



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE
CHIMBOTE**

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

**DETERMINANTES BIOSOCIOECONÓMICOS Y ESTILOS
DE VIDA EN ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE
SALUD LAS MERCEDES – SULLANA, 2023**

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

AUTOR

YOVERA REQUENA, LIZBETH ESTEFANI

ORCID: 0000-0001-8649-7481

ASESOR

REYNA MARQUEZ, ELENA ESTHER

ORCID: 0000-0002-4722-1025

CHIMBOTE- PERÚ

2023



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

ACTA N° 0190-092-2023 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **15:00** horas del día **24** 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: **DETERMINANTES BIOSOCIOECONÓMICOS Y ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES - SULLANA, 2023**

Presentada Por :
(0412172013) **YOVERA REQUENA LIZBETH ESTEFANI**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **MAYORIA**, la tesis, con el calificativo de **17**, 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: DETERMINANTES BIOSOCIOECONÓMICOS Y ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES - SULLANA, 2023 Del (de la) estudiante YOVERA REQUENA LIZBETH ESTEFANI, asesorado por REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 04% 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

A Dios por guiarme e iluminarme por el camino del bien, por regalarme la vida y darme las fuerzas para seguir adelante y superar todo obstáculo y dificultad que se presentan.

A mis padres y hermanos, por enseñarme a ser lo que soy, por ser mi motivación y mi fuerza para seguir luchando. Por ese cariño incondicional, por sus palabras de aliento que impulsan a seguir adelante y por inculcarme buenos valores.

Lizbeth Estefani

HOJA DE AGRADECIMIENTO

Quiero dar gracias en especial: A esta prestigiosa casa de estudios Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Facultad de ciencias de la salud – escuela de enfermería.

Agradezco a las autoridades y a todos los adultos del puesto de Salud las Mercedes – Sullana, que brindaron su apoyo y comprensión para llevar a cabo dicha investigación.

A mis docentes: por brindarme siempre sus conocimientos y apoyo, para poder culminar con éxito este proyecto, porque sin sus aprendizajes no hubiera sido posible.

Lizbeth Estefani

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 (español).....	IX
Abstract (ingles).....	X
I. Planteamiento del problema	1
II. Marco teórico.....	8
2.1. Antecedentes.....	8
2.2. Bases teóricas.....	11
2.3. Hipótesis	15
III. Metodología.....	16
3.1. Nivel, tipo y diseño de investigación.....	16
3.2. Población y muestra.....	16
3.3. Variables, Definición y operacionalización	17
3.4 Técnica e instrumentos de recolección de información.....	20
3.5. Método de análisis de datos.....	22
3.5 Aspectos éticos.....	23
IV. RESULTADOS.....	24
DISCUSIÓN.....	34
V. CONCLUSIONES	53
VI. RECOMENDACIONES.....	55
Referencias bibliográficas.....	56
ANEXOS.....	68
Anexo 01 Matriz de consistencia.....	68
Anexo 02 Instrumento de recolección de información.....	69
Anexo 03 Validez del instrumento.....	75
Anexo 04 Confiabilidad del instrumento.....	76
Anexo 05 formato de consentimiento informado.....	77
Anexo 06 Documento de aprobación para la recolección de la información.....	78
Anexo 07 Evidencias de ejecución (Declaración jurada, base de datos).....	80

INDICE DE TABLAS

	Pág.
TABLA 1 DETERMINANTES BIOSOCIOECONOMICOS EN ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES-SULLANA, 2023.....	27
TABLA 2 ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES-SULLANA, 2023.....	31
TABLA 3 RELACIÓN DE LOS DETERMINANTES BIOSOCIOECONOMICOS Y ESTILO DE VIDA EN ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES – SULLANA, 2023.....	32

INDICE DE FIGURAS

	Pág.
FIGURA 1: SEXO DE LOS ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES – SULLANA, 2023.....	28
FIGURA 2: EDAD DE LOS ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES – SULLANA, 2023.....	28
FIGURA 3: GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS ADULTOS DEL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES - SULLANA, 2023.....	29
FIGURA 4: INGRESO ECONÓMICO DE LOS ADULTOS DEL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES - SULLANA, 2023.....	29
FIGURA 5: OCUPACIÓN DE LOS ADULTOS DEL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES - SULLANA, 2023.....	30
FIGURA 6: ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES – SULLANA, 2023.....	31
FIGURA 7: RELACIÓN ENTRE SEXO Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES – SULLANA, 2023.....	34
FIGURA 8: RELACIÓN ENTRE EDAD Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES – SULLANA, 2023.....	34
FIGURA 9: RELACIÓN ENTRE GRADO DE INSTRUCCIÓN Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES – SULLANA, 2023.....	35
FIGURA 10: RELACIÓN ENTRE INGRESO ECONÓMICO Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES – SULLANA, 2023.....	35
FIGURA 11: RELACION ENTRE OCUPACION Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES – SULLANA 2023.....	36

Resumen

Los determinantes de la salud son aquel conjunto de componentes, los cuales determinan el estado de salud de las personas o el estado de salud de la población, por lo que fue necesario realizar la presente investigación sobre los Determinantes Biosocioeconomicos y Estilo de Vida de los Adultos que acuden al puesto de Salud las Mercedes – Sullana 2023, estudio descriptivo con diseño Correlacional de corte transversal, doble casilla y muestra constituida por 131 adultos, a quienes se les aplico dos instrumentos, determinantes de la salud y estilos de vida. Los datos fueron procesados en el software estadísticos IMB, luego exportados a una base de datos de software SPS Statistics versión 24.0, para el procesamiento adecuado y uso de la prueba estadística del chi cuadrado con el criterio de significancia < 0.05 determinando una asociación estadísticamente significativa y finalmente para la tabulación e interpretación. Se elaboraron tablas y gráficos, donde se obtuvieron los siguientes resultados y conclusiones: según los determinantes biosocioeconomicos, 63,36% el son de sexo femenino, el 42,75% tienen un grado de instrucción de secundaria completa / incompleta, el 62,60% tiene un ingreso económico menor de 930 soles y con una ocupación eventual. Según los estilos de vida el 62,60 % cuenta con un estilo de vida no saludable. Al realizar la prueba de chi cuadrado se analizó que no existe relación significativa entre las variables de estilos de vida con los determinantes biosocioeconomicos: sexo, edad, grado de instrucción, ingreso económico y ocupación.

Palabras clave: Determinantes Biosocioeconomicos, Estilos de Vida, Adultos

ABSTRACT

The determinants of health are that set of components, which determine the health status of people or the health status of the population, so it is believed necessary to carry out this research biosocioeconomic determinants and lifestyle of adults who They go to the Las Mercedes - Sullana 2023 Health post, descriptive study with a cross-sectional correlational design, double box and a sample consisting of 131 adults, to whom two instruments were applied, determinants of health and lifestyles. The data were processed in the IMB statistical software, then exported to a SPS Statistics version 24.0 software database, for proper processing and use of the chi-square statistical test with the criterion of significance <0.05 , determining a statistically significant association and finally for tabulation and interpretation. Tables and graphs were prepared, where the following results and conclusions were obtained: according to the biosocioeconomic determinants, more than half are female, have a complete / incomplete secondary education level, an economic income of less than 930 soles and a eventual occupation. According to the lifestyles, more than half have an unhealthy lifestyle. When performing the chi-square test, it was analyzed that there is no significant relationship between the lifestyle variables with the biosocioeconomic determinants: sex, age, level of education, income and occupation.

Key words: Biosocioeconomic Determinants, Lifestyles, Adults.

I.PLANEAMIENTO DEL PROBLEMA

La Organización Mundial de la Salud (OMS) (1), puntualiza que los estilos de vida saludable son aquellos resultados que se obtienen de una sucesión de hábitos que tiene cada persona que les permiten mantenerse en un buen estado físico, así como mental y social. El tener un estilo de vida saludable va a reducir las posibilidades de desarrollar enfermedades coronarias, así como también enfermedades cardiovasculares.

En muchas ocasiones la OMS, ha mencionado que las enfermedades no transmisibles están muy ligadas a los malos hábitos alimenticios. A medida que se trata de controlar las enfermedades infecciosas, se hace mayor la preocupación por la prolongación de complicaciones de salud que se encuentran ligadas a lo que es el tabaquismo, el exceso de alcohol, sedentarismo, de las cuales están denominadas nuevas pandemias del siglo: la diabetes, obesidad, así como hipertensión. En este aspecto no se busca batallar con bacterias o virus, sino contra los malos hábitos de la sociedad de hoy en día (2).

Los malos hábitos alimentarios traen resultados muy relevantes tanto a nivel físico, así como en lo psicológico, dado por la falta de nutrientes necesarios para que el cerebro tenga un funcionamiento adecuado. Se debe tener siempre en cuenta que la alimentación no saludable es una causa directa de algunos trastornos psicológicos (3).

Muchas veces, la rutina habitual y la falta de tiempo hacen que los individuos no puedan llevar una dieta equilibrada y olvidan el consumo de alimentos que proveen cantidades suficientes de nutrientes para el adecuado funcionamiento del organismo. Las conductas de vida saludable se encuentran en el olvido oí en día en nuestra sociedad ya que, para la OMS, las enfermedades cardiovasculares están ligadas con hábitos negativos de alimentación que perjudican la salud de los seres humanos, siendo estas una de las primeras causas de muertes que se generan en el mundo. Estas conductas dependen muchas veces de los comportamientos de las personas en su vida diaria, debido a que la salud en mayor parte está ligada con la alimentación, así como con los estilos de vida (4).

Se debe priorizar el tema de la alimentación saludable, pero sin dejar de mencionar que el factor económico también es una de las principales causas de que muchas veces las personas opten por una alimentación poco saludable. En muchos

casos existen individuos que conocen como se deben alimentar saludablemente, pero la economía imposibilita a que estos adquieran alimentos. En la sociedad la economía ha transformado la alimentación en muchos habitantes. Mas allá de realizar algún tipo de dieta el factor que más influye es la economía (5).

En muchos países, cientos de habitantes han transformado sus hábitos de alimentación, por motivos de economía, así como también por razones de salud. La crisis económica, está causando muchos cambios en la alimentación de muchos individuos, produciendo problemas de salud. Hay personas que no comen saludable, no es que se dé, por ignorancia, es la economía que hace que estas personas prefieran consumir alimentos poco saludables (5).

Se dice que la alimentación y la estabilidad económica de una persona, presentan relación directa, ya que según el trabajo y de acuerdo con los ingresos que los individuos obtengan, dependerá la cantidad y calidad de alimentos que estos puedan adquirir. La buena alimentación permite que los individuos puedan gozar de bienestar pleno tanto psicológico, bilógico y social (6).

Los bajos ingresos económicos, la educación, el desempleo, y en muchos casos el sedentarismo son factores que desencadenan la obesidad y el sobrepeso. En consecuencia, a todo esto, la alimentación se ve afectada por semblantes de estatus social, cultural, y estatus económico familiar. La relación que existe entre costo – precio, explica la elección de alimentos. Las personas con buen ingreso económico y buen nivel educativo tienen mayor acceso y recursos a una alimentación sana, mientras que aquellas personas con baja posición económica tienden a optar por alimentos más baratos (6).

Se estima que una de cada cinco muertes en el mundo es a causa de una mala alimentación. Las dietas no saludables son una de las causas directas de fallecimientos a nivel global, estos malos hábitos se convierten en una gran amenaza para la salud a nivel mundial, un promedio de 11 millones de muertes es por esta causa, donde un 22% de los fallecidos registrados son adultos (7).

Contar con buena salud es algo que alarma mucho a los seres humanos, no solo te lleva a tener menor riesgo a contraer enfermedades, sino que más que todo conlleva a sentirse mejor consigo mismo y a lograr tener una vida más feliz. Transformar nuestra calidad de vida, vale la pena, es por ello que se debe apoyar en distintos hábitos de

vida que algunas personas no practican y que dedicándole un poco de nuestro tiempo cada día lograremos darnos cuenta en poco tiempo el cambio que se va a tener se sentirá mucho mejor tanto psicológicamente, así como físicamente (8).

En cuanto los estilos de vida en Chile son el reflejo de la manera en que los individuos de este país interactúan día a día con su situación particular. Chile es uno de los países que se encuentra en tercer lugar con peores estilos de vida, dado que las personas de este país no llevan una alimentación adecuada, mayormente consumen comida chatarra, no practican deporte, pasan muchas horas frente al televisor, hechos que ocasionan que este país no se encuentre en un mejor lugar en cuanto calidad de vida (9).

El 9 de abril del año 2021, se publicó un reporte donde muestra que un 63% de esta población chilena presentan sobrepeso, mientras que el 36,1 % presenta obesidad, en mujeres de 20 a 29 años de edad la prevalencia de la obesidad es 26 % e incrementa a 46 % en mujeres de 30 a 59 años de edad. Mientras que en los hombres tenemos un 24% a 35 % de casos. Lo cual hacen que dicho país se ubique dentro de los tres países con altos índices según el informe de Panorama de la Seguridad Alimentaria y Nutricional de América Latina. En este país las políticas de alimentación se están enfocando en la promoción de una alimentación saludable y así como también a prevenir la obesidad y demás enfermedades que se encuentran vinculadas a la mala alimentación (9).

Así mismo tenemos que en el país de Costa Rica según la encuesta de monitoreo de la nutrición y ejercicio físico publicada por el ministerio de salud la tasa de sobrepeso es del 21,1%, la tasa de obesidad es del 9,8% y más del 30% tienen sobrepeso, con un índice de masa corporal superior al normal. Según encuesta realizada en el año 2018, en zona urbana y zona rural se revelo que, según el género, se obtuvo que un 16,6% de varones presentan obesidad, mientras que un 11, 6% con obesidad son mujeres. Así mismo se revelo que en cuanto al consumo diario de agua se muestra que el 67,5%, consume entre 1 – 4 vasos de agua al día, mientras que solo el 28 % consume de entre 5 vasos de agua a más al día (10).

En este país, las autoridades encargadas del sistema de salud ejecutan enormes esfuerzos para promover la salud, y para la promoción de los estilos de vida en los individuos de esta población, tratando así de contribuir de manera efectiva y

exhaustiva en la salud de los individuos brindándoles información sobre los alimentos saludables, la importancia de la actividad física, la importancia de evitar el consumo de drogas, para conservar una salud mental adecuada entre otros (11).

Son muchos los esfuerzos que algunas organizaciones realizan para la mejora de los estilos de vida en este país, es muy trascendental y a la vez importante que los individuos tomen relevancia sobre lo cuán importante son mejorar los estilos de vida para que así las personas puedan disfrutar de una vida plena. La promoción de la salud se debe dar desde el hogar, así como incluirse en los centros educativos para evitar enfermedades en la población (11).

México, país donde en el 2021, un 85% de los individuos manifiestan que pueden sufrir de diabetes en un futuro como consecuencia de no llevar un estilo de vida saludable y por la falta de actividad física. Así mismo el 31% se muestra de acuerdo que no está comenzando alguna actividad de prevención mientras que el 50% de la población manifiesta que, si presentara diabetes, optaría por modificar su estilo de vida. Según las cifras de la Encuesta Nacional, la prevalencia en los hombres tuvo un incremento de casi el doble del 19,2 % incremento a un 30,3 % en 7 años. En mujeres la obesidad aumento a 38,4 %, es decir 2 de 5 mujeres presentaba obesidad (12).

Un tema importante de tratar es el sobrepeso, así como también la obesidad, estos considerados como aquellos componentes de riesgo que se encuentran asociados a una situación de diabetes de tipo 2, un 45% afirman que su peso está afectando su salud. De acuerdo con una encuesta realizada en México sobre el consumo de alcohol y tabaco, encontrando como resultados que en 51% consume alcohol mientras que un 34% consume tabaco (12).

Perú ocupa el tercer puesto en cuanto a casos de sobrepeso y casos de obesidad, ubicándose por detrás de México y Chile. En las cifras que nos muestra el Ministerio de salud, en el 2020, se observa que el 53,8% son casos por exceso de peso, y de este total un 18,3% están en obesidad estos individuos que sufren obesidad y sobrepeso están propensas a desarrollar enfermedades crónicas y padecer gravemente la COVID – 19. También tenemos que Lima Metropolitana presenta un 40% de su población en exceso de peso, siendo este un total de 4.794.619 de afectados. El sobrepeso como se sabe se da por distintas razones, entre ello se puede dar por la falta de actividad física, así como también el exceso en consumo de comidas chatarra (13).

Perú en la última década tubo un incremento en 265% en cuanto a consumo de comida rápida, esta rapidez de incremento es la más alta que se da en el país, el cual se torna preocupante. Las personas con sobrepeso tienden a padecer enfermedades crónicas como hipertensión así mismo diabetes y también males cardiacos que cada vez se dan a temprana edad (13).

Según encuestas realizadas en el 2020 demuestran que Piura, presenta un 47,4% de personas que comprenden entre las edades de 30 a 39 años tienen sobrepeso, así mismo el 22,3 % de mayores de 15 años presenta obesidad, mientras que en el año 2020, el 4,5 % de las personas mayores de 15 años presenta diabetes mellitus, así mismo una gran cantidad de población que padecen cáncer de estómago, producto de la mala alimentación que tienen. En la mayoría de estos casos se les diagnostica esta enfermedad cuando ya se encuentra en un estado avanzado. Es por ello que especialistas recomiendan llevar una alimentación saludable, evitar fumar y realizarse sus respectivos chequeos médicos para contrarrestar dicha enfermedad (14).

Asimismo, Piura presenta un alto índice de afectados con diabetes, el cual se ve vinculado por los alimentos que ingieren las personas. El director regional de salud, preciso que los piuranos por el modo de alimentación que lleva a base de productos ricos en harina, como por ejemplo plátano, yuca, entre otros y con la falta de ejercicios, conlleva a contraer posiblemente esta enfermedad. Asimismo, una de cada dos individuos en la región de Piura presenta sobrepeso y estas están propensas a sufrir obesidad. En cuanto al aumento de casos de obesidad en niños tenemos que se elevó a un 6% mientras que años atrás este porcentaje era de un 2% de obesidad (15).

Frente a esta realidad existente no se escapan los adultos que acuden al puesto de salud las Mercedes, se encuentra en el centro poblado de Cieneguillo Sur, el cual se encuentra ubicado en la carretera panamericana norte en el sector Curumuy, a unos un kilómetro hacia adentro de la panamericana, cuyo establecimiento pertenece a la provincia de Sullana, departamento de Piura, cuenta con los siguientes ambientes: obstetricia, farmacia y enfermería, con infraestructura y con un buen equipamiento. Con relación a la incidencia de morbilidad en los últimos años se evidencia un alto porcentaje en cuanto a casos de pacientes con diabetes mellitus, obesidad e hipertensión lo cual es una problemática que preocupa a la población (16).

Frente a lo anteriormente mencionado, se consideró plantear el siguiente enunciado

¿Existe relación entre los determinantes biosocioeconomicos y el estilo de vida de los adultos que acuden al puesto de salud las Mercedes-Sullana, 2023?

Así mismo esta investigación se justifica ya que es de gran importancia en el campo de la salud por que va a generar conocimientos a través de la obtención de resultados, para lograr la comprensión de todos aquellos problemas que están afectando nuestra salud y la tranquilidad de la población, para identificar los factores que incluyen en estos problemas proponer estrategias y buscar soluciones.

Este estudio va a permitir que los estudiantes de la salud puedan indagar más sobre temas que están afectando la salud de las personas y la población a trabajar. Y de esta manera ayudar a las personas a obtener mejores estilos de vida saludables, ya que estos hoy en día son muy importantes para el desarrollo de nuestro organismo, como también para la prevención de enfermedades que afectan a los individuos, tanto en el nivel físico como psicológico. Cabe resaltar que la salud es fuente de bienestar y un recurso innegable para el progreso de la sociedad.

Este estudio se cree de gran importancia, para la población en estudio, ya que nos permitirá transmitir a los individuos conocimientos que puedan ayudar a mejorar su salud y así reducir enfermedades proponiendo evitar los malos hábitos que los afecta y dándoles entender el impacto que se tiene para construir un país más saludable, como también productivo.

Además, la investigación realizada es apropiada para nuestras autoridades del puesto de salud las Mercedes – Sullana, ya que los resultados obtenidos de la investigación ayudaran a que estos identifiquen los determinantes de la salud, y así produzca en ellos motivación para adquirir cambios de conductas en cuanto al estilos de vida en los adultos que acuden al puesto de salud, logrando reducir enfermedades beneficiando siempre la salud.

En la investigación tambien se plantearon los siguientes objetivos, como objetivo general tenemos: Determinar la relación entre los determinantes biosocioeconomicos y estilo de vida de los adultos que acuden al puesto de salud las Mercedes – Sullana, 2023.

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

- Identificar los determinantes biosocioeconomicos de los adultos que acuden al puesto de salud las Mercedes - Sullana.
- Determinar los estilos de vida de los adultos que acuden al puesto de salud las Mercedes – Sullana.
- Establecer la relación que existe entre los determinantes biosocioeconomicos y estilo de vida de los adultos que acuden al puesto de salud las Mercedes - Sullana, 2023.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedente Internacionales

Peralta (17) en su tesis titulada “Promoción de un Estilo de Vida Saludable del club de adultos. Centro de Salud tipo c Venus de Valdivia Ecuador, 2018”. Tuvo como objetivo, Determinar la relación entre la promoción de un estilo de vida saludable y la salud de los participantes del club de adultos del Centro de Salud Tipo C Venus de Valdivia 2018. El estudio fue de tipo descriptivo y cuantitativo, su muestra conformada por 42 individuos, donde se obtuvieron los siguientes resultados que el 59% de los encuestados consumen de 4 a 5 comidas diarias, el 83% consumen carbohidratos y el 48% prepara y consume alimentos fritos; el 95% practican bailo terapia, 5% hace caminatas para mantenerse activo. Llegando a la conclusión: que no existe relación entre las dimensiones de promoción de un estilo de vida saludable y la salud de los participantes del club de adultos.

Serrano (18) en su tesis titulada “Estilo de vida y estado nutricional del adulto mayor del centro de salud Venezuela de la ciudad de Machala, 2018”. El presente trabajo tiene como objetivo determinar la relación que existe entre el estilo de vida y el estado nutricional del adulto mayor del centro de salud “Venezuela”. Tipo de estudio descriptivo y corte transversal. La es la encuesta, tipo test escala de estilo, para valorar el estado nutricional según el (IMC) que se obtiene mediante la relación peso y talla. De los 121 adultos mayores encuestados. Mediante los resultados obtenidos se llegó a la conclusión que no existe relación estadísticamente significativa entre estilo de vida y el estado nutricional de los adultos mayores.

Hidalgo, et al (19) en su investigación “Hábitos alimentarios, estado nutricional y estilos de vida en adultos que trabajan en la Unidad Judicial de Florida Norte en la ciudad de Guayaquil durante el período 2019-2020”. Tuvo como objetivo, Determinar hábitos alimentarios, estado nutricional y estilos de vida en los adultos que trabajan en la unidad judicial de florida norte durante el periodo 2019-2020. Fue de tipo cuantitativo de corte transversal con una muestra de 62 adultos. Se obtuvieron los siguientes resultados: El 55% mujeres y 45%

hombres, la prevalencia de sobrepeso fue de 57% en el sexo masculino y 29% en el femenino; los números cambian al tratarse de obesidad, presentándose esta condición un 26% mujeres y 18% hombres.

Antecedente Nacionales

Ray (20) en su tesis “Determinantes biosocioeconomicos y estilo de vida como determinantes del estado de salud de los adultos mayores del asentamiento humano Ampliación Ramal Playa Chimbote, 2021”. Esta investigación tuvo como objetivo describir los determinantes biosocioeconomicos y de estilos de vida de los adultos mayores del Asentamiento Humano Ampliación Ramal Playa _ Chimbote, 2021. La investigación fue de tipo cuantitativa descriptivo de diseño de una sola casilla, su universo muestral fue de 60 adultos, concluyendo que en los determinantes biosocioeconomicos: la mayoría son de sexo femenino, menos de la mitad grado de instrucción nivel primario, ingreso económico menor de 750 nuevos soles, sin ocupación laboral.

Lostasnau (21) en su investigación “Determinantes biosocioeconomicos y estilos de vida en persona adulta del caserío de Tinyash – Huayllan – Pomabanba Ancash, 2021”. Su objetivo: Determinar la relación que existe entre los determinantes biosocioeconomicos y estilo de vida en la persona adulta. El estudio fue de tipo cuantitativo, descriptivo, correlacional de doble casilla, la muestra estuvo conformada por 100 adultos. Se utilizaron técnicas de encuesta vía online. Los datos obtenidos fueron recolectados y procesados en Excel 2010, los resultados se presentaron en tablas y gráficos, se concluyó que casi todos son mujeres, presentan estilos de vida no saludable. Así mismo no existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los determinantes biosocioeconomicos.

Soto (22) en la tesis “Determinantes biosocioeconomicos y estilos de vida como determinantes de la salud en adultos mayores del centro poblado Llupa sector “B” Independencia Huaraz, 2021”, tuvo como objetivo, describir los determinantes biosocioeconomicos y estilos de vida como determinantes del estado de salud en adultos mayores; el estudio fue de tipo cuantitativo con diseño de una sola casilla; la muestra estuvo constituida por 110 adultos. En el análisis de resultados se utilizó el software SPSS versión 25.0. Llegando a

la conclusión que la mayoría son adultos, con un ingreso económico menor de 750 soles, mas de la mitad son de sexo femenino, en los determinantes de los estilos de vida, la mayoría consume bebidas alcohólicas, consume fideos, carnes, duermen de 6 a 8 horas y no se realizan ningún tipo de examen médico.

Antecedentes Locales o regionales

Sosa (23) en su investigación “Determinantes biosocioeconomicos relacionados al estilo de vida de la persona adulta del caserío San Jacinto – Catacaos-Piura, 2021”. Tuvo como objetivo: Determinar la relación entre los determinantes biosocioeconomicos y estilo de vida de la persona adulta del Caserío San Jacinto. La investigación fue de tipo cuantitativo, descriptivo, correlacional, la muestra estuvo conformada por 100 personas adultas. Se utilizaron dos instrumentos: el cuestionario de determinantes de la salud y el de estilo de vida. Concluyendo que al relacionar los determinantes biosocioeconomicos con el estilo de vida no existe relación estadísticamente significativa con ninguna de las variables en estudio encontrándose un $p < 0.05$.

Rodríguez (24) en su tesis “Determinantes sociales asociados al estilo de vida de la persona adulta - Centro de Salud Santa Julia – veintiséis de Octubre – Piura, 2021”. Dicha investigación tuvo como objetivo general determinar la relación entre los determinantes sociales y el estilo de vida de las personas adulta del centro de salud de santa julia. El estudio fue de tipo cuantitativo, descriptivo, correlacional con diseño de doble casilla la población estuvo conformada por 105 adultos; para el respectivo análisis de datos se construyeron tablas de distribución de frecuencia absoluta y relativas porcentuales con sus gráficos estadísticos. Dicha investigación concluye que al relacionar las variables de determinantes sociales y el estilo de vida de los adultos se encuentra que existe relación en el grado de instrucción y el estilo de vida.

Vilela (25) en su tesis “Determinantes biosocioeconomicos y estilo de vida en escolares de la I.E, San Martin de Porras – Veintiséis de Octubre – Piura, 2020”. Como objetivo: establecer una relación entre los determinantes biosocioeconomicos y estilos de vida en escolares. La muestra conformada por 130 escolares, el trabajo fue de enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo y de

corte transversal. Se utilizo la técnica de la entrevista y la observación, en Conclusión: se observa que más de la mitad son de sexo femenino, ingreso menor de 930 y que no existe relación estadísticamente entre los determinantes biosocioeconomicos y los estilos de vida.

2.2. Bases teóricas

En la investigación se presenta a Marck Lalonde, Nola Pender y Whitehead Dahlgren, quienes nos dan a conocer a continuación a los principales determinantes de la salud.

Marc Lalonde nació un 26 de julio en el año de 1929 en Canadá, fue ministro de sanidad canadiense. Lalonde decía que el nivel de salud estaría compuesto por cuatro grupos de determinantes que son, estilos de vida, así como las conductas de salud, medio ambiente, biología humana, sistema de ayuda sanitaria. En los estilos de vida se refiere a todo lo que tiene que ver con estrés, drogas, alimentación, en el medio ambiente es sobre la contaminación química, biológica, la biología humana trata sobre el envejecimiento, carga genética y por último el sistema de ayuda sanitaria que es sobre la mala utilización de recursos, y todos estos determinantes dañan la salud de la persona (26).

DETERMINANTES DE LA SALUD



Fuente: Canadian Institute for Research, Health Canada, Population and Public Health Branch

Este teorista creó un modelo sobre los determinantes de la salud que en la actualidad aún sigue vigente, en el cual se registra el estilo de vida de manera exclusiva, estos determinantes pueden ser modificables, ya que tiene mucho dominio sobre los factores sociales. Lalonde aplicó un diagrama en el que se formó la importancia o los efectos que cada determinante tiene sobre la salud. Desde la antigüedad han interesado las causas, circunstancias que determinan la salud, lo que desde los años 70 se les conoce como “determinantes”. Distintos modelos han

buscado explicar la pérdida de salud y sus determinantes. Entre los modelos tenemos, el de mayor relevancia el modelo de Laframbroise, el cual fue desarrollado por Marc Lalonde (27).

Dicho modelo propuesto por Lalonde dio espacio a estudios epidemiológico, para la previa evaluación de políticas en salud, es de suma importancia conocer aquellas teorías de cambio de hábitos en salud. Ya que proveen elementos esenciales para lograr comprender los componentes de estilos de vida que están vinculados con la salud de los individuos y así lograr intervenir en ellos (27).

Así mismo tenemos el modelo de Nola Pender que en su teoría de promoción de la salud, la cual se basa en la educación de los individuos, la forma de cómo llevar una vida saludable y no perjudicial, para Nola Pender eran importante los cuidados ya que decía que de esa manera existía menos gente enferma y así lograría mejorar el futuro. Este modelo permite identificar conceptos muy relevantes que los cuales se asocian a las conductas de promoción de la salud. Dicha teoría sigue siendo reformada y desarrollada en cuanto su capacidad para revelar las relaciones que existen entre los factores que se pretende que influye en cuanto a las transformaciones de las conductas sanitarias (28).

Además, Nola Pender, identifica que los componentes cognitivos perceptuales de los individuos son reformados por los contextos situacionales, así como los personales e interpersonales, lo cual da como consecuencia la participación en conductas favorecedoras de salud cuando existe un modelo para la gestión. Este es uno de los modelos que más sobresale en la promoción de la salud, según lo expuesto por este modelo los determinantes de la salud y aquellos estilos de vida, se encuentran divididos en factores tanto cognitivos como también en factores perceptuales. Según Pender, su modelo retoma las particularidades y costumbres individuales, así como también la valoración de las creencias que se tienen sobre la propia salud, en razón que estas últimas son aquellos determinantes que deciden cuando se asume un comportamiento saludable o como también que puede ser de riesgo para su salud, en consecuencia, a su alto nivel de interiorización y de tal modo que pueden observar la situación que los rodea (28).

En base del fundamento del modelo propuesto por Lalonde, los escritores Dahlgren y Whitehead constituyeron un modelo, en el cual los determinantes sociales de la salud se muestran como capas de dominio. En el eje se halla el humano

con los determinantes que no son alterados como son: edad, el género y la biología humana y cerca están también los determinantes que se pueden convertir como los estilos de vida, tenemos las redes sociales y circunstancias en las que una persona se desarrolla. Las interacciones entre los factores identificados por Lalonde y otros, quedan diagramadas en un modelo planteado por Dahlgren y Whitehead, elaboración de inequidades en salud (29).

Este explica las inequidades en salud, sobre las diferentes interacciones entre los distintos niveles de situaciones causales. De manera individual, el sexo, la edad y los factores genéticos establecen un potencial de salud. Aquí también se ve sobre los comportamientos personales y los hábitos de cada persona. En muchos casos algunas personas se encuentran desfavorecidas, es decir, tienden a tener más conductas de riesgo y se introducen en drogas, alcohol, lo cual hace que su salud empeore (30).

Estos teoristas explican como las disconformidades sociales en la salud son consecuencia de interacciones entre diferentes niveles de condiciones casuales desde el individuo hasta las comunidades, así como las conductas que tiene cada persona y las costumbres de vida. Las personas desfavorecidas tienden a mostrar una prevalencia mayor de consecuencias de riesgo y también tienen mayores barreras económicas para la elección de una vida más saludable (31).

Dahlgren y Whitehead, incluyo también en su modelo característica en cada uno de los niveles considerados en los determinantes de la salud, aquí encontramos los factores biológicos y causal genético; factores individuales y preferencias en estilos de vida; Influencias comunitarias y soporte social; acceso a servicios de atención de salud (31).

MODELO SOCIOECONOMICO DE LA SALUD



Fuente: Frenz P. Desafíos en Salud Pública, Equidad y Determinantes Sociales de la Salud

Dicho modelo ayuda a puntualizar los mecanismos para así conseguir cambios estructurales en circunstancias generales, mejorar las situaciones de vida como también de trabajo de los individuos a través de las maniobras de salud pública. Y todo tiene como propósito promover la equidad de salud. Además este modelo, es considerada la base para el desarrollo de los componentes de las inequidades en salud incluyó en su modelo característica en cada uno de los niveles considerados en los determinantes de la salud, aquí encontramos los factores biológicos y causal genético; factores individuales y preferencias en estilos de vida; Influencias comunitarias y soporte social; acceso a servicios de atención de salud; condiciones de vida y de trabajo y condiciones socioeconómicas, culturales y ambientales (32).

Bases Conceptuales

Determinantes de la salud: la salud se encuentra determinada por los componentes biológicos, así como psicológicos y sociales es por ello por lo que los determinantes son aquellos factores que influyen en cuanto en la salud de los individuos, los cuales interactúan en distintos niveles determinando así es estado de salud de una persona o de la población (33).

Estilos de vida: se define como aquel conjunto de comportamientos que tienden a desarrollar los individuos de manera individual para la satisfacción de sus necesidades y lograr alcanzar un desarrollo personal. En el año 1986 la Organización Mundial de la Salud, definió a los estilos, como la manera general de vida que está basada en la interacción de condiciones y patrones personales de conductas. El estilo de vida que tiene cada persona tiene una repercusión en nuestra salud, tanto a nivel físico como psíquica. Si se opta por un estilo de vida saludable la repercusión en nuestra salud será de forma positiva (34).

Adultos: esta es una etapa donde se dan una serie de cambios sobre todo en las obligaciones, así como en los deberes, en la planificación a cerca de propio futuro y en la organización de una nueva etapa en su vida. Todo esto va a implicar un giro en su estatus social y así como se dará un giro en sus relaciones sociales. Todos aquellos cambios que se producen en la edad adulta nos muestran que los aspectos sociales son claves en la etapa de la madurez (35).

2.3. Hipótesis

- Existe relación estadísticamente significativa entre los determinantes biosocioeconomicos y los estilos de vida en adultos que acude al puesto de salud las Mercedes -Sullana, 2023.

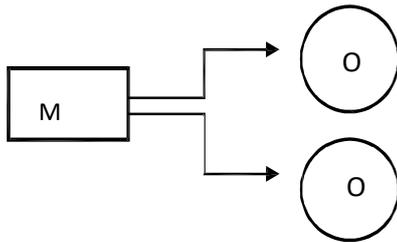
III. METODOLOGIA

3.1. Nivel, Tipo y Diseño de la investigación.

Nivel de la investigación: la investigación que se realizó fue de nivel descriptivo ya que busco cuantificar reportar, medir lo que sucede y proporcionar rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice. Describe tendencia en un grupo de población (36).

Tipo de la investigación: La investigación fue de tipo cuantitativo, método donde se utiliza el conteo de datos numéricos (37).

Diseño de la investigación: La investigación fue de diseño correlacional, una correlación es una medida del grado en que dos variables se encuentran relacionadas (38).



Dónde:

M: Representa la muestra

O: Representa lo que observamos

3.2. Población y muestra.

Población

La población estuvo constituida por 198 personas adultas que acuden al puesto de salud las Mercedes - Sullana, 2023.

Muestra

La muestra estuvo constituida por 131 personas adultas que acuden al puesto de salud las Mercedes - Sullana. así mismo la investigación se realizó a través de un cálculo de muestra a través de fórmula. Ver anexo n°03

Unidad de análisis

La unidad de análisis estuvo constituida por cada una de las personas adultas que acuden al puesto de salud las Mercedes.

Criterios de inclusión

- Cada adulto que acude al puesto de salud las Mercedes.
- Cada adulto que acude al puesto de salud las Mercedes y que acepten voluntariamente participar de la investigación.
- Adultos que acuden al puesto de salud las Mercedes que viva en el centro poblado de dicho establecimiento de salud.

Criterios de exclusión

- Adultos que acuden al puesto de salud las Mercedes, que tenga algún trastorno mental.
- Adultos que acuden al puesto de salud las Mercedes, que tenga algún problema de comunicación.

3.3. Variables, Definición y operacionalización

VARIABLE	DEFINICION OPERATIVA	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICION	CATEGORIAS O VALORACION
Variable 1	Esta variable fue medida a través de un cuestionario a los adultos (previamente validado), esto nos permitió conocer los determinantes biosocioeconomicos de los adultos en estudio.	Factores biológicos Factores sociales	Edad Sexo Grado de instrucción Ingreso económico familiar Ocupación	De razón De razón Ordinal De razón Nominal	18 años a 29 años 30 años a 59 años 60 años a más Masculino Femenino Sin nivel de instrucción Inicial / primaria Secundaria completa / secundaria incompleta Superior universitario Superior no universitario Menor de 750 De 751 a 1000 De 1001 a 1400 De 1401 a 1800 De 1801 a mas Trabajador estable. Eventual. Sin ocupación. Jubilado.

					Estudiante.
Variable 2	Esta variable fue medida a través de la escala de likert	Alimentación, actividad y ejercicio Manejo del estrés Apoyo interpersonal Autorrealización y responsabilidad en salud	Estilo de vida saludable. Estilo de vida no saludable.	Ordinal Ordinal	75- 100 puntos 25 - 74 puntos

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas

Las técnicas que se aplicaron en la presente investigación es la entrevista a través de encuesta online (45).

Instrumentos:

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

Instrumento 1: Determinantes de la salud en adultos de las regiones del Perú

Elaborado en base al cuestionario sobre los determinantes de la salud en adultos de las regiones del Perú Elaborado por Dra. A. Vílchez aplicado por la investigadora del presente estudio y está constituido por 30 ítems distribuidos en 4 partes de la siguiente manera (ANEXO 02).

- Datos de Identificación, donde se obtiene las iniciales o seudónimo de la persona entrevistada.
- Los determinantes del entorno biosocioeconomicos (Edad, sexo, grado de instrucción, ingreso económico, ocupación, condición de trabajo); entorno físico (Vivienda, servicios básicos, saneamiento ambiental).

Control de Calidad de los datos:

EVALUACIÓN CUALITATIVA:

La evaluación cualitativa fue concretada a través de la consulta a personas del área de Salud como que actuaron como jueces; este trabajo se realizó en reuniones de trabajo, con el objetivo de evaluar la propuesta del Cuestionario sobre determinantes de la salud en adultos de las regiones del Perú desarrollado por Dra. Vílchez Reyes Adriana, directora de la presente línea de Investigación.

Durante las reuniones se brindó a los participantes como jueces información respecto a la matriz de Operacionalización de la variable y la propuesta del cuestionario, para su análisis y socialización de las opiniones, luego cada participante emitió las observaciones realizadas al cuestionario propuesto, las cuales permitieron realizar los ajustes necesarios a los enunciados y categorías de respuestas de las preguntas relacionadas a los determinantes de la salud en adultos de las regiones del Perú.

Instrumento 2: Escala de estilo de vida

Elaborado en base al Cuestionario de estilo de vida promotor de salud, de Walker E, Sechrist K y Pender N, modificado por Delgado, R; Díaz, R; Reyna, E., que se utilizó para medir el estilo de vida a través de sus dimensiones: alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud (Ver anexo N° 03) (46).

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

Alimentación saludable, actividad y ejercicio, manejo del estrés, responsabilidad en salud, apoyo interpersonal, y autorrealización **Alimentación:** Ítems 1, 2, 3, 4, 5, 6 constituidas por interrogantes sobre la alimentación que consume el adulto

Actividad y Ejercicio: Ítems 7 y 8, constituidas por interrogantes sobre la regularidad de ejercicio que realiza el adulto

Manejo del Estrés: Ítems 9, 10, 11, 12 constituidas por interrogantes sobre las actividades que realiza para manejar situaciones de estrés

Apoyo Interpersonal: 13, 14, 15, 16 constituidas por interrogantes sobre las redes sociales que mantiene el adulto y le proporcionan apoyo

Autorrealización: 17, 18, 19 constituidas por interrogantes sobre actividades que mejoran su satisfacción personal

Responsabilidad en Salud: 20, 21, 22, 23, 24, 25 constituidas por interrogantes sobre actividades que realiza el adulto para favorecer su salud. Cada ítem tuvo el siguiente criterio de calificación NUNCA: N = 1 A VECES: V = 2 FRECUENTEMENTE: F = 3 SIEMPRE: S = 4 En el ítem 25 el criterio de calificación del puntaje es N=4; V=3; F=2; S=1 Los puntajes obtenidos para la escala total resultan del promedio de las diversas respuestas a los 25 ítems, de la misma manera se procedió en cada subescala

Validez y Confiabilidad de los Instrumentos.

Validez externa:

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

Validez Interna

Para realizar la validez interna se realizaron ítem por ítem o ítem total a través de la prueba piloto a una muestra similar a la población en estudio.

Confiabilidad

Se evaluó aplicando el cuestionario a la misma persona por dos entrevistadores diferentes en un mismo día, garantizando que el fenómeno no ha cambiado. Se realiza a un mínimo de 15 personas (47).

3.5. Método de análisis de datos.

Procedimiento para la recolección de datos:

Para la recolección de datos del trabajo de investigación se consideraron los siguientes aspectos:

- Se informo y pidió consentimiento de las personas adultas de dicha comunidad, haciendo hincapié que los datos recolectados y resultados obtenidos mediante su participación son estrictamente confidenciales.
- Se coordino con la persona adulta sobre su disponibilidad y el tiempo para la fecha de la aplicación del instrumento.
- Se procedió a aplicar los instrumentos a cada participante
- Se realizo la lectura del contenido o instrucciones de los instrumentos.
- El instrumento fue aplicado en un tiempo de 20 minutos, las respuestas fueron marcadas de manera personal y directa.

Análisis y procesamiento de los datos:

Los datos fueron ingresados a una base de datos de Microsoft Excel para luego ser exportados a una base de datos en el software Pasw Statistics versión 25.0, para su respectivo procesamiento. Para el análisis de los datos se construyeron tablas de distribución de frecuencias absolutas y relativas porcentuales. Se elaboró sus respectivos gráficos estadísticos.

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

3.6. Aspectos éticos

La ética profesional se refiere al conjunto de normas o principios en los cuales debe regirse cada persona en el ámbito investigativo, Trata de establecer conciencia de responsabilidad en la ejecución de la profesión. Se tuvo en cuenta el reglamento de integridad científica los cuales son:

Protección a las Personas: Durante la ejecución de la investigación, se respetó la dignidad humana, la identidad, la diversidad, la confiabilidad y la privacidad.

Libre Participación y Derecho a estar Informado: Se les informo a los adultos sobre el propósito y la finalidad de esta investigación que se desarrollara, teniendo en cuenta su libre participación y voluntad de cada uno de ellos.

Beneficencia no Maleficencia: En ese sentido, la conducta del investigador debe responder a las siguientes reglas generales: no causar daño, disminuir los posibles efectos adversos y maximizar los beneficios.

Justicia: Se aseguro la equidad y la justicia en los adultos que participen de la investigación (48).

III. RESULTADOS

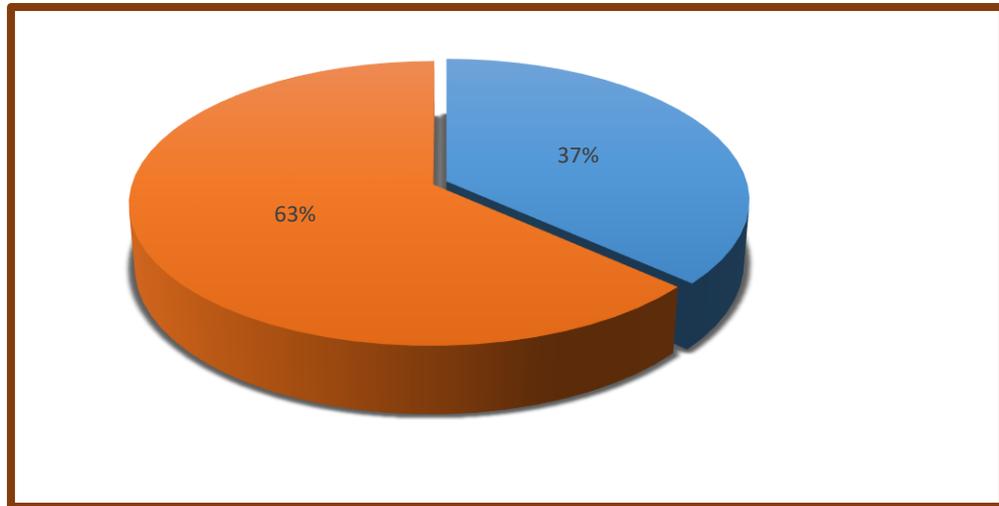
TABLA 1

DETERMINANTES BIOSOCIOECONOMICOS DE LOS ADULTOS DEL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES-SULLANA, 2023

Sexo	n°	%
Masculino	48	36,64
Femenino	83	63,36
Total	131	100,0
Edad	n°	%
Adulto joven	21	16,03
Adulto maduro	94	71,76
Adulto mayor	16	12,21
Total	131	100,0
Grado de instrucción	n°	%
Sin instrucción	4	3,05
Inicial / primaria	18	13,74
Secundaria completa / incompleta	56	42,75
Superior universitaria	35	26,72
Superior no universitaria	18	13,74
Total	131	100,0
Ingreso económico familiar	n°	%
Menor de 930	82	62,60
De 931 a 1000	38	29,01
De 1001 a 1400	5	3,82
De 14001 a 1800	5	3,82
De 1800 a más	5	3,82
total	131	100,0
ocupación del jefe de familia	n°	%
trabajador estable	35	22,72
trabajador eventual	39	29,77
sin ocupación	30	22,90
jubilado	1	0,76
estudiante	25	19,85
total	131	100,0

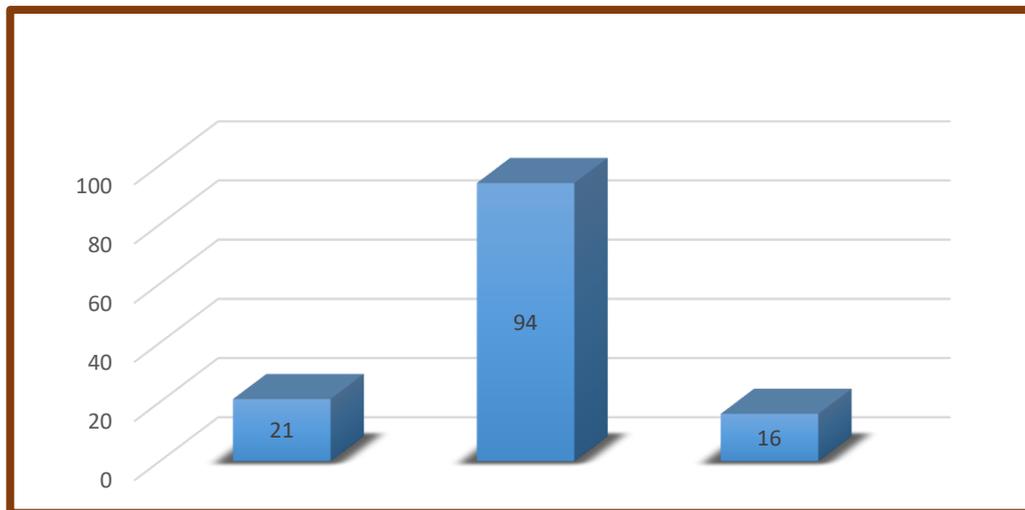
Fuente: Cuestionario de determinantes de salud en la persona adulta elaborado, por Vílchez Reyes Adriana, aplicado a los adultos que acuden al puesto de salud las Mercedes -Sullana, 2023.

FIGURA 1:
SEXO DE LOS ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES – SULLANA, 2023.



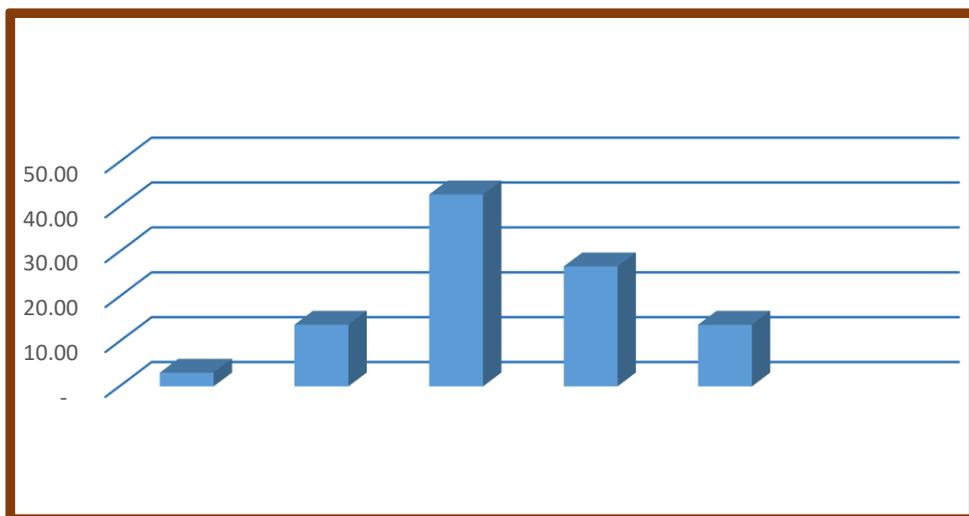
Fuente: Cuestionario de determinantes de salud en la persona adulta elaborado, por Vílchez Reyes Adriana, aplicado en adultos que acuden al puesto de salud las Mercedes -Sullana, 2023.

FIGURA 2:
EDAD DE LOS ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES – SULLANA, 2023.



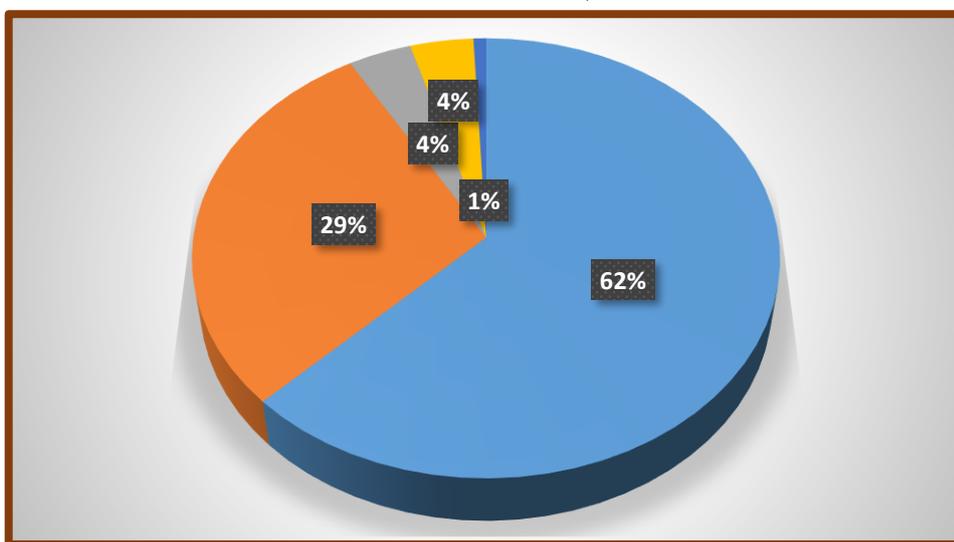
Fuente: Cuestionario de determinantes de salud en la persona adulta elaborado, por Vílchez Reyes Adriana, aplicado en adultos que acuden al puesto de salud las Mercedes -Sullana, 2023.

FIGURA 3:
GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS ADULTOS DEL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES - SULLANA, 2023



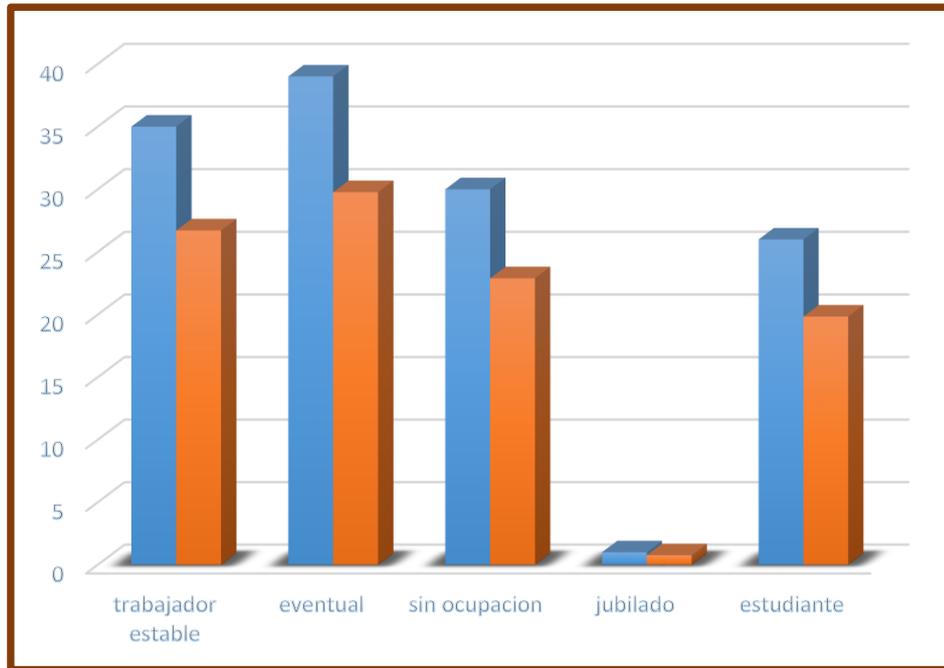
Fuente: Cuestionario de determinantes de salud en la persona adulta elaborado, por Vílchez Reyes Adriana, aplicado en adultos que acuden al puesto de salud las Mercedes - Sullana, 2023.

FIGURA 4:
INGRESO ECONÓMICO DE LOS ADULTOS DEL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES - SULLANA, 2023



Fuente: Cuestionario de determinantes de salud en la persona adulta elaborado, por Vílchez Reyes Adriana, aplicado en adultos que acuden al puesto de salud las Mercedes -Sullana, 2023.

FIGURA 5:
OCUPACIÓN DE LOS ADULTOS DEL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES - SULLANA, 2023



Fuente: Cuestionario de determinantes de salud en la persona adulta elaborado, por Vílchez Reyes Adriana, aplicado en adultos que acuden al puesto de salud las Mercedes -Sullana, 2023.

TABLA 2

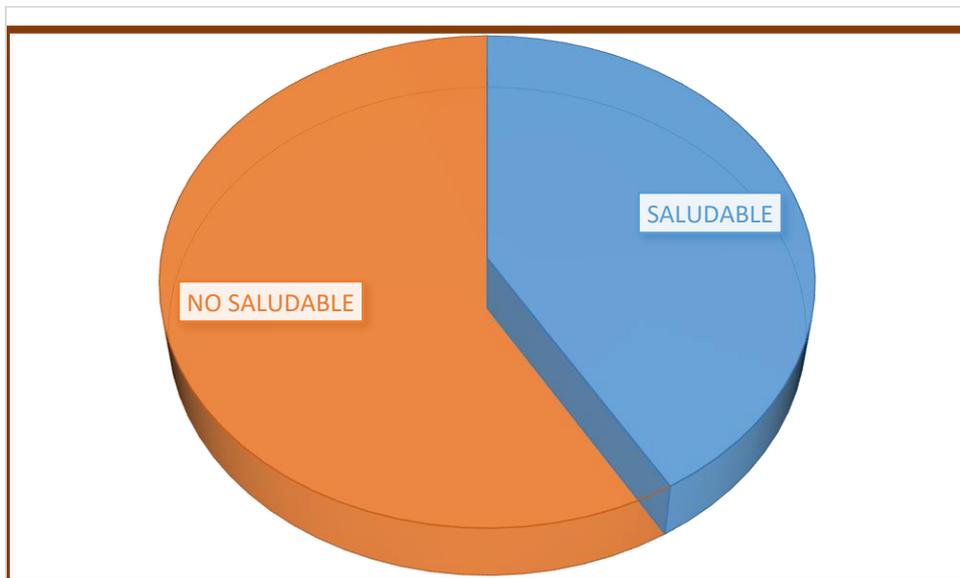
ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES-SULLANA, 2023.

Estilo de vida	n	%
No Saludable	82	62,60
Saludable	49	37,40
Total	131	100,0

Fuente escala de estilos de vida elaborado por Walker, Sechrist y Pender, modificado por Díaz, R, Reyna, E, Delgado R. Aplicado al adulto del puesto de salud las Mercedes-Sullana, 2023.

FIGURA 6:

ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES – SULLANA, 2023



Fuente escala de estilos de vida elaborado por Walker, Sechrist y Pender, modificado por Díaz, R, Reyna, E, Delgado R. Aplicado al adulto del puesto de salud las Mercedes-Sullana, 2023.

TABLA 3

RELACIÓN DE LOS DETERMINANTES BIOSOCIOECONOMICOS Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES – SULLANA, 2023

SEXO	ESTILOS DE VIDA				TOTAL		Chi-cuadrado= 0,177 Chi Tabla= 3,8415 gl=1 Sig=0,674 No Existe relación
	SALUDABLE		NO SALUDABLE				
	n	%	n	%			
Masculino	7	5,3	14	10,7	21	16,0	
Femenino	42	32,1	68	51,9	110	84,0	
Total	49	37,4	82	62,6	131	100,0	
EDAD	ESTILOS DE VIDA				TOTAL		Chi-cuadrado= 0,536 Chi Tabla= 3,8415 gl=1 Sig=0,464 No Existe relación
	SALUDABLE		NO SALUDABLE				
	n	%	n	%			
Adulto joven	16	12,2	32	24,4	48	36,6	
Adulto maduro	33	25,19	50	38,2	83	63,4	
Adulto mayor	0	6,87	0	0,0	00	0,0	
Total	49	37,4	82	62,60	131	100,0	
GRADO DE INSTRUCCIÓN	ESTILOS DE VIDA				TOTAL		Chi-cuadrado= 4,647 Chi Tabla= 9,4877 gl=4 Sig=0,325 No Existe relación
	SALUDABLE		NO SALUDABLE				
	n	%	n	%			
Sin instrucción	1	0,8	3	2,3	4	3,1	
Inicial/primaria	5	3,8	13	9,9	18	13,7	
Secundaria completa/ incompleta	23	17,6	34	26,0	57	43,5	
Superior universitaria	10	7,6	24	18,3	34	26,0	
Superior universitaria no	10	7,6	8	6,1	18	13,7	
Total	49	37,4	82	62,6	131	100,00	

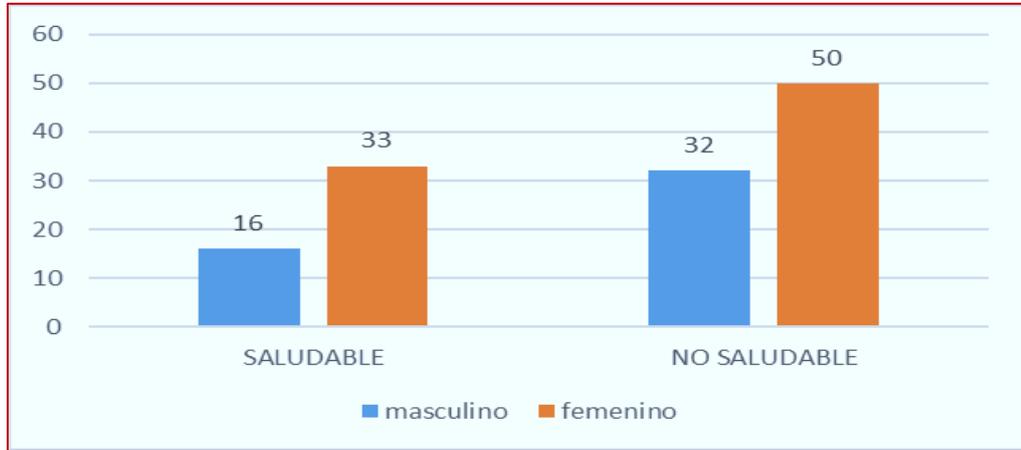
INGRESO ECONOMICO	ESTILOS DE VIDA				TOTAL		Chi-cuadrado= 1,009 Chi Tabla= 9,4877 gl=4 Sig=0,908 No Existe relación
	SALUDABLE		NO SALUDABLE				
	n	%	n	%			
Menor de 930	30	22,9	53	40,5	83	63,4	
De 931 a 1000	15	11,5	23	17,6	38	29,0	
De 1001 a 1400	2	1,5	2	1,5	4	3,1	
De 1401 a 1800	2	1,5	3	2,3	5	3,8	
De 1800 a mas	0	0,0	1	0,8	1	0,8	
Total	49	37,4	82	63,6	131	100,0	

OCUPACIÓN	ESTILOS DE VIDA				TOTAL		Chi-cuadrado= 2,781 Chi Tabla= 9,4877 gl=4 Sig=0,580 No Existe relación
	SALUDABLE		NO SALUDABLE				
	n	%	n	%			
Trabajador estable	15	11,5	20	15,3	35	26,7	
Eventual	14	10,7	25	19,1	39	29,8	
Sin ocupacio	9	6,9	21	16,0	30	22,9	
Jubilado	1	0,8	0	00,0	1	0,8	
Estudiante	10	7,6	16	12,2	26	19,8	
Total	49	37,4	82	62,6	131	100,0	

Fuente: Determinantes de salud en la persona adulta elaborado, por Vílchez Reyes Adriana, y de estilos de vida elaborado por Walker, Sechrist y Pender, modificado por Díaz, R, Reyna, E, Delgado R. Aplicado al adulto que acude al puesto de salud las Mercedes-Sullana, 2023.

FIGURA 7:

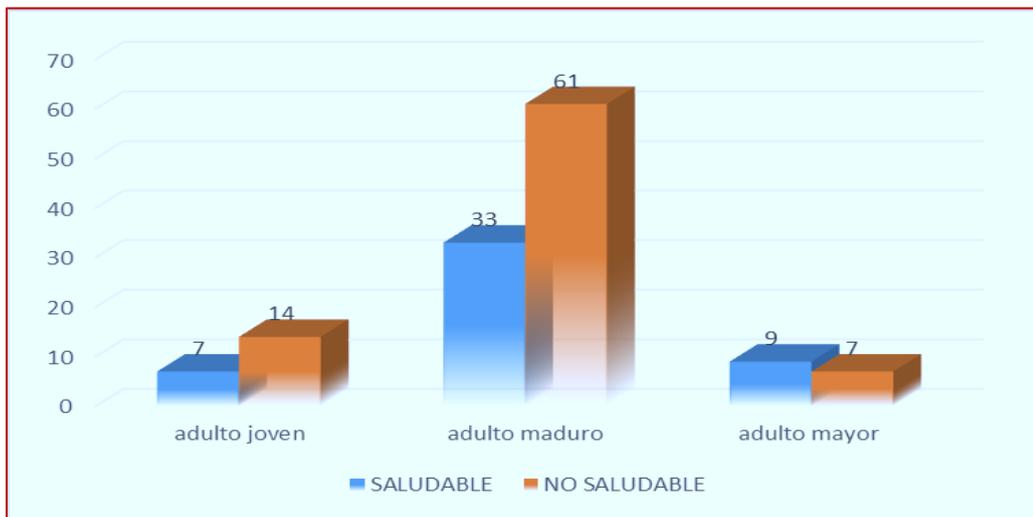
RELACIÓN ENTRE SEXO Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES – SULLANA, 2023.



Fuente: Determinantes de salud en la persona adulta elaborado, por Vílchez Reyes Adriana, y de estilos de vida elaborado por Walker, Sechrist y Pender, modificado por Díaz, R, Reyna, E, Delgado R. Aplicado al adulto que acude al puesto de salud las Mercedes-Sullana, 2023.

FIGURA 8:

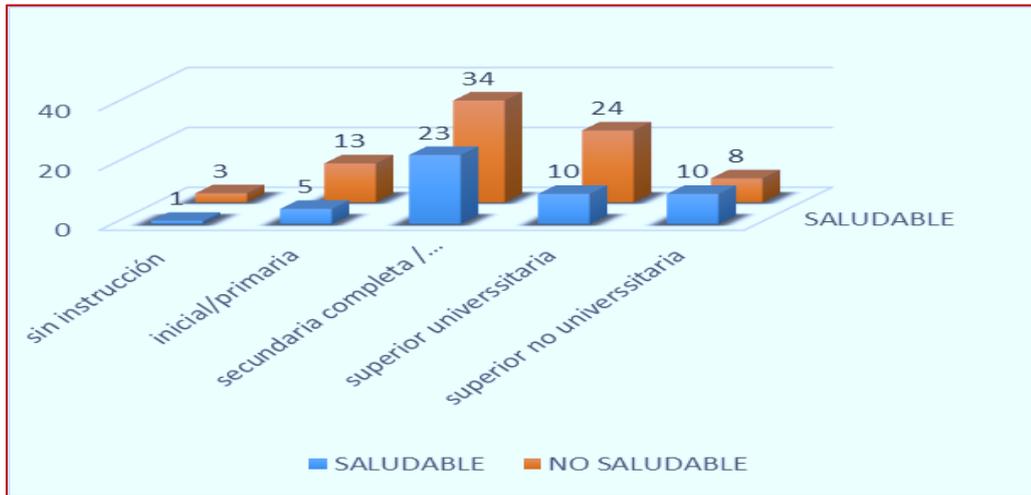
RELACIÓN ENTRE EDAD Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES – SULLANA, 2023.



Fuente: Determinantes de salud en la persona adulta elaborado, por Vílchez Reyes Adriana, y de estilos de vida elaborado por Walker, Sechrist y Pender, modificado por Díaz, R, Reyna, E, Delgado R. Aplicado al adulto que acude al puesto de salud las Mercedes-Sullana, 2023.

FIGURA 9:

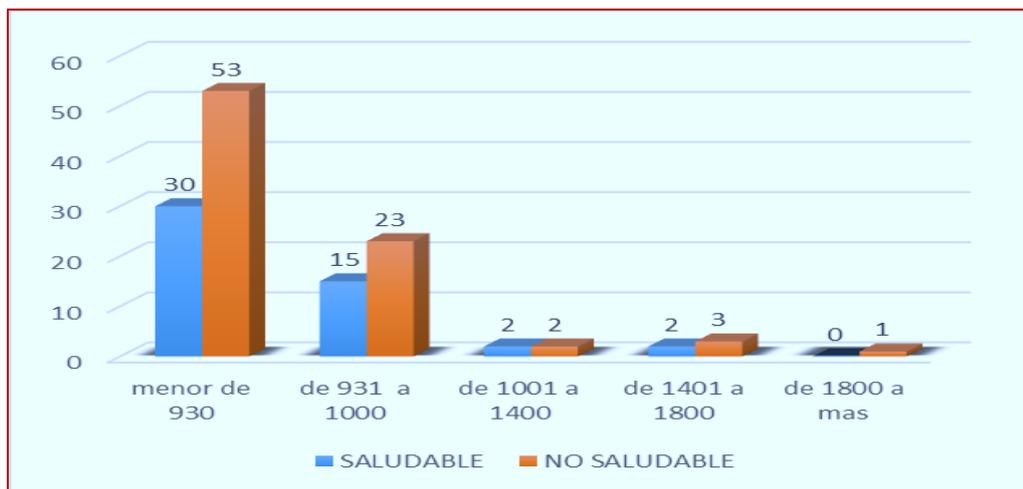
RELACIÓN ENTRE GRADO DE INSTRUCCIÓN Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES – SULLANA, 2023.



Fuente: Determinantes de salud en la persona adulta elaborado, por Vílchez Reyes Adriana, y de estilos de vida elaborado por Walker, Sechrist y Pender, modificado por Díaz, R, Reyna, E, Delgado R. Aplicado al adulto que acude al puesto de salud las Mercedes-Sullana, 2023.

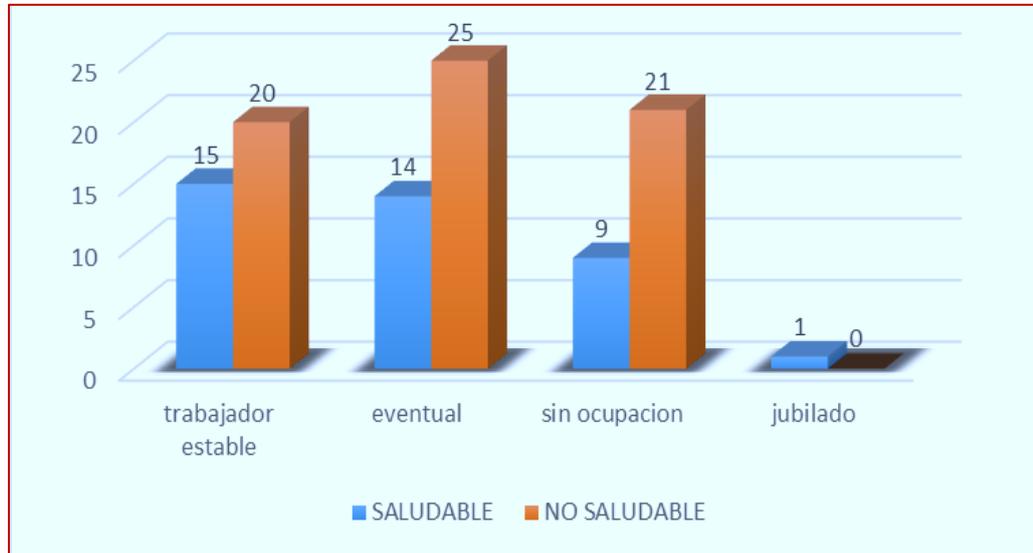
FIGURA 10:

RELACIÓN ENTRE INGRESO ECONÓMICO Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES – SULLANA, 2023.



Fuente: Determinantes de salud en la persona adulta elaborado, por Vílchez Reyes Adriana, y de estilos de vida elaborado por Walker, Sechrist y Pender, modificado por Díaz, R, Reyna, E, Delgado R. Aplicado al adulto que acude al puesto de salud las Mercedes-Sullana, 2023.

FIGURA 11:
RELACIÓN ENTRE OCUPACIÓN Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES – SULLANA, 2023.



Fuente: Determinantes de salud en la persona adulta elaborado, por Vílchez Reyes Adriana, y de estilos de vida elaborado por Walker, Sechrist y Pender, modificado por Díaz, R, Reyna, E, Delgado R. Aplicado al adulto que acude al puesto de salud las Mercedes-Sullana, 2023.

DISCUSION

TABLA 1:

Del 100% (131), de los adultos, el 63,36% (83), son de sexo femenino, el 71,76% (94), adultos maduros, el 42,75% (56), un grado de instrucción de secundaria completa / secundaria incompleta, el 62,60 % (62), ingreso económico menor de 930 soles, y un 29,77% (39), su ocupación es eventual.

En la investigación desarrollada con las personas adultas que acuden al puesto de salud las Mercedes – Sullana, mayormente se encontraron personas de sexo femenino, en muchos casos por que son ellas quienes aceptan participar de la encuesta, además esto se puede dar ya que muchas de ellas por motivo de estudios de sus hijos se encuentran en casa al cuidado de los niños, para llevarlos a la escuela, llevándolos a sus controles y también realizándose sus chequeos médicos, dejando que los jefes de la familia salgan a otros lugares en busca de mejores oportunidades en el campo laboral, que les pueda ayudar a solventar gastos que demandan su familia, y poder brindarles una mejor calidad de vida a sus hijos.

Así mismo si comparamos según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), (49), nos confirma que la población peruana según estudios realizados, muestran un ligero predominio de mujeres. En el año 2021, las mujeres constituyen el 50,4% (16.641.100 personas), los hombres el 49,6% (16.394.200 personas) y el índice de masculinidad es de 98,5. En 1940, las mujeres constituían el 50,6% de la población total (3.001.400.100), los hombres el 49,4% (3.000.670.900), el índice masculino era de 97,7, es decir, que por cada 100 mujeres hay 98 hombres.

En lo referente a la esperanza de vida en los hombres y mujeres, tenemos que las mujeres en el año 2019, el indicador nos muestra que la esperanza de vida en las mujeres es de 78 años, mientras que para los varones es de 72 años. Las circunstancias que se relacionan con la mayor esperanza de vida son porque el sistema inmunológico de las mujeres esta más desarrollado. Además, las mujeres buscan ayuda médica con más frecuencias que los varones, son quienes más adherencia tienen a los tratamientos, tienen mayor actividad física, mientras que los varones ingieren bebidas alcohólicas, no se realizan los chequeos médicos, es por ello por lo que no les favorece a tener una mejor esperanza de vida tal y como las mujeres (50).

Hoy en día la mujer es considerada el sostén de la familia, el cimiento de la familia, y todo esto gracias a su constante lucha por sus derechos y diversos roles en la sociedad. Si bien los roles de crianza de los hijos y cuidado del hogar siguen vigentes, la mujer hoy tiene otros roles en la sociedad que le ayudan a comprender su valor como ser humano y como mujer. Sin duda la mujer en la actualidad se encuentra más preparada para ser mejores madres, amas de casa e incluso buenas profesionales y sobre todo se han convertido en unas soñadoras del mundo, donde buscan que reine la igualdad de género. No obstante, uno de los roles que seguirá vigente, a pesar del transcurso de los años, es el papel que desempeña la mujer como ama de casa. En este caso, las mujeres buscan cuidar de las tareas del hogar, convirtiéndose así en administradoras del hogar, tarea que para nada es fácil (51).

Así mismo las mujeres son parte de una vida activa en sociedad, inmersas en la sociedad, la cultura, la familia, la política, el arte, la academia y más. Su contribución apoya indirectamente el desarrollo socioeconómico. Los roles de las mujeres han evolucionado con el tiempo y han encontrado nuevos roles en la sociedad, ya que en un principio los roles solo se expresaban a través de la familia, pero la lucha por los derechos ha justificado sus roles en el espacio público. La educación posibilita que las mujeres expresen su deseo de ingresar al mercado laboral, porque “la autonomía de la mujer comienza con la independencia económica”, lo que conduce a su disfrute y desarrollo en otros ámbitos de la sociedad (51).

Analizando las variables de la edad de las personas que acuden al puesto de salud, se observa que en su gran mayoría son adultos maduros, lo cual nos indica que esta edad es la más predominante, ya que ellos conforman a la población laboralmente activa, y no acuden al centro de salud para sus respectivos chequeos médicos lo cual los lleva a contraer diferente patología tales como hipertensión, diabetes, entre otras.

En muchos casos estos adultos no acuden al puesto de salud por la falta de atención que se les brinda o como puede ser por la falta de tiempo en muchos de ellos ya que muchos trabajan, es por ellos que se debe coordinar con el personal del puesto de salud para realizar visitas en la comunidad, y realizar charlas educativas incentivando a las personas al consumo adecuado de alimentos, y a realizarse chequeos médicos cada cierto tiempo, para reducir ciertas patologías.

Así mismo tenemos que esta etapa de adulto maduro es considerada como aquella etapa del ciclo vital en el desarrollo de los individuos que ha surgido a partir del siglo XX, dado por dos principales cambios, cambio biológico y cambio social, en el cambio biológico, encontramos que a promedios del siglo XX la perspectiva de vida era de 50 años, es decir que la mayoría de los individuos morían antes o durante este periodo del adulto maduro. En el cambio social que se ha tenido en esta etapa es el de la jubilación, estimada como aquel suceso que marca el final de la etapa de la madurez (52).

En esta etapa de la madurez los individuos reconocen las decisiones que fueron tomadas anteriormente, y los logros que han conseguido con relación a la paternidad, maternidad, así como en su profesión. Esta es una etapa muy marcada por la transición hacia la vejez, en el cual estos individuos tienen que ajustarse a cambios, especialmente en las relaciones con la familia, así como cambios fisiológicos, que son propios de esta edad. En la madurez los individuos consiguen su autorrealización y contribuyen a importantes atribuciones (52).

Según estudios realizados por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, nos indica que las enfermedades crónicas entre varones y mujeres durante la edad adulta se dan sin duda por los estilos de vida modernos, los cuales promueven el consumo de cigarrillos, el sedentarismo, muchas de las enfermedades que se dan en esta etapa son la presión alta y las enfermedades al corazón, viéndose que una de cada 5 personas en edad adulta sufre una enfermedad crónica (53).

De acuerdo con los resultados encontrados, la mayoría de las personas adultas el puesto de salud Las Mercedes, cuenta con un grado de instrucción de secundaria completa / incompleta, esto puede haberse dado ya que a estas personas no se les dio la posibilidad de poder concluir sus estudios secundarios y continuar con estudios superiores ya que no cuentan con un buen nivel económico, siendo este un problema tan común en nuestro país, el cual limita el desarrollo personal.

Vivimos en un país rico tanto en naturaleza como en seres humanos, pero demasiados pobres en cuanto a educación. Es de ahí de donde parten todos aquellos problemas que cubren a nuestra sociedad. Un país sin educación es imposible que logre avanzar, por eso es que se está en las condiciones que se está. Por ello es muy importante resaltar que la educación nos

brinda enormes beneficios en la sociedad, no solo en oportunidades de empleos sino también para obtener un mejor ingreso económico. En los últimos años, muchas investigaciones revelan que la educación no solo permitirá que las personas logren un mejor desempeño en el mercado laboral, sino que también les va a permitir mejorar su estado de salud generalmente (54).

Contar con una educación es muy importante, ya que este es uno de los pilares que influye en el progreso y desarrollo de las personas, provee muchos conocimientos, también enriquece la cultura, así como los valores y todo lo que nos define como seres humanos. La educación es de suma importancia en todos los contextos, ya sea para lograr conseguir el crecimiento económico y un buen nivel de bienestar social. Esta siempre ha sumado importancia para el desarrollo, pero ha logrado tener mayor preeminencia en el mundo de hoy en día que presenta ciertas transformaciones, muchas veces impulsadas por el avance de la ciencia y la tecnología (55).

Con relación a los ingresos económicos de los adultos del Puesto de Salud las Mercedes, observamos que la mayor parte de la población cuenta con un ingreso económico menor de 930 soles, esto dado que no cuentan con un buen grado de instrucción y no les permite obtener un trabajo estable y que estos sean mejor pagados, además el dinero que ganan lo ocupan para pagar sus servicios básicos como luz, agua, teléfono, entre otros.

Aquellas personas que presentan un nivel económico mínimo se vuelven más vulnerables en cuanto al no poder afrontar una enfermedad crítica, esto como consecuencia a los escasos de medios materiales, al estrés, además las condiciones de vida de estos individuos suelen ser poco saludable y un limitado acceso a los servicios de salud.

La crisis económica en tiempos de pandemia, formo parte de la mayor crisis que se da en el Perú, en el contexto económico el país peruano ha sido uno de los que más afectados que se ha visto a nivel mundial con esta pandemia, con una contracción en el PBI, de un 11% en el año 2020, así lo da a conocer el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). Aquellos hogares en situación de pobreza y con limitación de recursos son quienes más afectados se han visto por las medidas dadas por el estado, induciéndolos a una disminución en cuanto a sus niveles de ingreso (56).

Con relación a la variable de ocupación de los adultos del puesto de salud las Mercedes, se puede observar que en su gran mayoría tienen un trabajo eventual, esto como consecuencia que su grado de instrucción no les permite lograr tener algún trabajo estable, es por ello que se dedican a actividades diferentes que se les presenta día a día, como trabajar en sus propias parcelas cultivando sus sembríos.

Trabajo eventual, se entiende por aquella persona que realiza trabajos que no son parte de una empresa, si no que los realiza de manera accidental. El ser trabajador eventual, no es impedimento para poder gozar de todos los derechos que brinda la ley laboral. Para Cabanillas G, un trabajador eventual es el que realiza una actividad cuya persistencia está sujeta a cualquier exuberancia inesperada, es decir, todo trabajo que se proporciona sin fijación, excepcional (57).

Cada año una Encuesta de Demanda Ocupacional (EDO), donde busca evaluar las penurias de cualificación para el trabajo en los distintos sectores económicos del Perú. En la actualidad una de las dificultades en el mercado laboral de nuestro país es el desencuentro entre el trabajo y la educación, ya que en muchos casos la educación no está de acorde a lo que es la demanda laboral. Tenemos que el Perú, un 54,4 % de las personas trabajadoras cuentan con un grado de instrucción superior, mientras que un 63,2 % de trabajadores concluyeron sus estudios superiores no universitario. La Encuesta de Demanda Ocupacional, tiene como objetivo recopilar información de acuerdo con la demanda del personal en sus actividades principales, contribuyendo de esta manera a la buena toma de decisiones de las empresas familias y gobernantes (58).

La COVID – 19, llegó en un momento vulnerable del mercado de trabajo. Después de un alto incremento económico y de creación de empleo, el trabajo económico fue moderado en el año 2017, y se ha convertido en un ritmo bajo en el empleo. En el año 2019 un promedio de 697 mil personas sin ocupación, buscaban un tipo de empleo estas sin tener opción a encontrarlo. La COVID – 19, fue una de las causas de crisis tanto a nivel sanitario, así como económico y laboral en nuestro país, se tiene que, en Lima Metropolitana, la medida de

desocupación se da más en varones, de entre las edades de 14 a 24 años, y así mismo en personas con bajo nivel educativo (59).

Sería muy importante que aquellas personas que no cuentan con un buen grado de educación el estado les faciliten para que puedan acceder a mejores puestos de trabajos que estos sean mejores remunerados y así puedan cubrir todas sus necesidades y poder acceder a una mejor alimentación y puedan mejorar su calidad de vida ya que como se sabe el factor económico muchas veces es el que imposibilita que las personas no lleven una alimentación saludable.

Estos resultados se asemejan a los encontrados por Campoverde (60), en su investigación caracterización de los determinantes biosocioeconomicos y estilo de vida para la salud del adulto en el caserío de Chapaira – Castilla – Piura 2020, el 52,4 % son de sexo femenino, el 50,0 % con un grado de instrucción inicial / primaria, el 88,8 % tiene un ingreso económico de 750 soles mensuales.

Así mismo estos resultados son similares a los encontrados por Romero (61), en su investigación Caracterizar los determinantes biosocioeconomicos, estilos de vida y / o apoyo social de los adultos en Barrio Virgen del Carmen 2020, el 55, 6 % son de sexo masculino, el 31,5 % tienen una educación inicial / primaria, el 59,3% una ocupación estable.

Otro estudio que difiere es el encontrado por Guerrero (62), en su investigación caracterización de los determinantes biosocioeconomicos, estilo de vida y/o apoyo social en la persona adulta del Barrio Nuevo Paraíso - Huaraz 2019, el 51,40 % son de sexo masculino, el 65,71 % cuenta con un ingreso económico entre 701 a 100 soles y el 55, 24 % tiene un trabajo eventual.

En conclusión, se observa que los adultos que acuden al puesto de salud tienen un grado de instrucción de secundaria completa / secundaria incompleta, lo cual no les permite tener un trabajo que sea más rentable que les ayude a cubrir sus necesidades, es por ello que también evidenciamos que cuentan con un ingreso económico menor de 930 soles, y su ocupación es eventual, ya que su grado de instrucción no les permite a tener mejores oportunidades en el campo laboral, siendo este un factor que muchas veces dificulta a las personas a gozar de una mejor calidad de vida.

TABLA 2:

Del 100% (131) de las personas adultas que acuden al puesto de salud las Mercedes el 62,60% (82), tiene un estilo de vida no saludable mientras que un 37,40% (49), tienen un estilo de vida saludable.

De acuerdo a los resultados encontrados en la investigación del centro de salud Las Mercedes – Sullana, se logró observar el 62,60% de los encuestados no tiene un estilo de vida saludable esto debido a que mucho de las personas no cuentan con un buen ingreso económico, el cual no les permite llevar un buen estilo de vida, o por la falta de conocimientos ya que en muchos casos estos no son orientados en cuanto a la importancia de conllevar una alimentación saludable, evitando así enfermedades.

Los estilos de vida nos hacen referencia aquellas acciones habituales, las cuales son realizadas por los propios seres humanos, en algunos casos pueden ser saludables como no saludables y las cuales suelen determinar el estado de salud de las personas. Existen estrategias para el desarrollo de un estilo de vida saludable, según Bassetto, el compromiso que tenga cada una de las personas que compensan sus principales necesidades, en cuanto para mejorar la calidad de vida de cada uno y así lograr un buen desarrollo humano (63).

Según la Organización Mundial de la Salud OMS (64), define al estilo de vida saludable como aquellos resultados de ciertos hábitos que permiten al ser humano mantenerse en un buen estado a nivel físico, así como mental y también social, el contar con un estilo de vida saludable reduce posibilidades que los individuos puedan contraer distintas enfermedades y ayuda a nivelar los niveles de azúcar y también a nivelar el colesterol.

Así mismo la teórica Nola Pender, en su modelo de promoción de la salud la cual se basa en la educación a los individuos sobre cómo cuidarse y llevar una vida saludable. Para Nola Pender el estilo de vida promotor de la salud, hace referencia al conjunto de patrones de conducta o hábitos que tienen relación con la salud en un sentido desarrollado, es decir que con todo lo que genera bienestar y desarrollo a las personas, así mismo la salud para ella tiene más relevancia que cualquier otro enunciado, este modelo es uno de los más predominantes de promoción de la salud en enfermería. El objetivo principal de Nola Pender es la promoción de la Salud, ya que enfermería debe promover la salud de las personas, así como prevenir

enfermedades, esta teoría destaca en la importancia de los comportamientos saludables incluyendo la actividad física de manera regular, mantener una dieta equilibrada, así como también evitar el consumo de tabaco y alcohol (65).

Esta teoría ha sido ampliamente utilizada en la práctica de enfermería y ha demostrado ser positiva para mejorar la calidad de vida de las personas. Al concentrar esta teoría en la práctica diaria, las enfermeras pueden ayudar a los pacientes a lograr estilos de vida más saludables y prevenir enfermedades crónicas. Este modelo se centra en el papel de la enfermera en la educación y el apoyo a los pacientes para que adopten un estilo de vida saludable (65).

Es muy importante que en aquellos establecimientos que brindan atención a la población, incluyendo a individuos más vulnerables, deben ser zonas donde se fomente la alimentación saludable y donde se busque evitar el consumo de los alimentos perjudiciales. Los gobiernos deben dar el ejemplo vigilando la alimentación que se brinda y vende en ciertos establecimientos públicos que estos ayuden a una buena alimentación y de esta manera salvar muchas vidas. Desde que se nace hasta la muerte, es esencial consumir alimentos saludables para evitar la malnutrición y complicaciones con la diabetes, así como también el cáncer y muchas otras enfermedades dadas por la mala alimentación.

Esta investigación, para darle una mejor comprensión sobre el “estilo de vida se dividió en seis dimensiones las cuales son: alimentación, actividad física y ejercicio, responsabilidad en salud, así como manejo del estrés, y apoyo interpersonal y la autorrealización.

Para mantener una alimentación saludable se tienen que involucrar ciertas actividades que no deben causar daño a la salud. Por lo que es muy importante una alimentación adecuada, disminuyendo el alto contenido de alimentos que contengan calorías, promover el consumo de frutas, verduras y legumbres, practicar actividad física y un buen manejo del estrés. Así mismo debemos tener en cuenta que una buena alimentación es fundamental para desarrollar inmunidad, para así protegernos de muchas enfermedades, ya sean infecciones y tener una pronta recuperación. Ciertas medidas encargadas de preservar y promocionar la salud adecuada deben ser partícipes de las estrategias que se emplean en la prevención de estas

últimas enfermedades, se debe incluir a la alimentación saludable en un enfoque holístico y multisectorial (66).

En los adultos que acuden al puesto de salud las Mercedes, se encontró que la mayoría de los encuestados tienen estilos de vida no saludable, esto se puede explicar por qué ellos salen desde muy temprano a sus labores, muchas veces solo con desayuno ya que el recorrido que realizan a sus parcelas esta retirada de sus viviendas, regresando por la tarde, sin haber almorzado, y para sus esposas se les hace difícil el poder llevarles el almuerzo a donde se encuentran laborando, además tienen hijos pequeños a quienes cuidar, siendo así que estas personas no puedan consumir sus tres comidas diarias, conllevándolos a estar propensos a diversas enfermedades. En otro de los casos se puede dar que muchos de ellos no llevan una alimentación saludable por la falta de conocimientos ya que estas personas no son orientadas sobre la importancia de conllevar una alimentación saludable y sobre todo de los beneficios que esta trae.

Las personas adultas, requieren de una alimentación saludable, que esta sea variada, para poder mantener el organismo en un buen estado, que les permitan desarrollar sus actividades diarias y poder gozar de una buena salud. Es muy importante mantenerse en un peso adecuado, evitando el desarrollo de las enfermedades crónicas, que están muy ligadas a la alimentación no saludable. Estos adultos deben ingerir un total de 2200 Kcal, que se adquieren de los distintos grupos de alimentos, el menú para las personas adultas debe ser en el desayuno ingerir avena con leche, pan con aceitunas y frutas, en el almuerzo, ensaladas de verduras, carne o pescado con papas y arroz, frutas, postre y así mismo jugos, en la media tarde leche y pan y en la cena consumir pescado, ensalada de brócoli con papas y agua de cebada (67).

En la dimensión de actividad y ejercicio de los adultos que acuden al puesto de salud manifiestan que la actividad física que ellos realizan es caminar y hacer deporte, en el caso de los varones caminan todos los días desde sus viviendas hacia sus parcelas donde realizan sus labores de cultivo y en el caso de las mujeres manifiestan que a veces los fines de semana por las tardes juegan vóley.

Las personas adultas deben realizar actividad física por lo menos de 150 minutos a 300 minutos, por semana esta que sea de intensidad moderada o también realizar actividad física

aeróbica que sea de intensidad vigorosa en un tiempo de 75 minutos a 150 minutos. Preferible, que la actividad aeróbica se realice toda la semana. Estos adultos también deben realizar actividades físicas que fortalezcan sus músculos durante dos días a más por semana, ya que como se sabe la actividad física nos brinda enormes beneficios para nuestra salud (68).

En cuanto al manejo del estrés en los adultos que acuden al puesto de salud refieren que se sienten estresados, porque muchos de ellos tienen sus cultivos en sus parcelas y no saben si les ira bien en sus cosechas además del mucho trabajo de tienen que realizar todos los días para sacar adelante sus cultivos.

La etapa de la adultez implica que muchas de estas personas asuman muchas responsabilidades personales, en busca de autonomía como de independencia, a nivel social, así como familiar, personal y así mismo económico. Es importante tener en cuenta que, en esta etapa, los individuos comienzan a tomar sus propias decisiones, como el ajuste a su vida profesional y enfrentar a la primera dependencia que pueden ser eventos que ocasiones en estas personas estrés, además en esta etapa se enfrentan al estrés laboral, el cual afecta la estabilidad de la persona y familiar, así mismo en esta etapa empiezan a mostrarse efectos colaterales que son crónicos lo cuales se asocian al estrés, como tenemos a la depresión o como puede ser a enfermedades físicas (69).

En la dimensión apoyo interpersonal: los adultos que acuden al puesto de salud, se lograron observar que estos adultos, si mantienen una buena relación en sus hogares, así como también con sus compañeros de trabajo y una buena relación con el personal de salud, manifiestan los malestares que puedan presentar con respecto a su salud, para que así el personal pueda ayudarlos, en caso se les presente alguna situación difícil que no pueden superarlos solos suelen pedir ayuda a sus familiares.

Las relaciones interpersonales cumplen un rol importante en cuanto al desarrollo de manera integral en los individuos. En los cuales, las personas logran significativos refuerzos sociales de su entorno favoreciendo adaptarse a este mismo. El poder compartir experiencias con personas de edades iguales, ayuda a crear una interacción entre ellos mismo y ayudar a mantenerse de manera activa tanto física como mentalmente en las personas. Por ello es

importante que las personas sientan compañía, que mantengan relaciones de amistad, así mismo con la familia, ya que esta es la mejor predicción de felicidad en esta etapa (70).

Dimensión de autorrealización: en los adultos que acuden al puesto de salud, se evidencia que estos adultos no se sienten autorrealizados, dado a que estas personas son de bajos recursos económicos, no cuentan con estudios superiores, lo cual hace que estas personas no puedan tener mejores oportunidades en el campo laboral con una mejor remuneración.

En esta etapa de la madurez la autorrealización de un individuo sucede de una manera completa cuando sus potenciales se encuentran desarrollados y así mismo se encuentren actualizadas de manera plena. Cuando estas personas hayan aprendido todo aquello que estaba latente en ellas mismas para lograr a ser el ser humano que esperaban ser. Por lo tanto, podemos decir que la autorrealización forma parte de un proceso en el cual nos desarrollamos, logrando alcanzar aquellas posibilidades y experiencias que buscamos, el individuo autorrealizado es aquel que se responsabiliza de sus compromisos, acepta a los demás como se acepta a el mismo, y que se siente capaz de alcanzar a nuevas experiencias nutriéndose de ellas mismas (71).

Como es evidente en los adultos que acuden al puesto de salud las Mercedes, apreciamos que la mayoría de estas personas tienen un estilo de vida no saludable, esto dado por diferentes motivos y también por el desconocimiento de estas personas sobre la importancia de alimentarse bien, de realizar alguna actividad física, de evitar el consumo de bebidas alcohólicas, etc. Estas conductas ayudan a que las personas puedan mantener sanas, pero también es importante mencionar que el poner en práctica estilos de vida saludable no solo va a depender de conocimientos, si no que el factor económico también es una de las principales causas de que muchas veces las personas opten por una alimentación poco saludable. En muchos casos existen individuos que conocen como se deben alimentar saludablemente, pero la economía imposibilita a que estos adquieran alimentos saludables.

Así mismo estos resultados se asemejan a los encontrados por Palomares (72), en su tesis, Estilos de vida en adultos en el Centro de Atención Residencial Geronto Geriátrico Ignacia Rodulfo Viuda de Canevaro – 2018. En la cual su muestra estuvo constituida por 150 personas

adultas, encontrándose que el 67.1% poseen un estilo de vida no saludable, mientras que un 32.9% si tienen un estilo de vida saludable.

De igual manera se encontraron resultados similares por Ávila (73), en su tesis estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la Urbanización la Colina. el estudio estuvo conformado por 87 adultos de la Urbanización la Colina, en el cual observamos que el 60,9 % cuentan con estilo de vida no saludable mientras que solo un 39,1 % tiene un estilo de vida saludable.

Asimismo, tenemos estudios diferentes el encontrado por Carrión (74), en su estudio “Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto joven. Asentamiento humano Santa Rosa del Sur Nuevo _Chimbote, 2020”. Su muestra estuvo conformada por 302 adultos jóvenes donde el, 15,9 % de los adultos jóvenes tienen un estilo de vida saludable, mientras que el 84,1 % tienen un estilo de vida no saludable.

Al concluir esta investigación se puede observar que la mayoría de los adultos que acuden al puesto de salud, tienen un estilo de vida no saludable lo cual los hace más propensos a sufrir muchas enfermedades, en muchos casos por falta de conocimiento de las personas y el factor económico dificulta que muchas de ellas no puedan llevar una vida saludable. Sería importante que el puesto de salud las Mercedes donde acuden estas personas sea lugar donde se fomente la alimentación saludable y donde se busque evitar el consumo de los alimentos perjudiciales, incentivando así a la población a optar por conductas saludables, evitando enfermedades.

TABLA 3:

Del 100% (131), el 84,0 % (110) son de sexo femenino, entre las cuales el 32,1 % (42), presentan un estilo de vida saludable y el 51,9 % (68), tienen un estilo de vida no saludable.

Así en la investigación se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre sexo y el estilo de vida utilizando la prueba estadística del chi cuadrado sobre dependencia de criterios se encontró $\chi^2=0,117$ $gl=1$ con un nivel de significación $p= 0,67$.

En las personas adultas que acuden al puesto de Salud las Mercedes, se obtuvo que el sexo no se relaciona con el estilo de vida, esto nos da a conocer que para poder adoptar por un hábito saludable, no es necesario ser de sexo específico, dado que tanto mujeres como varones pueden adoptar estilos de vida saludable.

Observamos que tanto el hombre como la mujer, son quienes deciden su propia forma de vivir, en cuanto al estilo de vida de cada uno, en la actualidad el estilo de vida no va a depender del sexo, ya que en muchos casos no solo el hombre es quien consume bebidas alcohólicas, dado que como se ve que en ocasiones las mujeres participan de ciertos eventos donde se consumen estos tipos de bebidas que perjudican la salud.

La alimentación no saludable es una de las principales causas de muerte en mujeres y hombres, sin duda los estilos de vida que tiene cada persona repercuten de manera directa en su salud, sea para bien o como para mal. En la actualidad tenemos un estilo de vida donde se incluye estrés, falta de descanso, así como también una alimentación poco saludable.

Por otra parte, los hombres y las mujeres en los hábitos de alimentación son muy diferentes. Según el estudio que se realizó en EE. UU. Donde nos muestra que los varones llevan una alimentación muy diferente que las mujeres, dado que estas se preocupan por el valor nutritivo que posee cada alimento, las mujeres comen mayormente frutas y verduras, mientras que los varones lo que más consumen son carnes y grasas. Ante esto es muy importante animar tanto a varones como a mujeres a poder llevar una serie de conductas en cuanto a su alimentación para así gozar de una mejor calidad de vida (75).

Así mismo Nola Pender en su teoría nos habla de que el género es visto como un determinante del comportamiento del individuo ya que el ser hombre o el ser mujer hará que la persona opte por determinada actitud respecto a cómo actuar ante su salud y sobre manejo de un estilo de vida saludable, además de lo que involucra la prevalencia de algunas enfermedades que serán reflejadas en mayor proporción en un género determinado.

De igual manera se observa que el 63,4 % (83), son adultos maduros, de los cuales el 25,2% (33) tienen un estilo de vida no saludable y el 38,2 % (50) tienen un estilo de vida saludable. Al relacionar la variable de la edad con el estilo de vida utilizando la prueba estadística del chi cuadrado sobre dependencia de criterios se encontró $\chi^2=0,536$ $gl=1$ con un

nivel de significación $p= 0,464$, donde se encontró que no existe relación significativa entre las variables.

Analizando la variable de la edad con el estilo de vida encontramos que no existe relación estadísticamente entre ambas variables, lo que nos demuestra que la edad no es un factor que determina que los adultos tengan hábitos saludables o no saludables. Pues estos son individuos que ya conocen sus hábitos de vida.

Esto se puede explicar, dado que los estilos de vida se van adquiriendo a medida del transcurso de la vida, es decir, desde la niñez consolidándose en la adultez sean positivos o como negativos. Los estilos de vida se van formando desde los primeros años de vida y estos se fortalecen cuando ya se llega a la etapa de la adultez.

Es por ello por lo que la edad no determinara que los individuos puedan optar por estilos de vida saludable o estilos de vida no saludable, dado que los estilos de vida se van optando o adquiriendo de las costumbres que a estos se les inculca desde muy pequeños, y es de ahí donde estos individuos se van formando con hábitos de vida sean saludables como también no saludables. Hoy en día se observa que las personas jóvenes y los adultos maduros llevan estilos de vida muy diferentes, en muchos casos se ven que los jóvenes practican deportes, optan por dietas balanceadas (76).

Por otro lado, tenemos que Nola Pender en su teoría nos dice que particularmente la edad tiene mucho que ver con el ciclo de vida en la que se encuentra cada persona; dependiendo de la etapa en la que uno se encuentre, el estilo de vida se verá afectado, es decir que la edad no será un ente determinante de los estilos de vida que cada persona pueda optar.

En cuanto al grado de instrucción y su relación con el estilo de vida se observa que 43,51 % (57), tiene un grado de instrucción de secundaria completa / incompleta, de los cuales tenemos que 17,53 % (23), tienen un estilo de vida saludable y el 24,95 % (34), tienen un estilo de vida no saludable.

Donde también se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre el grado de instrucción y el estilo de vida, utilizando la prueba estadística del chi cuadrado sobre

dependencia de criterios se encontró $\chi^2=4,647$ $gl=4$ con un nivel de significación $p= 0, 325$ donde se encontró que no existe relación significativa entre las variables.

Analizando estos resultados, observamos que la variable de grado de instrucción y el estilo de vida, no existe relación estadísticamente entre ambas variables, lo que nos demuestra que el grado de instrucción no es un factor que determina que los adultos tengan hábitos saludables o no saludables. Además, estas personas van adquiriendo conocimientos a través del día a día, mediante tradiciones de la familia sobre la alimentación, pero no a través de la educación que se brinda en las instituciones educativas.

Sin embargo, la OMS menciona que el grado de instrucción influye en la salud de las personas. La educación y la salud se encuentran profundamente ligadas entre sí, ya que la educación es un instrumento fundamental para poder terminar con aquel ciclo de la pobreza, así como de la enfermedad. Con esto se busca llegar a lograr demostrar lo importante que es la educación para nuestra salud, puesto que la educación es base de aquellos valores y actitudes, que solemos tener frente a la vida.

Para lograr llevar una vida que sea saludable y así mismo productiva es necesario que cada persona tenga conocimientos para prevenir enfermedades y muchas otras patologías. Estadísticas que son presentadas por la UNESCO, pone en evidencia que el alto nivel en cuanto a educación alcanzado por las madres, mejora en la salud de sus niños, dado que estas aplican sus conocimientos para la mejora de la salud. Si ya por si la educación en un componente catalizador del desarrollo y así mismo de la acción sanitaria (77).

Para Nola Pender la educación y sobre todo la información son muy importantes para que los individuos puedan tomar la decisión de tener estilos de vida saludable, pero sin embargo las creencias que cada persona tiene sobre la salud e incluso sobre la enfermedad hará a que estas puedan incluir en el comportamiento de cada uno. Así mismo la cultura es una de las condiciones más importantes que hacen que los individuos opten por un estilo de vida, ya sea saludable o no saludable, en esta incluye, los hábitos alimenticios, el tiempo de descanso y ocio, el deporte, etc.

Como sabemos la salud es un derecho principal y recurso de vida, por lo que es importante educarnos en cuanto a salud, ya que a través de la educación promovemos la salud

y los estilos de vida para poder llevar una vida plena. Se cree muy necesario que la educación en salud se incluya y se brinde en lugares apropiados y aún más en aquellos universitarios donde podemos fortalecer los conocimientos sobre estilos y hábitos saludables individual o colectivamente. Esta es una estrategia muy útil para promover la salud ya que todo esto es un proceso de aprendizaje, donde se busca informar, motivar y así mismo ayudar a la población a adecuarse al comportamiento humano y también a los estilos de vida saludable para la mejora de la salud.

De acuerdo con la variable de ingreso económico y su relación con el estilo de vida se evidencia que el 63,36 % (83), tiene un ingreso económico menor de 930 soles mensuales, de los cuales el 22,90 % (30), tiene un estilo de vida saludable y el 40,46 % (53), tiene un estilo de vida no saludable.

Del mismo modo tenemos que la variable de ingreso económico con el estilo de vida no guarda relación significativa entre las variables utilizando la prueba estadística del chi cuadrado sobre dependencia de criterios se encontró $\chi^2=1,009$ $gl=4$ con un nivel de significación $p=0,908$.

Podemos observar que no se encontró relación estadísticamente significativa entre el ingreso económicos y el estilo de vida, lo que nos da a entender que el ingreso económico de cada persona no va a influir en que estos puedan optar por estilos de vida saludable, ya que el dinero no representar el estilo de vida de una persona.

Podemos decir que muchas personas que cuentan con un buen ingreso económico pero se dedican mayormente al consumo de comidas rápidas, recurriendo a lugares donde la comida no es saludable, descuidando así su salud, mientras que aquellas personas que no cuentan con un buen nivel económico procuran llevar estilos de vida saludable en base a una dieta equilibrada, mejorando su calidad de vida, es por ello que podemos deducir que el ingreso económico no va a determinar el estilo de vida de cada persona.

Además las personas son independientemente de optar por una alimentación saludable sin gastar mucho dinero, es importante recordar que la responsabilidad que tiene cada persona adulta implica el saber decidir así como escoger por opciones de alimentación saludable, evitando poner en riesgo su salud, se tiene que saber priorizar la alimentación que esta sea de

calidad en lugar de cantidad, incluyéndose siempre las frutas y verduras, y así mismo lograr a disminuir las harinas como el pan, pasta los cereales etc.

Sin embargo, existen estudios que contradicen nuestros resultados, demostrando que una de las principales causas que hace que las personas opten por una alimentación poco saludable es la falta de dinero. En muchos casos las personas conocen como se deben alimentar saludablemente, pero la economía imposibilita a que estos adquieran alimentos que beneficien su salud. La economía ha transformado la alimentación en muchos habitantes. Mas allá de realizar algún tipo de dieta el factor que más influye es la economía (78).

Además, los costos de los productos para la alimentación es un factor importante que determinara la elección de los productos para el consumo de las personas. Aquellos grupos donde su población cuenta con ingresos económicos bajos son donde se evidencia una mayor tendencia a que estos no puedan seguir una dieta equilibrada y, además, consumen poca fruta y también poca verdura.

Nola Pender menciona que el nivel socioeconómico que cada persona posee es muy fundamental al momento de llevar un estilo de vida, ya que si los individuos pertenece a la clase media o a la clase alta, se tendrá una mejor alternativa al momento de elegir una alimentación adecuada, y no solo el tema de alimentación si no tambien podrá tener un mejor acceso a la salud, mientras que para aquellas personas que cuentan con un nivel socioeconómico bajo, sus opciones de alimentación se verán limitadas por sus escasos recursos con los que cuentan.

Por último, tenemos que, de acuerdo con la variable de ocupación y su relación con el estilo de vida, encontramos que el 29,72 % (39), tienen una ocupación eventual, de los cuales se observa que el 10,69 % (14), tienen un estilo de vida saludable, y un 19,08 % (25), tienen un estilo de vida no saludable. Los resultados de la prueba estadística del chi cuadrado sobre dependencia de criterios se encontraron $\chi^2 = 2,781$ $gl=4$, con un nivel de significación $p = 0,580$ donde se encontró que no existe relación significativa entre las variables.

Analizando la relación entre la ocupación y el estilo de vida observamos que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables. Por lo que nos indica la ocupación no se vincula de manera directa con el estilo de vida de las personas.

Así mismo tenemos que la Organización Mundial de la Salud (OMS), manifiesta que no existe relación entre la ocupación y el estilo de vida, resaltando que se debe proteger la salud, evitando los peligros en el espacio donde las personas realizan sus labores, y así evitar posibles enfermedades, pero no se garantiza que los trabajadores que tengan un buen trabajo van a optar por estilos de vida saludable a diferencia de aquellos que no cuentan con un buen trabajo. La salud de las personas con empleo se encuentra también influenciada por sus hábitos personales de salud que posee cada uno (79).

Constantemente logramos observar que sea cualquier tipo de ocupación que las personas tengan o realizan, de ninguna forma va a repercutir en el estilo de vida o las conductas de alimentación que estos adquieran. Un agricultor o como puede ser un ambulante, una persona que trabaje en una empresa, independientemente, tienen distintas maneras de conductas de alimentación estas sean saludables o no, evidenciando así que la ocupación no interfiere en la alimentación de las personas.

Además, tengan el trabajo que tengan las personas, no va a alterar la manera de vida de cada individuo, cada persona tiene distintas creencias y maneras de pensar sobre la alimentación que deben llevar. Otra explicación que puede dar respuesta a que la ocupación no se relaciona con el estilo de vida, es que la ocupación es un rol que desempeña cada persona en la sociedad, mientras que en cuanto a al estilo de vida es el producto que se obtiene de los comportamientos de vida de cada persona, sean saludables como perjudiciales para la salud.

Así mismo estos resultados se asemejan a los encontrados por Rafael (80), en su investigación, Estilos de vida y factores biosocioculturales en los adultos de la comunidad unidos venceremos – Huashao – Yungay 2018. Donde según los resultados del chi cuadrado sobre dependencia de criterios se encontramos a ($X^2 = 7,490$; 2 gl; $p = 0,281$ y $p > 0,05$) en el cual no existe relación estadísticamente significativa entre la edad y el estilo de vida. Del mismo modo según los resultados del chi cuadrado sobre dependencia de criterios se encontramos a ($X^2 = 1,164$; 1 gl; $p = 0,281$ y $p > 0,05$) no se encontró relación estadísticamente significativa entre el sexo y estilo de vida. Concluyendo que entre los determinantes biosocioeconomicos (edad, sexo) y el estilo de vida, si existe relación estadísticamente significativa.

Otro resultado que se asemeja a nuestra investigación es el encontrado por Morales (81), en su investigación estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor, Asentamiento Humano Fraternidad – Chimbote, 2020. Al realizar la prueba de chi cuadrado se encontró ($\chi^2 = 2,037$; 1gl $P = 0,154 > 0,05$), donde no existe relación estadísticamente significativa entre el sexo y el estilo de vida, así mismo al realizar la prueba de chi cuadrado entre grado de instrucción y estilo de vida se encontró ($X^2 = 0,066$; 1 gl; $p = 0,797 > 0,05$), donde no existe relación estadísticamente significativo, en cuanto a los resultados encontrados al realizar la prueba de chi cuadrado entre ocupación y el estilo de vida ($X^2 = 3,605$; 2 gl; $p = 0,165 > 0,05$), observamos que no existe relación estadísticamente significativa en ambas variables. Concluyendo que en los determinantes biosocioculturales (sexo, grado de instrucción y ocupación) y el estilo de vida si existe relación estadísticamente significativa.

Encontramos resultados diferentes a nuestra investigación como los encontrados por Prieto (82), en su investigación Determinantes biosocioeconomicos asociados a la calidad del cuidado de enfermería en adultos que acuden al puesto de salud Marcavelica – Sullana, 2020. Al realizar la prueba de chi cuadrado se encontró (Chi cal 2,7387179, Chi Tabla 18,3070) donde si existe relación estadísticamente significativa entre el sexo y la percepción del cuidado de enfermería, entre la variable de ocupación y la percepción del cuidado de enfermería tambien se encontró relación estadísticamente significativa encontrando (Chi cal 25.2123528 Chi tabla 15.5073131), así mismo si existe relación estadísticamente significativa entre ingreso económico y la percepción de la calidad del cuidado de enfermería encontrando (Chi cal 10.6243478, Chi tabla 5.99146455). concluyendo que si existe relación estadísticamente entre los determinantes biosocioeconomicos y la percepción de la calidad del cuidado.

En conclusión, de la tabla 3 de la investigación podemos decir que la edad no va a influir en la alimentación de las personas, ni el sexo ya que el ser mujer o varón no va definir tu alimentación, así mismo el grado de instrucción ya que la educación sobre la propia alimentación parte desde el hogar, es por ello que se sugiere a las autoridades a implementar programas educativos, sobre alimentación saludable, así mismo realizar talleres de actividad física donde las personas adultas puedan acudir en sus tiempos libres y conozcan sobre algunos beneficios para su salud, así mismo seria muy importante que las autoridades se

interesen en aquellas personas que no tienen un trabajo estable, y no cuentan con un ingreso económico adecuado que ayude a solventar sus gastos, que estas autoridades implementen trabajos para generar empleo, así mismo que se implementen carreras técnicas acorde a las posibilidades de las personas para que estas logren tener una mejor educación, y mayor posibilidades se trabajos mas remunerados, que les ayude a mejorar su calidad de vida.

IV. CONCLUSIONES

1. Con relación a los determinantes biosocioeconomicos, tenemos que más de la mitad de las personas adultas son de sexo femenino, son adultos maduros, cuentan con un grado de instrucción de secundaria completa / incompleta, más de la mitad cuentan con un ingreso económico menor de 930 soles y con una ocupación eventual. Por ello es recomendable que los hombres también asistan a sus chequeos médicos, y que los padres ayuden a sus hijos a tener una mejor educación para que en un futuro tengan una mejor calidad de vida y mejores oportunidades.
2. De acuerdo con los de estilos de vida se encontró que más de la mitad cuentan con un estilo de vida no saludable, y un porcentaje significativo cuenta con un estilo de vida saludable. Como aporte puedo señalar que es de suma importancia el priorizar el tema de la alimentación saludable en el puesto de salud que estos sean lugares donde se realicen sesiones educativas demostrativas promoviendo la alimentación saludable, donde se busque que estas personas logren entender la importancia de la buena alimentación identificando así los beneficios que esto trae, ayudándolos a mejorar su calidad de vida.
3. No existe relación estadísticamente significativa entre las variables de estilos de vida y los factores biosocioeconomicos: sexo, edad, grado de instrucción ingreso económico y ocupación al aplicar la prueba de independencia de criterios de chi – cuadrado. Por ellos es recomendable que a los adolescentes se les dé un seguimiento en los estudios para motivarlos a seguir adelante y que culminen sus estudios, para que así estos en un futuro tengan mejores oportunidades en el campo laboral, y puedan tener un mejor ingreso económico que los ayude a solventar sus necesidades básicas.

V. RECOMENDACIONES

- Dar a conocer los resultados obtenidos en la investigación al puesto de salud las Mercedes – Sullana, con el propósito de que estas trabajen de manera conjunta, realizando un trabajo coordinado como, por ejemplo; programas educativos, sesiones educativas, pasacalle sobre estilos de vida saludable para el mejoramiento de su calidad de vida.
- Esta investigación también está dirigida al profesional de enfermería, para incentivarlos a seguir realizando más investigaciones para identificar aquellos problemas que afectan a la salud de la población, y así poder tomar medidas que ayuden a mejorar la calidad de vida de las personas.
- Proponer al puesto de salud para publicar y difundir esta investigación e investigaciones futuras del puesto de salud las Mercedes – Sullana, con el fin de mejorar la calidad de vida de dicha población. Incentivar a seguir realizando otras investigaciones para lograr identificar otros tipos de factores que afectan la salud de las personas, para educar a la población y optar por mejores hábitos de vida para la mejora de la salud. Los estudiantes y profesionales de enfermería que investigan sobre los estilos de vida.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud, ¿Qué es un estilo de vida saludable según la OMS? [Internet]. Actualizado el 8 de abril de 2021. (citado el 20 de Mayo de 2023). Disponible en: <https://aleph.org.mx/que-es-un-estilo-de-vida-saludable-segun-la-oms>
2. Organización Panamericana de la Salud, enfermedades no transmisibles, [Internet]. Actualizado en el 2020. (citado el 20 de Mayo de 2023). Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/enfermedades-no-transmisibles>
3. Berrospi R, Problemas de concentración como consecuencia de los malos hábitos alimentarios en estudiantes de 18 a 22 años de la carrera psicología de una universidad particular en lima. Publicado en 2020. (citado el 20 de Mayo de 2023). Disponible en: http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/11100/1/2020_Berrospi%20Montero.pdf
4. Benítez, ¿cuál es la importancia de tener hábitos saludables? (Página en internet), (citado el día 24 de Mayo de 2023). Disponible en: <http://www.gomezbenitez.com/notas/nota/29024/cual-es-la-importancia-de-tener-habitos-saludables>
5. Gutiérrez M, El factor económico es el culpable de una mala alimentación. Actualizado 2018. (citado el 20 de Mayo de 2023). Disponible en: https://www.javeriana.edu.co/pesquisa/wpcontent/uploads/Pesquisa29_03.pdf
6. Gutiérrez M, El factor económico es el culpable de una mala alimentación. Actualizado 2018. (citado el 20 de Mayo de 2023). Disponible en: https://www.javeriana.edu.co/pesquisa/wpcontent/uploads/Pesquisa29_03.pdf
7. Herrea A, La mala alimentación mata a más gente en el mundo que el tabaco. Actualizado el 4 de abril del 2020. (citado el 20 de mayo de 2023). Disponible en: <https://www.elmundo.es/ciencia-y-salud/salud/2019/04/04/5ca5004121efa0876a8b466a.html>
8. Cifuentes, L. La importancia de mantener unos hábitos de vida saludables (Página en internet), (citado el día 24 de Mayo de 2023). Disponible en: <https://www.estrelladigital.es/articulo/belleza-y-salud/importancia-mantener-habitos-vida-saludables/20180424143304345738.html>

9. Agenda país, Mapa de la Obesidad en Chile”: 1 de cada 3 personas vive con obesidad en Chile. Publicado el 9 de abril de 2021. (citado el 20 de Mayo de 2023). Disponible en: <https://www.elmostrador.cl/agenda-pais/2021/04/09/mapa-de-la-obesidad-en-chile-1-de-cada-3-personas-vive-con-obesidad-en-chile/>
10. Ministerio de Salud Costa Rica, Mas de 30% de la población de Costa Rica tienen sobrepeso u obesidad. Publicado en el 2018, (citado el 20 de Mayo de 2023). Disponible en: <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/prensa/42-noticias-2020/385-mas-del-30-de-los-adolescentes-de-costa-rica-tienen-sobrepeso-u-obesidad>
11. Bárcena A, salud en las Américas, panorama regional y perfiles de país. Edición del 2017. (citado el 20 de Mayo de 2023). Disponible en: <https://www.paho.org/salud-en-las-americas-2017/wp-content/uploads/2017/09/Print-Version-Spanish.pdf>
12. UNITEC, Hábitos y estilos de vida de los mexicanos, publicado en ciudad de México, 2021. (citado el 20 de Mayo de 2023). Disponible en: <https://opinionpublicaunitec.mx/wp-content/uploads/2021/10/diabetes-TIMELINE-1-1024x699.png>
13. Ministerio de Salud, Perú es el tercer país de la región en obesidad y sobrepeso. Publicado en 2019. (citado el 20 de Mayo de 2023). Disponible en: <https://web.ins.gob.pe/index.php/es/prensa/noticia/mas-del-60-de-peruanos-mayores-de-15-anos-sufre-de-sobrepeso-u-obesidad-y-podria>
14. Gutiérrez M, El factor económico es el culpable de una mala alimentación. Actualizado 2018. (citado el 20 de Mayo de 2023). Disponible en: https://www.javeriana.edu.co/pesquisa/wpcontent/uploads/Pesquisa29_03.pdf
15. Infante M, Mojica A, influencia del nivel socioeconómico ante el estado nutricional de la población de cadiz. Publicado en 2018. (citado el 20 de Mayo de 2023). Disponible en: <https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/influencia-del-nivel-socioeconomico-estado-nutricional/#:~:text=El%20menor%20nivel%20educativo%2C%20el,7%2C%208%2C%209%5D>.
16. Gobierno Regional Piura, Direccion Sub Regional de Salud Luciano Castillo Coloma, Sullana, presentación de Puesto de salud Las Mercedes. (citado el 20 de mayo de 2023). Disponible en: <http://www.dsrslcc.gob.pe/srslcc/>

17. Peralta G, Tomalá J. Promoción de un Estilo de Vida Saludable del club de adultos. Centro de Salud tipo c Venus de Valdivia Ecuador, 2018. (citado el 20 de Mayo de 2023). Disponible en: <https://repositorio.upse.edu.ec/xmlui/bitstream/handle/46000/4349/UPSE-TEN-2018-0024.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
18. Serrano M, la investigación Estilo de vida y estado nutricional del adulto mayor del centro de salud Venezuela de la ciudad de Machala, 2018. (citado el 20 de Mayo de 2023). Disponible en: [https://www.google.com/search?q=Serrano+M.+\(18\)%2C+la+investigaci%C3%B3n+Estilo+de+vida+y+estado+nutricional+del+adulto+mayor+del+centro+de+salud+Venezuela+de+la+ciudad+de+Machala%2C+2018.&rlz=1C1CHBD_esPE971PE971&oq=Serrano+M.+\(18\)%2C+la+investigaci%C3%B3n+Estilo+de+vida+y+estado+nutricional+del+adulto+mayor+del+centro+de+salud+Venezuela+de+la+ciudad+de+Machala%2C+2018.&aqs=chrome..69i57.2973j0j4&sourceid=chrome&ie=UTF-8](https://www.google.com/search?q=Serrano+M.+(18)%2C+la+investigaci%C3%B3n+Estilo+de+vida+y+estado+nutricional+del+adulto+mayor+del+centro+de+salud+Venezuela+de+la+ciudad+de+Machala%2C+2018.&rlz=1C1CHBD_esPE971PE971&oq=Serrano+M.+(18)%2C+la+investigaci%C3%B3n+Estilo+de+vida+y+estado+nutricional+del+adulto+mayor+del+centro+de+salud+Venezuela+de+la+ciudad+de+Machala%2C+2018.&aqs=chrome..69i57.2973j0j4&sourceid=chrome&ie=UTF-8)
19. Barrón V, Rodríguez A, Chavarría P, Hábitos alimentarios, estado nutricional y estilos de vida en adultos activos de la ciudad de Chillán, Chile 2017. (citado el 20 de Mayo de 2023). Disponible en: <http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/14741/1/T-UCSG-PRE-MED-NUTRI-396.pdf>
20. Ray, Y, Los determinantes biosocioeconómicos y de estilo de vida como determinantes del estado de salud de los adultos mayores del asentamiento humano Ampliación Ramal Playa_Chimbote, 2021. (citado el 20 de Mayo de 2023). Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/22948/ADULTO%20MAYOR_DETERMINANTES%20DE%20LA%20SALUD_YOPLA_ESPEJO_RAY_PIERO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
21. Lostaunau R, Determinantes biosocioeconomicos y estilos de vida en persona adulta del caserío de Tinyash – Huayllan – Pomabanba Ancash, 2021. (citado el 20 de Mayo de 2023). Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32080/ESTILO_DE_VIDA_LOSTAUNAU_TARAZONA_RUTH_FIORELA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

22. Soto A, Determinantes biosocioeconomicos y estilos de vida como determinantes de la salud en adultos mayores del centro poblado Llupa sector “B” Independencia Huaraz, 2021. (citado el 20 de Mayo de 2023). Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/22888/ESTILOS_VIDA_SALUD_SOTO_ZUNIGA_ANA_MARIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
23. Sosa Y, Determinantes biosocioeconomicos relacionados al estilo de vida de la persona adulta del caserio San Jacinto –Catacaos-Piura, 2021. (citado el 20 de Mayo de 2023). Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/23397/DETERMINANTES_BIOSOCIOECONOMICOS_ESTILO_VIDA_SOSA_PAZ_YANINA_SUSANA.pdf?sequence=1
24. Rodríguez M, Determinantes sociales asociados al estilo de vida de la persona adulta - Centro de Salud Santa Julia – veintiséis de Octubre – Piura, 2021. (citado el 20 de Mayo de 2023). Disponible en: http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/11831/Tesis_60127.pdf?sequence=1&isAllowed=y
25. Abad P, Determinantes Biosocioeconomicos y estilo de vida en escolares de la I.E, San Martin de Porras – Veintiséis de Octubre – Piura, 2020. (citado el 20 de Mayo de 2023). Disponible en: http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/11789/Tesis_60698.pdf?sequence=1&isAllowed=y
26. Determinantes de la salud. Modelo y teorías de cambio en la conducta de la salud. (Buscado en internet, citado el día 24 de Mayo de 2023). Disponible en: <http://grupo.us.es/estudiohbsc/images/pdf/formacion/tema4.pdf>.
27. Acevedo G, Martínez D. La salud y sus determinantes. La salud pública y la medicina preventiva, 2018 (Página en internet), (citado el día 24 de Mayo de 2023). Disponible en: <http://preventivaysocial.webs.fcm.unc.edu.ar/files/2014/04/MPyS-1-Unidad-1-Determinantes-de-la-Salud-V-2018.pdf>
28. Meiriño J, Vázquez, El cuidado, publicado el 2017. (Página en internet), (citado el día 24 de Mayo de 2023). Disponible en: <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/nolapender.html#:~:text=Esta%20>

teor%C3%ADa%20identifica%20en%20el,una%20pauta%20para%20la%20acci%C3%
%B3n.

29. Gonzales E, Los determinantes sociales de la salud y sus diferentes modelos explicativos 2018 (internet), (citado el día 24 de Mayo de 2023). Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/infodir/ifd-2018/ifd1215d.pdf>
30. Organización Panamericana de la Salud, determinantes e inequidades en salud, 2018 (internet), (citado el día 24 de Mayo de 2023). Disponible en: https://www3.paho.org/salud-en-las-americas-2016/index.php?option=com_docman&view=download&category_slug=sa-2017-volumen-regional-18&alias=163-capitulo-2-determinantes-e-inequidades-salud-163&Itemid=231&lang=en
31. Avilez N, Modelos de la salud Dahlgren y Whitehead. Publicado el 02 de noviembre de 2018. (internet). (citado el día 24 de Mayo de 2023). Disponible en: <https://es.slideshare.net/NEIDAAVILEZ/modelo-de-27838002>
32. Costa M. Determinantes de salud. Modelos y teorías del cambio en conductas de salud. Grupo.us.es [serie en internet]. 2019 Ene [citado 24 de mayo de 2023) Disponible en: <http://grupo.us.es/estudiohbsc/images/pdf/formacion/tema4.pdf>
33. Salvador H, Alimentación y estilos de vida saludable [página de internet].2020 [citado el 05 de Junio de 2023)Disponible en: https://www.usmp.edu.pe/recursoshumanos/induccin/pdf/2020_I/alimentacion_estilos.pdf
34. Alorda C, situaciones de vida del adulto, [página de internet]. Modificado en 2021 [citado el 05 de Junio de 2023]. Disponible en: https://www.infermeravirtual.com/esp/situaciones_de_vida/adultez
35. Alfaro Determinantes sociales de la salud. [página de internet].2018[citado el 22 de octubre del 2020]. Recuperado a partir de: <https://www.medigraphic.com/pdfs/saljalisco/sj-2014/sj141j.pdf>
36. Hernández R. Metodología de la Investigación. [Artículo en internet]. México: Editorial Mc Graw Hill; 2003. [Citado el 27 de Mayo de 2023]. Disponible en: <http://www.metabase.net/docs/unibe/03624.html>.

37. Schoenbach V. Diseños de estudio analítico. [Monografía en internet]. 2017. [Citado el 27 de Mayo de 2023]. [44 paginas]. Disponible en: <http://www.epidemiolog.net/es/endesarrollo/DisenosDeEstudioAnaliticos.pdf>
38. Canales F, Alvarado E. Metodología de la investigación. 2°ava. Reimpresión, México: Ed. Limusa; 2017.
39. Barba M, definición de sexo género y sexismo (actualizado el 01 de noviembre del 2019, citado el 27 de mayo de 2023). Disponible en: <https://www.aboutspanol.com/definicion-de-sexo-generoysexismo1271572>
40. Pérez J, Garden A. Definiciones: Definición de edad. Publicado en 2012. [Citado el 27 de Mayo de 2023] Disponible en: <https://definicion.de/edad/>
41. Eustat, Definición de grado de instrucción (página en internet), (citado el 27 de Mayo de 2023). Disponible en: http://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_303/elem_11188/definicion
42. Eco-finanzas, Definición de ingresos económicos (página en internet), (citado el 27 de Mayo de 2023). Disponible en: https://www.ecofinanzas.com/diccionario/I/INGRESO_ECONOMICO.htm
43. Definición, ABC ocupación (página en internet) (citado el 27 de Mayo de 2023). Disponible en: <https://www.definicionabc.com/social/ocupacion.php>
44. Boletín Estar Bien. Salud y bienestar emocional. Estilo de vida. [Citado el 27 de Mayo de 2023]. Disponible en: file:///C:/Users/OBED%20ISAAC/Downloads/boletin_de_desarrollo_humano_no_12_estilo_de_vida.pdf
45. González M. Diseños experimentales de investigación. [Monografía en internet]. España; 2017. [Citado 27 de Mayo de 2023]. Disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos10/cuasi/cuasi.shtml>
46. QuestionPro: Diferencias entre investigación descriptiva e investigación Correlacional (internet) 2019 (citado el 27 de mayo de 2023). Disponible en: <https://www.questionpro.com/blog/es/investigacion-descriptiva-e-investigacion-correlacional/#:~:text=La%20investigaci%C3%B3n%20correlacional%20se%20lleva%20a%20cabo%20para%20medir%20dos%20variables.&text=La%20investigaci%C3%B3n%20descriptiva%20proporciona%20una,dos%20variables%20en%20un%20estudio>

47. Hernández, y otros. Validez y confiabilidad del instrumento. [Biblioteca virtual]. España [Citada el 27 de Mayo de 2023]. Disponible en: <http://www.eumed.net/libros/2007b/303/validez%20y%20confiabilidad%20del%20instrumento.htm>.
48. universidad Católica Los Ángeles De Chimbote. Reglamento de integridad científica en la investigación. [En línea] Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2023. [Consultado el 12 de Junio de 2023]. Disponible desde el Url: <https://www.uladech.edu.pe/wpcontent/uploads/erpuniversity/downloads/transparencia-universitaria/estatuto-el-texto-unico-de-procedimientos-administrativos-tupa-el-plan-estrategico-institucional-reglamento-de-la-universidad-y-otra-normativas/reglamentos-de-la-universidad/reglamento-de-integridad-cientifica-en-la-investigacion-v001.pdf>
49. INEI, población peruana alcanzo los 33 millones de habitantes en el año del bicentenario, población femenina representa el 50,4% de la población total, 2021. [citado el 14 de julio de 2023]. Disponible en: <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/poblacion-peruana-alcanzo-los-33-millones-de-habitantes-en-el-ano-del-bicentenario-12969/#:~:text=La%20poblaci%C3%B3n%20peruana%20est%C3%A1%20conformada,de%20masculinidad%20de%2098%2C5>.
50. Calero M, porque las mujeres viven mas que los hombres, esperanza de vida. (página en internet) 2023[citado el 14 de julio de 2023]. Disponible en: <https://elpais.com/salud-y-bienestar/nosotras-respondemos/2023-04-04/por-que-las-mujeres-viven-mas-que-los-hombres.html>
51. CANI, la mujer y su rol en la sociedad (página en internet). Publicado el 12 de marzo de 2021. [citado el 14 de julio de 2023]. Disponible en: <https://cani.com.co/php/la-mujer-y-su-rol-en-la-sociedad/#:~:text=La%20mujer%20de%20hoy%20es,que%20ocupa%20en%20la%20sociedad>.
52. Alorda C, evolución fisiológica en la adultez, [página en internet]. Actualizado en 2021, [Citado el 15 de julio de 2023]. Disponible en: https://www.infermeravirtual.com/esp/situaciones_de_vida/adultez

53. Huerta M, enfermedades crónicas, comunes después de los 45, [página en internet]. Actualizado el 27 de febrero del 2019, [Citado el 15 de julio de 2023]. Disponible en: <https://www.aarp.org/espanol/salud/expertos/elmer-huerta/info-2015/enfermedades-cronicas-personas-mayores.html#:~:text=%C2%BFPor%20qu%C3%A9%20las%20enfermedades%20cr%C3%B3nicas,desarrollo%20de%20esas%20enfermedades%20cr%C3%B3nicas>.
54. Gestión, Perú sigue en la cola respecto a calidad educativa a nivel mundial [internet]. Actualizado el 5 de noviembre del 2017. [Citado el 15 de julio de 2023]. Disponible en: <https://gestion.pe/economia/peru-sigue-cola-respecto-calidad-educativa-nivel-mundial-148579-noticia/>
55. Plan Educativo Nacional, Importancia de la educación para el desarrollo [internet]. Actualizado el 2016. [Citado el 15 de julio de 2023]. Disponible en: http://www.planeducativonacional.unam.mx/CAP_00/Text/00_05a.html#:~:text=La%20educaci%C3%B3n%20es%20uno%20de,necesaria%20en%20todos%20los%20sentidos.
56. UNICEF, COVID–19: Impacto de la caída de los ingresos de los hogares en indicadores de niñez y adolescencia. Publicado en 2020. [Citado 16 de julio de 2023]. Disponible en: <https://www.unicef.org/peru/informes/covid19-impacto-de-la-caida-de-los-ingresos-de-los-hogares-en-indicadores-de-ninez-y-adolescencia>
57. Leguía J, Los trabajadores eventuales en el Perú. Actualizado en 2016. [Citado 16 de julio de 2023]. Disponible en: <file:///C:/Users/USER/Downloads/Dialnet-TrabajadoresEventualesEnElPeru-5144012.pdf>
58. Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo, demanda de ocupaciones a nivel nacional 2021, publicado en 2021. Citado el 16 de julio de 2023]. Disponible en: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/1732256/Nacional.pdf>
59. Gamero J, Organización Internacional del Trabajo, Perú › Impacto de la COVID-19 en el empleo y los ingresos laborales. Actualizado en 2020. Citado 04 de Setiembre del 2021]. Disponible en: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---ro-lima/documents/publication/wcms_756474.pdf
60. Campoverde B, Caracterización de los determinantes biosocioeconomicos y estilo de vida para la salud del adulto en el caserío de Chapaira – Castilla – Piura 2020, [Citado

- el 16 de julio de 2023]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/33180/ADULTOS_MAYORES_CAMPOVERDE_CHAMBA_BRAYAN_ELAR.pdf?sequence=3&isAllowed=y
61. Romero J, caracterizar los determinantes biosocioeconomicos, estilos de vida y / o apoyo social de los adultos en Barrio Virgen del Carmen 2020, [Citado el 16 de julio de 2023]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27732/APOYO_SOCIAL_ROMERO_%20ESPINOZA_%20JERALDYN_%20ROCIO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
62. Guerrero H, caracterización de los determinantes biosocioeconomicos, estilo de vida y/o apoyo social en la persona adulta del Barrio Nuevo Paraíso - Huaraz 2019, [Citado el 16 de julio de 2023]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32023/ADULTO_MAYOR_APOYO_SOCIAL_DETERMINANTES_BIOSOCIOECONOMICOS_GUERRERO_MACEDO_HELLY_LIZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y
63. Aguilar R, Que son estilos de vida saludable, 2017 [Citado el 16 de julio de 2023]. Disponible en: <https://www.doktuz.com/wikidoks/prevencion/estilos-de-vida-saludable.html>
64. Organización Mundial de la Salud, En busca de un estilo de vida saludable, 2019. [Citado el 16 de julio de 2023]. Disponible en: <https://sersaludables.org/en-busca-de-un-estilo-de-vida-saludable/>
65. Sánchez A, Aristizábal G, el modelo de promoción de la salud de Nola Pender. [internet] 2018 [Citado el 16 de julio de 2023]. Disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v8n4/v8n4a3.pdf>
66. BreastCancer. Org, En qué consiste una alimentación saludable? Actualizado en 2018. [Citado el 16 de julio de 2023]. Disponible en: https://www.breastcancer.org/es/consejos/nutricion/alimentacion_saludable
67. Instituto Nacional de Salud, Alimentación saludable en adultos de 18 a 59 años, [Citado el 16 de julio de 2023]. Disponible en: <https://alimentacionsaludable.ins.gob.pe/adultos/cantidades-por-dia>

68. Medina L, A los 6, 17, 45 y 65 años: cuál es la mejor actividad física según la edad. Publicado en 2016. [Citado el 16 de julio de 2023]. Disponible en: <https://sanatoriomodelo.com.ar/web/index.php/prensa-y-novedades/182-a-los-6-17-45-y-65-anos-cual-es-la-mejor-actividad-fisica-segun-la-edad>
69. Enríquez M, et al, Estrés y ciclo vital, publicado en el 2019. [Citado el 17 de julio de 2023]. Disponible en: <https://revistadepsicologiagepu.es.tl/Estres-y-Ciclo-Vital.htm>
70. Méndez I, el desarrollo de las relaciones interpersonales en las experiencias transculturales. [pag en internet], publicado en el 2018. [Citado el 17 de julio de 2023]. Disponible en: <http://www.bib.uia.mx/tesis/pdf/014600/014600.pdf>
71. Rodríguez G, autorrealización en la adultez, [pag en internet], publicado en el 2017. [Citado el 17 de julio de 2023]. Disponible en: <https://www.aulamayor.com/2017/10/31/autorrealizacion-en-la-aduldez/>
72. Palomares. J, Estilos de vida en adultos en el Centro de Atención Residencial Gerontológico Geriátrico Ignacia Rodulfo Viuda de Canevaro – 2018. [Citado el 17 de julio de 2023]. Disponible en: <http://repositorio.uwiener.edu.pe/xmlui/handle/123456789/2416>
73. Ávila. Y, Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la Urbanización la Colina. [Citado el 17 de julio de 2023]. Disponible en: <https://es.calameo.com/read/000721753ebe7571e7d12>
74. Carrión D, Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto joven. Asentamiento humano Santa Rosa del Sur Nuevo _Chimbote, 2020. [Citado el 17 de julio de 2023]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/16927/ADULTOS_JOVENES_ESTILOS_CARRION_TORRES_DENISS_FIORELLA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
75. Arroyo P, La alimentación en la evolución del hombre: su relación con el riesgo de enfermedades crónico degenerativas, México 2018. [Citado el 17 de julio de 2023]. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-11462008000600004
76. Aguilar R. Promoción de estilos de vida saludable y prevención de enfermedades crónicas en el adulto. [pagina en internet]. Publicado en 2016. [Citado el 17 de julio de

- 2023]. Disponible en: <https://www.doktuz.com/wikidoks/prevencion/estilos-de-vida-saludable.html>
77. UNESCO, Educación para la salud y el bienestar [página en internet]. Actualizada en el 2019. [Citado el 17 de julio de 2023]. Disponible en: <https://es.unesco.org/themes/educacion-salud-y-bienestar>
78. Gutiérrez M, El factor económico es el culpable de una mala alimentación [pagina en internet]. Publicada en el 2017. [Citado el 17 de julio de 2023]. Disponible en: <https://www.javeriana.edu.co/pesquisa/el-factor-economico-es-el-culpable-de-una-mala-alimentacion/>
79. OMS. Estilos de Vida Saludables en la Escuela. [página en Internet]. [Citado el 01 de nov 2021]. Disponible en: <http://www.col.ops-oms.org/Municipios/Cali/08EstilosDeVidaSsaludables.htm>
80. Rafael M, Estilos de vida y factores biosocioculturales en los adultos de la comunidad unidos venceremos – Huashao – Yungay 2018. [Citado el 01 de nov 2021]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/7794/ADULTOS_ESTILOS_DE_VIDA_RAFAEL_LEON_MARY_ELENA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
81. Morales A, estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor, Asentamiento Humano Fraternidad – Chimbote, 2020. [Citado el 01 de nov 2021]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20327/ADULTO_MAYOR_ESTILOS_DE_VIDA_Y_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_MORALES_ELIAS_ALBERTO_JAVIER.pdf?sequence=1&isAllowed=y
82. Prieto M, Determinantes biosocioeconomicos asociados a la calidad del cuidado de enfermería en adultos que acuden al puesto de salud Marcavelica – Sullana, 2020. [Citado el 01 de nov 2021]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/30331/ADULTO_MADURO_PRIETO_%20YAHUANA_%20MERCEDES_%20DEL_PILAR.pdf?sequence=1&isAllowed=y

ANEXO N°01

Matriz de consistencia

Título: Determinantes Biosocioeconomicos y Estilos de Vida en Adultos que Acuden al Puesto de Salud las Mercedes - Sullana,2023

FORMULACION DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	METODOLOGIA
<p>¿Existe relación entre los determinantes biosocioeconomicos y el estilo de vida de los adultos que acuden al puesto de salud las Mercedes-Sullana, 2023?</p>	<p>Objetivo General Determinar la relación entre los determinantes biosocioeconomicos y estilo de vida de los adultos que acuden al puesto de salud las Mercedes – Sullana, 2023.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Identificar los determinantes biosocioeconomicos de los adultos que acuden al puesto de salud las Mercedes - Sullana. •Determinar los estilos de vida de los adultos que acuden al puesto de salud las Mercedes – Sullana. •Establecer la relación que existe entre los determinantes biosocioeconomicos y estilo de vida de los adultos que acuden al puesto de salud las Mercedes - Sullana, 2023. 	<p>Existe relación estadísticamente significativa entre los determinantes biosocioeconomicos y los estilos de vida en adultos que acude al puesto de salud las Mercedes - Sullana, 2023.</p>	<p>Variable dependiente: Estilos de vida - saludable -No saludable</p> <p>Variable independiente: Determinantes biosocioeconomicos (edad, sexo, grado de instrucción, ingresos económicos, ocupación, acceso a servicios)</p>	<p>Diseño de la investigación Correlacional.</p> <p>Población universal Está constituida por 198 personas adultas que acuden al puesto de salud las Mercedes.</p> <p>Muestra El universo muestral estará constituido por 131 personas adultas del puesto de salud las Mercedes.</p>



ANEXO N.º 02

INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

INSTRUMENTO 1

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

CUESTIONARIO SOBRE LOS DETERMINANTES SOCIALES DE LA SALUD EN ADULTOS DE LAS REGIONES DEL PERU

1. **Sexo:** Masculino () Femenino ()

2. **Edad:**

- Adulto Joven (18 años a 29 años 11 meses 29 días). ()
- Adulto Maduro (De 30 a 59 años 11 meses 29 días). ()
- Adulto Mayor (60 a más años ()

3. **Grado de instrucción:**

- Sin instrucción. ()
- Inicial/Primaria. ()
- Secundaria Completa / Secundaria Incompleta ()
- Superior Universitaria. ()
- Superior no Universitaria. ()

4. **Ingreso económico familiar en nuevos soles**

- Menor de 930.

- De 931 a 1000. ()
- De 1001 a 1400. ()
- De 1401 a 1800. ()
- De 1801 a más. ()

5. Ocupación del jefe de familia:

- Trabajador estable. ()
- Eventual. ()
- Sin ocupación. ()
- Jubilado ()
- Estudiante. ()

**UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE FACULTAD DE
CIENCIAS DE LA SALUD**



ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

ESCALA DEL ESTILO DE VIDA AUTOR: Walker, Sechrist, Pender

Modificado por: Díaz,R; Marquez, E; Delgado, R (2008)

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

	MANEJO DEL ESTRÉS				
9	Usted identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida.	N	V	F	S
10	Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación.	N	V	F	S
11	Ud. plantea alternativas de solución frente a la tensión o preocupación.	N	V	F	S
12	Realiza alguna de las siguientes actividades de relajación tales como: tomar siesta, pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de respiración.	N	V	F	S
	APOYO INTERPERSONAL				
13	Se relaciona con los demás.	N	V	F	S
14	Mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás.	N	V	F	S
15	Comenta sus deseos e inquietudes con las demás personas.	N	V	F	S
16	Cuando enfrenta situaciones difíciles recibe apoyo de los demás.	N	V	F	S
	AUTORREALIZACION				
17	Se encuentra satisfecho con lo que ha realizado durante su vida.	N	V	F	S
18	Se encuentra satisfecho con las actividades que actualmente realiza.	N	V	F	S
19	Realiza actividades que fomenten su desarrollo personal.	N	V	F	S
	RESPONSABILIDAD EN SALUD				
20	Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica.	N	V	F	S
21	Cuando presenta una molestia acude al establecimiento de salud.	N	V	F	S

22	Toma medicamentos solo prescritos por el médico.	N	V	F	S
23	Toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud.	N	V	F	S
24	Participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud.	N	V	F	S
25	Consume sustancias nocivas.: cigarro, alcohol y/o drogas.	N	V	F	S

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN: NUNCA:

N = 1

A VECES: V = 2

FRECUENTEMENTE: F = 3

SIEMPRE: S = 4

El ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es, al contrario

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

PUNTAJE MÁXIMO: 100 puntos



ANEXO N°03
DETERMINACION DEL TAMAÑO DE MUESTRA

$$n = \frac{z_{1-\alpha/2}^2 P(1-P)N}{z_{1-\alpha/2}^2 P(1-P) + e^2(N-1)}$$

Dónde:

n: Tamaño de muestra

N: Tamaño de población de personas adulta (N = 198)

: Abscisa de la distribución normal a un 95% de nivel de confianza

$$(1 - \alpha / 2 = 0,975 = 1.96)$$

P: Proporción de la característica en

estudio (P = 0.50) E: Margen de error

(E = 0.05)

CALCULO DEL TAMAÑO DE MUESTRA:

CALCULO DEL TAMAÑO DE MUESTRA:

$$1.96^2 (0.50) (1-0.50) (198)$$

$$1.96^2 (0.50) (0.50) + (0.05)^2 (197)$$

$$n = \frac{3.84 (0.50) (0.5) (198)}{3.84 (0.25) + 0.0025 (197)}$$

$$\underline{190.08} = 131$$

$$1.45$$

Encuesta Piloto (10% de la n) = 29

ANEXO 04 VALIDEZ DEL INSTRUMENTO



Instrumento N°1

CUESTIONARIO SOBRE DETERMINANTES BIOSOCIOECONOMICOS

Control de Calidad de los datos

Validez de contenido: Se exploró mediante la calificación por medio de criterio de expertos, diez en total, acerca de la pertinencia de los reactivos con relación al constructo evaluado por dimensiones. Para efectos de este análisis, se utilizó para la evaluación de la validez de contenido la fórmula de V de Aiken (Penfield y Giacobbi, 2004).

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

Dónde:

\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, este valor indica que el instrumento es válido para recabar información respecto a los determinantes de la salud en adultos de las regiones del Perú.

Instrumento N°2

Validez externa:

La validez externa se realizó en su momento por juicio de expertos presentando el instrumento a cuatro (4) expertos en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindaron mayor calidad y especificidad a los instrumentos.

Validez Interna:

La validez interna de la escala Estilo de Vida, se realizó mediante la fórmula r de Pearson en cada uno de los ítems. Se obtuvo un $r > 0.20$, lo cual indica que el instrumento es válido.

ANEXO 05 CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO



Instrumento N°1

CUESTIONARIO SOBRE DETERMINANTES SOCIALES

Confiabilidad

Confiabilidad interevaluador

Se evaluó aplicando el cuestionario a la misma persona por dos entrevistadores diferentes en un mismo día, garantizando que el fenómeno no ha cambiado. Se realiza a un mínimo de 15 personas.

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 para evaluar la confiabilidad interevaluador.

Instrumento N°2

CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA

Confiabilidad

Se sometió a confiabilidad mediante el Alfa de Cron Bach, de un total de 29 encuestas realizadas a nivel piloto para medir la confiabilidad se obtuvo para la escala total un índice de 0.794, lo cual indica que la escala para medir el Estilo de Vida del adulto es confiable.



ANEXO N°06

PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO (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 una copia

La presente investigación en Salud se titula: DETERMINANTES BIOSOCIOECONOMICOS Y ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES – SULLANA, 2020. y es dirigido por, YOVERA REQUENA LIZBETH investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

EL PROPÓSITO DE LA INVESTIGACIÓN ES: DETERMINAR LA RELACIÓN ENTRE LOS DETERMINANTES BIOSOCIOECONOMICOS Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES – SULLANA, 2023.

Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 20 minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente. Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través de mensajes de WhatsApp. Si desea, también podrá escribir al correo yoverarequenalisbethestefany@gmail.com para recibir más información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el comité de ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

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

Nombre:

Fecha:

ANEXO 07 DOCUMENTO DE APROBACIÓN PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN


UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

ESCUELA PROFESIONAL DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carta s/nº - 2023-ULADECH CATÓLICA

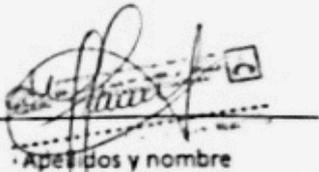
Sr(a).
Lic. MARIA ROSA
Presente.-

De mi consideración:

Es un placer dirigirme a usted para expresar mi cordial saludo e informarle que soy estudiante de la Escuela Profesional de ENFERMERIA de la Universidad Católica Los Ángeles Chimbote. El motivo de la presente tiene por finalidad presentarme, YOVERA REQUENA LIZBETH ESTEFANI, con código de matrícula N° 0412172013, de la Carrera Profesional de ENFERMERIA, ciclo **X** quien solicita autorización para ejecutar de manera remota o virtual, el proyecto de investigación titulado "DETERMINANTES SOCIALES Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS QUE ACUDEN AL PUESTO DE SALUD LAS MERCEDES – SULLANA, 2023", durante los meses de marzo a junio del presente año.

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

Atentamente,


Apellidos y nombre
DNI. N° 44069834.

OFICIO N°- 29 - 2023 -SUB-REG-LCC-SULLANA-DGSP-MINSA-PSCS-

A : Sta. Lizbeth Yovera Requena

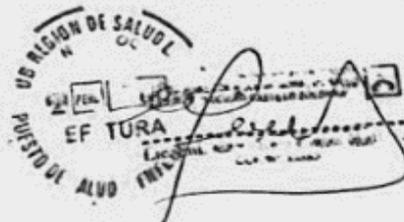
DE : LIC. ENF. MARIA ROSA FLORES MARCELO
JEFE DEL P.S. CIENEGUILLO SUR – CANAL MOCHO

ASUNTO : PERMISO PARA EJECUCION DE PROYECTO DE INVESTIGACION

Me dirijo ante usted para saludarle cordialmente; y a su vez hacer de su conocimiento que la señorita LISBETH YOVERA REQUENA estudiante de enfermería de la universidad católica de los ángeles de Chimbote le permito hacer su ejecución de proyecto de investigación titulado DETERMINANTES SOCIALES Y ESTILOS DE VIDA DE LOS PACIENTES ADULTOS QUE ACUDEN AL P.S. que hay en el P. S. DE CANAL MOCHO – CIENEGUILLO SUR por lo cual se le autoriza la ejecución de dicha dicho proyecto que va a beneficiar a los pobladores de dicha zona que tienen esten riesgo

Sin otro en particular, me despido de Usted.

Atentamente;



**ANEXO 08 EVIDENCIAS DE EJECUCIÓN (DECLARACIÓN JURADA, BASE DE
DATOS
DECLARACIÓN JURADA**

Yo, Yovera Requena, Lizbeth Estefani, identificado (a) con DNI 76054607, con domicilio real en Cieneguillo Sur, Provincia Sullana, Departamento Piura,

DECLARO BAJO JURAMENTO,

En mi condición de (estudiante/bachiller) con código de estudiante 0412172013 de la Escuela Profesional de Enfermería Facultad de Ciencias de la salud de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, semestre académico 2023-I:

1. Que los datos consignados en la tesis titulada Determinantes Biosocioeconomicos Y Estilo De Vida En Adultos Que Acuden Al Puesto de Salud, Las Mercedes - Sullana, 2023.

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

Doy fe que esta declaración corresponde a la verdad

28, de junio del 2023



Firma del estudiante/bachiller

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	V	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD	AE	AF	AG	AH																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
1	N	grado	ingreso	ocupaci	edad	sexo	P81	P82	P83	P84	P85	P86	P87	P88	P89	P90	P91	P92	P93	P94	P95	P96	P97	P98	P99	P100	P101	P102	P103	P104	P105	P106	P107	P108	P109	P110	P111	P112	P113	P114	P115	P116	P117	P118	P119	P120	P121	P122	P123	P124	P125	P126	P127	P128	P129	P130	P131	P132	P133	P134	P135	P136	P137	P138	P139	P140	P141	P142	P143	P144	P145	P146	P147	P148	P149	P150	P151	P152	P153	P154	P155	P156	P157	P158	P159	P160	P161	P162	P163	P164	P165	P166	P167	P168	P169	P170	P171	P172	P173	P174	P175	P176	P177	P178	P179	P180	P181	P182	P183	P184	P185	P186	P187	P188	P189	P190	P191	P192	P193	P194	P195	P196	P197	P198	P199	P200	P201	P202	P203	P204	P205	P206	P207	P208	P209	P210	P211	P212	P213	P214	P215	P216	P217	P218	P219	P220	P221	P222	P223	P224	P225	P226	P227	P228	P229	P230	P231	P232	P233	P234	P235	P236	P237	P238	P239	P240	P241	P242	P243	P244	P245	P246	P247	P248	P249	P250	P251	P252	P253	P254	P255	P256	P257	P258	P259	P260	P261	P262	P263	P264	P265	P266	P267	P268	P269	P270	P271	P272	P273	P274	P275	P276	P277	P278	P279	P280	P281	P282	P283	P284	P285	P286	P287	P288	P289	P290	P291	P292	P293	P294	P295	P296	P297	P298	P299	P300	P301	P302	P303	P304	P305	P306	P307	P308	P309	P310	P311	P312	P313	P314	P315	P316	P317	P318	P319	P320	P321	P322	P323	P324	P325	P326	P327	P328	P329	P330	P331	P332	P333	P334	P335	P336	P337	P338	P339	P340	P341	P342	P343	P344	P345	P346	P347	P348	P349	P350	P351	P352	P353	P354	P355	P356	P357	P358	P359	P360	P361	P362	P363	P364	P365	P366	P367	P368	P369	P370	P371	P372	P373	P374	P375	P376	P377	P378	P379	P380	P381	P382	P383	P384	P385	P386	P387	P388	P389	P390	P391	P392	P393	P394	P395	P396	P397	P398	P399	P400	P401	P402	P403	P404	P405	P406	P407	P408	P409	P410	P411	P412	P413	P414	P415	P416	P417	P418	P419	P420	P421	P422	P423	P424	P425	P426	P427	P428	P429	P430	P431	P432	P433	P434	P435	P436	P437	P438	P439	P440	P441	P442	P443	P444	P445	P446	P447	P448	P449	P450	P451	P452	P453	P454	P455	P456	P457	P458	P459	P460	P461	P462	P463	P464	P465	P466	P467	P468	P469	P470	P471	P472	P473	P474	P475	P476	P477	P478	P479	P480	P481	P482	P483	P484	P485	P486	P487	P488	P489	P490	P491	P492	P493	P494	P495	P496	P497	P498	P499	P500	P501	P502	P503	P504	P505	P506	P507	P508	P509	P510	P511	P512	P513	P514	P515	P516	P517	P518	P519	P520	P521	P522	P523	P524	P525	P526	P527	P528	P529	P530	P531	P532	P533	P534	P535	P536	P537	P538	P539	P540	P541	P542	P543	P544	P545	P546	P547	P548	P549	P550	P551	P552	P553	P554	P555	P556	P557	P558	P559	P560	P561	P562	P563	P564	P565	P566	P567	P568	P569	P570	P571	P572	P573	P574	P575	P576	P577	P578	P579	P580	P581	P582	P583	P584	P585	P586	P587	P588	P589	P590	P591	P592	P593	P594	P595	P596	P597	P598	P599	P600	P601	P602	P603	P604	P605	P606	P607	P608	P609	P610	P611	P612	P613	P614	P615	P616	P617	P618	P619	P620	P621	P622	P623	P624	P625	P626	P627	P628	P629	P630	P631	P632	P633	P634	P635	P636	P637	P638	P639	P640	P641	P642	P643	P644	P645	P646	P647	P648	P649	P650	P651	P652	P653	P654	P655	P656	P657	P658	P659	P660	P661	P662	P663	P664	P665	P666	P667	P668	P669	P670	P671	P672	P673	P674	P675	P676	P677	P678	P679	P680	P681	P682	P683	P684	P685	P686	P687	P688	P689	P690	P691	P692	P693	P694	P695	P696	P697	P698	P699	P700	P701	P702	P703	P704	P705	P706	P707	P708	P709	P710	P711	P712	P713	P714	P715	P716	P717	P718	P719	P720	P721	P722	P723	P724	P725	P726	P727	P728	P729	P730	P731	P732	P733	P734	P735	P736	P737	P738	P739	P740	P741	P742	P743	P744	P745	P746	P747	P748	P749	P750	P751	P752	P753	P754	P755	P756	P757	P758	P759	P760	P761	P762	P763	P764	P765	P766	P767	P768	P769	P770	P771	P772	P773	P774	P775	P776	P777	P778	P779	P780	P781	P782	P783	P784	P785	P786	P787	P788	P789	P790	P791	P792	P793	P794	P795	P796	P797	P798	P799	P800	P801	P802	P803	P804	P805	P806	P807	P808	P809	P810	P811	P812	P813	P814	P815	P816	P817	P818	P819	P820	P821	P822	P823	P824	P825	P826	P827	P828	P829	P830	P831	P832	P833	P834	P835	P836	P837	P838	P839	P840	P841	P842	P843	P844	P845	P846	P847	P848	P849	P850	P851	P852	P853	P854	P855	P856	P857	P858	P859	P860	P861	P862	P863	P864	P865	P866	P867	P868	P869	P870	P871	P872	P873	P874	P875	P876	P877	P878	P879	P880	P881	P882	P883	P884	P885	P886	P887	P888	P889	P890	P891	P892	P893	P894	P895	P896	P897	P898	P899	P900	P901	P902	P903	P904	P905	P906	P907	P908	P909	P910	P911	P912	P913	P914	P915	P916	P917	P918	P919	P920	P921	P922	P923	P924	P925	P926	P927	P928	P929	P930	P931	P932	P933	P934	P935	P936	P937	P938	P939	P940	P941	P942	P943	P944	P945	P946	P947	P948	P949	P950	P951	P952	P953	P954	P955	P956	P957	P958	P959	P960	P961	P962	P963	P964	P965	P966	P967	P968	P969	P970	P971	P972	P973	P974	P975	P976	P977	P978	P979	P980	P981	P982	P983	P984	P985	P986	P987	P988	P989	P990	P991	P992	P993	P994	P995	P996	P997	P998	P999	P1000	P1001	P1002	P1003	P1004	P1005	P1006	P1007	P1008	P1009	P1010	P1011	P1012	P1013	P1014	P1015	P1016	P1017	P1018	P1019	P1020	P1021	P1022	P1023	P1024	P1025	P1026	P1027	P1028	P1029	P1030	P1031	P1032	P1033	P1034	P1035	P1036	P1037	P1038	P1039	P1040	P1041	P1042	P1043	P1044	P1045	P1046	P1047	P1048	P1049	P1050	P1051	P1052	P1053	P1054	P1055	P1056	P1057	P1058	P1059	P1060	P1061	P1062	P1063	P1064	P1065	P1066	P1067	P1068	P1069	P1070	P1071	P1072	P1073	P1074	P1075	P1076	P1077	P1078	P1079	P1080	P1081	P1082	P1083	P1084	P1085	P1086	P1087	P1088	P1089	P1090	P1091	P1092	P1093	P1094	P1095	P1096	P1097	P1098	P1099	P1100	P1101	P1102	P1103	P1104	P1105	P1106	P1107	P1108	P1109	P1110	P1111	P1112	P1113	P1114	P1115	P1116	P1117	P1118	P1119	P1120	P1121	P1122	P1123	P1124	P1125	P1126	P1127	P1128	P1129	P1130	P1131	P1132	P1133	P1134	P1135	P1136	P1137	P1138	P1139	P1140	P1141	P1142	P1143	P1144	P1145	P1146	P1147	P1148	P1149	P1150	P1151	P1152	P1153	P1154	P1155	P1156	P1157	P1158	P1159	P1160	P1161	P1162	P1163	P1164	P1165	P1166	P1167	P1168	P1169	P1170	P1171	P1172	P1173	P1174	P1175	P1176	P1177	P1178	P1179	P1180	P1181	P1182	P1183	P1184	P1185	P1186	P1187	P1188	P1189	P1190	P1191	P1192	P1193	P1194	P1195	P1196	P1197	P1198	P1199	P1200	P1201	P1202	P1203	P1204	P1205	P1206	P1207	P1208	P1209	P1210	P1211	P1212	P1213	P1214	P1215	P1216	P1217	P1218	P1219	P1220	P1221	P1222	P1223	P1224	P1225	P1226	P1227	P1228	P1229	P1230	P1231	P1232	P1233	P1234	P1235	P1236	P1237	P1238	P1239	P1240	P1241	P1242	P1243	P1244	P1245	P1246	P1247	P1248	P1249	P1250	P1251	P1252	P1253	P1254	P1255	P1256	P1257	P1258	P1259	P1260	P1261	P1262	P1263	P1264	P1265	P1266	P1267	P1268	P1269	P1270	P1271	P1272	P1273	P1274	P1275	P1276	P1277	P1278	P1279	P1280	P1281	P1282	P1283	P1284	P1285	P1286	P1287	P1288	P1289	P1290	P1291	P1292	P1293	P1294	P1295	P1296	P1297	P1298	P1299	P1300	P1301	P1302	P1303	P1304	P1305	P1306	P1307	P1308	P1309	P1310	P1311	P1312	P1313	P1314	P1315	P1316	P1317	P1318	P1319	P1320	P1321	P1322	P1323	P1324	P1325	P1326	P1327	P1328	P1329	P1330	P1331	P1332	P1333	P1334	P1335	P1336	P1337	P1338	P1339	P1340	P1341	P1342	P1343	P1344	P1345	P1346	P1347	P1348	P1349	P1350	P1351	P1352	P1353	P1354	P1355	P1356	P1357	P1358	P1359	P1360	P1361	P1362	P1363	P1364	P1365	P1366	P1367	P1368	P1369	P1370	P1371	P1372	P1373	P1374	P1375	P1376	P1377	P1378	P1379	P1380

..	U	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD	AE	AF	AG	I
84	3	1	2	3	4	4	4	1	1	2	2	2	1	4	3	3	3	3	3	2	1	2	3	2	3	3	3	1	73 NO SALUDABLE	
85	3	2	2	3	4	4	4	2	1	2	1	2	2	3	2	2	3	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	1	86 NO SALUDABLE	
86	2	2	2	3	2	4	2	1	2	2	3	3	1	2	2	4	3	2	3	2	1	2	3	2	4	3	2	1	89 NO SALUDABLE	
87	2	2	2	3	3	4	2	1	1	2	3	3	2	3	4	2	3	2	3	3	1	2	2	3	4	3	3	1	73 NO SALUDABLE	
88	1	3	1	4	4	4	4	2	3	2	1	2	1	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	73 NO SALUDABLE
89	1	3	1	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	3	4	3	3	1	4	2	1	2	2	3	1	4	3	1	87 SALUDABLE	
90	5	1	1	4	4	2	4	2	2	4	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	1	2	2	2	1	4	4	4	82 SALUDABLE	
91	3	1	1	4	4	2	2	2	4	4	4	4	2	2	4	2	2	2	4	2	1	2	2	2	1	4	2	1	74 NO SALUDABLE	
92	2	2	2	4	2	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	2	4	2	2	1	2	2	2	1	4	2	1	81 SALUDABLE	
93	2	2	1	2	4	3	3	4	2	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	1	2	2	2	1	4	2	1	73 NO SALUDABLE	
94	2	3	2	3	4	4	4	3	2	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	2	1	3	3	3	1	4	3	1	87 SALUDABLE	
95	1	3	2	4	3	2	2	3	2	2	4	4	3	3	3	4	3	3	2	1	3	2	2	3	3	4	1	80 SALUDABLE		
96	2	2	1	3	4	3	3	4	2	1	3	3	4	3	2	3	4	3	4	2	2	3	3	2	1	3	4	1	79 SALUDABLE	
97	2	1	1	4	4	3	3	4	2	2	3	2	2	3	2	3	4	3	3	2	2	3	2	3	1	4	3	1	74 NO SALUDABLE	
98	5	2	1	4	3	4	3	2	2	3	4	3	2	4	2	4	4	3	3	1	2	3	2	2	3	4	3	2	85 SALUDABLE	
99	3	2	2	3	4	3	2	3	2	2	2	3	2	3	4	3	4	3	4	3	2	3	3	2	1	3	3	1	81 SALUDABLE	
100	2	2	1	3	2	4	2	2	1	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	3	1	67 NO SALUDABLE	
101	2	2	1	3	2	3	2	2	1	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2	3	1	2	3	2	66 NO SALUDABLE	
102	1	2	2	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	1	4	3	3	1	3	2	2	83 SALUDABLE	
103	2	2	1	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	2	3	3	2	1	2	3	4	3	3	4	1	86 SALUDABLE	
104	2	2	1	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	2	3	3	1	3	3	3	4	3	3	1	88 SALUDABLE	
105	5	2	1	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	2	3	2	3	1	3	3	4	3	4	3	1	93 SALUDABLE	
106	3	1	2	4	4	3	4	4	3	2	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	1	3	3	4	3	3	3	1	83 SALUDABLE	
107	3	1	1	3	4	4	4	4	4	2	2	3	4	3	2	2	3	2	2	3	4	3	3	3	4	3	3	1	84 SALUDABLE	
108	5	2	2	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	4	4	3	4	1	93 SALUDABLE	
109	1	2	2	4	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	1	85 SALUDABLE	
110	5	2	1	4	3	4	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	1	84 SALUDABLE	
111	3	2	2	3	3	4	4	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	1	87 SALUDABLE	
112	1	3	1	3	4	3	3	3	4	2	2	3	3	4	3	3	3	2	2	3	4	2	3	3	3	2	2	1	80 SALUDABLE	
113	2	2	1	3	4	3	4	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	4	3	3	3	4	3	3	1	85 SALUDABLE	
114	3	2	1	4	3	4	4	4	3	2	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	3	4	1	87 SALUDABLE	
115	2	1	2	4	3	4	3	4	4	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	91 SALUDABLE	
116	2	2	1	4	3	4	2	3	2	2	4	4	3	3	2	4	4	3	3	3	4	2	4	3	3	2	2	1	83 SALUDABLE	
117	5	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	69 NO SALUDABLE
118	2	2	1	3	3	4	2	2	2	2	2	3	3	4	2	2	4	4	3	4	3	4	2	2	3	4	3	3	2	82 SALUDABLE
119	1	1	1	3	3	4	2	2	1	2	3	3	4	3	2	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	1	83 SALUDABLE	
120	2	2	1	3	3	4	3	2	1	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	2	2	3	4	3	3	2	88 SALUDABLE	
121	2	2	1	3	3	4	2	2	1	2	3	3	2	2	2	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	1	81 SALUDABLE	
122	2	2	2	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	1	90 SALUDABLE	
123	2	3	1	3	4	3	4	4	3	2	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	4	3	1	86 SALUDABLE	
124	5	2	1	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	4	3	4	3	1	92 SALUDABLE	
125	1	2	2	4	3	3	2	2	1	1	3	4	2	3	2	3	4	3	4	3	4	2	2	4	3	4	2	2	80 SALUDABLE	
126	1	2	1	4	3	3	2	2	1	3	4	4	3	2	3	4	4	3	4	3	4	2	3	4	3	2	3	3	88 SALUDABLE	
127	1	2	1	3	4	4	3	2	1	2	3	4	3	3	2	4	3	4	4	3	4	3	2	2	3	4	3	1	84 SALUDABLE	
128	1	1	1	4	3	4	3	2	1	1	3	3	2	2	2	3	2	3	2	1	1	3	3	2	3	4	2	1	68 NO SALUDABLE	
129	1	2	1	4	3	4	3	1	1	3	4	2	4	2	3	4	3	2	4	3	4	3	4	3	4	4	3	2	88 SALUDABLE	
130	1	2	2	3	2	4	3	2	1	3	4	3	4	2	2	4	4	3	3	3	4	4	2	3	4	3	2	1	84 SALUDABLE	
131	1	1	1	3	4	3	2	3	1	2	3	3	4	2	3	3	4	3	4	4	4	2	2	2	3	2	3	2	81 SALUDABLE	
132	3	3	1	3	3	4	3	2	1	1	2	3	4	2	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	1	83 SALUDABLE	
133																														

..	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	I
108	5	2	2	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	4	4	3	4	1	93 SALUDABLE		
109	1	2	2	4	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	1	85 SALUDABLE		
110	5	2	1	4	3	4	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	1	84 SALUDABLE		
111	3	2	2	3	3	4	4	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	1	87 SALUDABLE		
112	1	3	1	3	4	3	3	3	4	2	2	3	3	4	3	3	3	2	2	3	4	2	3	3	3	2	2	1	80 SALUDABLE		
113	2	2	1	3	4	3	4	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	4	3	3	3	4	3	3	1	85 SALUDABLE		
114	3	2	1	4	3	4	4	4	3	2	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	3	4	1	87 SALUDABLE		
115	2	1	2	4	3	4	3	4	4	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	91 SALUDABLE		
116	2	2	1	4	3	4	2	3	2	2	4	4	3	3	2	4	4	3	3	3	4	2	4	3	3	2	2	1	83 SALUDABLE		
117	5	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2	69 NO SALUDABLE	
118	2	2	1	3	3	4	2	2	2	2	2	3	3	4	2	2	4	4	3	4	3	4	2	2	3	4	3	3	2	82 SALUDABLE	
119	1	1	1	3	3	4	2	2	1	2	3	3	4	3	2	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	1	83 SALUDABLE		
120	2	2	1	3	3	4	3	2	1																						

EMPASTADO

INFORME DE ORIGINALIDAD

4%

INDICE DE SIMILITUD

4%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

0%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.uladech.edu.pe

Fuente de Internet

4%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 4%

Excluir bibliografía

Activo