



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE  
CHIMBOTE**

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

**FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE  
PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL  
COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA  
EN EL ADULTO DEL BARRIO PEDREGAL BAJO\_  
HUARAZ, 2021**

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

**AUTORA**

**GARCIA SANCHEZ, ASTRID BEATRIZ**

**ORCID: 0000-0001-9140-4892**

**ASESORA**

**REYNA MARQUEZ, ELENA ESTHER**

**ORCID: 0000-0002-4722-1025**

**HUARAZ – PERÚ**

**2023**



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**ACTA N° 0179-092-2023 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS**

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **18:30** horas del día **10** de **Agosto** del **2023** y estando lo dispuesto en el Reglamento de Investigación (Versión Vigente) ULADECH-CATÓLICA en su Artículo 34º, los miembros del Jurado de Investigación de tesis de la Escuela Profesional de **ENFERMERÍA**, conformado por:

**ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO** Presidente  
**RAMOS MOSCOSO SARA MARIBEL** Miembro  
**ÑIQUE TAPIA FANNY ROCIO** Miembro  
**Mgtr. REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER** Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO DEL BARRIO PEDREGAL BAJO\_HUARAZ, 2021**

**Presentada Por :**  
(1212181105) **GARCIA SANCHEZ ASTRID BEATRIZ**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **MAYORIA**, la tesis, con el calificativo de **16**, quedando expedito/a el/la Bachiller para optar el TITULO PROFESIONAL de **Licenciada en Enfermería**.

Los miembros del Jurado de Investigación firman a continuación dando fe de las conclusiones del acta:

**ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO**  
Presidente

**RAMOS MOSCOSO SARA MARIBEL**  
Miembro

**ÑIQUE TAPIA FANNY ROCIO**  
Miembro

**Mgtr. REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER**  
Asesor



## CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO DEL BARRIO PEDREGAL BAJO\_HUARAZ, 2021 Del (de la) estudiante GARCIA SANCHEZ ASTRID BEATRIZ, asesorado por REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 00% según el reporte de originalidad del programa Turnitin.

Por lo tanto, dichas coincidencias detectadas no constituyen plagio y la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

Cabe resaltar que el turnitin brinda información referencial sobre el porcentaje de similitud, más no es objeto oficial para determinar copia o plagio, si sucediera toda la responsabilidad recaerá en el estudiante.

Chimbote, 20 de Setiembre del 2023

---

Mg. Roxana Torres Guzmán  
Responsable de Integridad Científica

## **DEDICATORIA**

Esta investigación va dedicada a Dios, porque sin la fortaleza que me da a diario no hubiera llegado hasta donde ahora estoy, por darme perseverancia a pesar de todos los obstáculos y por guiarme siempre.

Dedico este trabajo también a mi madre querida, con mucho amor y cariño, porque ella siempre me brinda su apoyo incondicional, nunca me deja sola y siempre me motivó a seguir mis sueños.

De la misma forma va dedicado a todos los docentes que estuvieron en cada etapa de mi vida académica y que poco a poco me inculcaron muchos conocimientos.

## AGRADECIMIENTO

A Dios:

Por darme la vida, las fuerzas y por no dejarme sola durante el progreso de la presente investigación. Gracias a todo eso ahora doy un paso más en mi vida académica y logro una de mis metas propuestas.

A mi familia:

Por brindarme su apoyo incondicional en cada momento que lo necesité. Por motivarme siempre a seguir adelante, a pesar de las adversidades y no rendirme.

A nuestra alma mater:

Universidad Católica los Ángeles Chimbote por ser como mi segundo hogar, y a cada uno de los docentes por guiarme y haber compartido sus conocimientos en cada etapa de la presente investigación.

## ÍNDICE GENERAL

CARÁTULA.....	I
ACTA DE SUSTENTACIÓN.....	II
CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD .....	III
DEDICATORIA.....	IV
AGRADECIMIENTO .....	V
ÍNDICE GENERAL.....	VI
LISTA DE TABLAS .....	VII
LISTA DE FIGURAS .....	VIII
RESUMEN.....	IX
ABSTRACT.....	X
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	1
II. MARCO TEÓRICO .....	8
2.1. Antecedentes .....	8
2.2. Bases teóricas.....	11
2.3. Hipótesis .....	17
III. METODOLOGÍA.....	18
3.1. Nivel, tipo y diseño de la investigación.....	18
3.2. Población y muestra .....	18
3.3. Variables, definición y operacionalización .....	19
3.4. Técnica e instrumentos de recolección de información .....	21
3.5. Método de análisis de datos .....	23
3.6. Aspectos éticos .....	25
IV. RESULTADOS .....	27
4.1. Resultados.....	27
4.2. Discusión .....	37
V. CONCLUSIONES.....	52
VI. RECOMENDACIONES.....	53
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS: .....	54
ANEXOS: .....	54
ANEXO 01. Cálculo de la Muestra .....	66
ANEXO 02. Matriz de Consistencia.....	67
ANEXO 03. Instrumento de recolección de información .....	69
ANEXO 04. Validez del instrumento .....	76
ANEXO 05. Confiabilidad del instrumento.....	78
ANEXO 06. Formato de Consentimiento Informado .....	80
ANEXO 07. Documento de aprobación de institución para la recolección de información .....	81
ANEXO 08. Evidencias de ejecución .....	82

## LISTA DE TABLAS

	Pág.
<b>TABLA 1:</b> FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS EN EL ADULTO DEL BARRIO PEDREGAL BAJO_HUARAZ, 2021.....	27
<b>TABLA 2:</b> ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN EN EL ADULTO DEL BARRIO PEDREGAL BAJO_HUARAZ, 2021.....	32
<b>TABLA 3:</b> ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO EN EL BARRIO PEDREGAL BAJO_HUARAZ, 2021.....	33
<b>TABLA 4:</b> ASOCIACIÓN DE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICO CON EL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL BARRIO PEDREGAL BAJO_HUARAZ, 2021.....	34
<b>TABLA 5:</b> ASOCIACIÓN DE LAS ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN CON EL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL BARRIO PEDREGAL BAJO_HUARAZ, 2021.....	35

## LISTA DE FIGURAS

	Pág.
<b>FIGURAS DE LA TABLA 1: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS EN EL ADULTO DEL BARRIO PEDREGAL BAJO_HUARAZ, 2021 .....</b>	<b>28</b>
<b>FIGURA DE LA TABLA 2: ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN EN EL ADULTO DEL BARRIO PEDREGAL BAJO_HUARAZ, 2021.....</b>	<b>32</b>
<b>FIGURA DE LA TABLA 3: ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO EN EL BARRIO PEDREGAL BAJO_HUARAZ, 2021.....</b>	<b>33</b>



## RESUMEN

La sociedad cuenta con factores que influyen en el estilo de vida de cada persona, adoptar hábitos no saludables aumenta el riesgo de padecer múltiples enfermedades, a su vez la promoción y prevención en salud repercuten sobre los estilos de vida (1). Por lo mencionado, se realiza la presente investigación cuantitativa, descriptiva, correlacional, transversal y no experimental, cuyo objetivo fue determinar la asociación entre los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo Huaraz, en una muestra de 270 adultos, a quienes se les aplicó los siguientes instrumentos: Cuestionario de factores sociodemográficos, cuestionario de acciones de prevención y promoción en la salud y cuestionario de estilos de vida, utilizando la técnica de entrevista. Los datos obtenidos fueron registrados en Microsoft Excel. Se obtuvieron los siguientes resultados y conclusiones: El 55,6% tienen estudios secundarios, el 37,0% son empleados y el 33,7% su ingreso económico es de 850 a 1100 soles. Casi todos son católicos; la mayoría tiene SIS; más de la mitad son mujeres, adultos maduros y tienen estudios secundarios; menos de la mitad son convivientes, empleados y su ingreso económico es de 850 a 1100 soles. Por otra parte, la mayoría tiene acciones adecuadas; y más de la mitad tiene estilo de vida saludable. Se concluye que si existe asociación entre el estilo de vida y los factores sociodemográficos (estado civil y sistema de salud); asimismo, si existe asociación entre las acciones de prevención y promoción y el estilo de vida.

**Palabras clave:** Adulto, estilos de vida, factores sociodemográficos, promoción y prevención de la salud.

## ABSTRACT

Society has factors that influence the lifestyle of each person, adopting unhealthy habits increases the risk of multiple diseases, in turn health promotion and prevention have an impact on lifestyles (1). For the aforementioned, the present quantitative, descriptive, correlational, cross-sectional and non-experimental investigation is carried out, whose objective was to determine the association between sociodemographic factors and prevention and promotion actions with health behavior: lifestyles in adults from the Pedregal Bajo Huaraz neighborhood, in a sample of 270 adults, to whom the following instruments were applied: Questionnaire of sociodemographic factors, questionnaire of prevention and health promotion actions, and lifestyle questionnaire, using the interview technique. The data obtained were recorded in Microsoft Excel. The following results and conclusions were obtained: 55,6% have secondary studies, 37,0% are employed and 33,7% their economic income is from 850 to 1100 soles. Almost all are Catholic; most have SIS; more than half are women, mature adults and have secondary education; Less than half are cohabitants, employees, and their economic income is between 850 and 1,100 soles. On the other hand, most have adequate actions; and more than half have a healthy lifestyle. It is concluded that there is an association between lifestyle and sociodemographic factors (marital status and health system); likewise, if there is an association between prevention and promotion actions and lifestyle.

**Keywords:** Adult, lifestyles, sociodemographic factors, health promotion and prevention.

## I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La promoción y la prevención de la salud son entendidas como las acciones que se realizan de manera integral a la población. Por otro lado, tenemos lo que son los estilos de vida, conocidos como las conductas y comportamientos que se realizan cotidianamente por una persona, estos junto con otros factores suelen ser grandes influyentes en la salud y más aún en la de los adultos. Es importante mencionar que en la actualidad el estilo de vida de los adultos viene siendo el menos adecuado, pues estos adultos optan por realizar hábitos poco saludables lo que ha traído como consecuencia una inmunología débil y el aumento de enfermedades tales como; la obesidad, hipertensión arterial y diabetes (1,2).

La Organización Mundial de la Salud (OMS), (3) manifiesta que, se entiende como promoción de la salud al proceso mediante el cual las personas puedan controlar y mejorar su salud. Para que este proceso se pueda dar de manera óptima es necesario que la sociedad trabaje juntamente con organizaciones, instituciones e incluir dentro de ello el ámbito político. Dentro de todo esto es necesario que se incluyan acciones educativas y de fomento referentes al cuidado de la salud. Asimismo, se menciona que es importante que la población tenga una participación activa y voluntaria, y que este proceso pueda ser tanto multidisciplinario como organizado. Con todo ello se busca que la población pueda ir construyendo una base para vivir de manera saludable y mejorar las condiciones de vida.

Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS), (4) la promoción de la salud va estrechamente relacionada con la prevención, sucesivo a ello nos menciona que, se entiende como prevención en salud al desarrollo de actividades en los programas de salud que se encuentran orientadas a brindar información a la población para mejorar diversas conductas y de esta manera poder evitar diversas enfermedades. Todo ello con el fin de poder disminuir la tasa de morbilidad y mortalidad mundialmente, puesto que, más del 60% de las muertes a nivel mundial son a causa de enfermedades no transmisibles.

A nivel mundial según la OMS, (5) hasta el año 2030 se llegará al 70% de muertes a causa de enfermedades crónicas, principalmente en el continente africano. Asimismo, nos menciona que, dormir y comer bien, realizar ejercicio, no consumir tabaco ni alcohol, pueden reducir hasta un 80% del riesgo de padecer enfermedades crónicas, es por ello que el sector salud debe de poner mayor énfasis en la promoción de estilos de vida

saludables, es importante concientizar a la población en general, pues así enfermedades como; la diabetes, obesidad, cardiovasculares y pulmonares tendrían menor morbilidad.

El estilo de vida es uno de los factores que tiene mayor influencia en la salud de las personas, si las personas adultas logran modificar su estilo de vida a uno saludable, el nivel de mortalidad mundial disminuiría un 43%. Asimismo, a nivel mundial el 54,4% de adultos, no practica ningún deporte principalmente los adultos de 30 años para adelante, el 49% no realiza actividad física a causa de la falta de tiempo, así también es importante mencionar que, el 74,69% de adultos padece de sobrepeso entre el cual, el 42,4% es del sexo masculino (6).

En la actualidad a nivel mundial se puede observar que la parte de promoción y prevención en salud no se viene dando adecuadamente y esto se puede evidenciar en el poco control de la salud que se viene dando y con ello la prevalencia de diversas enfermedades, esto se debe principalmente a que las estrategias planteadas no se vienen abordando adecuadamente, asimismo, uno de los principales factores que afectan la promoción y la prevención en salud es la poca participación de la ciudadanía y el déficit del trabajo intersectorial.

En Chile tras la realización de la última encuesta nacional de salud en el 2021, el 74,2% de los adultos chilenos presenta sobrepeso, el 27,6% padece de hipertensión arterial y el 12,3% de diabetes mellitus tipo 2. La mayor población chilena que presenta estilos de vida no saludables es de sexo masculino, esto a causa de que en ellos el consumo de alcohol y tabaco es mayor, es importante mencionar también que el excesivo consumo de comidas muy condimentadas y de bebidas gasificadas también va afectando la salud de estos adultos (7).

Asimismo, en Chile la promoción de la salud es una de las áreas fundamentales dentro de lo política de salud pública, es por ello que desde hace un poco más de dos décadas se han ido creando estrategias y programas a nivel nacional, el objetivo del gobierno chileno es poder disminuir el número de casos de cáncer, enfermedades cardiovasculares, accidentes y enfermedades referentes a la salud mental. Para poder lograr todo ello se propuso realizar diversas campañas en lugares públicos, referentes a estilos de vida saludable. Así también, la última estrategia que se planteó en el gobierno

chileno tiene como objetivo reducir los casos de sobrepeso y obesidad, consumo de sustancias nocivas y sedentarismo (8).

En México, en el 2021 según el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), (9) de las causas principales de las defunciones que se dan anualmente en la población de adultos, en primer lugar, tenemos a la obesidad con 200 mil casos, en segundo lugar, se encuentran las enfermedades cardiovasculares con 100 mil casos y por último está la diabetes con 80 mil casos. Estas enfermedades están relacionadas principalmente al excesivo consumo de alimentos sumamente procesados y un déficit de práctica de actividad física.

Por otra parte, en México se están implementando programas educación sanitaria, con el fin de que todos los ciudadanos pueden adquirir información básica referente al cuidado de la salud, el gobierno mexicano busca que, dichos programas educativos se puedan brindar de manera permanente y formen parte de las actividades institucionales. Además de ello su objetivo principal es que los determinantes de la salud puedan mejorar, que las conductas riesgosas pueden disminuir, que los ciudadanos puedan aprender cómo llevar un estilo de vida saludable y con ello lograr la prevención de diversas enfermedades (10).

Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), (11) en la Encuesta Nacional de Hogares que se realizó en el tercer trimestre del 2021, se halló que las mujeres de 50 a 60 años son las que más acudieron para una atención clínica conformando así el 33,4%, asimismo, se menciona que de las principales causas de morbilidad en el Perú, a parte del COVID – 19, fueron las enfermedades respiratorias entre ellas, la amigdalitis y la faringitis aguda con un aproximado de 1 millón de casos atendidos, así también, una de las enfermedades que mayor número de casos tiene es la infección urinaria con un poco más de 600 mil casos, asimismo encontramos a las enfermedades digestivas con 485 mil casos registrados.

Así también, tras haberse realizado la encuesta nacional de hogares se reveló que, la prevalencia de obesidad y sobrepeso en el Perú es de 60,2%, entre los cuales el 41,5% fue en personas de sexo masculino desde los 40 a 49 años. Un dato relevante también es que el 51,4% de la población de adultas mujeres tiene obesidad abdominal. Estas tres enfermedades pueden conllevar a traer otras enfermedades de mayor gravedad si no son

tratadas adecuadamente, y esto se debe principalmente, al desequilibrio en la alimentación, falta de actividad física, vida sedentaria y excesivo consumo de bebidas alcohólicas (12).

Por su parte EsSalud ha ido trabajando en la prevención de enfermedades, principalmente en el cáncer de mama y cuello uterino, con el fin de que la ciudadanía pueda tomar conciencia y los casos con respecto a estas enfermedades empiecen a descender, puesto que según diversos datos estadísticos la segunda causa de muerte en el Perú viene siendo el cáncer de mama. Asimismo, el jefe de atención primaria manifestó que, para que se pueda fortalecer la promoción y prevención es necesario que se realicen talleres, ferias y consejerías educativas, junto con ello también fomentar a la realización de pruebas de tamizaje (13).

Por otro lado, la promoción y la prevención en salud se ha visto un tanto afectada con el inicio de la pandemia, puesto que la mayoría de las actividades eran enfocadas a la promoción y prevención del COVID 19, dejando de lado así las demás enfermedades que también afectaban a la comunidad. Asimismo, se evidencia que las actividades de promoción y prevención se vienen dando principalmente en las zonas céntricas del Perú dejando de lado a las comunidades lejanas, por lo que es necesario mejorar las estrategias de prevención y promoción.

En Ancash, tras un estudio que se realizó en el distrito de Cátac en el año 2020 se obtuvo que, el 76% de los adultos presenta un estilo de vida poco saludable entre los cuales la mayor parte corresponde a adultos de 36 a 59, asimismo, de estos adultos el 46,6% no saben escribir ni leer (14). Así también, en la ciudad de Chiclayo en el año 2018 según la Red Pacífico Norte se notificaron 781 casos de diabetes en adultos (15).

La ciudad de Huaraz que se encuentra en la región Ancash, se encuentra poblada por 140 mil habitantes aproximadamente, esta ciudad está constituida por distintas culturas y cuenta con un amplio recorrido turístico. En la ciudad de Huaraz el estilo de vida de los adultos no viene siendo el más adecuado pues, se puede observar que la mayoría de ellos, aún opta por seguir malos hábitos como; el consumo de comida chatarra, gaseosas y alcohol, asimismo se observa que la mayoría de adultos presente una vida muy sedentaria, todo ello trayendo como consecuencia que el 40% de la población padezca de

enfermedades como la diabetes, obesidad y sobrepeso, cirrosis, gastritis y enfermedades cardiovasculares (16).

En la ciudad de Huaraz, en el hospital Víctor Ramos Guardia cada cierto tiempo se va realizando campañas integrales de la salud, así como campañas de promoción de la salud. En el año 2020 se han ido realizando campañas referentes a las medidas preventivas frente al COVID-19. Asimismo, el personal de salud ha ido incentivando a la población para que estos puedan acudir a los centros de inmunización a administrarse la respectiva vacuna, principalmente la población de adultos, con el fin de que la población pueda cuidar su salud. Así también se han ido realizando campañas importantes referentes a la alimentación saludable, puesto que se ha podido percibir que la población de adultos no está llevando una alimentación sana y no solo ello sino un mal estilo de vida en su totalidad, trayendo como consecuencia la prevalencia de enfermedades como diabetes, hipertensión, obesidad, entre otras (17).

Ante esta realidad no es ajeno el barrio Pedregal Bajo que se encuentra localizado en la provincia de Huaraz, en este barrio todas las viviendas cuentan con los servicios básicos que son desagüe, luz y agua, dentro de este barrio podemos encontrar, una losa deportiva, un mercadillo y una pequeña capilla, asimismo, es importante mencionar que por este barrio se desplazan diversos medios de transporte y por las noches todos los días pasa el camión recolector de basura (18).

El barrio cuenta con 900 adultos aproximadamente, entre los cuales la mayoría de ellos tiene casa propia, gran número de los adultos cuenta con un trabajo ya sea de manera independiente o dependiente, asimismo, estos adultos disponen de un seguro de salud, ya sea del SIS u otro seguro particular. Los adultos del barrio Pedregal bajo en su mayoría son adultos maduros, se percibe que estos adultos no presentan un estilo de vida saludable pues ellos tienen preferencia por el consumo de comidas muy condimentadas, procesadas y altas en grasas, aumentándole a ello el consumo de bebidas alcohólicas y la falta de actividad física (18).

Asimismo, es importante mencionar que, el estilo de vida no saludable que llevan estos adultos ha traído como consecuencia que estos padezcan de; colesterol y triglicéridos altos, hipertensión arterial, gastritis, obesidad y sobrepeso, y diabetes. Estos

adultos son tratados en el Centro de Salud Nicrupampa, este centro de salud es de categoría I-3 y pertenece a la red Huaylas Sur (18).

Por lo ya mencionado anteriormente, me planteo la siguiente interrogante de investigación:

¿Existe asociación entre los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: Estilos de vida en los adultos del barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021?

La presente investigación tiene como propósito determinar si los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción se encuentran asociados a los estilos de vida en la población adulta, ya que tanto los estilos de vida como las acciones de promoción y prevención son temas muy importantes a tratar, pues estos son grandes influyentes en la salud de las personas y que con el tiempo han ido cambiando gracias a la influencia de diversos factores.

Asimismo, la presente investigación es de mucha utilidad, pues gracias a ella podremos identificar como son los estilos de vida de los adultos del barrio Pedregal Bajo y con ello poder contribuir a que haya una disminución de los hábitos poco saludables en dicha población, por otro lado, esto permitirá que tanto las autoridades del lugar ya mencionado, como los profesionales de salud conozcan sobre la situación y puedan poner mayor énfasis tanto en la planificación como en la ejecución de estrategias de promoción y prevención de la salud. Con lo mencionado anteriormente se podrá contribuir en la prevención de diversas enfermedades en los adultos.

Por otra parte, esta investigación es muy beneficiosa en los estudiantes de la facultad de ciencias de la salud, de diversas universidades, pues gracias a esta, ellos conocerán la problemática y ello les motivará a poder realizar futuras investigaciones con el propósito de conocer más afondo la situación. Por otro lado, está investigación es muy beneficiosa para los adultos del barrio Pedregal Bajo, pues les permitirá tomar conciencia y así poder contribuir a mejorar sus hábitos para disponer de un estado de salud óptimo.

Para poder dar solución al problema se propuso el siguiente objetivo general:

- Determinar la asociación entre los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.



Para poder lograr el objetivo general se propuso los siguientes objetivos específicos:

- Caracterizar los factores sociodemográficos en el adulto del barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.
- Caracterizar las acciones de prevención y promoción de la salud en el adulto del barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.
- Caracterizar el comportamiento de la salud: Estilo de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.
- Explicar la asociación de los factores sociodemográfico con el comportamiento de la salud: Estilo de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.
- Explicar la asociación de las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: Estilo de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes

#### 2.1.1. A nivel internacional:

**López, Et al, (19)** en su estudio titulado “Relación entre calidad de vida relacionada con la salud y determinantes sociodemográficos en adultos de Cuenca, Ecuador 2018”, que tiene como objetivo: Evaluar las dimensiones de la calidad de vida relacionada con la salud de la población adulta de Cuenca, y relacionarlas a su vez, con las principales variables sociodemográficas, con una metodología de estudio cuantitativo, descriptivo transversal, en una muestra de 280 adultos. Tuvieron como resultados que, el 55% son de sexo femenino y el 35,7% estudió hasta secundaria completa. Se concluye que los factores sociodemográficos tienen grande influencia en la salud de la población.

**Bahamón, Et al, (20)** en su estudio titulado “Estilos de vida promotores de salud como moderadores de compra y consumo de alimentos saludables, Colombia 2019”, tuvo como objetivo: Medir el papel moderador del estilo de vida promotor de salud, sus dimensiones y las características sociodemográficas, sobre la compra y consumo de alimentos saludables, con una metodología cuantitativa, de corte transversal, en una muestra de 370 adultos. Obtuvo como resultados que, el 59,9 % son de sexo femenino, el 50,5% se encuentra casado y 91,8% compra y consume alimentos saludables. Se concluyó que si existe relación significativa entre las características sociodemográficas y el estilo de vida con la compra y consumo de alimentos saludables.

**Pesantes, Macías, (21)** en su estudio titulado “Prevalencia de actividad física y relación con variables sociodemográficas y estilos de vida, en comunidad San Eduardo, 2021” tuvo como objetivo: Determinar la prevalencia de actividad física y relación con factores sociodemográficos y estilos de vida, con una metodología cuantitativa, en una muestra de 729 participantes. Obtuvo como resultado el 50,3% son varones, el 21,9% bachillerato incompleto, el 79,7% se alimentan 3 veces en el día. Se concluyó que la Prevalencia de actividad física es baja y los factores sociodemográficos están relacionados con la edad, nivel educativo, morbilidad y mortalidad.

### 2.1.2 A nivel nacional:

**Pujay, (22)** en su investigación titulada “Acciones de prevención y promoción de la salud relacionado con los estilos de vida de los adultos pescadores del desembarcadero Pesquero Artesanal - Salaverry, 2020”, tuvo como objetivo: Explicar la relación entre las Acciones de Prevención y Promoción de la Salud y los Estilos de Vida de los Adultos Pescadores del Desembarcadero Pesquero Artesanal – Salaverry, 2020, con una metodología cuantitativo, correlacional, de corte transversal, en una muestra de 400 adultos. Obtuvo como resultado que, el 38,5% tienen un nivel de promoción de la salud bajo y el 51,5% presenta un estilo de vida saludable. Se concluyó que entre las acciones de Prevención y Promoción de la Salud y los Estilos de vida si existe relación significativa.

**Saavedra, (23)** en su investigación titulada “Factores sociodemográficos y eventos de vida tempranos asociados con la felicidad en adultos de Lima Metropolitana, 2020” Tuvo como objetivo: Estimar los factores sociodemográficos y eventos de vida tempranos asociados con la felicidad en adultos de Lima Metropolitana, con una metodología cuantitativa, de corte transversal, en una muestra de 4445 adultos. Obtuvo como resultados que, 95,0% oscilan entre las edades de 41 a 43 años, el 52,0% son del sexo femenino, 44,8% tienen instrucción secundaria, 63,7% tiene un trabajo remunerado. Se concluyó que la felicidad se asoció con los factores sociodemográficos (sexo, estado civil, pobreza y nivel de instrucción).

**Chávez, (24)** en su investigación titulada “Actitud y prácticas de promoción de la salud de los agentes comunitarios del distrito José Sabogal, Cajamarca 2018”. Tuvo como objetivo: Determinar la relación que existe entre actitud y prácticas de promoción de la salud de los Agentes Comunitarios de Salud del distrito de José Sabogal, 2018, con una metodología cuantitativa, descriptivo, no experimental, en una muestra de 66 participantes. Tuvo como resultado que, 46,97% tiene una actitud regular de promoción en la salud y el 45,45% realiza regularmente prácticas en promoción de la salud. Se concluyó que si existe una relación positiva entre actitud y prácticas de promoción de salud.

### 2.1.3 A nivel local:

**Huamán, (25)** en su estudio titulado “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Ricardo Palma\_Chimbote, 2019”. Tuvo como objetivo: Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Ricardo Palma \_Chimbote, 2019, con una metodología cuantitativa, correlacional de corte transversal, en una muestra de 125 adultos. Tuvo como resultado que, el 35,2% tiene un ingreso económico de 400 soles, 51% tienen acciones inadecuadas de prevención y promoción de la salud y el 72% tiene un estilo de vida saludable. Se concluyó que los factores sociodemográficos si tienen relación con el estilo de vida.

**Medina, (26)** en su estudio titulado “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 25 \_Chimbote, 2019”. Tuvo como objetivo: Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 25 \_Chimbote, 2019, con una metodología cuantitativa, correlacional, transversal, en una muestra de 180 adultos. Obtuvo como resultados que, el 55,6% son amas de casa; el 55,6% tienen su ingreso económico menor de 400 soles y el 64,44% tienen estilo de vida no saludable. Se concluyó que la promoción y prevención de la salud con el estilo de vida si tienen relación estadísticamente significativa.

**Ramos, (27)** en su estudio titulado “factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven La Unión Sector 24 \_Chimbote, 2019”. Tuvo como objetivo: Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto en el Pueblo Joven La Unión Sector 24, con una metodología cuantitativa, correlacional, transversal, en una muestra de 178 adultos. Obtuvo como resultados que, el 50,6% llevan una adecuada prevención y promoción de la salud y el 78,1% llevan un estilo de vida saludable.

Se concluye que entre los factores sociodemográficos y los estilos de vida si existe relación estadísticamente significativa.

## **2.2. Bases teóricas**

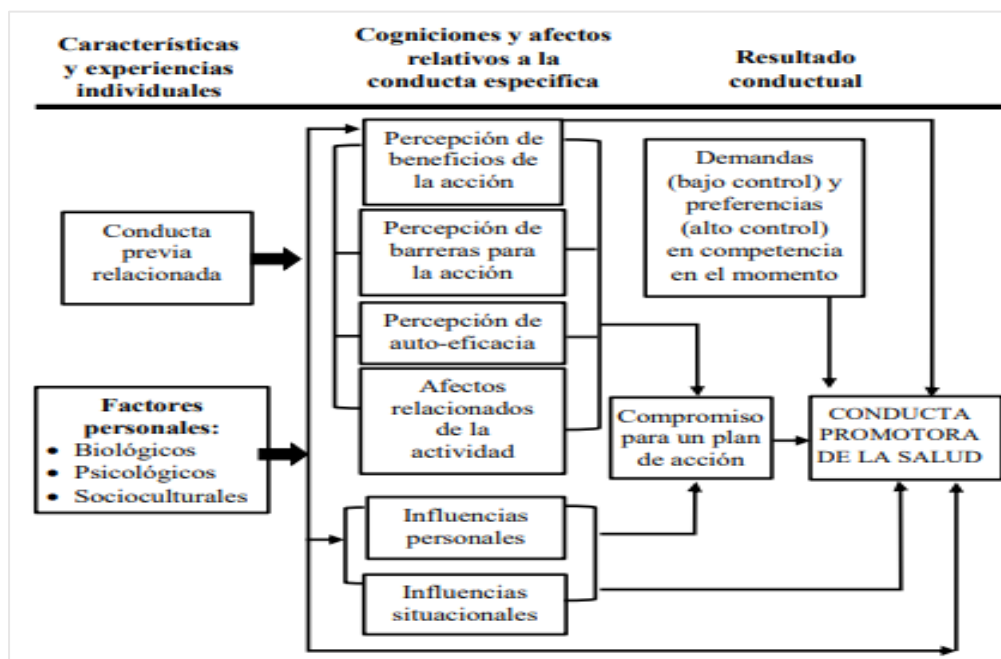
La presente investigación se sustenta en la base teórica de Nola Pender con su modelo de Promoción de la salud, en la cual nos hablan sobre los estilos de vida, los factores sociodemográficos y promoción en la salud de la persona.

Nola Pender quien fue una enfermera estadounidense nacida en el año 1941, desde muy pequeña se fue interesando por la enfermería, todo ello inició cuando un enfermero cuidaba de su tía que se encontraba hospitalizada. Empezó a estudiar la carrera de enfermería hasta que en el año 1964 se graduó en la Universidad de Míchigan y en el año 1969 obtuvo el nivel más alto de estudios en educación y psicología (28).

Pender, (28) en el año 1982, expone su modelo de Promoción de la Salud, en el cual hace énfasis en la educación que la población y cada persona recibe, pues menciona que gracias a ellos se puede llegar a tener un cuidado óptimo de la salud, para llevar una vida saludable, y para ello se debe de tener en cuenta la promoción de la salud y la prevención de las enfermedades, pues estos son grandes factores influyentes en la salud. Asimismo, este modelo nos hace mención de que los acontecimientos situacionales, personales e interpersonales suelen modificar los factores cognitivos y preceptuales de las personas y esto suele tener un efecto favorecedor en la salud.

Este modelo de Promoción de la salud se realizó en base a dos importantes teorías. La primera de estas perteneciente a Albert Bandura, que nos habla sobre lo importante que son los factores psicológicos en el desarrollo de la conducta y el aprendizaje. La segunda teoría perteneciente a Feather, en la cual menciona que la conducta está conectada totalmente con la razón y el pensamiento, para que una persona pueda alcanzar alguna meta u objetivo, es importante que, al momento de realizar las acciones para alcanzarlos, lo haga siempre con el compromiso personal (29).

## MODELO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD



**Fuente:** Modelo de promoción de la salud elaborado por: Pender N, y adecuado por: Merino J; Stiepovich J, 1996.

Dentro de este modelo, se hace mención de que, existen tres categorías esenciales que influyen en el estilo de vida de las personas y por ende en su salud. Dentro de esas categorías tenemos en primer lugar las experiencias personales, en segundo lugar, la cognición y motivación de la conducta, y por último el resultado conductual (30).

El gráfico planteado según el modelo de Nola Pender, el cual nos muestra lo sucesivo, en la columna izquierda, nos habla primero sobre las experiencias personales, en la cual primero nos menciona a las experiencias pasadas que ya sea de manera directa o indirecta tienen efecto en las conductas de promoción de salud. Y en segundo lugar nos menciona la influencia que tiene los factores personales del ámbito biológico, psicológico, social y cultural, sobre la conducta (30).

En la columna del centro, nos menciona a los componentes principales en los cuales se basa el modelo de promoción de la salud, estos van relacionados al afecto y conocimiento, dentro de ellos nos mencionan seis fundamentales conceptos; en primer lugar a los beneficios de acción, estos se entienden como los beneficios que pueda traer tener una buena conducta en salud; en segundo lugar están las barreras de acción, esta se refiere a los efectos negativos que puede traer el no tener un compromiso con la conducta de la salud; en tercer lugar tenemos a la autoeficacia, la cual se refiere a cómo

cada persona se percibe para poder desarrollar alguna conducta en salud; en cuarto lugar están los afectos que se encuentran en relación con los comportamientos (30).

En quinto lugar, están las influencias personales, en ello menciona que, para que un individuo opte por una conducta en salud favorable las personas más allegadas a él serán como una fuente de apoyo para lograrlo y, por último, tenemos las influencias de las situaciones de nuestro entorno, estas tienen grande influencia en promover conductas buenas en la promoción de salud (30).

En la columna derecha, nos menciona que este es un constituyente para obtener los resultados finales, esta columna nos deduce que, para poder desarrollar una conducta en promoción de salud las demandas y preferencias inmediatas van a tener gran influencia, en ellas considera a las conductas que los individuos no pueden controlar, asimismo en esta se menciona la influencia que tiene el compromiso de cada persona (30).

Nola Pender nos menciona que, el estilo de vida de las personas se encuentra dividido en conductas previas relacionadas con las experiencias personales y en factores biológicos, psicológicos, sociales y culturales del individuo, asimismo, nos dice que el llevar un adecuado estilo de vida es beneficioso para la salud de las personas y que las apreciaciones negativas pueden conllevar a no tener un estilo de vida óptimo, pero no solo esto influye en nuestro estilo de vida, sino también nuestra actitud ante ciertos hábitos saludables, las influencias interpersonales y situacionales que el individuo puede tener (31).

Es importante mencionar también el resultado conductual, que está constituido por demandas de competencias que dan paso a realizar un plan de acción y conductas de promoción de la salud, de este modo la tasa de personas enfermas disminuiría, así como el uso de recursos (31).

En este modelo, se mencionan también, a cuatro paradigmas salud, persona, entorno y enfermería. Salud viene a ser el estado altamente favorable de bienestar. Persona hace referencia al sujeto de estudio fundamental en la investigación. Entorno son todas las relaciones personales e interpersonales que pueden influir en la actitud de las personas y pueden o no favorecer la salud. Enfermería como el impulsador fundamental en lo que a conservación de la salud se refiere. Así también se hace mención de ciertas dimensiones, tales como la alimentación, la higiene personal, la manera de afrontar el estrés y los problemas, la actividad física, y la responsabilidad que tiene cada persona para cuidar de su salud (32).

Nola Pender, con su teoría nos explica que, existen diversos factores que tienen influencia en el estilo de vida de las personas, dentro de ellos nos hablan de los acontecimientos personales, las conductas individuales, el entorno interpersonal, los afectos y sentimientos de las personas. Por otro lado, menciona que, si se diera mayor enfoque a la promoción de la salud, la calidad de vida y la salud de las personas serían óptimas, todo lo mencionado anteriormente se relaciona con el título de la presente investigación, ya que en esta se pretende explicar cómo los factores sociodemográficos y las acciones de promoción y prevención afectan en el comportamiento de las personas.

Según Nola Pender, el estilo de vida se encuentra constituido por seis dimensiones; Responsabilidad en salud, actividad física, alimentación o nutrición, manejo del estrés, apoyo interpersonal o relaciones interpersonales, y autorrealización o crecimiento espiritual, que serán explicados a continuación:

Responsabilidad hacia la salud hace referencia a que cada individuo maduramente desarrollado e independiente es responsable del cuidado de su salud, pues es quien va a decidir qué actividades realizar para cuidarse lo posiblemente mejor. Es importante mencionar que cada decisión que tomemos y cada acción que realicemos va a repercutir sobre nuestra salud. La responsabilidad en salud no solo implica tener hábitos como; comer saludable, realizar ejercicio o evitar consumir sustancias nocivas, sino también, acudir a realizarse chequeos rutinarios de despistaje de enfermedades y participar en campañas de promoción y prevención realizadas por los centros de salud (33).

Por otro lado, la actividad física es considerada como todo tipo de movimiento que se realiza a nivel muscular esquelético, la cual requiere que haya un aumento en el consumo de energía del organismo, esta se pueda dar gracias a realizar diversas actividades como; salir a caminar, subir las escaleras, realizar diversas actividades recreativas o los quehaceres del hogar (34).

Dentro de la actividad física, es importante mencionar que es el ejercicio, este viene a ser toda actividad física que se encuentra planificada y que se realiza de manera repetitiva. Realizar actividad física es fundamental para tener un adecuado mantenimiento de la salud, pues gracias a ello se puede lograr tener un adecuado peso corporal y prevenir enfermedades como: Obesidad, Hipertensión y enfermedades que afectan al sistema esquelético (35).



Así también la nutrición es considerada un pilar imprescindible de la salud en todo el transcurso de la vida. Se define a nutrición como el aporte de nutrientes que le brindamos a nuestro organismo gracias al consumo de diversos alimentos, para que pueda tener un adecuado funcionamiento y mantenimiento (36).

La alimentación hace referencia a la ingestión de alimentos ya sean saludables o no para la salud, la alimentación va desde la selección de los nutrientes hasta la ingesta de estos. Es importante que la persona incorpore en su dieta diaria el consumo equilibrado de todos los grupos alimenticios, pues esto junto con la actividad física, le van a proporcionar tener un adecuado cuidado de la salud (37).

Por otra parte, tenemos al manejo del estrés, como se sabe el estrés es la manera mediante el cual nuestro cerebro y organismo va a dar respuesta ante cualquier situación que nos cause frustración o tensión. De cierta manera el estrés es beneficioso para las personas pues es como un sistema de alerta, pero este suele ser perjudicial para la salud cuando se da de manera repetitiva y sus periodos de duración son largos, por ello es importante que las personas sepan cómo tener un adecuado manejo del estrés, para poder cuidar tanto su salud física como mental, dentro del manejo del estrés es fundamental que la persona empiece identificando que situaciones le causan estrés y buscar alternativas de solución (38).

Encontramos también las Relaciones interpersonales, que se entienden como la interacción que se da con las demás personas en nuestro ámbito social, esto es fundamental en la vida de las personas, pues por naturaleza el ser humano es un ser social, gracias a ello puede expresar tanto sus sentimientos, como emociones e inquietudes. Las relaciones interpersonales van a contribuir en el crecimiento individual de cada persona. Asimismo, estas relaciones son de gran importancia, pues son base fundamental de la personalidad y en la forma de vida de cada individuo. Tener relaciones interpersonales armoniosas van a permitir que dispongamos una vida más saludable, que seamos más flexibles y tengamos mayor tolerancia (39).

Asimismo, el crecimiento espiritual es la capacidad que tienen las personas para desarrollar recursos internos, que van a permitir que ver y saber más a profundidad las cosas, que haya mayor tolerancia y actuar de manera racional en diversas circunstancias. El crecimiento espiritual va de la mano con el crecimiento personal, pues estos dos van a intervenir en el desarrollo de la madurez en el transcurso de la vida, para tener un adecuado crecimiento espiritual, es necesario que el individuo en primero lugar pueda

reconocer sus errores y virtudes, todo ello le va a permitir poder tener una vida más armoniosa y por ende saludable (40).

Se entiende como factores sociales a los aspectos referidos al individuo perteneciente a una sociedad, dentro de ello encontramos características como la edad y el sexo de las personas, así como la ocupación, religión, ingreso económico, estado civil e ingreso económico. Por otro lado, tenemos los indicadores demográficos, que van a ayudar a reflejar datos referentes a los factores sociales desde un punto de vista estadístico (41).

Se entiende a la adultez como el periodo en el cual una persona va a alcanzar completamente desarrollarse, tanto a nivel físico como psicológico. Dentro de esta etapa la persona va a tener un acúmulo de todas las experiencias que ha tenido hasta el momento. Asimismo, es importante mencionar que este periodo se va a ver influenciado por diversos factores tanto biológicos, como socioculturales y psicológicos (42).

Promoción de la salud es entendida como la sucesión que va a permitir educar a la persona, familias y comunidad para que puedan tener un mejor control y cuidado de su salud. Para que se pueda dar una adecuada promoción de la salud va a ser importante que el sector salud pueda implementar diversas estrategias que ayudan en la transformación hábitos y conductas saludables que contribuyan a tener un buen estilo de vida y bienestar tanto físico como psicológico, para ello es importante que haya un compromiso participativo por parte de la comunidad (43).

La prevención en salud se entiende como el conjunto de acciones y medidas que van a permitir a la persona poder prevenir el padecimiento de diversas enfermedades, asimismo, estas ayudarán en la erradicación o disminución de los factores de riesgo para nuestra salud. Estas acciones van a permitir que la persona pueda modificar su estilo de vida, a uno óptimo para la salud, permitiendo que pueda optar por mejorar sus comportamientos y hábitos cotidianos (44).

El Estilo de vida se refiere a todos las conductas y prácticas diarias que realiza una persona para poder satisfacer sus necesidades, ya sea que se den de manera saludable o no saludable van a tener gran repercusión en la salud. Asimismo, el estilo de vida que decida llevar una persona va a depender mucho del entorno social y ambiental en el que la persona se desarrolla, así como también de diversos factores individuales y geográficos (45).

### 2.3. Hipótesis

**H1:** Existe asociación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos con el comportamiento de la salud: estilo de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.

**H0:** No existe asociación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos con el comportamiento de la salud: estilo de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.

**H2:** Existe asociación estadísticamente significativa entre las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.

**H0:** No existe asociación estadísticamente significativa entre las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.

## III. METODOLOGÍA

### 3.1. Nivel, tipo y diseño de la investigación

#### **Correlacional y Corte transversal:**

El tipo de nivel de la presente investigación fue correlacional y transversal, pues en esta se estudiaron más de dos variables y se analizó si estas guardan algún tipo de relación entre sí, asimismo, los datos solo fueron recolectados en un tiempo determinado (46).

#### **Cuantitativo:**

La presente investigación fue de tipo cuantitativo, pues en esta se recolectaron datos, que fueron cuantificados y abordados de manera estadística (46).

#### **No experimental y descriptivo:**

El diseño de la presente investigación fue de tipo no experimental, pues en esta las variables fueron reportadas de manera natural, sin manipulación alguna de estas. Asimismo, fue descriptiva puesto que en ella se analizaron y describieron las características de la población estudiada (46).

### 3.2. Población y muestra

#### **Población**

Estuvo conformada por 900 adultos de ambos sexos que residen en el barrio Pedregal Bajo\_Huaraz.

#### **Muestra**

El tamaño de muestra fue determinado con un nivel de confianza del 95% y un margen de error permisible del 5%. Utilizando el muestreo aleatorio simple, el tamaño de muestra fue de 270 adultos pertenecientes al barrio Pedregal Bajo\_Huaraz (Anexo 01).

#### **Unidad de análisis**

Cada uno de los adultos pertenecientes a la muestra del barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, que cumplieron con los criterios mencionados a continuación.

#### **Criterios de inclusión**

- Adultos que viven de 5 años a más en el barrio Pedregal Bajo.
- Adultos del barrio Pedregal Bajo que acepten participar de la presente investigación.
- Adultos de ambos sexos del barrio Pedregal Bajo.

### **Criterios de exclusión**

- Adultos del barrio Pedregal Bajo que tenga alguna enfermedad o trastorno de salud mental.
- Adultos del barrio Pedregal Bajo que tenga algún tipo de dificultad para comunicarse.

### **3.3. Variables, definición y operacionalización**

#### **I. FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS**

**Definición conceptual:** Se entiende como factores sociodemográficos a las características con las que cuenta cada individuo, estas son correspondientes a la edad, el sexo, el estado civil, los ingresos con los que cuenta, el tipo de trabajo u ocupación, la educación, la religión. Asimismo, dentro de ello también se incorpora a la tasa de natalidad y mortalidad, y el tamaño de la familia. Estos factores son propios de cada individuo, alguna de estas características puede ser modificables (47).

#### **Sexo**

##### **Definición Operacional**

Escala nominal

- Masculino
- Femenino

#### **Edad**

##### **Definición Operacional**

- Adulto joven (18 – 35 años)
- Adulto maduro (36 – 59 años)
- Adulto mayor (60 años)

#### **Grado de Instrucción**

##### **Definición Operacional**

Escala Ordinal

- Analfabeto
- Primaria
- Secundaria
- Superior

## **Religión**

### **Definición Operacional**

- Católico
- Evangélico
- Otros

## **Estado civil**

### **Definición Operacional**

- Soltero
- Casado
- Viudo
- Conviviente
- Separado

## **Ocupación**

### **Definición Operacional**

Escala Nominal

- Obrero
- Empleado
- Ama de casa
- Estudiante

## **Ingreso Económico**

### **Definición Operacional**

Escala de razón

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

## **Sistema de seguro**

### **Definición Operacional**

- EsSalud
- SIS
- Otro seguro

- No tiene seguro

## **II. ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD**

**Definición Conceptual:** Se entiende como aquellas acciones e intervenciones que se realizan de manera integral, que van dirigidas a la persona, la familia y la comunidad, con el fin de que puedan mejorar su calidad de vida y con ello disponer de una vida sana (48).

### **Definición Operacional**

- Acciones adecuadas
- Acciones inadecuadas

## **III. ESTILOS DE VIDA**

**Definición conceptual:** Se entiende como todas las acciones, hábitos y comportamientos que realiza una persona cotidianamente, estas pueden llegar a ser saludable o no (49).

### **Definición operacional**

- Estilo de vida no saludable
- Estilo de vida saludable

### **3.4. Técnica e instrumentos de recolección de información**

#### **Técnica:**

La recolección de datos en la presente investigación se realizó mediante la técnica de entrevista.

#### **Instrumentos:**

Para la recolección de datos de la presente investigación se hizo uso de tres instrumentos de evaluación que serán detallados a continuación:

### **I. CUESTIONARIO DE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS:**

Este cuestionario se encuentra constituido por 9 ítems que se desglosan en 2 partes (50) (Anexo 03).

- Datos de identificación del participante, en el que se puede poner las iniciales o algún seudónimo (1 ítem)
- Factores sociodemográficos donde se determinó el sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación, ingreso económico y tipo de seguro (8 ítems).

## **II. CUESTIONARIO DE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD:**

Este instrumento fue desarrollado por Dra. Vílchez Reyes Adriana, y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaqué, se encuentra constituido por 53 ítems, que se desglosan en 8 ejes temáticos (50) (Anexo 03).

- Datos de Identificación, donde se obtiene las iniciales o seudónimo del adulto (2 ítems).
- Alimentación nutrición (8 ítems).
- Higiene (7 ítems).
- Habilidades para la vida (12 ítems).
- Actividad física (4 ítems).
- Salud sexual y reproductiva (3 ítems).
- Salud bucal (4 ítems).
- Salud mental y cultura de paz (7 ítems).
- Seguridad vial y cultura de tránsito (8 ítems)

### **Validez del instrumento:**

La validez se aseguró a través de la evaluación por juicio a expertos, para ello el documento fue presentado a 10 expertos en investigación, gracias a las sugerencias y aportes que dieron se obtuvo un instrumento de mayor calidad. Para ello se hizo uso de la fórmula de V de Aiken (Penfield y Giacobbi, 2004).

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

$\bar{x}$  : Es la media de las calificaciones de los jueces en la muestra.

$l$  : Es la calificación más baja posible.

$k$  : Es el rango de los valores posibles

El coeficiente V de Aiken total es 0,998, Indica que el instrumento es válido para recabar información sobre la promoción y prevención de la salud (49).

### **Confiabilidad del instrumento:**

El instrumento fue medido y garantizado mediante el coeficiente estadístico de Alfa de Cronbach con una muestra piloto. A través del Coeficiente de Kappa se estudió el porcentaje de concordancia entre los entrevistadores, un valor a partir de 0,8 se considera muy bueno (50).



### **III. CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA:**

El instrumento fue desarrollado por Serrano-Fernández, M. J., Boada-Grau, J., Vigil-Colet, A., & Gil-Ripoll, C. Adaptación española de la escala HPLP-II con una muestra de empleados. *Universitas Psychologica*, se encuentra constituido por 52 ítems, los cuales se encuentran desglosados en 6 subescalas (50) (Anexo 03).

- Responsabilidad hacia la salud (9 ítems)
- Actividad física (8 ítems)
- Nutrición (9 ítems)
- Manejo de stress (8 ítems)
- Relaciones interpersonales (9 ítems)
- Crecimiento Espiritual y Relaciones Interpersonales (9 ítems)

#### **Validez del instrumento:**

La validez se dio de modo constructo reportando la prueba de esfericidad de Bartlett y índice Kaiser Meyer- Olkin, estos indicaron la adecuación muestral (0.86) y de datos para realizar un análisis factorial, seguido se utilizó el Análisis Factorial Exploratorio utilizando método Promin (50).

#### **Confiabilidad del instrumento:**

La confiabilidad del instrumento estuvo dada en 4 dimensiones fue reportada mediante el índice de Alfa de Cronbach mostrando una buena confiabilidad por dimensiones: Responsabilidad hacia la salud ( $\alpha=0.81$ ), Actividad física ( $\alpha=0.86$ ), Nutrición ( $\alpha=0.7$ ), Crecimiento Espiritual y Relaciones interpersonales ( $\alpha=0.88$ ) (50).

### **3.5. Método de análisis de datos**

#### **Procesamiento para la recolección de datos**

Para la recolección de datos se tuvieron en cuenta los siguientes aspectos:

- Se solicitó el permiso a las autoridades del barrio Pedregal Bajo.
- Se brindó información correspondiente y se solicitó el consentimiento a cada adulto perteneciente al barrio Pedregal Bajo.
- Se coordinó con los adultos pertenecientes al barrio Pedregal Bajo la fecha y el horario que disponen de tiempo para poder aplicar los instrumentos para la recolección de datos.
- Se explicó a los adultos pertenecientes al barrio Pedregal Bajo las instrucciones para realizar el llenado de los instrumentos de evaluación.

**Análisis y procesamiento de datos:**

En la presente investigación, los datos obtenidos fueron registrados en Microsoft Excel, luego de ello para realizar el análisis descriptivo se utilizaron tablas de frecuencia y porcentaje, cada uno con su respectivo gráfico. Asimismo, para poder comprobar la asociación entre variables se hizo uso de la prueba estadística Chi cuadrado con un nivel de confianza de 95%. Luego los datos se traspasaron a un paquete estadístico para ser procesados.

### 3.6. Aspectos éticos

Cualquier investigación en la cual se involucre a personas, el medio ambiente, la flora y la fauna, debe de tenerse en consideración la aplicación de los principios éticos, con el propósito de evitar cualquier conflicto moral, y estos a su vez servirán para poder dar soluciones contundentes que se puedan presentar en el desarrollo de la investigación, estos principios éticos fueron tomados del Reglamento de Integridad Científica de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote (51).

#### **Respeto y protección de los derechos de los intervinientes, su dignidad, privacidad y diversidad cultural:**

En la presente investigación al contarse con la participación de personas, se tuvo como prioridad respetar la privacidad y la integridad de cada una de ellas, asimismo, los datos personales y resultados en la encuesta que se obtuvieron de cada uno de los individuos no fueron expuestos.

#### **Protección a la libertad de elección y respeto de la autonomía de cada participante a través de su manifestación voluntaria, inequívoca e informada de participación:**

En la presente investigación al contarse con la participación de personas, se les brindó primero toda la información correspondiente al estudio que se realizó, asimismo, cada uno de ellos escogió libremente participar en la investigación, por ello se realizó un documento del consentimiento informado, el cuál fue firmado por cada participante (Anexo 06).

#### **Búsqueda de beneficencia, no maleficencia, asegurando el bienestar de los participantes a través de la aplicación de los preceptos de no causar daño, reducir efectos adversos posibles y maximizar los beneficios:**

En la presente investigación el investigador se cercioró que ningún participante sufra algún tipo de daño o se le ponga en riesgo, por otra parte, el bienestar de las personas no se vio afectado y al contrario de ello, se pudo contribuir con diversos beneficios con el desarrollo de esta investigación.

#### **Justicia a través de un juicio razonable y ponderable que permita la toma de precauciones y limite los sesgos, así también, el trato equitativo con todos los participantes:**

En la presente investigación al contarse con la participación de las personas, se brindó un trato igualitario a todos en general, pues con ello se logró evitar cualquier tipo de acto discriminatorio.

**Integridad científica que permita la objetividad, imparcialidad y transparencia durante la investigación y con los hallazgos encontrados:**

En la presente investigación el investigador puso en práctica sus valores y buenas prácticas durante todo el desarrollo del estudio, asimismo, se realizó un procedimiento eficaz y con ello pudo contribuir con diversos beneficios a la población participante.

## IV. RESULTADOS

### 4.1. Resultados

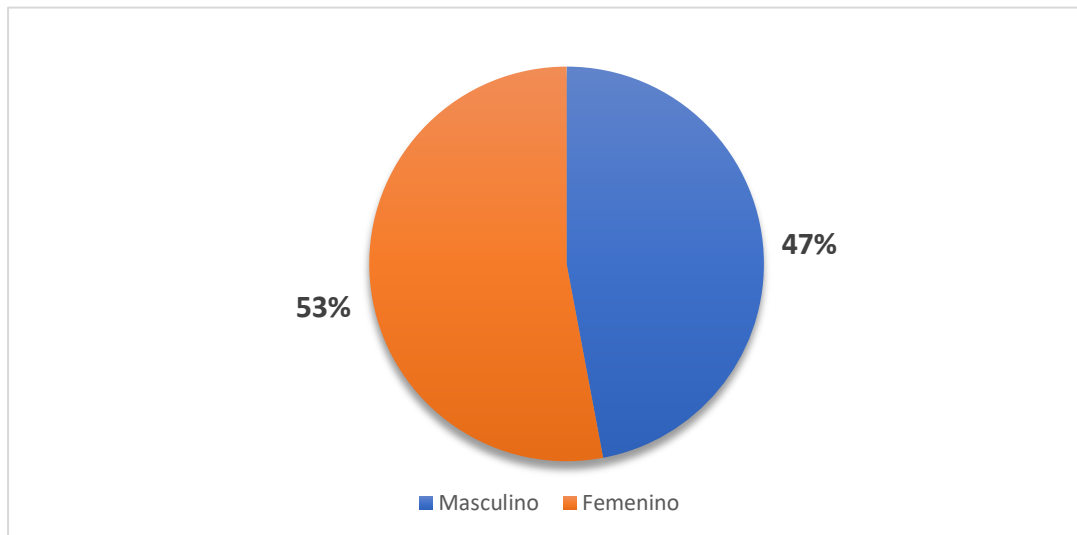
**TABLA 1**  
**FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS EN EL ADULTO DEL BARRIO**  
**PEDREGAL BAJO\_HUARAZ, 2021**

<b>Sexo</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Masculino	127	47,0
Femenino	143	53,0
<b>Total</b>	<b>270</b>	<b>100,0</b>
<b>Edad</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
De 18-35 años	118	43,7
De 36-59 años	142	52,6
De 60 a más años	10	3,7
<b>Total</b>	<b>270</b>	<b>100,0</b>
<b>Grado de instrucción</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Analfabeto	0	0,0
Primaria	14	5,2
Secundaria	150	55,6
Superior	106	39,3
<b>Total</b>	<b>270</b>	<b>100,0</b>
<b>Religión</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Católico	248	91,9
Evangélico	14	5,2
Otra	8	3,0
<b>Total</b>	<b>270</b>	<b>100,0</b>
<b>Estado civil</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Soltero	83	30,7
Casado	43	15,9
Viudo	5	1,9
Conviviente	133	49,3
Separado	6	2,2
<b>Total</b>	<b>270</b>	<b>100,0</b>
<b>Ocupación</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Obrero	34	12,6
Empleado	100	37,0
Ama de casa	28	10,4
Estudiante	31	11,5
Otros	77	28,5
<b>Total</b>	<b>270</b>	<b>100,0</b>
<b>Ingreso económico</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Menos de 400 soles	29	10,7
De 400 a 650 soles	25	9,3
De 650 a 850 soles	49	18,1
De 850 a 1100 soles	91	33,7
Mayor a 1100 nuevos soles	76	28,1
<b>Total</b>	<b>270</b>	<b>100,0</b>
<b>Sistema de seguro</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
EsSalud	53	19,6
SIS	175	64,8
Otro seguro	29	10,7
No tiene seguro	13	4,8
<b>Total</b>	<b>270</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vílchez M, aplicado a los adultos del Barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.

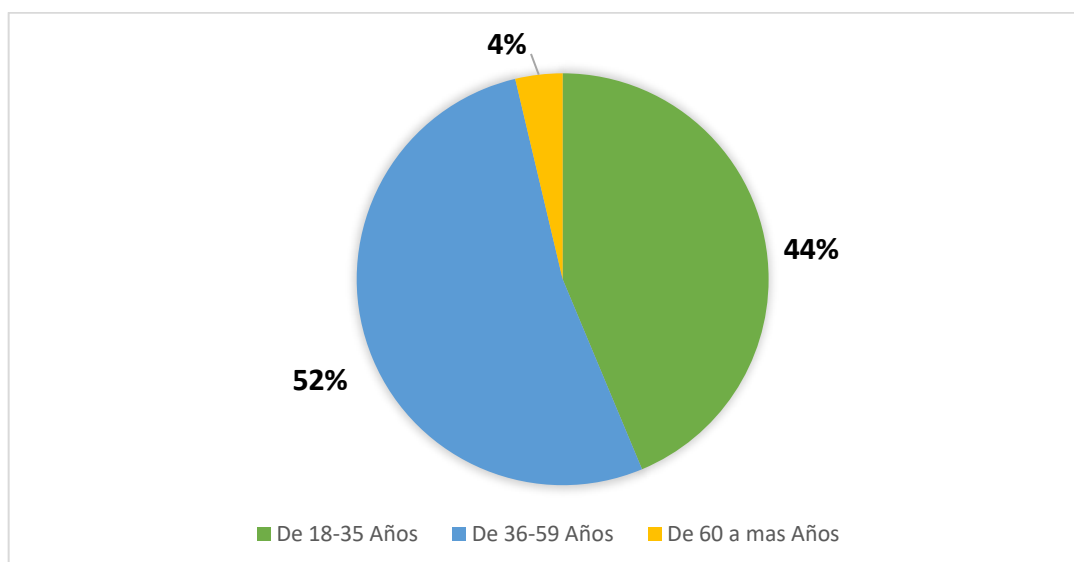
**FIGURAS DE LA TABLA 1**  
**FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS EN EL ADULTO DEL BARRIO PEDREGAL**  
**BAJO\_HUARAZ, 2021**

**FIGURA 1: SEXO EN EL ADULTO DEL BARRIO PEDREGAL BAJO\_HUARAZ, 2021**



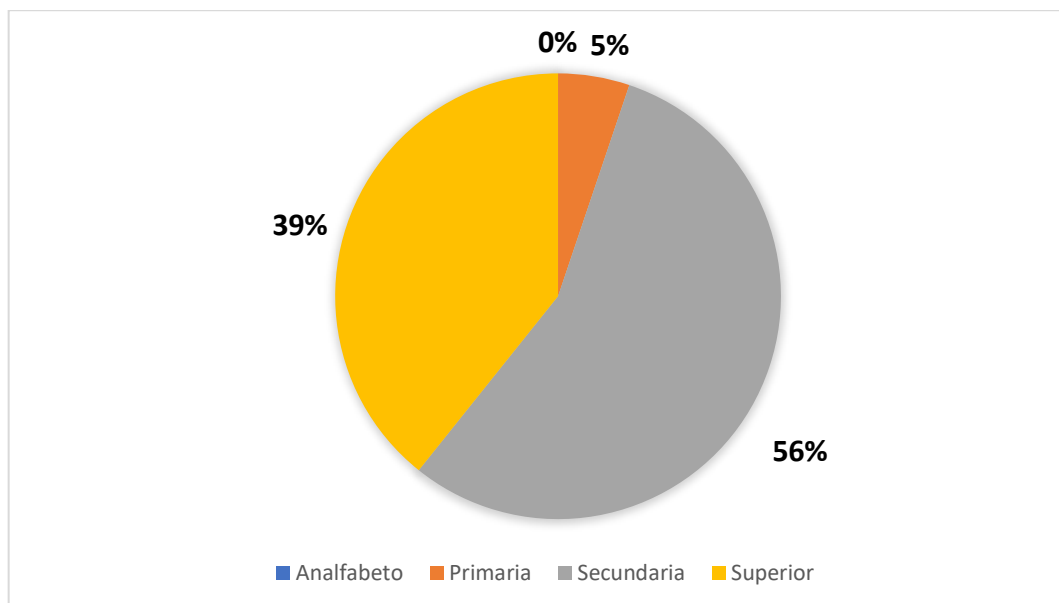
**Fuente:** Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vílchez M, aplicado a los adultos del Barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.

**FIGURA 2: EDAD EN EL ADULTO DEL BARRIO PEDREGAL BAJO\_HUARAZ, 2021**



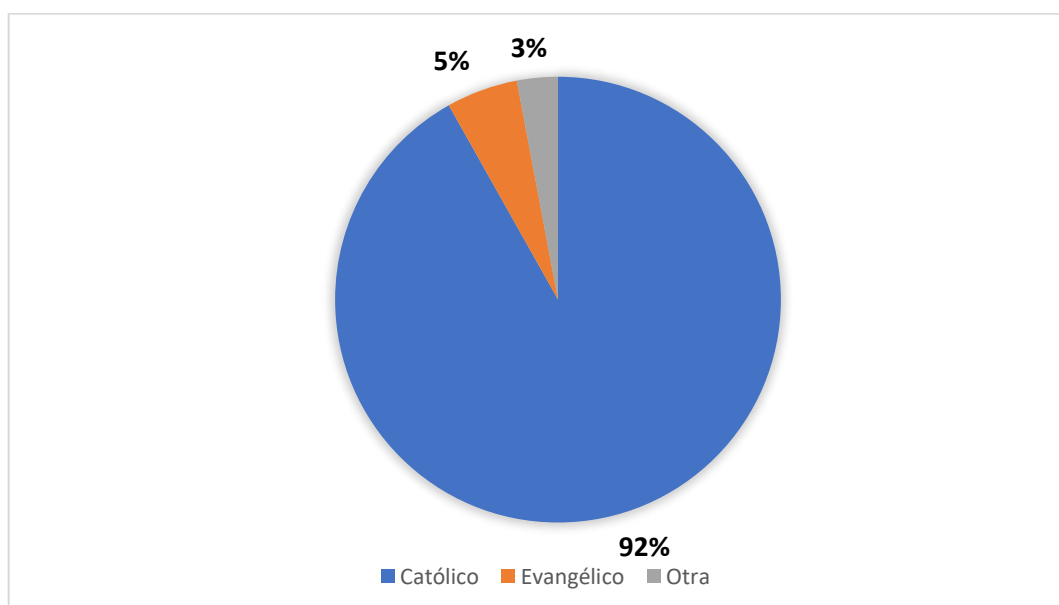
**Fuente:** Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vílchez M, aplicado a los adultos del Barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.

**FIGURA 3: GRADO DE INSTRUCCIÓN EN EL ADULTO DEL BARRIO PEDREGAL BAJO\_HUARAZ, 2021**



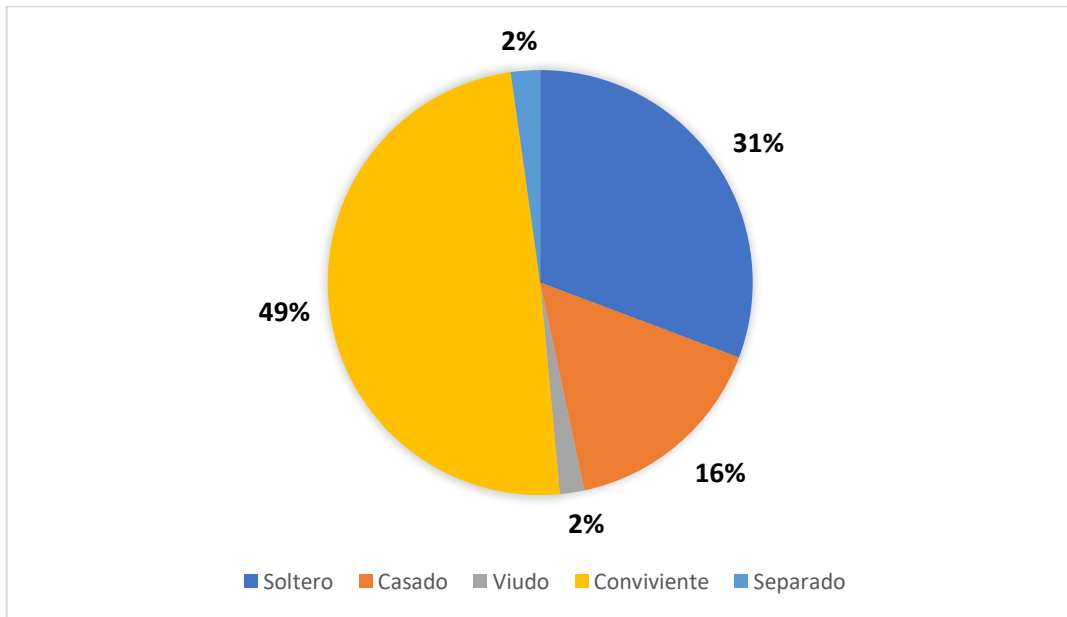
**Fuente:** Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vílchez M, aplicado a los adultos del Barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.

**FIGURA 4: RELIGIÓN EN EL ADULTO DEL BARRIO PEDREGAL BAJO\_HUARAZ, 2021**



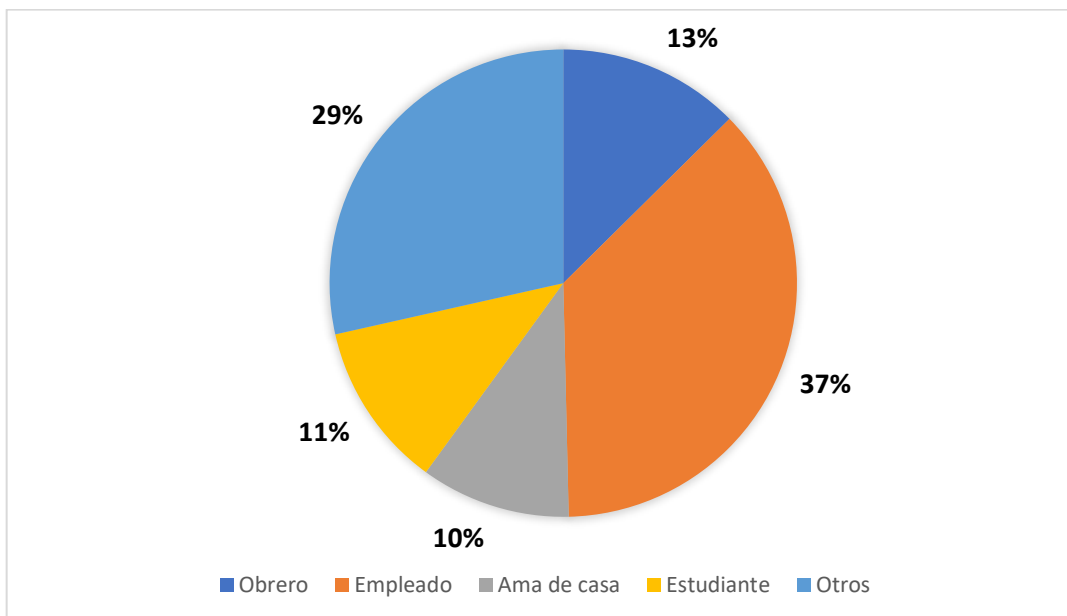
**Fuente:** Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vílchez M, aplicado a los adultos del Barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.

**FIGURA 5: ESTADO CIVIL EN EL ADULTO DEL BARRIO PEDREGAL  
BAJO\_HUARAZ, 2021**



**Fuente:** Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vílchez M, aplicado a los adultos del Barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.

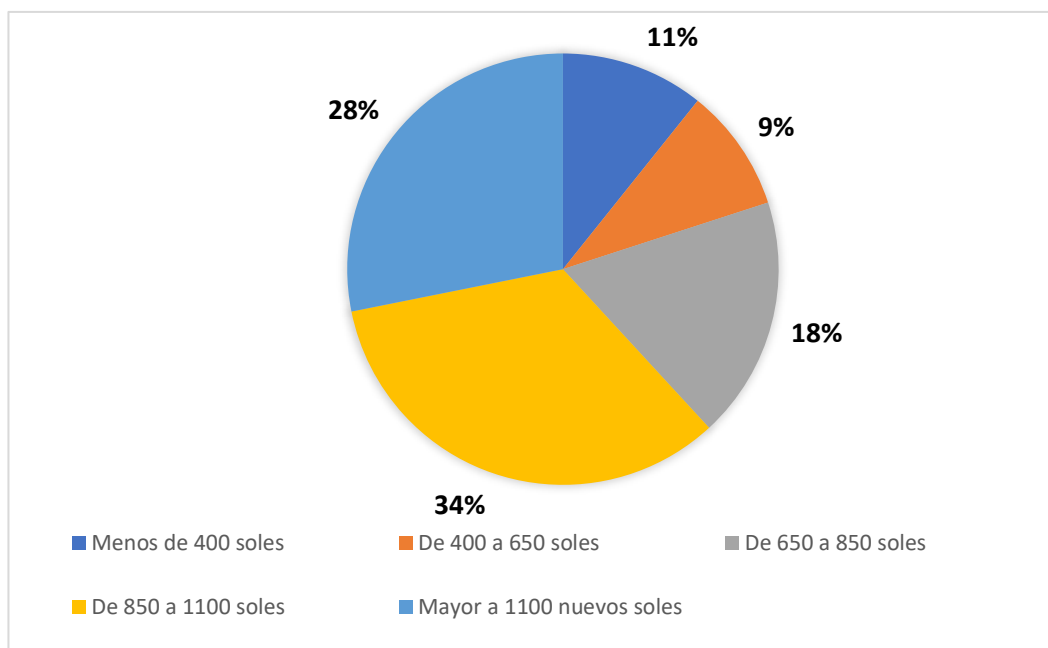
**FIGURA 6: OCUPACIÓN EN EL ADULTO DEL BARRIO PEDREGAL  
BAJO\_HUARAZ, 2021**



**Fuente:** Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vílchez M, aplicado a los adultos del Barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.

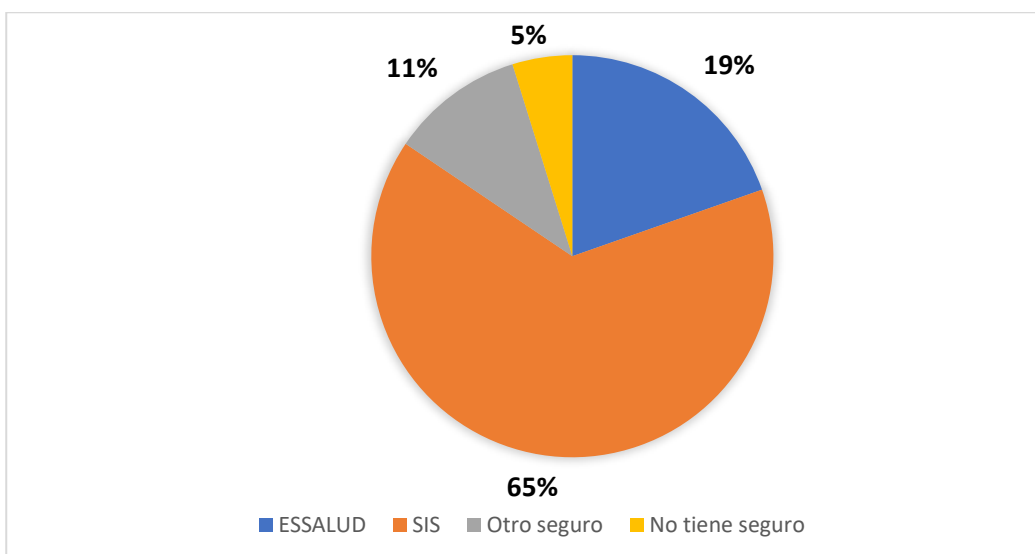


**FIGURA 7: INGRESO ECONÓMICO EN EL ADULTO DEL BARRIO PEDREGAL  
BAJO\_HUARAZ, 2021**



**Fuente:** Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vílchez M, aplicado a los adultos del Barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.

**FIGURA 8: SISTEMA DE SEGURO EN EL ADULTO DEL BARRIO PEDREGAL  
BAJO\_HUARAZ, 2021**



**Fuente:** Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vílchez M, aplicado a los adultos del Barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.

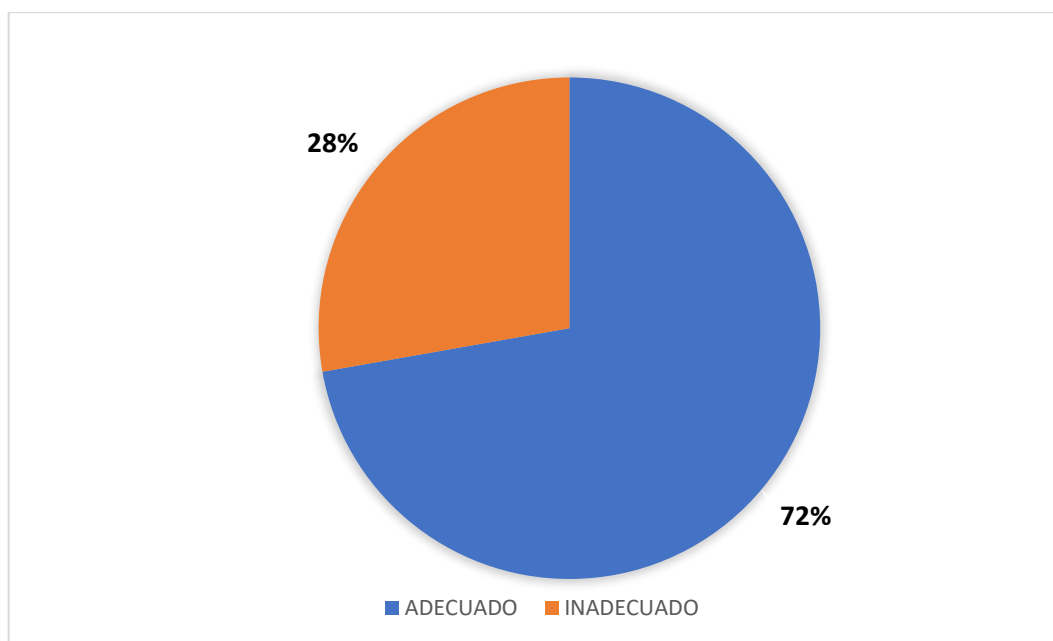
**TABLA 2**  
**ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN EN EL ADULTO DEL BARRIO**  
**PEDREGAL BAJO\_HUARAZ, 2021**

ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN	N	%
Adecuadas	195	72,2
Inadecuadas	75	27,8
<b>TOTAL</b>	<b>270</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** cuestionario de acciones de prevención y promoción de la salud, elaborado por Vílchez M. y Ipanaqué M. Aplicado en el Adulto del Barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.

**FIGURA DE LA TABLA 2**

**FIGURA 9: ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN EN EL ADULTO DEL**  
**BARRIO PEDREGAL BAJO\_HUARAZ, 2021**



**Fuente:** cuestionario de acciones de prevención y promoción de la salud, elaborado por Vílchez M. y Ipanaqué M. Aplicado en el Adulto del Barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.

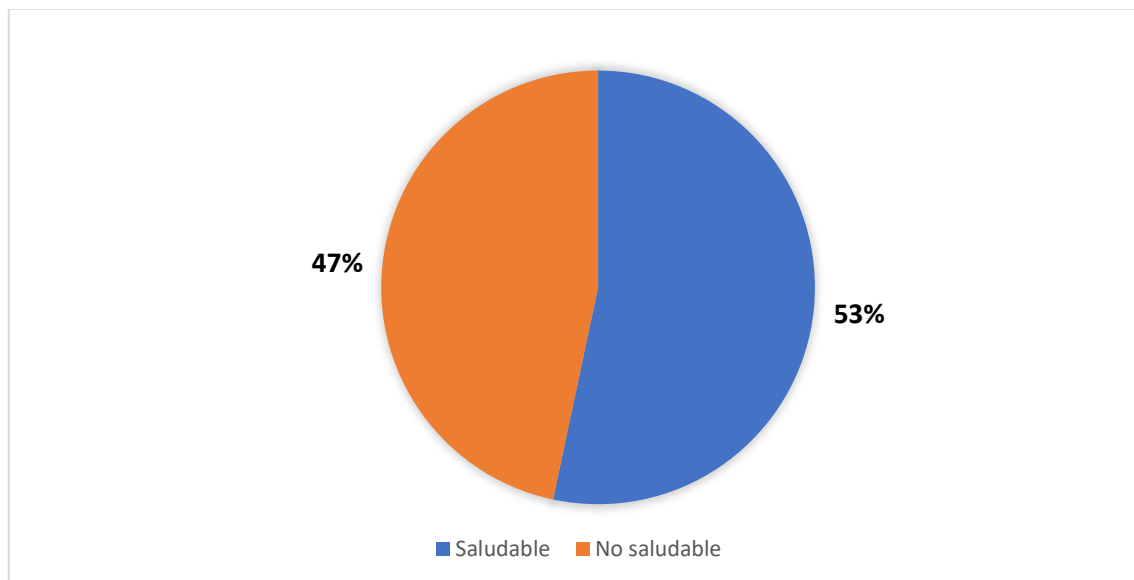
**TABLA 3**  
**ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO EN EL BARRIO PEDREGAL BAJO\_HUARAZ,**  
**2021**

<b>ESTILOS DE VIDA</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Saludables	144	53,3
No saludables	126	46,7
<b>TOTAL</b>	<b>270</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Cuestionario de Estilo de vida. Elaborado por los autores Serrano M, B, et al, adaptación española de la escala HPLP-II. Universitas Psychologica. Aplicado en el Adulto del Barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.

**FIGURA DE LA TABLA 3**

**FIGURA 10: ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO EN EL BARRIO PEDREGAL**  
**BAJO\_HUARAZ, 2021**



**Fuente:** Cuestionario de Estilo de vida. Elaborado por los autores Serrano M, et al, adaptación española de la escala HPLP-II. Universitas Psychologica. Aplicado en el Adulto del Barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.

**TABLA 4**

**ASOCIACIÓN DE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICO CON EL  
COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL  
BARRIO PEDREGAL BAJO\_HUARAZ, 2021**

FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS	Estilos de vida				Total		Chi cuadrado
	No saludable		Saludable		N	%	
<b>Sexo</b>	N	%	N	%	N	%	X2=0.0958
Femenino	68	25,2	75	27,8	143	53,0	gl=1; p=8.84
Masculino	58	21,5	69	25,6	127	47,0	>0.05
<b>Total</b>	<b>126</b>	<b>46,7</b>	<b>144</b>	<b>53,3</b>	<b>270</b>	<b>100,0</b>	No existe relación
<b>Edad</b>	N	%	N	%	N	%	X2=0.8893
18 a 35 años	56	20,7	62	23,5	118	43,7	gl=1; p=3.84 >
36 a 59 años	64	23,7	78	28,9	142	52,6	0.05
60 a más	6	2,2	4	1,5	10	3,7	No existe relación
<b>Total</b>	<b>126</b>	<b>46,7</b>	<b>144</b>	<b>53,3</b>	<b>270</b>	<b>100,0</b>	
<b>Grado de Instrucción</b>	N	%	N	%	N	%	X2=1.1800
Analfabeto	0	0,0	0	0,0	0	0,0	gl=3; p=7.81
Primaria	8	3,0	6	2,2	14	5,2	>0.05
Secundaria	72	26,7	78	28,9	150	55,6	No existe relación
Superior	46	17,0	60	22,2	106	39,3	
<b>Total</b>	<b>126</b>	<b>46,7</b>	<b>144</b>	<b>53,3</b>	<b>270</b>	<b>100,0</b>	
<b>Religión</b>	N	%	N	%	N	%	X2=5.6477
Católico	122	41,5	136	50,4	248	91,9	gl=2; p=5.99 >
Evangélico	7	2,6	7	2,6	14	5,2	0.05
Otras	7	2,6	1	0,4	8	3,0	No existe relación
<b>Total</b>	<b>126</b>	<b>46,7</b>	<b>144</b>	<b>53,3</b>	<b>270</b>	<b>100,0</b>	
<b>Estado Civil</b>	N	%	N	%	N	%	X2=12.6230
Soltero	45	16,7	38	14,1	83	30,7	gl=4; p=9.48 >
Casado	10	3,7	33	12,2	43	15,9	0.05
Viudo	3	1,1	2	0,7	5	1,9	Existe relación
Conviviente	66	24,4	67	24,8	133	49,3	
Separado	2	0,7	4	1,5	6	2,2	
<b>Total</b>	<b>126</b>	<b>46,7</b>	<b>144</b>	<b>53,3</b>	<b>270</b>	<b>100,0</b>	
<b>Ocupación</b>	N	%	N	%	N	%	X2=8.5075
Obrero	14	5,2	20	7,4	34	12,6	gl=4; p=9.48 >
Empleado	39	14,4	61	22,6	100	37,0	0.05
Ama de casa	11	4,1	17	6,3	28	10,4	No existe relación
Estudiante	17	6,3	14	5,2	31	11,5	
Otros	45	16,7	32	11,9	77	28,5	
<b>Total</b>	<b>126</b>	<b>46,7</b>	<b>144</b>	<b>53,3</b>	<b>270</b>	<b>100,0</b>	

<b>Ingreso Económico</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	
Menor de 400 nuevos soles	14	5,2	15	5,6	29	10,7	X <sup>2</sup> =3.4355 gl=4; p=9.48 > 0.05 No existe relación
De 400 a 650 nuevos soles	13	4,8	12	4,4	25	9,3	
De 650 a 850 nuevos soles	23	8,5	26	9,6	49	18,1	
De 850 a 1100 nuevos soles	47	17,4	44	16,3	91	33,7	
Mayor de 1100 nuevos soles	29	10,7	47	17,4	76	28,1	
<b>Total</b>	<b>126</b>	<b>46,7</b>	<b>144</b>	<b>53,3</b>	<b>270</b>	<b>100,0</b>	
<b>Sistema de Seguro</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	
EsSalud	20	7,4	33	12,2	53	19,6	X <sup>2</sup> =9.8345 gl=4; p= 7.81 > 0.05 Existe relación
SIS	89	33,0	86	31,9	175	64,8	
Otro seguro	8	3,0	21	7,8	29	10,7	
No tiene seguro	9	3,3	4	1,5	13	4,8	
<b>Total</b>	<b>126</b>	<b>46,7</b>	<b>144</b>	<b>53,3</b>	<b>270</b>	<b>100,0</b>	

**Fuente:** Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vélchez M y cuestionario de Estilo de vida elaborado por los autores Serrano M, et al. Adaptación española de la escala HPLP-II. Universitas Psychologica. Aplicado en el Adulto del Barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.

**TABLA 5**

**ASOCIACIÓN DE LAS ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN CON EL  
COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL  
BARRIO PEDREGAL BAJO\_HUARAZ, 2021**

<b>ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN</b>	Estilos de vida				Total		Chi cuadrado
	Saludable		No saludable		N	%	
	N	%	N	%	N	%	
Acciones inadecuadas	14	5,2	61	22,6	75	27,8	X <sup>2</sup> =50.1429 gl=1; P=3.84 >0.05 Existe relación entre las variables
Acciones adecuadas	130	48,1	65	24,1	195	72,2	
<b>Total</b>	<b>144</b>	<b>53,3</b>	<b>126</b>	<b>46,7</b>	<b>270</b>	<b>100,0</b>	

**Fuente:** cuestionario de acciones de prevención y promoción de la salud, elaborado por Vílchez M y Ipanaqué M y cuestionario de Estilo de vida elaborado por los autores Serrano M, Boada J, Vigil A, & Gil C. Adaptación española de la escala HPLP-II. Universitas Psychologica. Aplicado en el Adulto del Barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.

## 4.2. Discusión

**Tabla 1:** Del 100% (270) de adultos del Barrio Pedregal Bajo\_ Huaraz, el 53,0 % (143) son de sexo femenino, el 52,6 % (142) son adultos maduros, el 55,6% (150) tienen estudios secundarios, el 91,9 % (248) son católicos, el 49,3% (133) son convivientes, el 37,0 % (100) son empleados, el 33,7% (91) tiene un ingreso económico de 850 a 1100 soles y el 64,8 % (175) tiene SIS.

Nola Pender en su modelo de promoción de la salud nos mencione diversos componentes que la persona tiene que influyen en su comportamiento de la salud, en uno de ellos nos menciona a los factores personales, que vienen a estar constituidos por factores biológicos, sociales, culturales y psicológicos y sustenta que todos ellos pueden ser predictivos del comportamiento que tienen las personas y podrían determinar el estilo de vida que estas tengan (30).

Más de la mitad de adultos son mujeres, esto se debe a que, al realizar la encuesta de manera aleatoria, las mujeres al ser cuidadoras del hogar fueron las que se encontraban mayormente en sus casas, asimismo, es importante mencionar que con el pasar de los años la mujer ha ido teniendo mayor empoderamiento por lo que hoy en día es capaz de participar en la comunidad y poder así contestar una encuesta de estudio.

Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (52), en el Perú 50,4% de toda la población se encuentra representada por el sexo femenino creando así una ligera ventaja ante el sexo masculino, siendo así que en el año 2021 el índice de masculinidad fue de 98,5, lo que nos indica que por cada 100 mujeres hay aproximadamente 99 varones, por otro lado, nos menciona que la esperanza de vida de las mujeres es 79,4 años, siendo así 5,4 años más que la esperanza de vida de los varones.

Por otro lado, más de la mitad de adultos, se encuentran en la adultez madura, estos adultos suelen tener ya un pensamiento más maduro esto se debe a que ya cuentan con mayores responsabilidades, como cuidar de una familia, esto puede traer como consecuencia que opten por escoger la práctica de malos hábitos, como por ejemplo, las madres al estar al cuidado de sus hijos suelen descuidar de su salud, pues ya no cuentan con tiempo libre para poder realizar actividad física el tiempo adecuado, asimismo estos adultos al tener ya múltiples responsabilidades, suelen tener periodos más prolongados de estrés, por lo que se encuentran más propensos a contraer ciertas enfermedades tanto físicas como psicológicas.

En la adultez las personas se encuentran con un completo desarrollo, en esta etapa puede haber muchos momentos de frustración y un incremento del desgaste físico, esto a causa de llevar una vida agitada, ya sea por la familia, el trabajo u otras responsabilidades, es importante mencionar que en esta etapa es fundamental el estilo de vida que tengan las personas, ya que estas se verán reflejadas posteriormente (53).

Por otra parte, más de la mitad de los adultos cuentan con estudios secundarios, lo que significa que, al tener un grado de instrucción no tan alto, tienen menos ventaja de poder tener una buena calidad de vida, pues al no tener una carrera profesional, no podrán disponer de buenos empleos, y de esta manera no podrán tener un ingreso económico que les permita satisfacer las necesidades básicas tanto de ellos mismo, como de su familia.

Estos adultos no cuentan con un grado de instrucción superior a causa de que en el pasado la mayoría de las familias no disponía de suficientes recursos para hacer que sus hijos puedan estar en una universidad o en algún instituto, por lo que los padres mandaban a sus hijos a trabajar a muy temprana edad. Por otro lado, estos adultos, tuvieron que estancar sus estudios debido a que fueron padres muy jóvenes por lo que al tener más responsabilidades recurrieron a buscar algunos empleos y oficios para poder generar ingresos en sus hogares.

Contar con un buen nivel educativo es fundamental dentro de los factores sociales y psicológicos que tienen influencia en la salud y en la práctica de buenos estilos de vida, asimismo, la alfabetización es el mayor agente protector en la sociedad de las desigualdades sociales que se puedan presentar, así también, una persona con una mejor educación opta por tener actitudes más saludables y evita en su mayoría los comportamientos insalubres (54).

Por otro lado, casi todos los adultos son católicos, esto se debe a que esta religión es la que más feligreses tiene en Perú, asimismo, los adultos profesan esta religión puesto que sus padres y abuelos se los inculcaron. Por otro lado, al ser católicos suelen venerar a diversas imágenes entre las cuales está San Miguel Arcángel, Virgen de Huata y Cruz de Motupe, estas personas suelen tener diversas costumbres y valores morales que van de acuerdo a su religión, por lo que suelen tener creencia en ciertas prácticas que a la larga puede ir perjudicando poco a poco su salud, por ejemplo, cuando algún familiar se encuentra mal, algunos de estos adultos suele llevarlo al curandero para que pueda curarlo de cualquier enfermedad, pero eso trae consecuencias a la salud ya que



no se tiene un diagnóstico seguro y adecuado, y por ende la persona no recibe el tratamiento adecuado por lo que algunas veces suelen empeorar sus condiciones de salud.

Por consiguiente, menos de la mitad de adultos son empleados, lo que no es tan favorable ya que un porcentaje significativo debido a la coyuntura por COVID 19 perdieron sus empleos por lo que buscaron otras ocupaciones que les permita generar ingresos a sus hogares, asimismo, algunos de estos adultos se vieron obligados a dedicarse a otras actividades pues al no tener una carrera profesional no tienen muchas oportunidades de trabajo.

Debido a que no todas estas personas suelen ser empleados, esto se convierte en una problemática, ya que algunos solo se dedican a oficios eventuales y suelen tener duras jornadas de trabajo para poder generar ingresos en sus hogares, por lo que son más propensos a poder contraer diversas enfermedades, ya que suelen tener un mayor desgaste físico, mayor estrés y ansiedad, asimismo, suelen tener una vida sedentaria y no dormir las horas necesarias.

Por otra parte, menos de la mitad de adultos cuenta con un ingreso económico mensual de 850 a 1100 soles, para que estos adultos puedan tener este ingreso económico suelen tener más de una ocupación, alguno de estos adultos para generar más ingresos suele también arrendar cuartos en sus hogares o sus cocheras, asimismo al no ser un ingreso económico tan alto, algunas de las familias suelen tener algunas carencias y más en la crisis actual en la que se encuentra el país, por el alza de los precios.

Por otro lado, otro porcentaje significativo de estos adultos suele tener un ingreso menor al sueldo mínimo que es 1025, por lo que no pueden satisfacer adecuadamente todas sus necesidades, es así que principalmente los jefes del hogar, tanto mujer como varón, viven preocupados por los gastos del hogar como el servicio de luz, de agua o del gas para cocinar, por lo que suelen sentirse casi todo el tiempo estresados, buscando la manera de poder conseguir más ingreso descuidando así de su salud.

Tener una mala salud se encuentra estrechamente relacionado con la pobreza, pues es evidente que los países que se encuentra en mayor pobreza son los que cuentan con el peor sistema sanitario, asimismo, las personas con bajos recursos son las que suelen presentar principalmente problemas de salud. Por otro lado, estas personas al presentar una mala salud no se van a encontrar aptos para realizar labores adecuadas. Así mismo, la pobreza es un factor que influye en la desigualdad y como uno de los resultados

tenemos que la gente que menos dinero tiene es la que menor acceso a los servicios sanitarios tiene (55).

Así también, la mayoría de los adultos se encuentran afiliado al SIS, esto se debe a que estos no cuentan con empleos el cual les otorgue un seguro de salud, asimismo, estos adultos recurrieron a afiliarse al SIS gracias a la pandemia por COVID 19, pues muchos de ellos al enfermarse no contaban con los recursos suficientes para poder ser atendidos por clínicas privadas.

Por otro lado, algunos de estos adultos no suelen hacer uso de su seguro de salud pues mencionan que, cuando quieren ser atendidos tiene que esperar largas horas solo para sacar un cupo de atención y al final algunos ni lo consiguen, asimismo, estos afiliados al SIS suelen tener mucha desventaja en cuanto al cuidado y atención de su salud pues la mayoría de veces que necesitan un medicamento, los establecimientos de salud no cuentan con el abastecimiento suficiente.

El seguro de salud es entendido como el sistema, que va a permitir a una persona poder atenderse en algunas Instituciones de salud pública de acuerdo al tipo de régimen que tienen. El seguro de salud también depende según la profesión o trabajo que tengas. Estos pueden ser del EsSalud, de las fuerzas Armadas o de la policía y tenemos también el SIS, en el cual se encuentran afiliados la mayoría de los pobladores pues este se encuentra enfocado en las comunidades que no cuentan con los recursos suficientes y los que se encuentran en pobreza extrema (56).

Los resultados encontrados en la presente tesis son semejantes a los que encontraron López, Et al, (19) en su estudio “Relación entre calidad de vida relacionada con la salud y determinantes sociodemográficos en adultos de Cuenca, Ecuador 2018”, pues manifiestan que del 100%, el 55,0% son mujeres. Así también, Aniceto, (57) en su investigación “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Caraz – Ancash, 2020”, obtuvo que del 100%, el 57,45% son adultos maduros. Por otro lado, Verde, (58) en su investigación “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven Porvenir “B” Sector 13, Chimbote, 2019” menciona que del 100%, el 51,4% son de grado de instrucción secundaria, el 32,9% son de estado civil convivientes y el 56,4% tienen el tipo de seguro SIS.

Sin embargo, estos resultados difieren a los hallados en el estudio de Bahamón, Et al, (20) “Estilos de vida promotores de salud como moderadores de compra y consumo de alimentos saludables, Colombia 2019” realizado en adultos colombianos, encontró que del 100%, el 50,9% son casados. Asimismo, Soriano, (59) en su estudio “Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Shiqui – Cátac, 2020”, obtuvo que del 100%, el 69,3% son varones, el 46,67% son analfabetos, 51,33% tienen un ingreso económico menor a 500 soles y 57,33% son obreros.

En conclusión, los factores sociodemográficos con los que cuentan los adultos en el barrio Pedregal Bajo afectan ciertamente de manera negativa en la salud de los adultos, ya que no van a permitir que la población pueda tener un buen progreso en el cuidado en cuanto a salud y bienestar se refiere, por ello, como propuesta de mejora, es necesario que las autoridades de la comunidad y el centro de salud encargado de atender a este barrio, puedan plantear estrategias promocionales y preventivas que se encuentren enfocadas de acuerdo a los factores sociodemográficos de cada uno de estos pobladores. Asimismo, es importante que las autoridades de esta comunidad puedan velar por darle una mejor calidad de vida a sus pobladores por lo que lo más conveniente sería que se creen talleres de trabajo tanto para mujeres y varones de este barrio.

**Tabla 2:** Del 100% (270) de los adultos del Barrio Pedregal Bajo\_ Huaraz, el 72,2% (195) tienen acciones de prevención y promoción adecuadas y el 27,8% (75) tienen acciones de prevención y promoción inadecuadas.

Nola Pender sustenta que la promoción de la salud se entiende como el proceso que va a permitir que el individuo pueda tener cierto control sobre su salud. Asimismo, en el modelo de promoción de la salud Nola Pender nos manifiesta que existen ciertas características, experiencias y conocimientos que tienen las personas que les va a permitir poder adoptar comportamientos adecuados para el mantenimiento y restauración de salud. Así también nos menciona que, las influencias interpersonales son un término clave en la adquisición de conductas de promoción de la salud, pues van a permitir que las personas tengan mayor compromiso en adoptar estas conductas. Para que se pueda garantizar una adecuada promoción de la salud y el bienestar de la población, es necesario que se trabaje conjuntamente desde el enfoque individual, comunal, institucional y participativo. La promoción de la salud no solo fomenta a que haya cambios en las comunidades, sino también modificaciones en los sistemas (30).

La mayoría de adultos tiene acciones de prevención y promoción adecuadas, sin embargo, un porcentaje significativo aún tiene acciones de prevención y promoción inadecuadas, esto se debe a que a pesar de que este barrio se encuentre en una zona céntrica y urbanizada, no se vienen realizando campañas de promoción y prevención de la salud por lo que algunos de estos adultos no saben cómo realizar estas acciones, por lo que viene a ser perjudicial para su salud. Por otro lado, estos adultos manifiestan que alguno de ellos se encuentra practicando acciones de prevención y promoción adecuadas gracias a la información que encuentran en internet, en las redes sociales y en los programas de televisión.

Así también, estos adultos al encontrarse en una zona urbanizada cuentan con todos los servicios necesarios para que puedan satisfacer adecuadamente sus necesidades, por otra parte, de acuerdo al cuestionario realizado, estos adultos solo ciertas veces suelen consumir frutas o vegetales, por otro lado, solo un pequeño porcentaje de ellos suele realizar actividad física de manera parcial, cuidando de su salud, mental y física, por otra parte estos adultos presentan adecuadas habilidades para la vida, se sienten orgullosos de la vida que llevan y de las cosas que hacen y presentan una actitud positiva; sin embargo, la mayoría de estos adultos suele consumir alcohol y tabaco en ocasiones, pues esto les funciona como un método para desestresarse y olvidarse por un momento de los problemas que puedan tener.

La prevención en salud es una acción fundamental que va de la mano con la promoción de la salud, ya que esta va a permitir que se pueda prevenir la aparición de enfermedades, reducir los riesgos y la detección y tratamiento oportuno de estas, con el fin de que se puedan evitar los padecimientos y las secuelas. Asimismo, es importante mencionar que, si estas acciones de prevención y promoción no se realizan de manera oportuna y eficaz, la morbilidad por diversas enfermedades podría ir aumentando hasta el grado de llegar a colapsar el sistema sanitario (60).

Estos resultados se asemejan a los encontrados por Gómez, (61) en su estudio “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida a apoyo social del adulto. Asentamiento Humano 10 de Setiembre Sector II\_Chimbote,2019” ya que del 100%, el 84% tienen una buena promoción de la salud y el 16% poseen una mala promoción de la salud.

Sin embargo, los resultados difieren a los que encontró Medina, (26) en su investigación “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción

asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 25 \_Chimbote, 2019”, pues del 100% de los adultos, el 53% tiene acciones prevención y promoción de la salud inadecuadas, y el 47% tiene prevención y promoción de la salud adecuadas.

De todo lo mencionado, se concluye que las acciones de promoción y prevención con las que cuentan los adultos del barrio Pedregal Bajo afectan de manera positiva en la salud de estos adultos, ya que, al estar dándose adecuadamente, puede impulsar a que más adultos del barrio pongan estas acciones en práctica. Por ello, como propuesta de mejora, para que esas acciones de prevención y promoción adecuadas sigan llevándose a cabo, es necesario que el personal de salud realice campañas de promoción y prevención, para que con ello se puedan reducir el incremento de enfermedades, asimismo, es necesario que el personal de salud evalúe y controle periódicamente las acciones de promoción y prevención en los adultos, para que con ello se pueda ver cuál es el progreso y de esta manera se puedan realizar las actividades adecuadas y correspondientes.

**Tabla 3:** Del 100% (270) de los adultos del Barrio Pedregal Bajo\_ Huaraz, el 53,3% (144) tiene estilos de vida saludables y el 46,7% (126) tienen estilos de vida no saludables.

Según Nola Pender los estilos de vida saludables son entendidos como la forma de vida que se encuentra basada en la relación de ciertos factores entre las cuales tenemos las condiciones de vida de la persona y sus patrones individuales de su conducta que se determinarán en base a factores tanto sociales como culturales, así como a las características de cada individuo. Asimismo, es importante mencionar que, la mayoría de las muertes en la población podrían evitarse si los individuos optaran por la práctica de hábitos saludable a lo largo de su vida, como por ejemplo realizar actividad física al menos de manera parcial, ingerir por lo menos cinco porciones tanto de frutas como de vegetales durante el día, ingerir en lo más mínimo sal y bebidas alcohólicas, y evitar por completo el consumo de tabaco (62).

Más de la mitad de los adultos cuenta con un estilo de vida saludable, por otro lado, un porcentaje significativo no cuenta con un estilo de vida saludable, esto se debe a que estos adultos no cuentan con el conocimiento necesario para poder optar por practicar hábitos saludables, es importante mencionar que, su estilo de vida no es cien por ciento saludable a causa de las condiciones de vida que tiene cada uno de ellos, según la

encuesta realizada, solo pocos de estos adultos optan por elegir dietas bajas en grasa o azúcares, y esto solo en ocasiones, asimismo, estos solo en ocasiones suelen informar al personal de salud que tienen algún signo o síntoma raro y no suelen ver programas para mejorar su salud, por otro lado, estos adultos realizan actividad física la mayor parte por los quehaceres del hogar o del trabajo, pero no suelen realizar ejercicios el tiempo adecuado durante la semana.

Por otro lado, según los resultados encontrados en la encuesta estos adultos suelen dormir y tomar desayuno solo a veces o casi siempre, cuando lo adecuado sería que esto se realice siempre, todo lo mencionado, trae como consecuencia que estos adultos no cuenta con una buena salud, pues al no optar por un estilo de vida saludable dan cabida a la aparición y prevalencia de diversas enfermedades, entre ellas, la obesidad, la hipertensión, la diabetes. Asimismo, si ellos cuentan con una mala alimentación, tienen a reducir sus defensas y tener un sistema inmunológico débil, por lo que en la actualidad es perjudicial, pues están más propensos a poderse infectar por el virus de la COVID 19 y presentar síntomas más graves.

Estos resultados son similares a los encontrados por Medina, (26) en su investigación “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 25 \_Chimbote, 2019” pues del 100%, el 79,0% tienen estilo de vida saludable y el 21,0% estilo de vida no saludable.

Sin embargo, estos resultados difieren a los encontrados por Carrión, (63) “Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto joven. Asentamiento Humano Santa Rosa del Sur\_Nuevo Chimbote, 2020” pues del 100%, el 84,1% tienen estilo de vida no saludable y el 15,9% tienen un estilo de vida saludable.

Se concluye que el estilo de vida que tienen los adultos del barrio Pedregal bajo afecta de manera negativa en la salud de población ya que, aún un porcentaje significativo tiene estilos de vida no saludables, lo que podría desencadenar que más personas tengan estos hábitos, y así desatar el aumento de enfermedades. Por ello, como propuesta de mejora, es necesario que el centro de salud realice estrategias que fomenten los estilos de vida saludables en todas las edades, para que esta comunidad opte por la práctica de hábitos y conductas saludables, asimismo, es necesario que el centro de salud pueda realizar visitas domiciliarias con el fin de que la información sobre estilos de vida saludable llegue a todos los pobladores, pues algunos al no disponer de tiempo no

pueden salir de sus hogares y acudir a las campañas de promoción y prevención.

**Tabla 4:** Del 100% (272) de los adultos del Barrio Pedregal Bajo\_ Huaraz, el 27,8% (75) son de sexo femenino y tienen un estilo de vida saludable, el 28,9% (78) son adultos maduros y tiene un estilo de vida saludable, el 28,9% (78) tienen estudios secundarios y un estilo de vida saludable, el 50,4% (136) son católicos y tienen un estilo de vida saludable, el 24,8% (67) son convivientes y tiene un estilo de vida saludable, el 22,6% (61) son empleados y tienen estilos de vida saludables, el 17,4% (47) tiene un ingreso económico de 850 a 1100 nuevos soles y un estilo de vida no saludable, y el 33,0% (89) tiene SIS y un estilo de vida no saludable.

Tras asociar los factores sociodemográficos con el estilo de vida, haciendo uso de la prueba estadística Chi cuadrado, obteniendo los siguientes valores de acuerdo a cada variable, sexo ( $X^2=0.0958$ ;  $gl=1$ ;  $p=8.84>0.05$ ), edad ( $X^2=0.8893$ ;  $gl=1$ ;  $p=3.84>0.05$ ), grado de instrucción ( $X^2=1.1800$ ;  $gl=3$ ;  $p=7.81>0.05$ ), religión ( $X^2=5.6477$ ;  $gl=2$ ;  $p=5.99>0.05$ ), estado civil ( $X^2=12.6230$ ;  $gl=4$ ;  $p=9.48>0.05$ ), ocupación ( $X^2=8.5075$ ;  $gl=4$ ;  $p=9.48>0.05$ ), ingreso económico ( $X^2=3.4355$ ;  $gl=4$ ;  $p=9.48>0.05$ ), sistema de seguro ( $X^2=9.8345$ ;  $gl=4$ ;  $p=7.81>0.05$ ), dio como resultado que no existe asociación entre el estilo de vida y el sexo, la edad, el grado de instrucción, la religión, la ocupación y el ingreso económico; sin embargo, si existe asociación entre el estilo de vida, el estado civil y el sistema de seguro.

Nola Pender en su modelo de promoción de la salud nos manifiesta que para que la persona pueda adoptar un estilo de vida saludable influyen las características personales del individuo y dentro de estas características encontramos a los factores sociales, biológicos y culturales. Sin embargo, nos manifiesta que también hay otros factores que intervienen en la adaptación de un estilo de vida saludable, tales como los conocimientos y afectos; las influencias interpersonales, en esta nos menciona si en el entorno de la persona se practica buenos hábitos; las influencias situacionales como por ejemplo el que la persona padezca de alguna enfermedad pese a que tenga una conducta saludable o que haya visto una situación desfavorable en alguien cercano que haya tenido hábitos saludable; y el compromiso con el plan de acción que la persona tiene. Por lo que se deduce que, si existe relación entre los factores sociodemográfico y el estilo de vida, pero que también hay otros factores que influyen (30).

Con respecto a la variable sexo se obtuvo que no tiene relación con el estilo de vida, esto se debe a que, el sexo no repercute en el estilo de vida de las personas, sino que esto va a depender de que tipo de hábitos y comportamientos tenga la persona, entre ellos, la alimentación con la que cuente, si realiza actividad física necesaria para su cuerpo, si se realiza chequeos rutinarios de despistaje o si opta por el consumo de sustancias perjudiciales para la salud como el alcohol; así también, el estilo de vida va a depender del entorno en el que viven las personas tanto ambiental como social. Es así que en el barrio pedregal la prevalencia de enfermedades como la obesidad y la diabetes se observa en ambos sexos.

Con respecto a la variable edad se encontró que no tiene relación con el estilo de vida, debido a que esto no determina el estilo de vida que vaya a tener el individuo, pues cada adulto va a ser responsable del propio cuidado de su salud y de las conductas que tenga, salvo que sea un adulto discapacitado o que tenga alguna dificultad. Sin embargo, es importante mencionar que, alguno de los adultos mayores ya no cuentan ciertamente con un estilo de vida adecuado, esto se debe a que alguno de ellos no son capaces de realizar sus cosas por sí mismos, a causa de la falta de energía o de presentar alguna enfermedad, por lo que no pueden realizar actividad física y no suelen dormir las horas adecuadas, asimismo, alguno de estos adultos mayores no pueden ir solos a realizarse chequeos cuando presentan alguna dolencia o síntoma no común.

Con relación al grado de instrucción y el estilo de vida se obtuvo que no existe relación entre las variables, esto se debe a que hoy en día con el avance de la tecnología estos adultos pueden acceder a cualquier tipo de información que les permita saber aspectos relevantes sobre cómo llevar un estilo de vida saludable, sin embargo, este suele ser un factor que influye también en el estilo de vida de las personas ya que, si una persona no alcanza el grado de instrucción ideal que es el superior, se le hace más complicado conseguir un trabajo ideal que le permita satisfacer todas sus necesidades, y por el contrario opta por buscar oficios en el cuál trabaja más de ocho horas diarias poniendo así en riesgo su salud.

Con relación a la religión y el estilo de vida se obtuvo que no existe relación significativa entre las variables, esto se debe a que el adulto sea de una religión u otra, puede optar por tener actitudes que le permita tener una vida saludable, sin embargo, considero también que algunos adultos tienen una idea errónea de lo que es profesar una religión por lo que, en algunos casos, optan por realizar actividades que perjudican su



salud, como por ejemplo, en el barrio pedregal bajo, al venerar a una imagen suelen realizar fiestas que suelen durar dos o tres días, es estas fiestas las personas consumen grandes cantidades de bebidas alcohólicas las cuales son perjudiciales para la salud.

Con relación al estado civil y el estilo de vida se obtuvo que, si existe relación entre ambas variables, si bien se sabe que tanto una persona soltera como con pareja pueden realizar las mismas actividades, no siempre estas cuentan con las mismas condiciones, pues como bien se sabe la mayoría de las personas casadas o convivientes suelen ya tener una familia con hijos, por ende tienen más responsabilidades, es así que alguna de estas personas no se puede dar tiempo para realizar ejercicios por tres veces a la semana, comer a las horas o ir a realizarse chequeos sobre su salud, ya que tiene que cuidar del hogar o por sus empleos, por lo que también el tener más responsabilidades suelen estar más estresadas y tensionadas, lo cual es perjudicial para su salud tanto física como mental.

Según los resultados se manifiesta que no existe relación entre la ocupación y el estilo de vida, esto se debe a que sea cual sea la ocupación que tiene el adulto puede optar por llevar un estilo de vida saludable o no saludable, es importante mencionar que para que una persona pueda tener hábitos saludables y lo pueda realizar adecuadamente es necesario que tenga una adecuada organización. Sin embargo, algunos de estos adultos al no tener sus estudios completos suelen tener ocupaciones pesadas y riesgosas, como por ejemplo ser obreros, en el cuál fuerzan demasiado a su cuerpo y llegan hasta a sufrir lesiones, por otro lado, algunos de ellos por estar trabajando optan por la comida de la calle o chatarra como desayuno o almuerzo, por lo que perjudican a su salud poco a poco, dando así paso a presentar enfermedades como gastritis, hígado graso o colesterol, ya que estas comidas están muy condimentadas o tienen grandes cantidades de azúcares.

Con respecto al ingreso económico y al estilo de vida se obtuvo que no existe relación entre ambas variables, sin embargo, desde mi punto de vista, considero que el ingreso económico sí influye en el estilo de vida de las personas, pues si no cuenta con un ingreso económico regular la persona estará condicionada a no satisfacer sus necesidades, asimismo, las personas que no cuentan con un ingreso económico bueno son las que padecen mayormente de estrés y ansiedad, por otro lado estas personas, descuidarán su alimentación, actividad física y cuidado de su salud por tener demasiadas horas de trabajo o dedicarse a más de una ocupación con tal de generar ingresos en sus

hogares.

Con respecto al sistema de salud y al estilo de vida se obtuvo que si existe relación entre las variables, como sabemos el seguro de salud es fundamental para que la persona tenga acceso a los servicios de salud y con ello pueda cuidar de su salud. Según manifiestan los adultos del barrio pedregal bajo, la mayoría de ellos cuenta con SIS pero mencionan no hacer uso de él, ya que cuando acudían para tenderse, para sacar un cupo lo tenía que hacer desde las cinco de la mañana, esperar largas colas en el frío, y al final algunas ni conseguían el cupo de atención, por otro lado manifiestan que cuando les recetaban algún medicamento, no podían encontrarlo en el centro de salud y les mandaban a comprar por sus otros medios, por lo que ellos, han optado por ir a las farmacias preguntar por un medicamento, comprarlo y tomarlo, lo que significa que se están automedicando, lo que con el paso del tiempo está llegando a ser perjudicial para su salud.

Estos resultados son semejantes a los que encontró Ñuñuvero, (64) en su estudio titulado “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en la mujer adulta. Pueblo Joven la Victoria Sector 2\_Chimbote, 2019”, quien manifiesta que no existe relación entre las variables; sexo, edad, grado de instrucción, religión, ocupación e ingreso económico con el estilo de vida. Asimismo, Barrera, (65) en su investigación titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Villa El Sol II-Etapa \_Chimbote, 2019” sustenta que no existe relación entre el sexo, edad, religión, ocupación e ingreso económico con el estilo de vida.

Sin embargo, estos resultados difieren con los que encontró Febre, (66) en su estudio titulado “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 26 \_Chimbote, 2019” pues manifiesta que si existe relación entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida de. Así también, Neciosup, (67) en su investigación titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano San Miguel Sector I\_Chimbote, 2019” menciona que entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida si existe relación significativa.

Por todo lo mencionado, se concluye que la relación que tienen los factores sociodemográficos con el estilo de vida, va a influir de manera negativa en esta la salud de población ya que, al no tener un nivel sociodemográfico promedio, no tendrán la oportunidad de llevar estilos de vida saludables. Por ello, como propuesta de mejora, es importante que las autoridades locales puedan trabajar conjuntamente con el personal de salud, para que los adultos puedan informarse sobre los estilos de vida saludables y optar por practicarlos, sin importar los factores sociodemográficos, y puedan realizar estrategias que sean dirigidos a todos sin distinción alguna, para que con ello estos adultos puedan disfrutar de una mejor calidad de vida y de una salud óptima.

**Tabla 5:** Del 100% (270) de los adultos del Barrio Pedregal Bajo\_ Huaraz, el 48,1% (130) tienen acciones de promoción y prevención adecuadas y un estilo de vida saludable. Al asociar el estilo de vida con las acciones de prevención y promoción haciendo uso del estadístico Chi cuadrado ( $X^2=50.1429$ ;  $gl=1$ ;  $P=3.84>0.05$ ) si obtuvo que si existe asociación entre ambas variables.

Nola Pender menciona que el estilo de vida se encuentra compuesto por los patrones conductuales que una persona tiene, estos suelen practicarse de manera cotidiana y consistente, es por ello que se considera a este como un gran promotor de la salud, puesto que según la manera en la que se esté dando pueden ser muy pertinentes para que la persona tenga un buen mantenimiento de su salud o por el contrario pueden colocar a la persona en situaciones riesgosas que lo conlleven a la enfermedad, y con ello afectar su bienestar y desarrollo personal, con todo ello se sustenta que el estilo de vida y las acciones de prevención y promoción guardan una estrecha relación (31).

Con relación al estilo de vida y acciones de promoción y prevención se obtuvo que, si existe relación entre las variables. Como bien se sabe si una persona cuenta con la información necesaria y presenta acciones de promoción y prevención van a contar con un buen estilo de vida, sin embargo, en el barrio pedregal bajo no se realizan campañas de promoción y prevención de prácticas saludable, por lo que algunos adultos no cuentan con la información suficiente y por ellos siguen optando por realizar aún hábitos que con el tiempo están perjudicando su salud. Asimismo, esto viene a ser perjudicial para el desarrollo de todo el barrio, ya que, si estos adultos siguen teniendo conductas y comportamientos no saludable, van a hacer que la nueva generación también opte por tener estas conductas y comportamientos, generando así que, el aumento de enfermedades como la obesidad, la diabetes, el colesterol y la gastritis se presente.

Por otro lado, en este barrio aún no se logra que la totalidad de adultos tenga un buen estilo de vida ya que no existe una buena intervención por el personal de salud en cuanto a la promoción y prevención, pues según la encuesta realizada, los adultos manifestaron que en el barrio de pedregal bajo nunca se ha elaborado algún plan de trabajo en el cual se promoció la alimentación saludable, las autoridades no participan en el desarrollo de medidas para promocionar una buena alimentación y en este barrio no se ofrecen alimentos ni bebidas saludables; por lo que en efecto, los adultos optan por tener una mala alimentación. Por todo lo mencionado, se deduce que, si estos adultos tuvieran mayor información sobre una alimentación adecuada, importancia de la actividad física y de descansar las horas necesarias, de tener una buena salud sexual; estos adultos tendrían un mejor estilo de vida y la prevalencia de las enfermedades disminuiría.

Existen diversos factores que determinan y condicionan el estado de salud de una persona, dentro de estos factores encontramos a los estilos de vida, según un documento realizado por la Organización Mundial de la Salud con respecto a la promoción de la salud más conocida como la Carta de Ottawa, se manifestó que, para la promoción de la salud, el estilo de vida es un componente fundamental para una adecuada intervención, pues se dice que la salud es algo que se va creando día a día ya sea en la escuela, el trabajo o en el hogar, es así que la salud viene a ser el resultado de los cuidados que cada persona tiene, así como de la toma de decisiones y control que se tiene de la vida propia (68).

Este resultado se asemeja al encontrado por Ramos, (27) en su estudio titulado “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven La Unión Sector 24 \_Chimbote, 2019” quien manifiesta que si existe relación entre ambas variables haciendo uso del estadístico Chi cuadrado con valores ( $X^2 = 4,30$   $p = 0,038 < 0,05$ ). Asimismo, Barrera, (67) en su estudio titulado “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Villa El Sol II-Etapa \_Chimbote, 2019” manifiesta que si existe relación entre las acciones de promoción y prevención, y el estilo de vida, haciendo uso de la prueba estadística Chi cuadrado, con valores ( $X^2=9,43$ ;  $p=0,00213785 < 0,05$ ).

Sin embargo, estos resultados difieren a los encontrados por Vásquez, (69) en su investigación titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y

promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Villa España\_Chimbote, 2019” quien manifiesta que, no existe relación estadísticamente significativa entre las variables Chi cuadrado, con valores ( $X^2=0,17$ ;  $P= 0,689 >0,05$ ). Así también, Arana, (70) en su investigación titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en la mujer adulta joven. Pueblo Joven Miraflores Alto Sector III\_Chimbote,2019” manifiesta que al hacer uso del estadístico Chi cuadrado, con valores ( $X^2= 15,15$ ;  $p=3,841 > 0,05$ ) no existe relación estadísticamente significativa las variables.

En conclusión, se manifiesta que la relación que hay entre las acciones de promoción y prevención y el estilo de vida, va a afectar de manera positiva en la salud de las personas, ya que como se puede ver un gran porcentaje cuenta con acciones adecuadas, sin embargo, como propuesta de mejora, es necesario que el centro de salud al que pertenece el barrio pedregal bajo, realice intervenciones de promoción y prevención en esta comunidad que fomenten la práctica de estilos de vida saludables, que empiece desde los niños para que estos puedan ir adquiriendo poco a poco los conocimientos necesarios, asimismo, es necesarios que el centro de salud se puedan centrar en el grupo que se encuentre más propenso a tener hábitos no saludables, para que mediante ello la tasa de enfermedades ya no siga aumentando.

## V. CONCLUSIONES

Luego de haber realizado el respectivo análisis de los datos encontrado en la presente investigación se manifiestan las siguientes conclusiones:

- Se caracterizó los factores sociodemográficos en los adultos del Barrio Pedregal Bajo\_ Huaraz, obteniendo así, que casi todos son católicos, la mayoría cuentan con SIS, más de la mitad son mujeres, adultos maduros y tienen estudios secundarios, menos de la mitad son convivientes, son empleados y su ingreso económico es de 850 a 1100 nuevos soles, estos adultos no se encuentran en las mismas condiciones, ya que no todos tuvieron estudios superiores, y para poder tener un buen empleo y un ingreso económico es importante contar con una carrera profesional, por lo que estas personas no pueden solventar adecuadamente sus necesidades y están más propensas a padecer de diversas enfermedades que se dan a causa del estrés y la preocupación.
- Se caracterizó las acciones de prevención y promoción en los adultos del Barrio Pedregal Bajo\_ Huaraz, concluyendo así, que la mayoría tiene acciones de prevención y promoción adecuadas, con estas acciones las personas incrementan el control sobre su estado de salud, sin embargo, aún hay un porcentaje significativo que al no presentar acciones adecuadas pone en riesgo el mantenimiento de su salud.
- Se caracterizó los estilos de vida en los adultos del Barrio Pedregal Bajo\_ Huaraz, evidenciando así, que más de la mitad tiene estilos de vida saludable, esto permite que se puedan reducir las probabilidades de contraer enfermedades o tener graves secuelas y padecimientos, sin embargo, aún hay un porcentaje que al no tener un estilo de vida saludable está propenso poder contraer estas enfermedades o tener graves padecimientos.
- Al realizar la prueba de chi cuadrado entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida, se encontró solo existe asociación entre estado civil y el sistema de seguro con el estilo de vida, esto se debe a que existen otros factores que influyen en el estilo de vida, a los cuales también se les debería poner énfasis para que así se pueda contribuir a genera un estilo de vida saludable en este barrio.
- Al realizar la prueba de chi cuadrado entre las acciones de prevención y promoción y el estilo de vida, se encontró que, si existe asociación significativa entre las variables probándose así la hipótesis propuesta H2, por ello es importante que se ponga mayor interés en las acciones de prevención y promoción y así generar la práctica de hábitos saludables y con ello lograr la disminución de morbilidad en este barrio.

## VI. RECOMENDACIONES

- Compartir los resultados encontrados en la investigación con las autoridades del barrio Pedregal Bajo, para que puedan ponerle mayor énfasis a las condiciones en las que vive la población y poder crear talleres que permitan dar mayor oportunidad de desarrollo a los pobladores, con el fin de que con ellos esta comunidad pueda seguir siendo saludable.
- Compartir los resultados también con el centro de salud al cual pertenece el barrio Pedregal Bajo, para que ellos puedan implementar nuevas estrategias de promoción y prevención de estilos de vida saludable con el propósito que esta comunidad pueda optar por seguir teniendo buenos hábitos y conductas, y con ello poder reducir la prevalencia de enfermedades transmisibles y no transmisibles. Asimismo, se recomienda que el centro de salud realice campañas integrales, teniendo en cuenta los factores sociodemográficos de este barrio.
- Dar a conocer los resultados obtenidos a más estudiantes para que les pueda incentivar a realizar nuevas investigaciones sobre los estilos de vida, las acciones de promoción y prevención y los factores sociodemográficos, asimismo, ellos podrán realizar campañas educativas a los adultos con el fin de promover la práctica de estilos de vida saludables.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. Hernández J, Jaramillo L, Villegas J, Álvarez L, Roldan M, Ruiz C, Calle M, Ospina M, Martínez L. La educación en salud como una importante estrategia de promoción y prevención. Arch Med. [Internet] 2020. [citado 20 sep 2021]; 20(2): 490-504. Recuperado a partir de: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/2738/273863770021/273863770021.pdf>
2. Montenegro A, Ruíz A. Factores asociados a los estilos de vida en los estudiantes universitarios. una aplicación del instrumento fantástico. Rev. Digit. Act. Fis. Deport. [Internet]. 2020 [citado 20 sep 2021]; 6(1): 87-108. Recuperado a partir de: <https://revistas.udca.edu.co/index.php/rdafd/article/view/1432>
3. Organización Mundial de la Salud. Promoción de la Salud [Internet]. Ginebra: OMS; 2019. [citado 20 sep 2021]. Recuperado a partir de: <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>
4. Gómez S, Guarín I, Uribe S, Vergel L. Prevención de los peligros y promoción de entornos saludables en el teletrabajo desde la perspectiva de la salud pública. Aibi Rev Invest Administ e Ingener. [Internet]. Abr 2020 [citado 20 sep 2021]; 8(1): 44-52. Recuperado a partir de: <https://revistas.udes.edu.co/aibi/article/view/1642/1835>
5. Nieto D, Nieto I. Estilo de vida de estudiantes de la Universidad del Atlántico: un estudio descriptivo-transversal. Cienc Innova Sal. [Internet]. 2020. [citado 20 sep 2021]; 68(1): 19 – 30. Recuperado a partir de: <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/innovacionsalud/article/download/3759/4365>
6. Córdoba R, Camarelles F, Muñoz E, Gómez J, San José J, Ramírez J, Cantera C, Del Campo M, Revenga J. Recomendaciones sobre el estilo de vida. Actualización PAPPS 2018. Atenc prim. [Internet]. 2018. [citado 20 sep 2021]; 50(1): 29 – 40. Recuperado a partir de: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6836940/>
7. Instituto de Salud Pública. Encuesta nacional de salud 2021. [Internet]. Chile: Instituto de Salud Pública; 2021. [citado 18 mar 2022]. Recuperado a partir de: <https://www.ispandresbello.cl/wp-content/uploads/2021/08/encuesta-nacional-salud-2021c.pdf>
8. Calventus J, Bruna B. Promoción de la salud como práctica psico-social comunitaria en la política social chilena. Límite. [Internet]. Dic 2018 [citado 20 sep 2021]; 13(43): 67-



79. Recuperado a partir de: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-50652018000300067&script=sci\\_arttext](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-50652018000300067&script=sci_arttext)
9. Instituto Nacional de Estadística y Geografía. Características de las defunciones registradas en México durante 2021 preliminar. [Internet]. México: INEGI; 2022. [citado 13 mar 2022]. Recuperado a partir de: <https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2022/dr/dr2021.pdf>
10. De La Guardia M, Ruvalcaba J. La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria. JONNPR [Internet]. Ene 2020 [citado 20 sep 2021]; 5(1): 81-90. Recuperado a partir de: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2529-850X2020000100081&Ing=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2529-850X2020000100081&Ing=es)
11. Instituto Nacional de Estadística e Informática. INEI: Más mujeres que hombres padecen problemas de salud crónicos. [Internet]. Lima: El Peruano; 2021. [citado 20 2022]. Recuperado a partir de: <https://elperuano.pe/noticia/135065-inei-mas-mujeres-que-hombres-padecen-problemas-de-salud-cronicos>
12. Pajuelo J, Torres L, Agüero R, Bernui I. Overweight, obesity and abdominal obesity in the adult population of Peru. An. Fac. med. [Internet]. Ene 2019 [citado 20 sep 2021]; 80(1): 21-27. Recuperado a partir de: <https://www.cabdirect.org/globalhealth/abstract/20193258170>
13. Carranza J. EsSalud La Libertad organiza Semana de Prevención de Cáncer Ginecológico [Internet]. EsSalud: La libertad; 2019. [citado 20 sep 2021]. Recuperado a partir de: <http://www.essalud.gob.pe/essalud-la-libertad-organiza-semana-de-prevencion-de-cancer-ginecologico/>
14. Pérez L. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro del asentamiento humano San Francisco de Asís\_Chimbote, 2018. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Chimbote: Universidad los Ángeles Chimbote; 2020. [citado 20 sep 2021]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/17910/ADULTO\\_MADURO\\_PEREZ\\_%20PEREZ\\_%20LEIDI%20\\_MELINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/17910/ADULTO_MADURO_PEREZ_%20PEREZ_%20LEIDI%20_MELINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
15. Alcasihuincha T. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro de la habilitación urbana progresista Golfo Pérsico – Nuevo Chimbote, 2019. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Chimbote: Universidad los

- Ángeles Chimbote; 2019. [citado 20 sep 2021]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/15297/ADULTO\\_BIO\\_SOCIOCULTURALES\\_ALCASIHUINCHA\\_HUAYHUACURI\\_TOMAZA\\_VICTORIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/15297/ADULTO_BIO_SOCIOCULTURALES_ALCASIHUINCHA_HUAYHUACURI_TOMAZA_VICTORIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
16. Julca F, Nivin L. Una aproximación al desarrollo sociocultural de Huaraz. Sab Dis. [Internet]. Dic 2020. [citado 20 sep 2021]; 1(1): 106 – 121. Recuperado a partir de: [http://revistas.unasam.edu.pe/index.php/saber\\_discursivo/article/view/722/890](http://revistas.unasam.edu.pe/index.php/saber_discursivo/article/view/722/890)
  17. El peruano. Jefe del Estado en Huaraz: Debemos mantener todas las medidas de protección pese a baja de casos de covid-19 [Internet]. Lima: Diario el peruano; 2021. [citado 20 sep 2021]. Recuperado a partir de: <https://elperuano.pe/noticia/120079-jefe-del-estado-en-huaraz-debemos-mantener-todas-las-medidas-de-proteccion-pese-a-baja-de-casos-de-covid-19>
  18. Red Huaylas Sur, Micro red Nicrupampa, Área de estadística. Estimación de la población por grupo de edad según redes, microrredes y establecimiento de salud Dires Ancash – 2021.
  19. López M, Quesada J, López O. Relación entre calidad de vida relacionada con la salud y determinantes sociodemográficos en adultos de Cuenca, Ecuador. Rev Econom Polit. [Internet]. Dic 2018. [citado el 05 oct 2021]; 15(29): 67 – 86. Recuperado a partir de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6766830>
  20. Bahamón M, Estrada H, Iglesias M. Estilos de vida promotores de salud como moderadores de compra y consumo de alimentos saludables, Colombia 2019. Agroalimentaria. [Internet]. Jul 2019. [citado el 05 oct 2021]; 25(49): 107-119. Recuperado a partir de: [http://bonga.unisimon.edu.co/bitstream/handle/20.500.12442/5250/2020\\_estilos\\_promotores\\_salud\\_alimentos.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://bonga.unisimon.edu.co/bitstream/handle/20.500.12442/5250/2020_estilos_promotores_salud_alimentos.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
  21. Pesantes P, Macías D. Prevalencia de actividad física y relación con variables sociodemográficas y estilos de vida, en comunidad San Eduardo. [Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciado en Terapia Física]. Guayaquil: Universidad Católica Santiago de Guayaquil; 2021 [citado el 05 oct 2021]. Recuperado a partir de: <http://201.159.223.180/bitstream/3317/16019/1/T-UCSG-PRE-MED-TERA-244.pdf>
  22. Pujay E. Acciones de prevención y promoción de la salud relacionado con los estilos de vida de los adultos pescadores del desembarcadero Pesquero Artesanal - Salaverry,

2020. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Trujillo: Universidad Católica los Ángeles Chimbote; 2020. [citado el 05 oct 2021]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19914/ADULTOS\\_PE\\_SCADORES\\_ESTILOS\\_DE\\_VIDA\\_EVELYN\\_PATRICIA\\_PUJAY\\_LOZANO.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19914/ADULTOS_PE_SCADORES_ESTILOS_DE_VIDA_EVELYN_PATRICIA_PUJAY_LOZANO.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
23. Saavedra J. Factores sociodemográficos y eventos de vida tempranos asociados con la felicidad en adultos de Lima Metropolitana. Rev. Perú. Med. Exp. Salud Publica [Internet]. 2020 [citado el 05 oct 2021]; 37(1): 42-50. Recuperado a partir de: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1726-46342020000100042&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1726-46342020000100042&script=sci_arttext)
24. Chávez L. Actitud y prácticas de promoción de la salud de los agentes comunitarios del distrito José Sabogal, Cajamarca 2018. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Lima: Universidad Inca Garcilaso De La Vega; 2019. [citado el 05 oct 2021]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4686/TESIS\\_CHAVEZ\\_LADIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/4686/TESIS_CHAVEZ_LADIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
25. Huamán J. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Ricardo Palma\_Chimbote, 2019. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles Chimbote; 2020. [citado el 05 oct 2021]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20017/ADULTO\\_FACTORES\\_HUAMAN\\_SANTIAGO\\_JAVES\\_AZUSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20017/ADULTO_FACTORES_HUAMAN_SANTIAGO_JAVES_AZUSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
26. Medina R. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 25 \_Chimbote, 2019. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles Chimbote; 2020. [citado el 05 oct 2021]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/21204/ADULTO\\_PREVENCION\\_MEDINA\\_TITO\\_RUTH\\_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/21204/ADULTO_PREVENCION_MEDINA_TITO_RUTH_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
27. Ramos J. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado

al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven La Unión Sector 24 \_Chimbote, 2019. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles Chimbote; 2020. [citado 12 oct 2021]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19287/ADULTO\\_FACTORES\\_RAMOS\\_ECHEVARRIA\\_JEANETTE\\_ISABEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19287/ADULTO_FACTORES_RAMOS_ECHEVARRIA_JEANETTE_ISABEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

28. Trejo F. Aplicación del modelo de Nola Pender a un adolescente con sedentarismo. *Enf Neurol* [Internet]. 2010. [citado 12 oct 2021]; 9(1): 39-44. Recuperado a partir de: <https://www.revenferneuroenlinea.org.mx/index.php/enfermeria/article/view/94/94>
29. Guecha P, López K. Promoción de la salud y factores que influyen en los estilos de vida saludable de los docentes del colegio integrado Juan Atalaya Según La Teorista Nola Pender Del 2018-A. [Tesis para obtener el título de enfermero]. Cúcuta: Universidad de Santander; 2018. [citado 12 oct 2021]. Recuperado a partir de: <https://repositorio.udes.edu.co/entities/publication/dfd0530a-71bc-4a74-9126-821fba5c5548>
30. Aristizábal G, Blanco D, Sánchez A, Ostiguín R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender: Una reflexión en torno a su comprensión. *Enferm. univ* [revista en la Internet]. Dic 2011 [citado 12 oct 2021]; 8(4): 16-23. Recuperado a partir de: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-70632011000400003&lng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003&lng=es).
31. Valdivia E. Actitudes hacia la promoción de la salud y estilos de vida modelo pender, profesionales del equipo de salud, Microred Mariscal Castilla. Arequipa 2016. [Tesis para optar el Grado Académico de Maestra en Ciencias: Salud Pública]. Arequipa: Universidad Nacional San Agustín de Arequipa; 2017. [citado 12 oct 2021]. Recuperado a partir de: <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/5985/ENMvamaeg.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
32. Toxqui M. Teorías y modelos de enfermería aplicados en salud pública y comunitaria. [Internet]. Estado de México: Universidad Autónoma del Estado de México; 2019. [citado 12 oct 2021]. Recuperado a partir de: [http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/103258/secme-11666\\_1.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/103258/secme-11666_1.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

33. Limia M. Cambio de mentalidad: Responsabilidad de salud. *Index Enferm.* [Internet]. Mar 2010 [citado 12 oct 2021]; 19(1): 42-46. Recuperado a partir de: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1132-12962010000100009&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962010000100009&lng=es).
34. Vidarte J, Vélez C, Sandoval C, Alfonso M. Actividad física: estrategia de promoción de la salud. *Hac Prom Sal.* [Internet]. Abr 2011. [citado 12 oct 2021]; 16(1): 202-218. Recuperado a partir de: <https://revistasojs.ucaldas.edu.co/index.php/hacialapromociondelasalud/article/view/2006/1922>
35. Otero B. *Nutrición*. 1 ed. [Internet]. Estado de México: Red Tercer Milenio; 2012. [citado 12 oct 2021]. Recuperado a partir de: <https://www.yumpu.com/es/document/read/61780594/nutricion-belen-otero-lamas>
36. Cuadros C, Vichido M, Montijo E, Zárate F, Cadena J, Cervantes R, Toro E, Ramírez J. Actualidades en alimentación complementaria. *Acta Ped Méx.* [Internet]. 2017. [citado 12 oct 2021]; 38(3), 182-201. Recuperado a partir de: <https://doi.org/10.18233/apm38no3pp182-2011390>
37. Iniesta A. *Guía sobre el manejo del estrés desde Medicina del Trabajo*. [Internet]. Barcelona: Growing Brands; 2016. [citado 12 oct 2021]. Recuperado a partir de: [http://www.aeemt.com/contenidos/Recursos/Guia\\_Manejo\\_Estres/GuiaManejoEstres.pdf](http://www.aeemt.com/contenidos/Recursos/Guia_Manejo_Estres/GuiaManejoEstres.pdf)
38. Pacheco N, Fernández P. Inteligencia emocional, calidad de las relaciones interpersonales y empatía en estudiantes universitarios. *Clín Sal.* [Internet]. 2004. [citado 12 oct 2021]; 15(2): 117-137. Recuperado a partir de: <https://www.redalyc.org/pdf/1806/180617822001.pdf>
39. Olate C. *Herramientas de acompañamiento psicoespiritual para un crecimiento en la madurez de adultos*. [Tesina para obtener el grado de magister en acompañamiento psicoespiritual]. Santiago: Universidad Alberto Hurtado; 2008. [citado 12 oct 2021]. Recuperado a partir de: <https://repositorio.uahurtado.cl/bitstream/handle/11242/5492/MAPOlate.pdf?sequence=1>
40. Cauas D. *Definición de las variables, enfoque y tipo de investigación*. [Internet]. Bogotá: biblioteca electrónica de la universidad Nacional de Colombia; 2015. [citado 18 oct 2021]. Recuperado a partir de: <https://docplayer.es/13058388-Definicion-de->

[las-variables-enfoque-y-tipo-de-investigacion.html](#)

41. Martínez C, Parco E, Yalli A. Factores sociodemográficos que condicionan la sobrecarga en el cuidador primario del paciente pediátrico con leucemia en un Instituto Especializado – 2018. [Trabajo Académico para optar el Título de Especialista en Enfermería en Cuidado Enfermero en Oncología]. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2018. [citado 12 oct 2021]. Recuperado a partir de: [https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/3969/Factores\\_MartinezFierro\\_Cinthia.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=10-,Factores%20sociodemogr%C3%A1ficos,de%20la%20poblaci%C3%B3n%20\(14\)](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/3969/Factores_MartinezFierro_Cinthia.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=10-,Factores%20sociodemogr%C3%A1ficos,de%20la%20poblaci%C3%B3n%20(14))
42. Cancellara V. Adultez y tercera edad: nuevos espacios de acción para la educación social. [Internet]. Montevideo: Instituto de Formación en Educación Social; 2019. [citado 12 oct 2021]. Recuperado a partir de: [http://ifes.cfe.edu.uy/images/Propuesta\\_de\\_Seminario\\_IFES\\_2019\\_Aduldez\\_y\\_tercera\\_edad\\_-\\_Vicente\\_Cancellara.pdf](http://ifes.cfe.edu.uy/images/Propuesta_de_Seminario_IFES_2019_Aduldez_y_tercera_edad_-_Vicente_Cancellara.pdf)
43. Giraldo A, Toro M, Macías A, Valencia C, Palacio S. La promoción de la salud como estrategia para el fomento de estilos de vida saludables. Hac Prom Sal. [Internet]. Jun 2010. [citado 12 oct 2021]; 15(1): 128 – 143. Recuperado a partir de: <https://revistasoj.s.ucaldas.edu.co/index.php/hacialapromociondelasalud/article/view/1976/1892>
44. Rodríguez M, Echemendía B. La prevención en salud: posibilidad y realidad. Rev Cubana Hig Epidemiol [Internet]. Abr 2011 [citado 12 oct 2021]; 49(1): 135-150. Recuperado a partir de: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1561-30032011000100015&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-30032011000100015&lng=es)
45. Guerrero L, León A. Estilo de vida y salud: un problema socioeducativo. Antecedentes. Educere [Internet]. 2010. [citado 12 oct 2021]; 14 (49): 287-295. Recuperado a partir de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35617102005>
46. Taype M. Factores biosocioculturales y su relación con el estilo de vida en el personal profesional del policlínico PNP - Ica, octubre 2017. [ Tesis para obtener el grado académico de: maestro en gestión de los servicios de la salud] Perú: Universidad César Vallejo; 2018. [citado 18 oct 2021]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/35749/taype\\_cm.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/35749/taype_cm.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

47. Cuartas M, Gómez L, Meneses S, Vasco A, Vélez P. Calidad de vida asociada a las características sociodemográficas, condiciones de salud y acceso a los servicios de salud en la ciudad de Medellín en el año 2014. [Internet]. Medellín: Universidad CES; 2014. [citado 18 oct 2021]. Recuperado a partir de: <https://repository.ces.edu.co/bitstream/handle/10946/3845/Calidad%20Vida%20Asociada.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
48. Martarín T. Redes sociales en prevención y promoción de la salud. Una revisión de la actualidad. Rev Esp Comun Sal. [Internet]. 2015. [citado 18 oct 2021]; 6(1): 62-69. Recuperado a partir de: <https://e-revistas.uc3m.es/index.php/RECS/article/view/3328>
49. Nawas M. El estilo de vida. Rev Latinoam Psicolog [Internet]. 1971. [citado 22 sep 2021]; 3(1): 91-107. Recuperado a partir de: <https://www.redalyc.org/pdf/805/80503105.pdf>
50. Medina R. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 25 \_Chimbote, 2019. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles Chimbote; 2020. [citado 18 oct 2021]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/21204/ADULTO\\_PREVENCION\\_MEDINA\\_TITO\\_RUTH\\_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/21204/ADULTO_PREVENCION_MEDINA_TITO_RUTH_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
51. Universidad Católica Los Ángeles De Chimbote. Reglamento de integridad científica en la investigación. [En línea] Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2023. [citado 18 oct 2021]. Disponible en: <https://www.uladech.edu.pe/wp-content/uploads/erpuniversity/downloads/transparencia-universitaria/estatuto-el-texto-unico-de-procedimientos-administrativos-tupa-el-plan-estrategico-institucional-reglamento-de-la-universidad-y-otras-normativas/reglamentos-de-la-universidad/reglamento-de-integridad-cientifica-en-la-investigacion-v001.pdf>
52. Instituto Nacional de estadística e informática. Población peruana alcanzó los 33 millones de habitantes en el año del bicentenario. [Internet]. Lima: Instituto Nacional de estadística e informática; 2021. [citado el 18 de julio del 2022]. Recuperado a partir de: <https://www.gob.pe/institucion/inei/noticias/534850-poblacion-peruana-alcanzo-los-33-millones-de-habitantes-en-el-ano-del-bicentenario>
53. Caro J. Desarrollo y ciclo vital. [Internet]. Bogotá: Fundación universitaria del área

- andina; 2018. [citado el 18 de julio del 2022]. Recuperado a partir de: <https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/1427/162%20DESARROLLO%20Y%20CICLO%20VITAL%20-%20J%C3%93VENES%20Y%20ADULTOS.pdf?sequence=1>
54. Gómez D, Jiménez J, Leralta O. La Educación, determinante de la salud afectado por el COVID-19. [Internet]. Andalucía: Escuela Andaluza de salud pública; 2020. [citado el 18 de julio del 2022]. Recuperado a partir de: <https://www.easp.es/web/coronavirusysaludpublica/1259-2/>
55. Wagstaff A. Pobreza y desigualdades en el sector de la salud. Rev Panam Sal Publ. [Internet]. 2002. [citado el 18 de julio del 2022]; 11(5): 316 – 326. Recuperado a partir de: <https://www.scielosp.org/pdf/rpsp/2002.v11n5-6/316-326/es>
56. Gobierno del Perú. Seguros de salud del Perú. [Internet]. Lima: Gobierno del Perú; 2022. [citado el 18 de julio del 2022]. Recuperado a partir de: <https://www.gob.pe/281-seguros-de-salud-del-peru>
57. Aniceto Z. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Caraz – Ancash, 2020. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Huaraz: Universidad Católica los Ángeles Chimbote; 2020. [citado 28 abr 2022]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19047/ESTILOS\\_FACTORES\\_ANICETO\\_TOLENTINO\\_ZENON\\_ANTONIO.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19047/ESTILOS_FACTORES_ANICETO_TOLENTINO_ZENON_ANTONIO.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
58. Verde R. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven Porvenir “B” Sector 13, Chimbote, 2019. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles Chimbote; 2022. [citado el 18 de julio del 2022]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27010/PROMOCION\\_PREVENCION\\_VERDE\\_LARA\\_ROSITA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27010/PROMOCION_PREVENCION_VERDE_LARA_ROSITA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
59. Soriano A. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Shiqui – Cátac, 2020. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Huaraz: Universidad Católica los Ángeles Chimbote; 2020. [citado 28 abr 2022]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/16781/ADULTOS\\_](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/16781/ADULTOS_)



[ESTILO\\_DE\\_VIDA\\_SORIANO\\_CORONEL\\_AMY\\_MINERVA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)

60. Redondo P. Prevención de la enfermedad. [Internet]. Costa Rica: Universidad de Costa Rica; 2004. [citado 06 may 2022]. Recuperado a partir de: [https://montevideo.gub.uy/sites/default/files/concurso/materiales/anexo\\_07\\_-\\_niveles\\_de\\_preencion.pdf](https://montevideo.gub.uy/sites/default/files/concurso/materiales/anexo_07_-_niveles_de_preencion.pdf)
61. Gómez R. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida a apoyo social del adulto. Asentamiento Humano 10 de Setiembre Sector II\_Chimbote, 2019 [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles Chimbote; 2020. [citado el 18 de julio del 2022]. Recuperado a partir de: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26761/ADULTO\\_APOYO\\_SOCIAL\\_GOMEZ\\_ROJAS\\_ROSMERY\\_MELISSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26761/ADULTO_APOYO_SOCIAL_GOMEZ_ROJAS_ROSMERY_MELISSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
62. Trejo C, Maldonado G, Ramírez S, Hernández M, Hernández G. Nivel de estilo de vida de los alumnos universitarios de la escuela superior de Tlahuelilpan. Universidad Autónoma del estado de Hidalgo; 2016. [citado 06 may 2022]. Recuperado a partir de: <https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/tlahuelilpan/n7/p4.html#:~:text=Seg%C3%BAn%20Nola%20Pender%20el%20Estilo,desarrollo%20de%20la%20persona%20humana.>
63. Carrión D. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto joven. Asentamiento Humano Santa Rosa del Sur\_Nuevo Chimbote, 2020. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles Chimbote; 2020. [citado 06 may 2022]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/16932/ADULTOS\\_JOVENES\\_ESTILOS\\_CARRION\\_TORRES\\_DENISS\\_FIORELLA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/16932/ADULTOS_JOVENES_ESTILOS_CARRION_TORRES_DENISS_FIORELLA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
64. Ñuñuvero M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en la mujer adulta. Pueblo Joven la Victoria Sector 2\_Chimbote, 2019. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles Chimbote; 2022. [citado 06 may 2022]. Recuperado a partir de: <https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27022/PREVENCI>

[ON\\_PROMOCION\\_NUNUVERO\\_CORDOVA\\_MEDALIT.pdf?sequence=3&isAllowed=y](#)

65. Barrera W. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Villa El Sol II-Etapa \_Chimbote, 2019. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles Chimbote; 2022. [citado 06 may 2022]. Recuperado a partir de: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25908/ADULTOS\\_ESTILO\\_DE\\_VIDA\\_BARRERA\\_BACILIO\\_WILIAN.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25908/ADULTOS_ESTILO_DE_VIDA_BARRERA_BACILIO_WILIAN.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
66. Febre T. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 26 \_Chimbote, 2019. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles Chimbote; 2020. [citado 06 may 2022]. Recuperado a partir de: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19906/ADULTO\\_PREVENCION\\_FEBRE\\_LLOCLLA\\_TANIA\\_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19906/ADULTO_PREVENCION_FEBRE_LLOCLLA_TANIA_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
67. Neciosup J. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano San Miguel Sector I\_Chimbote, 2019. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles Chimbote; 2022. [citado 06 may 2022]. Recuperado a partir de: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27031/FACTOR\\_SOCIODEMOGRAFICO\\_NECIOSUP\\_ALFARO\\_JAZMIN.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27031/FACTOR_SOCIODEMOGRAFICO_NECIOSUP_ALFARO_JAZMIN.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
68. Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá. Guía de promoción de estilos de vida saludable y prevención de enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT). [Internet]. Panamá: Sistema de Integración centro americano; 2019. [citado 06 may 2022]. Recuperado a partir de: <http://www.incap.int/index.php/es/guia-promocion-estilo-vida-ecnt>
69. Vásquez D. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto.

Asentamiento Humano Villa España\_Chimbote, 2019. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles Chimbote; 2022. [citado 06 may 2022]. Recuperado a partir de: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26991/FACTOR\\_SOCIODEMOGRAFICO\\_VASQUEZ\\_MINANO\\_DIANA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26991/FACTOR_SOCIODEMOGRAFICO_VASQUEZ_MINANO_DIANA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

70. Arana S. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en la mujer adulta joven. Pueblo Joven Miraflores Alto Sector III\_Chimbote,2019. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles Chimbote; 2022. [citado 06 may 2022]. Recuperado a partir de: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27056/FACTOR\\_SOCIODEMOGRAFICO\\_ARANA\\_PORRAS\\_SHERYL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27056/FACTOR_SOCIODEMOGRAFICO_ARANA_PORRAS_SHERYL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

**ANEXO 01**  
**CÁLCULO DE LA MUESTRA**

Para determinar el tamaño de la muestra se utilizó la fórmula estadística de proporciones de una población finita:

$$n = \frac{z^2 * p * q * N}{e^2(N - 1) + z^2 * p * q}$$

**Donde:**

**n** = Tamaño de muestra

**N** =Tamaño de la población

**Z** = Nivel de confianza al 95% establecido por el investigador = 1.96

**p** = 0.5 proporción de individuos de la población que tiene las características que se desean estudiar.

**q** = 0.5 proporción de individuos de la población que no tienen las características de interés.

**e** = 0.05 margen de error permisible establecido por el investigador = 5%

**Remplazando:**

$$n = \frac{1.96^2 * 0.5 * 0.5 * 900}{0.05^2(900 - 1) + 1,96^2 * 0.5 * 0.5}$$

$$n = 270$$

## ANEXO 02

### MATRIZ DE CONSISTENCIA

**Título:** Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021.

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>¿Existe asociación entre los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: Estilos de vida en los adultos del barrio Pedregal Bajo_Huaraz, 2021?</p>	<p><b>Objetivo general:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Determinar la asociación entre los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo_Huaraz, 2021.</li> </ul> <p><b>Objetivos específicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Caracterizar los factores sociodemográficos en el adulto del barrio Pedregal Bajo_Huaraz, 2021.</li> <li>- Caracterizar las acciones de prevención y promoción de la salud en el adulto del barrio Pedregal Bajo_Huaraz, 2021.</li> <li>- Caracterizar el comportamiento</li> </ul>	<p>H1: Existe asociación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos con el comportamiento de la salud: estilo de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo_Huaraz, 2021.</p> <p>H0: No existe asociación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos con el comportamiento de la salud: estilo de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo_Huaraz, 2021.</p> <p>H2: Existe asociación estadísticamente significativa entre</p>	<p><b>Factores sociodemográficos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sexo</li> <li>- Edad</li> <li>- Grado de instrucción</li> <li>- Religión</li> <li>- Estado civil</li> <li>- Ocupación</li> <li>- Ingreso económico</li> <li>- Sistema de seguro</li> </ul> <p><b>Acciones de prevención y promoción de la salud:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Acciones adecuadas</li> <li>- Acciones inadecuadas</li> </ul> <p><b>Estilo de Vida:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estilo de vida saludable.</li> <li>- Estilo de vida no saludable</li> </ul>	<p><b>Tipo y nivel de investigación:</b></p> <p>Tipo cuantitativo, Nivel correlacional – transversal.</p> <p><b>Diseño de la investigación:</b></p> <p>No experimental, descriptivo</p> <p><b>Población:</b></p> <p>Estuvo conformada por 900 adultos de ambos sexos que residen en el barrio Pedregal Bajo_Huaraz.</p> <p><b>Muestra:</b></p> <p>Estuvo constituida por 270 adultos del barrio Pedregal Bajo_Huaraz.</p>

	<p>de la salud: Estilo de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo_Huaraz, 2021.</p> <p>- Explicar la asociación de los factores sociodemográfico con el comportamiento de la salud: Estilo de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo_Huaraz, 2021.</p> <p>- Explicar la asociación de las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: Estilo de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo_Huaraz, 2021.</p>	<p>las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo_Huaraz, 2021.</p> <p>H0: No existe asociación estadísticamente significativa entre las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo_Huaraz, 2021.</p>		
--	---	---	--	--

**ANEXO 03**  
**CUESTIONARIO SOBRE FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS**

**Autor:** María Adriana Vílchez Reyes

**DATOS DE IDENTIFICACIÓN:**

**Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:**

---

**A. FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS**

**1. ¿Marque su sexo?**

- a) Masculino ( )                      b) Femenino ( )

**2. ¿Cuál es su edad?**

- a) 18-35 años                      b)36-59años      c) 60 a más

**3. ¿Cuál es su grado de instrucción?**

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

**4. ¿Cuál es su religión?**

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

**5. ¿Cuál es su estado civil?**

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

**6. ¿Cuál es su ocupación?**

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

**7. ¿Cuál es su ingreso económico?**

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

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

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

## CUESTIONARIO DE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN

**Autor:** María Adriana Vílchez Reyes

**Nombre:**

Se agradece con anticipación la atención prestada

Marque la calificación de acuerdo a las acciones de prevención y promoción:

N°	Comportamientos del usuario	CALIFICACION			
		NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
<b>EJES TEMÁTICOS</b>					
<b>ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN</b>					
01	¿Se ha elaborado un plan de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?				
02	¿Participan las autoridades en el desarrollo de medidas de promoción para una alimentación saludables en su comunidad?				
03	¿Ofrecen en su comunidad alimentos y bebidas saludables? (no refrescos azucarados, comida rápida, dulces o alcohol)				
04	¿se provee y promueve la elección de alimentos y bebidas saludables? (precios menores, muestras gratis, etc.)				
05	¿Se provee agua potable en su comunidad?				
06	¿En los últimos 30 días con qué frecuencia se lavó las manos antes de comer?				
07	¿En los últimos 30 días consumió frutas?				
08	¿En los últimos 30 días consumió verduras?				
<b>HIGIENE</b>					
09	¿Se lava las manos antes de preparar y consumir los alimentos?				
10	¿Realiza el Baño corporal diariamente?				
11	¿Realiza el lavado de los dientes 3 veces en el día?				
12	¿Mantiene limpia y en orden su ropa?				
13	¿Mantiene limpio la cocina y sus utensilios?				
14	¿Mantiene en orden y limpia la vivienda?				
15	¿Mantiene Limpio su baño o letrina?				
<b>HABILIDADES PARA LA VIDA</b>					
16	¿Sabe escuchar a los demás y se comunica abiertamente con él o ella?				
17	¿Apoya a las personas que necesitan de su ayuda?				
18	¿Enfrenta los problemas dando solución?				



19	¿Incentiva la participación y el trabajo en equipo?				
20	¿Estimula las decisiones de grupo?				
21	¿Demuestra capacidad de autocrítica?				
22	¿Es expresiva, espontánea y segura?				
23	¿Participa activamente de eventos sociales?				
24	¿Defiende sus derechos?				
25	¿Ha presentado o presenta temores en su comportamiento?				
26	¿Su comportamiento es respetado por los demás?				
27	¿Se comunica fácilmente con toda clase de personas?				
<b>ACTIVIDAD FISICA</b>					
28	¿Realiza 30 minutos diarios de actividad física o practica algún tipo de deporte?				
29	¿Realiza ejercicios de fuerza 2 o 3 veces por semana?				
30	¿Realiza la rutina con 10 minutos de ejercicios de estiramiento?				
31	¿Toma una buena cantidad de líquido durante el día (aproximadamente 2 litros de agua)?				
<b>SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA</b>					
32	¿Al Tener relaciones sexuales usted se protege?				
33	¿Se informa de los métodos anticonceptivos?				
34	¿Se realiza exámenes médicos?				
<b>SALUD BUCAL</b>					
35	¿Usa a diario un enjuague bucal con flúor?				
36	¿Regularmente se realiza exámenes odontológicos?				
37	¿Consume bebidas como gaseosas, los jugos artificiales y las bebidas energéticas?				
38	¿Consume tabaco y el alcohol?				
<b>SALUD MENTAL Y CULTURA DE PAZ</b>					
39	¿En general está satisfecho con usted mismo/a?				
40	¿Usted piensa que no sirve absolutamente para nada?				
41	¿Puede hacer las cosas bien como la mayoría de las personas?				
42	¿Cree que tiene muchos motivos para sentirme orgullosa?				
43	¿Siente que es una persona digna de estima o aprecio, al menos en igual medida que los demás?				
44	¿Tiende usted a pensar que su vida es un fracaso?				
45	¿Tiene una actitud positiva hacía mí mismo/a?				
<b>SEGURIDAD VIAL Y CULTURA DE TRÁNSITO</b>					
46	¿Cuándo maneja usa el cinturón de seguridad?				
47	¿Cruza por las líneas peatonales o esquina, de				

	acuerdo a las señales del semáforo?				
48	¿Utiliza el celular al conducir o al cruzar la calle?				
49	¿Usted cruza la calle con cuidado?				
50	¿Si maneja bicicleta, triciclo u moto usa casco?				
51	¿Usted camina por las veredas en vez de la pista				
52	¿Usted solo cruza la pista cuando el semáforo está en color verde?				
53	¿Usted evita salir a la calle si se encuentra en estado de embriaguez?				

#### CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:

NUNCA = 1

A VECES = 2

CASI SIEMPRE = 3

SIEMPRE = 4

PUNTAJE MÁXIMO = 212 puntos

107 – 212 puntos de acciones adecuadas

0 – 106 puntos de acciones inadecuadas

## CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA

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

CONTENIDO ÍTEMS	NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	
<b>Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores</b>					
F1. Responsabilidad hacia la salud, F2. Actividad física, F3. Nutrición, F4. Crecimiento Espiritual y Relaciones Interpersonales					
1.-Escojo una dieta baja en grasa, grasas saturadas y en colesterol.					
2.-Informo a un doctor (a) a otros profesionales de la salud cualquier señal inusual o síntoma extraño.					
3.-Sigo un programa de ejercicios planificados					
4.-Siento que estoy creciendo y cambiando en una forma positiva.					
5.-Elogio fácilmente a otras personas por sus éxitos.					
6.- Limito el uso de azúcares y alimentos que contienen azúcar (dulces)					
7.-Leo o veo programas de televisión acerca del mejoramiento de la salud.					
8.-Hago ejercicios vigorosos por 20 o más minutos, por lo menos tres veces a la semana (tales como caminar rápidamente, andar en bicicleta, baile aeróbico, usar la maquina escaladora)					
<b>Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores.</b>					
9.-Tomo algún tiempo para relajarme todos los días					

10.-Creo que mi vida tiene un propósito					
11.-Mantengo relaciones significativas y enriquecedoras					
12.-Hago preguntas a los profesionales de la salud para poder entender sus instrucciones.					
13.-Acepto aquellas cosas de mi vida que yo no puedo cambiar.					
14.-Miro adelante hacia al futuro.					
15.-Paso tiempo con amigos íntimos.					
16.-Como de 2 a 4 porciones de fruta todos los días.					
17.-Busco una segunda opinión, cuando pongo en duda las recomendaciones de mi proveedor de servicios de salud.					
18.-Tomo parte en actividades físicas de recreación (tales como: nadar, bailar, andar en bicicleta).					
19.-Me siento satisfecho y en paz conmigo (a)					
20.-Se me hace fácil demostrar preocupación, amor y cariño a otros.					
21.-Estoy consciente de lo que es importante para mí en la vida.					
22.- Busco apoyo de un grupo de personas que se preocupan por mi					
<b>Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores.</b>					
23.-Leo las etiquetas nutritivas para identificar el contenido de grasas y sodio en los alimentos empacados					
24.-Asisto a programas educativos sobre el cuidado de salud personal.					

25.-Alcanzo mi pulso cardiaco objetivo cuando hago ejercicios.					
26.- Mantengo un balance para prevenir el cansancio.					
27.- Me siento unido(a) con una fuerza más grande que yo.					
28.-Me pongo de acuerdo con otros por medio del diálogo					
29.-Tomo desayuno					
30.-Busco orientación o consejo cuando es necesario.					
31.-Expongo mi persona a nuevas experiencias y retos.					
32.- Discuto mis problemas y preocupaciones con personas allegadas					
33. Duermo lo suficiente					
34. Como de 6 a 11 porciones de pan, cereales, arroz, o pastas(fideos) todos los días					
35. Como solamente de 2 a 3 porciones de carne, aves, pescado, frijoles, huevos y nueces todos los días.					

**CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:**

NUNCA = 1

A VECES = 2

CASI SIEMPRE = 3

SIEMPRE = 4

PUNTAJE MÁXIMO = 140 puntos

71 – 140 puntos saludables

0 – 70 puntos no saludables

**ANEXO 04**  
**VALIDEZ DEL INSTRUMENTO**

**VALIDEZ DEL CUESTIONARIO DE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y  
PROMOCIÓN**

**Validez del instrumento:**

La validez se aseguró a través de la evaluación por juicio a expertos, para ello el documento fue presentado a 10 expertos en investigación, gracias a las sugerencias y aportes que dieron se obtuvo un instrumento de mayor calidad. Para ello se hizo uso de la fórmula de V de Aiken (Penfield y Giacobbi, 2004).

**Dónde:  $V = (\bar{x}-l)/k$**

**$\bar{x}$  : Es la media de las calificaciones de los jueces en la muestra.**

**$l$  : Es la calificación más baja posible.**

**$k$  : Es el rango de los valores posibles**

El coeficiente V de Aiken total es 0,998, Indica que el instrumento es válido para recabar información sobre la promoción y prevención de la salud.

## VALIDEZ DEL CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA

### **Validez del instrumento:**

El instrumento validado en la versión español por Serrano, M. (2016) reportó que la validez se dio por validez de constructo reportando la prueba de esfericidad de Bartlett y índice Kaiser Meyer- Olkin , estos indicaron la adecuación muestral (0.86) y de datos para realizar un análisis factorial, seguido se utilizó el Análisis Factorial Exploratorio utilizando método Promin, reportando que de los 52 ítem se depuraron 4 ítem que reportaron tener una carga factorial menores a 0.3, y en solo 4 dimensiones : Responsabilidad hacia la salud, Actividad física , Nutrición, Crecimiento Espiritual y Relaciones interpersonales. Asimismo, se realizó validez discriminante y concurrente para el instrumento HPLP – II mediante la correlación con otros instrumentos (MBI-GS, Autoeficacia, Satisfacción de vida y Engagement).

## ANEXO 05 CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

### CONFIABILIDAD DEL CUESTIONARIO DE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN

**Confiabilidad del instrumento:**

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

**Confiabilidad interevaluador:**

Se evaluó aplicando el cuestionario a la misma persona por dos entrevistadores diferentes en un mismo día, Se realizó a un mínimo de 15 personas. A través del Coeficiente de Kappa se estudia el porcentaje de concordancia entre los entrevistadores, un valor a partir de 0,8 se considera muy bueno.



## CONFIABILIDAD DEL CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA

### Confiabilidad del instrumento:

La confiabilidad del instrumento estuvo dada en 4 dimensiones fue reportada mediante el índice de Alfa de Cronbach mostrando una buena confiabilidad por dimensiones:

Responsabilidad hacia la salud	( $\alpha=0.81$ )
Actividad física	( $\alpha=0.86$ )
Nutrición	( $\alpha=0.7$ )
Crecimiento Espiritual y Relaciones interpersonales	( $\alpha=0.88$ )

## ANEXO 06

### PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ENCUESTAS (CIENCIAS DE LA SALUD)

La finalidad de este protocolo, es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento. De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia. La presente investigación en Salud se titula: Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo\_Huaraz, 2021. Y es dirigido por: *GARCÍA SÁNCHEZ, Astrid Beatriz* investigadora de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. El propósito de la investigación es: Recolectar datos sobre los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida del adulto, para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 30 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 una llamada telefónica. Si desea, también podrá escribir al correo [astridgarciasanchez72@gmail.com](mailto:astridgarciasanchez72@gmail.com) para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Si está de acuerdo con los puntos anteriores, complete sus datos a continuación:

Nombre: \_\_\_\_\_

NºDNI: \_\_\_\_\_


Fecha: \_\_\_\_\_

Correo electrónico: \_\_\_\_\_

Firma del participante: \_\_\_\_\_

Firma del investigador (o encargado de recoger información)

**ANEXO 07**  
**DOCUMENTO DE APROBACIÓN PARA LA RECOLECCIÓN DE LA**  
**INFORMACIÓN**

  
UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

*“Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional”*

Huaraz, 14 de febrero 2022

**Carta s/n° - 2020-ULADECH CATÓLICA**

**Sr. Nuñuvero Henostroza, Eduardo Marino**  
Teniente gobernador del barrio Pedregal Bajo  
**Presente. -**

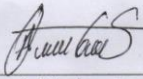
De mi consideración:


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 **García Sánchez, Astrid García** con código de matrícula N° **1212181105** de la Carrera Profesional de Enfermería, del octavo ciclo, quién solicita autorización para realizar de manera remota o virtual, el proyecto de investigación titulado **“Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo\_ Huaraz, 2021”**

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.

Es espera de su amable atención, quedo de usted.

Atentamente,

  
García Sánchez, Astrid García  
DNI. N° 76653813

  
DIRECCIÓN GENERAL DE GOBIERNO - ONAD  
GERENTE GOBERNADOR DE LA ASOCIACIÓN  
PRO-URBANIZACIÓN "EL PEDREGAL"  
HUARAZ  
Mag. Eduardo M. Nuñuvero Henostroza  
D.N.I. N° 5186038

Urb. Buenos Aires As Zona Semiurbana Mz  
F Lt 2a-2b - Nuevo Chimbote, Perú  
Cel: 950084289  
[www.uladech.edu.pe](http://www.uladech.edu.pe)

## ANEXO 08

### DECLARACIÓN JURADA

Yo, GARCÍA SÁNCHEZ ASTRID BEATRIZ identificado (a) con DNI N° 76653813, con domicilio real en Jr. Rauca Rocadio Mz 03, Lt 04, Distrito de Huaraz, Provincia de Huaraz, Departamento de Ancash.

#### DECLARO BAJO JURAMENTO,

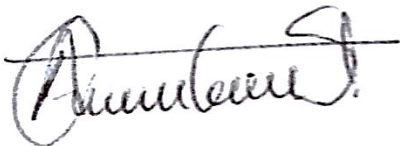
En mi condición de bachiller con código de estudiante 1212181105 de la Escuela Profesional de Enfermería Facultad de ciencias de la salud de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, semestre académico 2023-1:

1. Que los datos consignados en la tesis titulada “FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO DEL BARRIO PEDREGAL BAJO\_HUARAZ, 2021.”

Corresponden a la ejecución de la recolección de datos, realizado por mi persona.

Doy fe que esta declaración corresponde a la verdad.

Huaraz, 23 de junio de 2023



---

Firma del estudiante/bachiller

DNI: 76653813



BASE DE DATOS TESIS TITULACIÓN - Excel

archid garcía

Archivo Inicio Insertar Disposición de página Fórmulas Datos Revisar Vista Ayuda ¿Qué desea hacer?

Calibri 11 Fuente Alineación Número Estilos Formato condicional Dar formato como tabla Estilos de celda Insertar Eliminar Formato Ordenar y filtrar Buscar y seleccionar Edición

AF275

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD	AE	AF	AG	AH	AI	AJ	AK	AL	
1	CUESTIONARIO DE ESTILO DE VIDA																																						
2	N°	P01	P02	P03	P04	P05	P06	P07	P08	P09	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	P29	P30	P31	P32	P33	P34	P35	TOTAL		
3	1	2	2	2	2	2	2	2	3	4	2	4	4	4	3	2	2	2	2	2	2	3	2	4	2	3	1	2	2	3	4	2	3	2	3	4	3	91	
4	2	2	3	1	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	1	1	1	3	4	3	2	3	3	3	2	85		
5	3	2	2	1	2	2	3	2	1	3	3	3	2	2	3	2	2	1	3	3	3	3	3	1	1	1	2	3	4	2	1	2	3	2	3	2	79		
6	4	3	2	1	3	3	3	2	1	3	4	3	2	2	3	2	2	2	2	3	4	4	3	4	1	1	1	2	3	4	2	2	2	3	3	2	87		
7	5	3	2	1	3	3	2	2	2	3	4	4	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	1	1	1	1	3	3	2	2	2	3	2	2	81		
8	6	2	2	2	2	2	2	1	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	1	1	3	4	2	2	2	3	2	2	77		
9	7	3	2	1	3	2	3	2	1	3	3	3	2	3	3	3	1	2	4	3	3	2	3	1	1	1	1	3	4	3	2	2	3	2	2	83			
10	8	2	2	1	3	3	2	1	1	2	4	3	2	3	4	2	2	2	2	4	3	3	2	3	1	1	1	2	3	3	2	2	2	3	2	2	80		
11	9	2	2	1	2	2	2	1	1	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	1	1	1	2	3	3	2	1	2	2	2	3	72		
12	10	3	2	1	3	2	3	2	1	3	4	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	1	1	1	3	4	4	1	3	2	3	2	3	85		
13	11	2	2	1	3	3	2	2	1	2	3	3	2	2	4	2	2	2	1	4	3	3	3	3	1	1	1	1	3	3	2	2	3	2	2	79			
14	12	2	2	1	3	2	2	2	1	3	3	3	2	3	4	2	2	1	2	4	3	3	2	3	1	1	1	3	4	2	1	2	3	3	2	80			
15	13	2	2	1	2	3	2	2	1	3	4	4	2	2	3	2	1	2	2	3	3	3	3	3	1	1	1	1	3	3	2	2	2	2	2	77			
16	14	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	3	3	2	4	1	1	1	1	3	3	2	3	3	2	3	2	87			
17	15	3	2	1	3	3	2	2	1	3	4	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	1	1	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	78			
18	16	2	2	1	3	2	2	2	1	3	3	3	2	3	4	2	2	2	1	3	3	3	2	4	1	1	1	3	4	2	1	2	3	2	2	78			
19	17	2	2	1	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	1	1	2	1	3	3	2	2	2	3	2	2	80			
20	18	2	2	2	4	3	2	2	2	3	3	3	2	3	4	2	2	3	2	3	3	3	2	3	1	1	2	1	3	4	3	3	3	2	2	88			
21	19	2	2	2	3	3	2	2	2	3	4	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	4	3	1	1	1	3	4	3	2	2	3	2	2	86			
22	20	3	3	1	3	3	3	2	1	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	1	1	2	4	4	3	3	3	3	3	3	90			
23	21	2	2	1	3	3	2	2	1	2	3	3	2	2	3	3	2	1	4	2	3	3	2	1	1	1	1	3	3	2	2	2	3	2	2	76			
24	22	2	2	1	4	3	2	3	1	3	3	3	2	3	3	2	2	1	4	3	3	2	4	1	1	1	1	4	4	2	2	2	2	2	2	84			
25	23	2	2	1	3	3	2	4	1	3	4	3	2	2	4	2	2	1	3	3	3	2	4	1	1	1	2	3	3	3	2	2	3	2	2	83			
26	24	2	2	1	3	3	2	3	1	3	3	3	2	3	3	2	1	3	3	2	2	3	1	1	1	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2	78			
27	25	1	1	1	2	2	2	1	1	2	3	2	2	2	3	2	1	2	1	2	2	3	2	2	1	1	1	2	3	3	2	1	2	3	2	65			
28	26	1	1	1	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	1	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	67		

Hoja1 Hoja2 Hoja3 LEYENDA

Listo Accesibilidad: es necesario investigar

Calor En efecto

Búsqueda

ESP LAA

1050 a. m. lun. 17/07/2023

# EMPASTADO

---

## INFORME DE ORIGINALIDAD

---

0%

INDICE DE SIMILITUD

0%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

5%

TRABAJOS DEL  
ESTUDIANTE

---

## FUENTES PRIMARIAS

---

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 4%

Excluir bibliografía

Activo