del 2021. URL disponible en: <https://deconceptos.com/ciencias-sociales/ocupacion>
83. Samuelson P., Nordhaus W. Ingresos [Internet]. 2017 [citado 2022 Apr 01]. Disponible en: <https://enciclopedia.banrepcultural.org/index.php/Ingresos>
84. De La Guardia M., Ruvalcaba J. La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria. JONNPR [Internet].2020 Ene [citado 2022 Abr 25]; 5(1):81-90. URL Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2529-850X2020000100081
85. Género [Internet]. Cesola. 2017 [citado 2022 Apr 25]. Disponible en: <https://educacionsexual.uchile.cl/index.php/hablando-de-sexo/conceptos-de-genero-sexualidad-y-roles-de-genero>
86. Instituto Nacional de Estadística e Informática. “Perú: Estado de la Población en el año del Bicentenario, 2021.” Inst Nac Estadística e Informática [Internet]. 2021;3:3–75. Disponible en: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1803/libro.pdf
87. Significado del grado de instrucción [Internet]. conceptodefinition.net. 2021 [cited 2022 Apr 25]. Available from: <https://conceptodefinition.net/grado-de-instruccion/>
88. Suárez E. Religión [Internet]. Conceptodefinition. 2021 [citado 2022 Apr 25]. Disponible en: <https://conceptodefinition.de/religion/>

89. Estado civil [Internet]. Eustat. [citado 2022 Apr 25]. Disponible en:
https://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_1/elem_4569/definicion.html
90. Concepto de ocupación - Definición en DeConceptos.com [Internet].
Deconceptos.com. 2022 [citado 2022 Apr 25]. Disponible en:
<https://deconceptos.com/ciencias-sociales/ocupacion>
91. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Nota de Prensa. [Internet].
2022;36–37. Disponible en: [http://m.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/
noticias/nota-de-prensa-no-036-2022-inei.pdf](http://m.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/noticias/nota-de-prensa-no-036-2022-inei.pdf)
92. Swissinfo. Perú anuncia alza de 10,2 % al salario mínimo, de 930 a 1.025 soles.
Swissinfo.ch [Internet]. 2022 [cited 2022 Apr 25]; Disponible en:
[https://www.swissinfo.ch/spa/perú-trabajo_perú-anuncia-alza-de-10-2---al-
salario-mínimo--de-930-a-1.025-soles/47487794](https://www.swissinfo.ch/spa/perú-trabajo_perú-anuncia-alza-de-10-2---al-salario-mínimo--de-930-a-1.025-soles/47487794)

ANEXO N° 01



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

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

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	Consumes de 4 a 8 vasos de agua al día	N	V	F	S
4	Incluye entre comidas el consumo de frutas	N	V	F	S
5	Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales o químicos para conservar la comida	N	V	F	S
6	Lee Ud. las etiquetas de las comidas empaquetadas, enlatadas o conservas para identificar los ingredientes	N	V	F	S
ACTIVIDAD FÍSICA					
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

N	ÍTEMS	CRITERIOS			
AUTORREALIZACIÓN					
17	Se encuentra satisfecho con lo que ha realizado durante su vida	N	V	F	S
18	Se encuentra satisfecho con las actividades que actualmente realiza	N	V	F	S
19	Realiza 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 medico	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

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 el puntaje es:

N = 4	V = 3	F = 2	S = 1
-------	-------	-------	-------

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

ANEXO N° 03

CONFIABILIDAD

ESTILO DE VIDA:

$\alpha = \frac{k}{k - 1} \left[1 - \frac{\sum V_i}{V_t} \right]$	α (Alfa de Cronbach) =	0.71
	k (número de items) =	25
	$\sum V_i$ (varianza de cada item) =	16.07
	V_t (varianza total) =	51.09

Alfa de Cronbach	=	0.71
------------------	---	-------------

FACTORES BIOSOCIOCULTURALES:

No se realizó la prueba de Confiabilidad, porque no hay preguntas ambiguas.

ANEXO N° 04



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

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 de los padres de familia de la Institución Educativa N° 89007 del 5° grado nivel primaria_Chimbote, 2021 **y es dirigido por** Aredo Castillo Fredy Willi, **investigador de la universidad Los Ángeles de Chimbote.**

El propósito de la investigación es: Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los padres de Familia de la Institución Educativa N°89007 del 5° grado Nivel Primaria_Chimbote, 2021

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

Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través de su correo electrónico. Si desea, también podrá escribir al correo fredy-ac@hotmail.com para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

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

Nombre: _____

Fecha: _____

Correo electrónico: _____

Firma del participante: _____

Firma del investigador (o encargado de recoger la información):

ANEXO N° 05



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

DECLARACIÓN DE COMPROMISO ÉTICO Y NO PLAGIO

Mediante el presente documento denominado declaración de compromiso ético y no plagio el autor(a) del presente trabajo de investigación titulado **ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021**, declaro conocer las consecuencias por la infracción de las normas del Reglamento de Investigación de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote y el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos de Investigación para optar grados académicos y títulos su elaboración no hay copia, ni uso de ideas, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en todos los casos se ha incorporado la cita y referencias respectivas conforme orienta las normas Vancouver, previsto en la Universidad. En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento profesionales – RENATI; que exigen veracidad y originalidad de todo trabajo de investigación, respeto a los derechos de autor y la propiedad intelectual. Asimismo, cumpla con precisar que este trabajo forma parte de una línea de investigación denominado “Determinantes de salud de las personas” dentro del cual se tiene como objetivo de estudio desarrollar investigaciones orientadas al cuidado de la salud de las personas por grupo etario, a partir de los determinantes de la salud de la persona, se aplicó un diseño metodológico común, por lo tanto, es posible que tenga similitud en ese sentido y se explica, porque forma parte de dicha línea. También se declara que al recolectar los datos se tuvo acceso a nombres, apellidos, a cada uno se les asignó un código preservar su identidad y proteger los derechos constitucionales, siendo el único aspecto inserto en los instrumentos. Finalmente se declara que: el presente trabajo es auténtico, siendo el resultado el producto de un trabajo personal acorde con la línea de investigación del cual se deriva, trabajado bajo los principios de la buena fe y respeto de los derechos de autor y propiedad intelectual, de modo que al utilizar las fuentes para su elaboración no hay copia, ni uso de idea, apreciaciones, citas parafraseadas o citas textuales, etc. Tomadas de cualquier fuente sean en versión física o digital, sin mencionar de forma clara y exacta su origen o autor, por el contrario, en normas Vancouver, previsto en la Universidad.

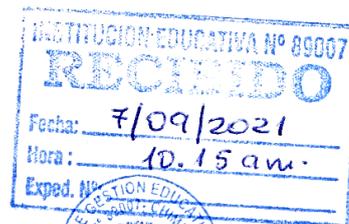
En conformidad del presente contenido y como su legítimo autor se firma el presente documento.

Aredo Castillo, Fredy Willi

ANEXO N° 06



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE



Mg. Erlyn Robles Aguirre
DIRECTOR

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Carta N° 01 - 2021-ULADECH CATÓLICA

Sr.

Lic. Erlyn Robles

Director de la I.E "89007"

Presente.-

De mi consideración:

Es un placer dirigirme a usted para expresar mi cordial saludo e informarle que soy estudiante de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. El motivo de la presente tiene por finalidad presentarme, Aredo Castillo Fredy Willi, con código de matrícula N° 0112061042, de la Carrera Profesional de Enfermería, ciclo VIII, quién solicita autorización para ejecutar de manera remota o virtual, el proyecto de investigación titulado "ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS PADRES DE FAMILIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 89007 DEL 5° GRADO NIVEL PRIMARIA_CHIMBOTE, 2021", durante los meses de Setiembre hasta Diciembre del presente año.

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

Atentamente,

Arede Castillo Fredy Willi
DNI. N° 40160018

ANEXO N° 07

DISTRIBUCIÓN DE LA MUESTRA

SECCIONES	POBLACIÓN		MUESTRA ESTRATIFICADA	
	FRECUENCIA	PORCENTAJE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
A	35	24.8 %	15	42.9 %
B	37	26.2 %	22	59.5 %
C	32	22.7 %	16	50.0 %
D	37	26.2 %	17	45.9 %
TOTAL	141	100.0 %	70	49.6 %

Fuente: Padres de Familia del 5° grado de Educación Primaria de la Institución Educativa 89007

AREDO CASTILLO-TESIS IV - corregido.pdf

INFORME DE ORIGINALIDAD

0%

INDICE DE SIMILITUD

4%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

4%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 4%

Excluir bibliografía

Activo