



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE  
CHIMBOTE  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE  
PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL  
COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA  
DEL ADULTO. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO  
HUMANO MIRAFLORES ALTO\_CHIMBOTE, 2021**

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

**AUTORA**

**BECERRA PEREZ, CRISTINA LIZET**

**ORCID: 0000-0001-5002-5669**

**ASESORA**

**VILCHEZ REYES, MARIA ADRIANA**

**ORCID: 0000-0001-5412-2968**

**CHIMBOTE, PERÚ**

**2023**



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**ACTA N° 0162-092-2023 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS**

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **14:40** horas del día **17** 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  
**Dr(a). VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA** Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO. "JIRÓN CALLAO" ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO\_CHIMBOTE, 2021**

**Presentada Por :**  
(0112181025) **BECERRA PEREZ CRISTINA LIZET**

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

**Dr(a). VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA**  
Asesor



## CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO. "JIRÓN CALLAO" ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO\_CHIMBOTE, 2021 Del (de la) estudiante BECERRA PEREZ CRISTINA LIZET, asesorado por VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA 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, 21 de Setiembre del 2023

---

Mg. Roxana Torres Guzmán  
Responsable de Integridad Científica

## **Jurado**

DR. ACEVEDO ROMERO, JUAN HUGO

ORCID: 0000-0003-1940-0365

PRESIDENTE

DRA. RAMOS MOSCOSO, SARA MARIBEL

ORCID: 0000-0002-5665-9520

MIEMBRO

MG. ÑIQUE TAPIA, FANNY ROCIO

ORCID: 0000-0002-1205-7309

MIEMBRO

DRA. VILCHEZ REYES, MARÍA ADRIANA

ORCID: 0000-0001-5412-2968

ASESORA

### **Dedicatoria**

A Dios, quien me dio las fuerzas y la esperanza que necesitaba en los momentos difíciles, para poder superar los obstáculos que se han ido presentando.

A mis padres, por hacer todo lo posible para apoyarme y acompañarme en este camino de intentar cumplir con mis metas, dándome motivación en cada paso que daba.

A mis hermanos, por brindarme su cariño y apoyo incondicional.

CRISTINA LIZET

## **Hoja de agradecimiento**

Agradezco a Dios por darme fuerzas necesarias para llevar a cabo mis objetivos; a mis padres y hermanos por siempre darme el apoyo y la oportunidad de poder culminar con éxito el presente trabajo.

A la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, por brindarme las herramientas necesarias para poder culminar con éxito este estudio.

Así mismo a nuestra asesora por guiarnos y brindarnos los conocimientos necesarios en cada asesoría.

CRISTINA LIZET

## Índice General

Caratula.....	I
Jurado.....	IV
Dedicatoria.....	V
Hoja de agradecimiento.....	VI
Índice General.....	VII
Lista de tablas.....	VIII
Lista de figuras.....	IX
Resumen.....	X
Abstracts.....	XI
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	1
II. MARCO TEÓRICO.....	8
2.1. Antecedentes.....	8
2.3. Hipótesis.....	18
III. METODOLOGIA.....	19
3.1. Nivel, tipo y diseño de investigación.....	19
3.2. Población y muestra.....	19
3.3. Variables. Definición y operacionalización.....	20
3.4. Técnica e instrumentos de recolección de información.....	31
3.5. Método de análisis de datos.....	33
3.6. Aspectos éticos.....	34
IV. RESULTADOS.....	36
DISCUSIÓN.....	51
V. CONCLUSIONES.....	72
VI. RECOMENDACIONES.....	74
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	75
ANEXOS.....	88
Anexo 01 Matriz de consistencia.....	88
Anexo 02 Instrumento de recolección de información.....	89
Anexo 03 Validez del instrumento.....	96
Anexo 04 Confiabilidad del instrumento.....	97
Anexo 05 Formato de Consentimiento informado.....	98
Anexo 06 Documento de aprobación para la recolección de la información.....	99
Anexo 07 Evidencias de ejecución (Declaración jurada, base de datos).....	100

## Lista de tablas

Pág.

### **TABLA 1:**

FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DE LA SALUD DEL ADULTO. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO\_ CHIMBOTE, 2021.....36

### **TABLA 2:**

ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO\_ CHIMBOTE, 2021.....42

### **TABLA 3:**

ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO\_ CHIMBOTE, 2021.....43

### **TABLA 4:**

RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO\_ CHIMBOTE, 2021.....44

### **TABLA 5:**

RELACIÓN ENTRE LAS ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO\_ CHIMBOTE, 2021.....50

## Lista de figuras

Pág.

### **FIGURA DE TABLA 1:**

FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DE LA SALUD DEL ADULTO. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO\_ CHIMBOTE, 2021.....38

### **FIGURA DE TABLA 2:**

ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO\_ CHIMBOTE, 2021.....42

### **FIGURA DE TABLA 3:**

ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO\_ CHIMBOTE, 2021.....43

### **FIGURA DE TABLA 4:**

RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO\_ CHIMBOTE, 2021.....46

### **FIGURA DE TABLA 5:**

RELACIÓN ENTRE LAS ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO\_ CHIMBOTE, 2021.....50

## **Resumen**

La prevención y promoción actualmente siguen siendo una intervención eficaz en el cambio de actitudes de los adultos; sin embargo, estos no siempre aceptan las recomendaciones brindadas por el personal de salud, ante lo planteado en esta investigación, el objetivo general fue determinar la asociación entre los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021. La metodología fue descriptiva, la muestra fue de 96 adultos, se aplicó 3 instrumentos: Cuestionarios sobre los factores sociodemográficos, cuestionario de acciones de prevención y promoción de la salud, y escala de estilos de vida, los datos fueron procesados mediante el software SPSS Statistics 24.0; generando tablas de doble entrada y determinando la relación entre las variables mediante el chi cuadrado. Los resultados fueron: en factores sociodemográficos, el 63,5% son mujeres, 55,2% adultas maduras, 54,2% poseen SIS; en acciones de prevención y promoción, el 52,1% tiene acciones inadecuadas; en estilo de vida del adulto, el 53,2% tienen estilo de vida no saludable. Concluyéndose que existe relación entre los factores sociodemográficos: grado de instrucción, ocupación, ingreso económico con el estilo de vida, pero no existe relación entre el estilo de vida con los factores sociodemográficos: sexo, edad, religión, estado civil y el tipo de seguro; también, existe relación entre las variables de estilos de vida con las acciones de prevención y promoción.

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

## **Abstracts**

Prevention and promotion currently continue to be an effective intervention in changing adult attitudes; however, they do not always accept the recommendations provided by health personnel, given what was stated in this research, the general objective was to determine the association between sociodemographic factors and prevention and promotion actions with health behavior: styles of adult life. "Jirón Callao" Miraflores Alto Human Settlement\_ Chimbote, 2021. The methodology was descriptive, the sample was 96 adults, 3 instruments were applied: Questionnaires on sociodemographic factors, questionnaire on prevention and health promotion actions, and scale of styles of life, the data were processed using the SPSS Statistics 24.0 software; generating double entry tables and determining the relationship between the variables using the chi square. The results were: in sociodemographic factors, 63,5% are women, 55,2% mature adults, 54,2% have SIS; in prevention and promotion actions, 52,1% have inadequate actions; in adult lifestyle, 53,2% have an unhealthy lifestyle. Concluding that there is a relationship between sociodemographic factors: level of education, occupation, income with lifestyle, but there is no relationship between lifestyle and sociodemographic factors: sex, age, religion, marital status and type of insurance; Also, there is a relationship between lifestyle variables with prevention and promotion actions.

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

## **I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

La promoción de la salud toma al comportamiento del adulto como el motivo principal por el cual su salud puede mejorar o empeorar; ya que, de cierta forma, estas acciones influyen la manera en cómo el adulto pueda adaptarse a los cambios que surjan en su entorno, entre ellos las enfermedades no transmisibles que siempre se encuentran presentes y al cual; por el tema de su grupo etario, además de las enfermedades propias de la edad, el adulto se encuentra vulnerable a padecerlos (1).

De esta manera, lo que busca la prevención es reducir el riesgo o eliminar parte de los factores que puedan desencadenar una enfermedad que pueda llegar a complicarse causando mayor daño al adulto, los cuales pueden ser la invalidez o en extremos casos, el fallecimiento de este; sobre todo con la desinformación que se viene observando en las redes sociales (1).

Pese a las acciones de prevención y promoción que el personal de enfermería brinda a los adultos con la finalidad de que este logre cambiar su comportamiento y se note más activo en su accionar con respecto a alcanzar una salud adecuada y en óptimas condiciones para que puedan vivir con tranquilidad esta etapa de su vida, en muchos casos el adulto hace caso omiso a las recomendaciones, recurriendo a un círculo vicioso donde el adulto mantiene conductas saludables por un periodo de tiempo corto, para ver pequeñas mejorías, para luego dejar de lado todo lo bien que estaba haciendo y continuar con sus malos hábitos, que lo único que conseguirá es seguir deteriorando su salud (1).

La educación juega un papel importante e influyente en la vida de la persona, sobre todo, en lo que respecta a su relación que tiene con la pobreza; según un análisis de Oxfam realizado en 2019, muestra como en los países de mayor desarrollo, solo el 75% de adultos con un nivel económico elevado, tienen mayor acceso a la educación superior; por otro lado existe el increíble porcentaje del 90% que llegaron a la escuela secundaria y muy pocos llegaron a culminarlo; siendo así, menos posibilidades de llegar a conseguir un trabajo que le permita costearse algunos artículos o gastos esenciales para vivir una vida cómoda; por ello, la mayor parte del tiempo, se asocia a la educación como una gran influencia en el nivel económico, predominando la pobreza en personas con educación básica no completada (2).

Como es sabido la educación forma parte importante en la vida, ya que dependiendo del nivel educativo que se tenga, la persona puede tener los recursos suficientes para poder costear los gastos que surgen en el día a día; por otro lado,

aquella persona que no cuenta con un nivel básico de estudios, le resulta más complicado conseguir un puesto de trabajo con un salario más adecuado y en algunos casos no llegan a ganar ni siquiera lo mínimo, lo que les dificultaría cubrir las necesidades básicas, estando dentro de ellas, las consultas médicas (3).

Con lo que respecta al estilo de vida saludable vendría siendo el resultado de interacciones entre el estado mental, físico y social, dentro de ellas se incluyen las acciones de prevención ante las enfermedades, la estabilidad laboral, el ambiente, el ocio y su participación social; por el contrario, si el resultado no es el esperado, es decir un estilo de vida inadecuado, se debe analizar la situación con el fin de identificar aquel factor que está influyendo negativamente y por ello se deberían tomar las medidas que sean necesarias para lograr una salud adecuada (4).

Los estilos de vida se van adaptando según nuestro día a día y los hábitos que tengamos, a su vez una adecuada alimentación, junto con actividad física, puede ayudar a que la persona se mantenga saludable; en cambio tener hábitos poco saludables generará un impacto perjudicial a la salud, trayendo consigo complicaciones y diversas patologías que no son contagiosas. Así mismo Gallo, nos dice que el modo de vivir se refiere a las formas particulares de expresar las condiciones del entorno en el que habita; influyendo la forma en que los individuos incorporan a la sociedad ya que estos hábitos vendrían siendo la comida, aseo personal, recreo, amistades, entre otros (5).

Actualmente vemos que los estilos de vida son la mayor causa de enfermedades no transmisibles como es el caso de la diabetes e hipertensión, los cuales son enfermedades que no muestran sintomatología en primera instancia y que solo se dan a notar cuando la enfermedad ya está más avanzada, dejando más vulnerable al adulto; siendo un problema agudo, es por ello que el personal de salud hace especial énfasis en la educación como intervención eficaz en cuando a los cambios de actitudes que puedan tener los adultos (5).

Si bien relacionamos la alimentación con el estilo de vida, no es el único que influye; dentro de ellos tenemos la actividad física que ayuda a prevenir el desarrollo de futuras patologías, a su vez ayuda a fortalecer y tonificar los músculos. También tenemos el consumo de sustancias dañinas para el cuerpo; hablamos del tabaco y las bebidas con altos índices de alcohol, los cuales causan un gran efecto negativo a la salud, siendo consideradas una de las primeras razones del surgimiento en diversos tipos de cáncer, por ello se recomienda evitar consumirlo (6).

En el año 2020, con el incremento de casos por esta pandemia del covid-19, cerca del 79% de la población a nivel mundial, consideraron que llevaron un estilo de vida saludable; debido a las consecuencias que esta coyuntura por la que se está viviendo y las deudas pendientes, muchas personas se vieron en la necesidad de mejorar sus hábitos. A pesar de ello, se estima que el 20% de la población restante, aún considera que no lleva un estilo de vida saludable; lo que se pudo deducir de dicho porcentaje, fue que entre más alto es el nivel de estudio de la persona, se consideran sanos o que no tienen ningún problema con respecto a su salud; dicho panorama por el cual se auto predomina el individuo, en muchos casos llega a ser debido a la responsabilidad de mantener su nivel de vida (7).

A nivel mundial se busca promover diversas estrategias y medidas sanitarias con el fin de prevenir enfermedades y las complicaciones que puedan traer a la salud en algún futuro, por lo que con frecuencia se evalúa la interacción de la persona con su entorno, siendo estos los factores más importantes al momento de influenciar a la salud y bienestar del adulto; enfrentándose a una lucha constante con la desinformación que abunda en las redes sociales, información que en muchas ocasiones el adulto replica, dándoles falsas recomendaciones caseras que promocionan como la solución a todos sus problemas de salud; lo que en algunos casos terminarán lastimándolos de maneras irremediables (8).

Por un lado, tenemos a España que fue situada como uno de los países que cuentan con un agradable modo de vida, esto lo determinó un estudio realizado por un banco británico, expresando que este país se ha vuelto el destino turístico preferido de los adultos retirados laboralmente. Esto es favorecido por su clima agradable que complementa este modo de vida, ofreciendo la oportunidad de realizar diversas dinámicas entretenidas al aire libre beneficiando la salud física de del adulto, quienes prefieren un clima cálido para salir a caminar por los alrededores; sin embargo, una cierta parte de los adultos quienes residen allí, consideran que el lado negativo es la baja economía ocasionando que la situación se haga complicada para vivir (9).

En América Latina, con lo que respecta al sistema de salud, se ha ido reformando con el paso de los años, todo ello para beneficiar a la población, garantizando sobre todo su salud y siempre manteniendo el debido respeto hacia los derechos del adulto; sin embargo, no todo esto se ha podido cumplir, evidenciándose actualmente en la escases de medicamentos o seguros que no lleguen a cubrir gran parte del tratamiento, a todo ello, se le suma la impresión de haber dejar olvidado un tema tan importante

como promover campañas donde se fomente la participación de las personas en su propio cuidado (10).

En Cuba; el gobierno busca trabajar organizando sus estrategias y enfocarlas en la priorización la salud de sus ciudadanos, afrontando los diversos retos que se presentan a lo largo del camino, para lograr una óptima promoción de la salud y en la educación en salud, dando la posibilidad y acceso a los servicios médicos a todas las personas con bajos recursos económicos, promoviendo una cultura donde sean respetados los derechos de las personas (11).

Por otro lado; en Colombia, optaron por usar la educación en salud, como principal herramienta para transmitir y fortalecer los conocimientos que se tenían previamente sobre la promoción; además, buscan inculcar la cultura de prevención de todos sus ciudadanos, para que esto pueda ser más equitativo para todos, ya que no todos los adultos cuentan con los medios necesarios para llegar a adquirir este servicio, por lo que proponen apoyarse en los medios tecnológicos, tratando de abarcar a la mayor parte de la población posible (12).

En el caso de nuestro país, Perú, la situación de la salud se ha ido modificando y cambiando con el paso de los años y al igual que los países anteriormente mencionados, buscan construir y aportar mejores estrategias con fines de mejorar el sistema sanitario, sobre todo en el tema de prevenir enfermedades a una edad tan temprana o se complique alguna patología que se haya tenido previamente; sin embargo, debido a las diversas estrategias políticas cambiantes y sumándole la poca participación de los ciudadanos, produjo un resultado distinto a lo esperado, llegando a ser insuficiente (13).

Con respecto al sistema de salud en el Perú, ciertamente es un tema que todavía sigue en una lucha constante para lograr que los adultos tomen conciencia sobre el daño que se están generando a ellos mismos al no tomar medidas preventivas para fortalecer su salud, ya que, a pesar de que el adulto cuente con un seguro de salud, no llega a usarlo por el mismo motivo de seguir trabajando y dejando de lado cualquier malestar, aun cuando tienen establecimientos de salud a una distancia cercana a la de su vivienda; por otro lado y llevándolo al tema político, el estado se encuentra fortaleciendo algunas intervenciones para tratar de reducir ese distanciamiento sanitario que se ha creado con los adultos; a pesar de que hay adultos que tratan de cuidarse y ser más conscientes del estado de vulnerabilidad en el que se encuentran, ciertamente el número de personas que toman su salud a la ligera es mayor y en muchos

casos, acuden al médico cuando la enfermedad ya está lo suficientemente avanzada (13).

El Ministerio de Salud o también conocido como el MINSA, considera necesario promover e incentivar la participación de las personas con acciones de prevención; esto debido a que últimamente el índice del adulto con sobre peso está en aumento, ante esto, se estuvieron tomando distintas medidas y fortaleciendo algunas intervenciones para promover actividades saludables, de esta manera se buscaba guiarlos hacia una vida mucho más saludable que le genere una salud más óptima, teniendo como base la promoción de la salud, donde se dan los materiales adecuados, conocimiento y destreza para impulsar a que todos los ciudadanos se protejan y tengan más cuidado con su salud (14).

En el departamento de Áncash, la situación de promoción de la salud fue tomando mayor relevancia, sobre todo con esta coyuntura que se está viviendo, siendo las redes de la Diresa, quienes fortalecieron la gestión de recursos, diagnósticos y diversos mecanismos que tienen un cierto nivel de importancia al brindar un servicio adecuado, cubriendo con las necesidades de la persona; sobre todo fortalecer la atención primaria, en aquellas comunidades más alejada a las zonas urbanas (15).

Esta situación no es ajena a los adultos que viven en Jirón Callao del Asentamiento Humano Miraflores Alto; la población de esta comunidad se encuentra conformada en gran parte por adultos quienes en su mayoría se dedican al comercio, las viviendas en las que habitan a simple vista se pueden notar que fueron construidas con material noble, también cuentan con abastecimiento de agua, luz y desagüe. Además de ello, tienen acceso de servicio de salud debido a que esta comunidad pertenece al centro de salud Miraflores Alto, lugar donde se cuenta con programas de hipertensión, diabetes e inmunizaciones, además de otros servicios como lo es consultorio de medicina general; sin embargo, y como se ha visto en otros lugares, los adultos de esta comunidad siempre acuden a sus consultas preventivas y algunos de ellos asisten solo cuando su salud se ve deteriorada (16).

Frente a esta situación expuesta se ha planteado el siguiente problema

¿Existe relación entre los Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: Estilos de vida del adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021?

El propósito con el que se realizó esta investigación fue para brindar información y expandir el conocimiento previo que tienen los adultos de “Jirón Callao”

Asentamiento Humano Miraflores Alto, promoviendo sobre todo la toma de consciencia de los adultos, ya que son ellos mismos quienes tiene el control sobre su cuerpo y por ende su salud, este depende únicamente de ellos, de las decisiones y acciones que vayan a tomar, lo que puede llevar a mejorar o empeorar su estado de salud; es por ello que se le debe dar relevancia a la toma consciencia sobre la importancia que tienen sus acciones y hábitos para que puedan llegar a vivir una adultez tranquila, sin tantas complicaciones o enfermedades que ya de por sí, vienen acompañadas por la edad.

En el aspecto teórico se busca brindar una información veraz y sobre la manera en cómo el conocimiento insuficiente puede influenciar en el comportamiento del adulto, trayendo como consecuencia complicaciones en su salud, por ello es de vital importancia ser cuidadosos y responsables con el cuidado de su cuerpo, ya que, al no gozar de buena salud, llegaría a ser complicado continuar realizando las actividades cotidianas; así mismo, con forme pasa el tiempo, van apareciendo enfermedades propias de la edad. Por ello, este informe busca contribuir a la salud de los adultos, por consiguiente, se está brindando información sobre los factores que pueden llegar a generar complicaciones en la salud del adulto que vive en “Jirón Callao” Asentamiento humano Miraflores Alto.

En el aspecto practico, esta investigación busca difundir los resultados obtenidos a las autoridades correspondientes; de ese modo, se puede analizar los avances o la decadencia de la población, incentivando a nuevas propuestas y/o estrategias que vayan a promover el progreso y desarrollo de la comunidad en estudio. Por otro lado, puede ser empleado en las próximas investigaciones de los estudiantes, utilizándolo como parte de los antecedentes.

En el aspecto metodológico de esta investigación, es incentivar al adulto a tomar medidas preventivas, mediante la adquisición de conocimientos que pueda servir como base para que la persona evite complicaciones con su salud en el futuro; evitar la desinformación que se pueda estar generando en su círculo social y que acuda a un profesional ante las dudas que tenga con respecto a su salud.

En respuesta a lo expuesto, se plantea como objetivo general:

Determinar la relación entre los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021

Siendo sus objetivos específicos:

Caracterizar los factores sociodemográficos en el adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021

Caracterizar las acciones de prevención y promoción de la salud en el adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021

Caracterizar el comportamiento de la salud: estilo de vida en el adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021

Explicar la relación de los factores sociodemográficos con el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021

Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes

#### **Antecedente Internacionales**

**Castro R, (17).** En su investigación “Estilos y calidad de vida de los adultos mayores de la comunidad Patuco, cantón Celica, en el periodo Septiembre 2018 - Agosto 2019”. Su objetivo fue conocer los estilos y calidad de vida del adulto mayor de la comunidad Patuco. La metodología fue un estudio de tipo descriptivo y de corte transversal. Cuyo resultado es que el 56,67% está casado, y en un 100% tiene un nivel de escolaridad primaria. Se concluyó que en los estilos de vida que llevan los adultos mayores relacionados con alimentación, actividad física, ocio, consumo de sustancias psicoactivas, sueño y autocuidado en su mayoría son saludables, resaltándose que la mayor parte presentan autonomía en sus actividades diarias.

**Onofre N, et al., (18).** En su investigación titulado “Estilos de vida y factores sociodemográficos asociados a la alta adhesión a la dieta mediterránea en la población adulta de la Comunidad Valenciana, 2020”; cuyo objetivo fue evaluar la existencia de determinantes relacionados con el estilo de vida y con otros factores sociodemográficos asociados a una ADM alta en una muestra de la población adulta de la Comunidad Valenciana; la metodología fue un estudio transversal; los resultados fueron que el 48,06 % de los individuos eran hombres y el 51,94 % mujeres. El 12,94 % de las personas estudiadas tenían entre 16 y 24 años; el 34,46 % entre 25 y 44 años; se concluyó que-las personas más jóvenes y aquellas que no conviven en pareja son las que mostraron mayor riesgo de no adherirse al patrón dietético mediterráneo.

**García J, Garza R, Cabello M, (19).** en su investigación “Dimensiones de los estilos de vida saludable durante el confinamiento por COVID-19 en población mexicana, 2022.”, tuvo como objetivo analizar las dimensiones relacionadas con el estilo de vida saludable y su relación con variables demográficas durante el confinamiento por COVID-19 en personas en México; su metodología fue de tipo cuantitativo, los resultados obtenidos son que el grupo de edad que tiene mayor representatividad es el de 21 a 30 años (34.5 %), el 71% presentó un estilo de vida saludable. Se concluyó que las dimensiones de actividad física y estrés fueron las más afectadas en el estudio, evidenciando las áreas menos significativas para los mexicanos.

## **Antecedente Nacional**

**Del Carmen P, Zapata A, (20).** En su investigación “Nivel de conocimiento y práctica preventiva en la población afectada con dengue, Ferreñafe, 2019”; cuyo objetivo fue Identificar la relación que existe entre el nivel de conocimiento y la práctica preventiva en personas afectadas con dengue, Ferreñafe 2019; su metodología es cuantitativo con diseño descriptivo correlacional; en los resultados, el 95,39% presentan un adecuado conocimiento sobre el dengue y el 4,61% tiene un conocimiento inadecuado sobre el virus en estudio el 89,47% de las personas si practica medidas preventivas y el 10,53% no practica medidas preventivas; se concluyó que sí existe una relación entre nivel de conocimiento y práctica preventiva en la población afectada con dengue.

**Giraldo E, (21).** En su investigación “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del centro poblado de Unchus\_Huaraz, 2021”, tiene como objetivo general Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida en el Adulto del Centro Poblado de Unchus\_Huaraz, 2021; su metodología es de tipo cuantitativo, los resultados obtenidos fueron que, del total de adultos la mayoría son de sexo femenino, profesan religión católica, ingreso económico menor de 400 soles, con seguro SIS, casi todos tienen acciones de prevención y promoción adecuada y estilos de vida saludable. Se concluye que existe relación estadísticamente significativa entre las acciones de prevención y promoción con el estilo de vida.

**Dioses S, (22).** En su investigación “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento humano Campo Polo Castilla - sector Sinchi Roca\_Castilla\_Piura, 2023”, tuvo como objetivo Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto de los adultos del Asentamiento Humano Campo Polo Castilla - sector Sinchi Roca – Castilla – Piura, 2022, su metodología fue de tipo cuantitativo; los resultados obtenidos fueron que la mayoría son de sexo femenino, edad de 60 a más, casados, más de la mitad son ama de casa, ingreso económico menor de 400 soles; de religión católica. La mayoría tienen estilo de vida saludable, se concluye

que, existe relación entre la prevención y Promoción de la salud y estilos de vida, como también con el apoyo social donde si existe relación estadísticamente significativa.

#### **Antecedentes Locales o regionales**

**Paz E, (23).** En su investigación “Factores sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de vida y Apoyo Social del Adulto. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote\_2019”, tuvo como objetivo general determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto. Asociados al comportamiento de la salud: Estilos De Vida y Apoyo Social, Asentamiento Humano-Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote\_2019; su metodología es tipo cuantitativo, los resultados son que más de la mitad de adultos es sexo femenino, el seguro de salud es SIS; se concluye que estadísticamente si existe relación significativa con la variable edad y con el apoyo no existe relación.

**Manrique M, (24).** En su investigación “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del asentamiento humano Tierra Prometida\_Nuevo Chimbote, 2021”, tuvo como objetivo general determinar la relación entre los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del Asentamiento Humano Tierra Prometida\_Nuevo Chimbote; su metodología fue de tipo cuantitativo, los resultados obtenidos en acciones de Prevención y Promoción de la Salud, la mitad tienen acciones inadecuadas. Estilos de vida, más de la mitad tiene estilos de vida no saludable; se concluye que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables de factores sociodemográficos y los estilos de vida, como también en las acciones de prevención y promoción de la salud y estilos de vida.

**Alcasihuinca T, (25).** En su investigación “Estilo De Vida Y Factores Biosocioculturales En El Adulto Maduro De La Habilitacion Urbana Progresista Golfo Pérsico – Nuevo Chimbote, 2019”; tuvo como objetivo determinar la relación entre el estilo de vida y los factores Biosocioculturales en el Adulto Maduro; su metodología fue de tipo cuantitativo; los resultados fueron que el 73,79 % tienen estilos de vida no saludable y el 26,21% tienen estilos de vida saludable; se concluye que la población en estudio no cumplen las condiciones

para aplicar la prueba chi cuadrado, más del 20% de la frecuencia esperada es menor a 5 entre el grado de instrucción, ocupación, estado civil y el ingreso económico.

## **2.2. Bases teóricas**

La presente investigación está conformada por la base teórica conceptual de Nola Pender, quien en su estudio sobre promoción de la salud muestra la importancia de este tema, siendo su objetivo comprender el comportamiento humano en relación con la salud e intentar re-direccionar aquellas conductas negativas por unas que sean más saludables (26).

Pender en 1975 publicó un modelo conceptual de conducta para la salud preventiva, en donde colocó como base estudiar la manera en que las personas toman decisiones sobre los cuidados de su propia salud dentro de un contexto enfermero; en aquel artículo se evidenciaban los determinantes que influían en aquellas decisiones y lo que realizaban las personas en su intento de prevenir enfermedades (27).

En el año 1982, Nola Pender presentó oficialmente la primera edición del modelo de promoción de la salud; el cual es usado con frecuencia por el profesional de enfermería, debido a que este modelo se basa en la educación de las personas, sobre cómo cuidarse y llevar una vida saludable, permitiéndonos entender los diversos factores que pueden llegar a influir en los hábitos de la persona. Y en 1996 publicó una segunda edición de este mismo (28).

De ese modo, el modelo que Nola Pender contempla metaparadigmas, los cuales vienen siendo las siguientes (28).

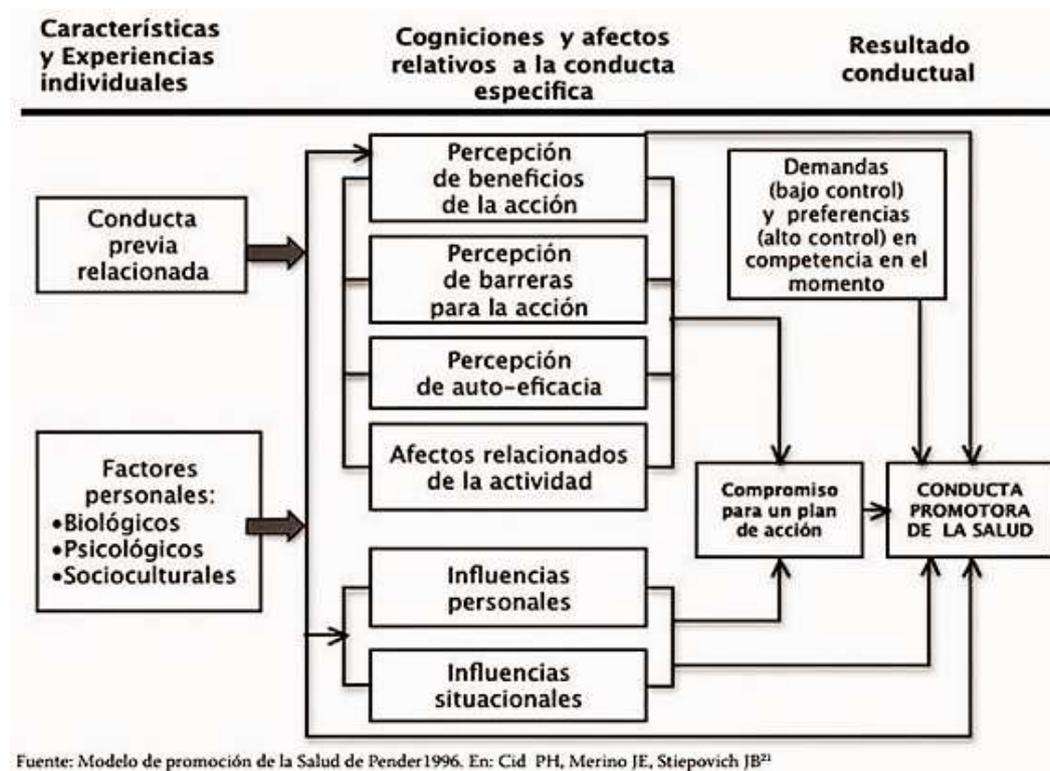
**Persona:** Engloba todas las características del ser humano, en lo físico, en sus capacidades para aprender y comprender la situación en la que se encuentra; en las soluciones que puede presentar para salir de algún problema, emociones y sus diversos factores (29).

**Entorno:** Es todo lo que rodea al individuo, el espacio en el que se mueva y que este, a su vez va cambiando, creando nuevos escenarios que pueden favorecer o influenciar de manera negativa a las conductas que promuevan la salud (30).

**Enfermería:** A manos del personal de enfermería quedan las acciones sanitarias, conformándose en el principal responsable de incentivar a las personas a que tomen conciencia sobre la importancia de tener ciertas

actitudes preventivas, todo con la finalidad de que la persona pueda conservar su salud en óptimas condiciones (30).

Salud: Es el completo estado de bienestar físico, mental y social; no solo se engloba a la ausencia de enfermedades, es más dirigido a un equilibrio armonioso y completo de todas las capacidades, habilidades y actitudes que tenga la persona, dando como resultado una salud adecuada (31).



Este modelo tiene tres componentes, en el primero abarca las características y experiencias individuales que tiene cada persona, este a su vez abarca dos conceptos que son las acciones realizadas con anterioridad y que actualmente sigan interceptando el camino de la promoción de la salud, el segundo concepto trata sobre los factores conductuales, biológicos y genéticos de la persona (32).

En la segunda relata sobre la cognición y la relación entre los conocimientos adquiridos y el afecto de la propia conducta; teniendo seis conceptos los cuales tratan sobre los beneficios obtenidos luego de realizar alguna acción, así también como las dificultades que pueden surgir de esta; la percepción que tenemos sobre nosotros mismos al realizar alguna acción en concreto, si esta tiende a influir creando o destruyendo las barreras de la salud; nuestra reacción ante los pensamientos malos o buenos hacia alguna acción; la probabilidad de las personas que aceptarán el cambiar su conducta a una favorable para su salud. Y el último

que trata sobre la influencia del entorno en la conducta promotora de la salud; la última columna sobre resultado conductual, es acerca de la percepción de nuestra conducta si es eficiente o no (32).

Este modelo es una herramienta muy útil en la relación enfermero-paciente, ya que la conducta que muestre la persona influenciará en los cuidados que se le esté brindando, por lo que, en ese sentido, el profesional de enfermería cumpliría el papel de motivados, centrándose en obtener resultados adecuados (33).

Nola Pender en este modelo, da una crítica objetiva hacia la capacidad cognitiva de la persona, siendo que, para obtener un estado de salud óptimo, es necesario realizar acciones como método de prevención, teniendo en cuenta sus hábitos, fortalezas, debilidades, sus motivaciones y capacidad para afrontar los problemas que se presenten en la vida (33).

Fortaleciendo este contenido, el modelo de Nola Pender, contiene dimensiones que de igual manera promueven el estilo de vida, las cuales vendrían siendo las siguientes (34).

Dimensión de responsabilidad en salud: En esta dimensión se basa en que la persona; de manera individual, debe percatarse de algún malestar o dolencia, estando atento a su propia salud; educarse sobre los temas de salud, la realización de actividad física y buscar ayuda de un profesional (35).

Dimensión de actividad física: Se refiere a la participación activa, en actividades livianas, moderadas y que requieran esfuerzo; esto se puede monitorear mediante programas previamente planificados, controlando así un mejor manejo en la salud física, que posteriormente se puede convertir en parte de la rutina diaria (35).

Dimensión de nutrición: Se realiza una selección de los alimentos que se pueden consumir, seleccionando entre los más adecuados y que aporte mayor cantidad de nutrientes; con el manejo de una dieta adecuada y constante, traerá consigo beneficios a futuro para la salud (35).

Dimensión de crecimiento espiritual: Se basa en el desarrollo interior, el idealismo, la clama; el cómo se siente la persona consigo mismo y con las demás personas que lo rodean, este desarrollo de espiritualidad ayudará a la persona creyente, a intentar alcanzar las metas y propósitos trazados para su vida (36).

Dimensión de relaciones interpersonales: La comunicación es un factor importante al momento de poder relacionarse con las demás personas que se encuentran en el entorno; a su vez, mediante esta expresión, permite al emisor transmitir emociones y sentimientos mediante gestos verbales y no verbales (36).

Dimensión de manejo del estrés: Se identifica e intenta modificar a aquellos factores ya sean físicos o psicológicos, que estén provocando una situación complicada o tensa; de la manera más efectivamente posible y corriendo con la menor cantidad de riesgos o limitaciones para la persona (36).

La Organización Mundial de la Salud, se refiere a la promoción de la salud como el proceso que permite a la persona tener un mayor control sobre su salud; esto significa que se debe poner en práctica la participación de las organizaciones, personas, comunidades e instituciones públicas o privadas, colaborando entre sí para obtener un beneficio en la salud y bienestar mutuo de las personas (37).

La promoción de la salud fomenta cambios los cuales tienen mayor apego hacia la modificación en el sistema y la comunidad, como programas que permitan el libre acceso a los servicios de salud; promueven la participación ciudadana y establecer políticas que beneficien a la salud de las personas, como las reformas de parques y veredas, potenciando la iniciativa de querer mejorar las condiciones físicas de la población (38).

La promoción de la salud juega un papel importante al momento de lograr hábitos saludables y un estilo de vida adecuado, los cuales en algunas ocasiones no se logran concretar por la economía baja y las injusticias sociales como la desigualdad en oportunidades laborales o la dificultad en el acceso a los servicios de salud. La evolución de este constituyó un enorme reto a lo largo de los años; investigando la integración social, económica y política, de tal forma en que se pueda convertir en una tendencia popular con la contribución de la comunidad (39).

La evolución de la promoción de la salud está estrechamente conectada con la historia de la salud, pero en un ámbito general, el cual se percibir como diversas recomendaciones dirigidas a mantener un estado de bienestar apropiado, tanto a la persona como a la sociedad. En 1946 un historiador de origen alemán llamado Henry Sigerist, fue quien empleó primero el concepto de promoción de la salud,

definiéndolo en que la salud se ve impulsada por un nivel de vida modesto, condiciones laborales adecuadas, la educación, la actividad física, el descanso y el ocio (39).

Según lo planteado en la Primera Reunión Internacional sobre este tema, llevada a cabo en Canadá en 1986; en una carta de Ottawa para la promoción de la salud, define a esta como el proceso que permite a las personas incrementar el control sobre los factores de su salud, ya sean estos positivos o negativos, dándoles así la oportunidad de mejorarla, obteniendo como resultado la participación continua de la ciudadanía en la promoción de la salud (39).

Debido al tema de la coyuntura que se vivió por la pandemia del covid-19, en diciembre de año 2021 se llevó a cabo la 10ª Conferencia Mundial de Promoción de la Salud, el cual significó en punto de inicio en un movimiento global, donde se hacía un llamado a toda la comunidad, motivándolos a trabajar de manera conjunta para afrontar los nuevos desafíos que se estaban presentando en todo el mundo; además de alentar a todas las personas a tomar mayor control con respecto a su salud, alegando que el cuidado se debe comenzar desde casa, haciendo referencia a la alimentación y hábitos que se puedan tener que sean perjudiciales para su salud (40).

El estado cuenta con estrategias y programas que se elabora con la finalidad de potenciar la inclusión social, ya que la comunidad juega un papel esencial al momento de promover la salud siendo que los ciudadanos son el núcleo de la salud pública; por ello con acciones acertadas y soluciones bien planteadas puede proporcionar un sistema de salud óptimo (40).

La promoción de la salud es el proceso en el cual la persona tiene la disposición total y completa para manejar su propia salud, protegiéndola, dándole la mejor calidad de vida a través de medidas preventivas y soluciones adecuadas ante los problemas que surjan (41).

Dado que este concepto abarca el entorno que rodea a la persona, el ambiente, la economía, los factores biológicos y el estilo de vida, la promoción de la salud es la clave que tienen todas las personas para optar actitudes y comportamientos más saludables, a su vez reduciendo los riesgos obtenidos tras haber padecido alguna enfermedad (42).

La promoción de la salud está orientada en la participación de las personas; con la elaboración de algunas estrategias y actividades que sean motivacionales

se buscará cambiar su calidad de vida, fortaleciendo sus actitudes positivas y buscando solucionar las dificultades que impidan lograr un bienestar completo (43).

La prevención de la salud es definida por la Organización Mundial de la Salud como las medidas que están destinadas a prevenir la aparición de cualquier tipo de enfermedades, reduciendo los factores de riesgo y a su vez reduciendo las consecuencias que puedan surgir a futuro (44).

La prevención de la cual se está mencionando, puede estar clasificada por niveles, los cuales vendrían siendo los siguientes (44).

**Prevención primaria:** Es un conjunto de estrategias destinadas a orientar al individuo, ayudándolo a disminuir en gran medida la exposición que tenga ante algún problema o hábito que llegue a ser un factor potencialmente dañino para su salud (44).

**Prevención secundaria:** A diferencia del anterior; en este nivel se busca generar diversas estrategias que sean destinadas a un diagnóstico o descarte temprano de algún mal que esté amenazando la integridad en la salud de la persona, previniendo también una complicación a futuro (45).

**Prevención terciaria:** En este nivel, se hace mención a las acciones y estrategias empleadas para la recuperación, rehabilitación y reincorporación a la sociedad, de la persona que haya logrado superar alguna complicación o enfermedad y se vea listo para volver a sus actividades cotidianas (46).

Existe una relación entre la prevención primaria y la promoción de la salud, siendo que ambos se complementan mutuamente para el beneficio en la calidad de vida de las personas y la comunidad; ya que ambas buscan educar a las personas sobre la importancia de los hábitos saludables y cómo estos al no encaminarlos adecuadamente pueden ser grandes influyentes negativos para la salud (47).

La educación para la salud es un proceso, el cual consiste en adquirir conocimiento mediante diálogos o sesiones educativas orientadas a potenciar el desarrollo y crecimiento de las habilidades personales, familiares y de la comunidad, dada de manera colectiva dando garantía de llevar el derecho a una salud adecuada (48).

La educación para la salud, se ocupa de generar cambios en la actitud que tienen las personas con respecto a su estilo de vida, analizando los factores

socioeconómicos y el ambiente que van a influir a la salud del individuo o comunidad (49).

Educación en salud necesita de dos factores importantes que implican a la persona que está educando y quien está aprendiendo; es imprescindible que esta persona cambie sus actitudes, convirtiéndose en alguien que cuide su salud activamente, por ello la educación es la clave que toda persona o grupo requiere para alcanzar una salud óptima (49).

Para el personal de salud es de vital importancia brindar los cuidados relacionados con la promoción de la salud, debido a que estos están orientados a la persona como un ser individual, a la familia en su entorno y a la comunidad, de esa manera se estaría contribuyendo en la mejora de los hábitos que tenga la persona, ya sean dañinos para ella o no, teniendo la oportunidad de actuar de manera eficiente y oportuna para brindar un cuidado de calidad, teniendo como resultado una mejora en la salud del adulto (49).

### **Bases conceptuales de la investigación**

Los factores sociodemográficos: Son aquellas cosas que influyen no solo en el estado físico, sino también a nivel psicológico, teniendo a la propia persona como un ser individual; asumiendo la responsabilidad de mantener su salud en óptimas condiciones (50).

El estilo de vida: Es el resultado de la unión de diversas actitudes y comportamientos que se va desarrollando en cada persona de manera individual, con la finalidad de satisfacer sus necesidades obteniendo así un crecimiento y desarrollo intra-personal (51).

La promoción de la salud: Es un conjunto de acciones orientadas hacia las personas en general, con el propósito de mejorar el conocimiento que tengan sobre alguna enfermedad y/o ayudar a prevenir una complicación en salud, en caso dicho individuo ya padezca de alguna patología (52).

El adulto: Se le considera al ser humano como una persona adulta; cuando, desde el punto de vista legal, alcanza la edad de 18 años, que es cuando ya se puede comenzar a laburar en la mayoría de países, tienen la obligación de asistir a las elecciones, entre otros trámites legales; llegando a cargar con responsabilidades a comparación de cuando eran niños (53).

### **2.3. Hipótesis**

H<sub>1</sub>: Existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos con el comportamiento de la salud: estilo de vida en el adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_Chimbote, 2021.

H<sub>0</sub>: No existe relación estadísticamente significativa entre las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_Chimbote, 2021.

### III. METODOLOGIA

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

**Nivel:** Correlacional – transversal

Dado que se entiende y evaluó la relación estadística entre ellas sin influencia de ninguna variable extraña busca variables que parecen interactuar entre sí; de modo que cuando una variable cambia, el investigador tuvo en claro la manera en la que la otra variable también cambia (54).

**Tipo:** Cuantitativo

Porque se buscó medir un fenómeno, cuantificar, expresar en cifras, los parámetros estudiados en una población, este proceso se llevó a cabo con el uso de herramientas estadísticas y matemáticas con el propósito de cuantificar el problema de investigación (55).

**Diseño de la investigación:** Es no experimental, debido a que el investigador no se manipuló o influyó en las variables de estudio, reportándolas en su contexto natural tal y como son. Se basa fundamentalmente en la observación de fenómenos tal y como se dan en su contexto natural para después analizarlos (56).

#### 3.2. Población y muestra

**Población:**

La población total estuvo constituida por 120 adultos de “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_Chimbote, 2021.

**Muestra:**

La muestra de este estudio se determinó por un muestreo no probabilístico, por conveniencia debido a la coyuntura que se estaba viviendo por el covid-19, siendo participes 96 adultos de “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_Chimbote, en la presente investigación.

**Unidad de análisis:**

Cada adulto de “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores alto, que formó parte de la muestra y se respondió a los criterios de la investigación.

**Criterios de Inclusión y Exclusión**

**Criterios de Inclusión**

- Adultos que viven más de 3 años en el “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores alto.
- Adultos de “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores alto, que

aceptaron participar en el estudio.

- Adultos de “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores alto, que estuvieron aptos para participar en los cuestionarios como informantes sin importar nivel de escolarización, sexo y condición socioeconómica.

**Criterios de Exclusión:**

- Adultos de Asentamiento “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores alto, que presentaron problemas mentales.
- Adultos de “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores alto, que presentaron problemas de comunicación.

**3.3. Variables. Definición y operacionalización**

VARIABLE	DEFINICIÓN OPERATIVA	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	CATEGORÍAS O VALORACIÓN
FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS	<b>SEXO</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Masculino</li> <li>• Femenino</li> </ul>	---	---	• Escala nominal	----
	<b>EDAD</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adulto joven (18 a 35 años)</li> <li>• Adulto maduro (36 a 59 años)</li> <li>• Adulto mayor (60 a más)</li> </ul>	----	----	• Escala de razón	----
	<b>GRADO DE INSTRUCCIÓN</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Analfabeto (a)</li> <li>• Primaria</li> <li>• Secundaria</li> <li>• Superior</li> </ul>	----	----	• Escala ordinal	----
	<b>RELIGIÓN</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Católico</li> <li>• Evangélico</li> <li>• Otras</li> </ul>	----	----	• Escala nominal	----
	<b>ESTADO CIVIL</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Soltero</li> <li>• Casado</li> <li>• Viudo</li> </ul>	----	----	• Escala nominal	----



<p>ACCIONES DE REVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acciones de prevención y promoción adecuadas</li> <li>• Acciones de prevención y promoción inadecuadas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alimentación nutrición</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se ha elaborado un plan de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad</li> <li>• Participan las autoridades locales en el desarrollo de medidas de promoción para una alimentación saludable en su comunidad</li> <li>• Ofrecen en su comunidad alimentos y bebidas saludables (no refrescos azucarados, comida rápida, dulces o alcohol)</li> <li>• Se provee y promueve la elección de alimentos y bebidas saludables (precios menores, muestras gratis, etc.)</li> <li>• Se provee agua potable en su comunidad</li> <li>• En los últimos 30 días con qué frecuencia se lavó las manos antes de comer</li> <li>• En los últimos 30 días comió habitualmente frutas</li> <li>• En los últimos 30 días comió habitualmente verduras</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala nominal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acciones adecuadas de 154 a 189 puntos</li> <li>• Acciones inadecuadas de 113 a 153 puntos</li> </ul>
--	--	--	---	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Higiene</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se lava las manos antes de preparar y consumir los alimentos</li> <li>• Se realiza el Baño corporal diariamente</li> <li>• Se realiza el lavado de los dientes 3 veces al día</li> <li>• Mantiene limpia y en orden su ropa</li> <li>• Mantiene limpio la cocina y sus utensilios</li> <li>• Mantiene en orden y limpia la vivienda</li> <li>• Mantiene Limpio su baño o letrina</li> </ul>		
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Habilidades para la vida</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sabe escuchar a los demás y se comunica abiertamente con él o ella</li> <li>• Apoya a las personas que necesitan de su ayuda</li> <li>• Enfrenta los problemas dando solución</li> <li>• Incentiva la participación y el trabajo en equipo</li> <li>• Estimula las decisiones de grupo</li> <li>• Demuestra capacidad de autocrítica</li> <li>• Es expresiva, espontánea y segura</li> <li>• Participa activamente de eventos sociales</li> <li>• Defiende sus propios derechos</li> <li>• Ha presentado o presenta temores en su comportamiento</li> <li>• Su comportamiento es respetado por los demás</li> <li>• Se comunica fácilmente con toda clase de personas</li> </ul>		

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividad física</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realiza 30 minutos diarios de actividad física o practicas algún tipo de deporte</li> <li>• Realiza ejercicios de fuerza 2 o 3 veces por semana</li> <li>• Completar la rutina con 10 minutos de ejercicios de estiramiento</li> <li>• Toma una buena cantidad de líquido durante el día (aproximadamente 2 litros de agua)</li> </ul>		
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salud sexual y reproductiva</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Al tener relaciones sexuales usted se protege</li> <li>• Se informa de los métodos anticonceptivos</li> <li>• Se realiza exámenes médicos</li> </ul>		
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salud bucal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Usa a diario un enjuague bucal con flúor</li> <li>• Regularmente se realiza exámenes odontológicos</li> <li>• Consume bebidas como gaseosas, los jugos artificiales y bebidas energéticas</li> <li>• Consume de tabaco y el alcohol</li> </ul>		

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salud mental y cultura de paz</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En general está satisfecho con usted mismo/a</li> <li>• Usted piensa que no sirve absolutamente para nada</li> <li>• Puede hacer las cosas bien como la mayoría de las personas</li> <li>• Cree que tiene muchos motivos para sentirme orgulloso/a</li> <li>• Siente que es una persona digna de estima o aprecio, al menos en igual medida que los demás</li> <li>• Tiende usted a pensar que su vida es un fracaso</li> <li>• Tiene una actitud positiva hacia mí mismo/a</li> </ul>		
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Seguridad vial y cultura de tránsito</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuando maneja usa el cinturón de seguridad</li> <li>• Cruza por las líneas peatonales o esquina, de acuerdo a las señales del semáforo</li> <li>• Utiliza el celular al conducir o al cruzar la calle</li> <li>• Usted cruza la calle con cuidado</li> <li>• Si maneja bicicleta, triciclo u moto usa casco</li> <li>• Usted camina por las veredas en vez de la pista</li> <li>• Usted solo cruza la pista cuando el semáforo está en color verde</li> <li>• Usted evita salir a la calle si se encuentra en estado de embriaguez</li> </ul>		

<p>ESTILOS DE VIDA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estilo de vida saludable</li> <li>• Estilo de vida no saludable.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Responsabilidad hacia la salud</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informo a un doctor (a) a otros profesionales de la salud cualquier señal inusual o síntoma extraño.</li> <li>• Leo o veo programas de televisión acerca del mejoramiento de la salud.</li> <li>• Hago preguntas a los profesionales de la salud para poder entender sus instrucciones.</li> <li>• Busco una segunda opinión, cuando pongo en duda las recomendaciones de mi proveedor de servicios de salud.</li> <li>• Asisto a programas educativos sobre el cuidado de salud personal.</li> <li>• Busco orientación o consejo cuando es necesario.</li> <li>• Duermo lo suficiente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Escala de HPLP-II</li> <li>• Escala de HPLP-II</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estilo de vida saludable 97 a 136 puntos</li> <li>• Estilo de vida no saludable 62 a 96 puntos</li> </ul>
------------------------	--	--	---	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividad física</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sigo un programa de ejercicios planificados.</li> <li>• Hago ejercicios vigorosos por 20 o más minutos, por lo menos tres veces a la semana (tales como caminar rápidamente, andar en bicicleta, baile aeróbico, usar la maquina escaladora).</li> <li>• Tomo parte en actividades físicas de recreación (tales como: nadar, bailar, andar en bicicleta).</li> <li>• Alcanzo mi pulso cardiaco objetivo cuando hago ejercicios.</li> <li>• Mantengo un balance para prevenir el cansancio.</li> </ul>		
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nutrición</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Escojo una dieta baja en grasa, grasas saturadas y en colesterol.</li> <li>• Limito el uso de azucares y alimentos que contienen azúcar (dulces).</li> <li>• Como de 2 a 4 porciones de fruta todos los días.</li> <li>• Leo las etiquetas nutritivas para identificar el contenido de grasas y sodio en los alimentos empacados.</li> <li>• Tomo desayuno.</li> </ul>		

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crecimiento Espiritual y Relaciones Interpersonales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Como de 6 a 11 porciones de pan, cereales, arroz, o pastas(fideos) todos los días.</li> <li>• Como solamente de 2 a 3 porciones de carne, aves, pescado, frijoles, huevos y nueces todos los días.</li> <li>• Siento que estoy creciendo y cambiando en una forma positiva.</li> <li>• Elogio fácilmente a otras personas por sus éxitos.</li> <li>• Tomo algún tiempo para relajarme todos los días.</li> <li>• Creo que mi vida tiene un propósito.</li> <li>• Mantengo relaciones significativas y enriquecedoras.</li> <li>• Acepto aquellas cosas de mi vida que yo no puedo cambiar.</li> <li>• Miro adelante hacia al futuro.</li> <li>• Paso tiempo con amigos íntimos.</li> <li>• Me siento satisfecho y en paz conmigo (a).</li> <li>• Se me hace fácil demostrar preocupación, amor y cariño a otros.</li> </ul>		
--	--	---	--	--	--

			<ul style="list-style-type: none"><li>• Estoy consciente de lo que es importante para mí en la vida.</li><li>• Busco apoyo de un grupo de personas que se preocupan por mí.</li><li>• Me siento unido(a) con una fuerza más grande que yo.</li><li>• Me pongo de acuerdo con otros por medio del diálogo.</li><li>• Expongo mi persona a nuevas experiencias y retos.</li><li>• Discuto mis problemas y preocupaciones con personas allegadas.</li></ul>		
--	--	--	--	--	--

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

#### **Técnicas**

En la presente investigación se utilizó la entrevista.

#### **Instrumento**

En la presente investigación se utilizó 3 instrumentos para la recolección de la información que se detallan a continuación:

#### **Instrumento N° 01**

#### **CUESTIONARIO SOBRE FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS**

Elaborado por Dra. Vílchez Reyes M, en la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación. (Anexo 2).

Estuvo constituido por 9 ítems distribuidos en 2 partes:

- Datos de Identificación, donde se obtuvo las iniciales o seudónimo del adulto. (1 ítems).
- Factores sociodemográficos el sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación, ingreso económico y tipo de seguro. (8 ítems).

#### **Instrumento N° 02**

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

Estuvo constituido por 55 ítems distribuidos en 8 ejes temáticos:

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

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

Asimismo, se realizó validez de contenido mediante la evaluación por juicios de expertos. (Anexo 2).

### **Control de calidad de los datos:**

#### **Evaluación Cualitativa:**

Se concluye a través de la entrevista a personas del área de Salud que actuaran como jueces; Se realiza en reuniones, con el objetivo de evaluar la propuesta del Cuestionario sobre Acciones de Promoción y Prevención de la salud. Desarrollado por Dra. Vílchez Reyes Adriana, Directora de la presente línea de Investigación y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaqué. Durante las reuniones se brinda a los jueces información respecto a la matriz de operacionalización de la variable y la propuesta del cuestionario, para su análisis y socialización, luego cada participante emitió observaciones al cuestionario propuesto, los cuales permitieron realizar ajustes necesarios a los enunciados y categorías de respuestas de las preguntas relacionadas a la promoción y prevención de la salud en los adultos.

#### **Evaluación Cuantitativa:**

**Validez de contenido:** Se realizó mediante la calificación de criterio de expertos, de los cuales serán diez, 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).

Donde:

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

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

$l$ : Es la calificación más baja posible.

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

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

### **Confiabilidad**

#### **Confiabilidad interevaluador**

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

### **Instrumento N° 03**

## **ESTILOS DE VIDA**

El instrumento tuvo 6 subescalas, y contó con 52 ítems, distribuidos en los siguientes:

En la subescala Responsabilidad hacia la salud: **9 ítems**

En la subescala Actividad física: **8 ítems**

En la subescala nutrición: **9 ítems**

En la subescala manejo de stress: **8 ítems**

En la subescala relaciones interpersonales: **9 ítems**

En la subescala Crecimiento Espiritual y Relaciones Interpersonales: **9 ítems**

El instrumento de estilo de vida proviene del cuestionario Health Promoting Lifestyle Profile II (HPLP-II) en la versión original, estuvo compuesto por 52 ítems en una escala de Likert de 1 a 4 puntos (desde nunca hasta rutinariamente) en 6 dimensiones: Actividad física (8 ítem), Crecimiento espiritual (9 ítem), Manejo de estrés (8 ítem), Nutrición (9 ítem), Relaciones interpersonales (9 ítem) y Responsabilidad hacia la salud (9 ítem).

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

La confiabilidad del instrumento estuvo dada en 4 dimensiones y fue reportada mediante el índice de Alfa de Cronbach mostrando una buena confiabilidad por dimensiones: Responsabilidad hacia la salud ( $\alpha=0.81$ ), Actividad física ( $\alpha=0.86$ ), Nutrición ( $\alpha=0.7$ ), Crecimiento Espiritual y Relaciones interpersonales ( $\alpha=0.88$ ). (Anexo 2).

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

Procesamiento de recolección de datos

En cuanto a la recolección de datos del presente proyecto de investigación se tuvo

en cuenta los siguientes aspectos:

- Se pidió el permiso correspondiente mediante una solicitud, el cual fue sellado y firmado por un miembro de la directiva del Asentamiento Humano Miraflores Alto
- Se coordinó la disponibilidad y el tiempo de la fecha de la aplicación del instrumento para proceder a aplicar el instrumento a cada adulto de “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores alto
- Se informó y pidió el consentimiento a los adultos de “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores alto, haciendo énfasis que los datos y resultados serán totalmente confidenciales.
- Se realizó la lectura de las instrucciones de los instrumentos a los adultos de “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores alto
- El instrumento se aplicó en un tiempo de 20 minutos, las respuestas fueron marcadas de manera personal y directa.

### **Análisis y procesamientos de datos**

Para la presente investigación se realizó el análisis descriptivo mediante tabla de frecuencias/ porcentaje y promedio/ desviación estándar según tipo de variable con sus respectivos gráficos. Asimismo, para el análisis correlacional con el fin de cada variable pertenecientes a los factores sociodemográficos asociado con el comportamiento de la salud, se utilizó el estadístico Chi cuadrado según el tipo de corresponda, presentando el p-valor con un nivel de confianza del 95%.

Para el procesamiento y análisis de datos, se ingresa la información a una base de datos software estadístico IBM, luego se exportaron a una base de datos en el software SPSS Statistics 24.0.

### **3.6. Aspectos éticos**

El presente estudio representa todos los principios éticos de investigación en los adultos que fueron partícipes de este estudio, los cuales están descritos en el reglamento de integridad científica (57).

#### **Principio de protección a las personas**

El bienestar y seguridad del adulto es el fin supremo de toda investigación, y por ello, se debe proteger su dignidad, identidad, diversidad socio cultural, confidencialidad, privacidad, creencia y religión, respetando el bienestar e integridad de las personas (57).

### **Principio de beneficencia y no maleficencia**

La investigación debe tener un balance justificado entre los beneficios y los riesgos, asegurando en todo momento el cuidado de la vida y el bienestar de las personas que participan en la investigación, se asegura el bienestar de los adultos que participaron en la investigación (58).

### **Principio de justicia**

Consiste en que el investigador estuvo obligado a tratar equitativamente a quienes participan en los procesos, procedimientos y servicios asociados a la investigación, y pueden acceder a los resultados del informe; el investigador ejerció un juicio razonable, ponderable y se tomaron las precauciones necesarias para asegurarse de que sus sesgos, y las limitaciones de sus capacidades y conocimiento, no den lugar o toleren prácticas injustas (58).

### **Principio de integridad científica**

Con este principio se busca que el investigador evite engañar en todo el transcurso de la investigación, evaluando las consecuencias, potenciales riesgos y los beneficios que traerá a los participantes de las actividades (58).

### **Principio de libre participación y derecho a estar informado**

Con este principio se respalda a los adultos que participan en las investigaciones, teniendo el derecho de estar bien informados sobre el propósito y fin de las actividades que se están realizando o en la que participan; además de tener la libertad de elegir si desean participar en ella (58). (Anexo 5).

## IV. RESULTADOS

### Resultados

**TABLA 1**

*FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DE LA SALUD DEL ADULTO. "JIRÓN CALLAO" ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO \_ CHIMBOTE, 2021*

<b>Sexo</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Masculino	35	36,5
Femenino	61	63,5
Total	96	100,0
<b>Edad</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Adulto joven	26	27,1
Adulto maduro	53	55,2
Adulto mayor	17	17,7
Total	96	100,0
<b>Grado de instrucción</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Analfabeto	1	1,0
Primaria	18	18,8
Secundaria	54	56,3
Superior	23	24,0
Total	96	100,0
<b>Religión</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Católico	56	58,3
Evangélico	35	36,5
Otros	5	5,2
Total	96	100,0
<b>Estado civil</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Soltero	17	17,7
Casado	55	57,3
Viudo	6	6,3
Conviviente	11	11,5
Separado	7	7,3
Total	96	100,0
<b>Ocupación</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Obrero	16	16,7
Empleado	32	33,3
Ama de casa	31	32,3
Estudiante	5	5,2
Otros	12	12,5
Total	96	100,0
<b>Ingreso económico</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Menor de 400	9	9,4
De 400 a 650	17	17,7
De 650 a 850	21	21,9
De 850 a 1100	37	38,5
Mayor de 1100	12	12,5
Total	96	100,0
<b>Tipo de seguro</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Essalud	44	45,8
Sis	52	54,2

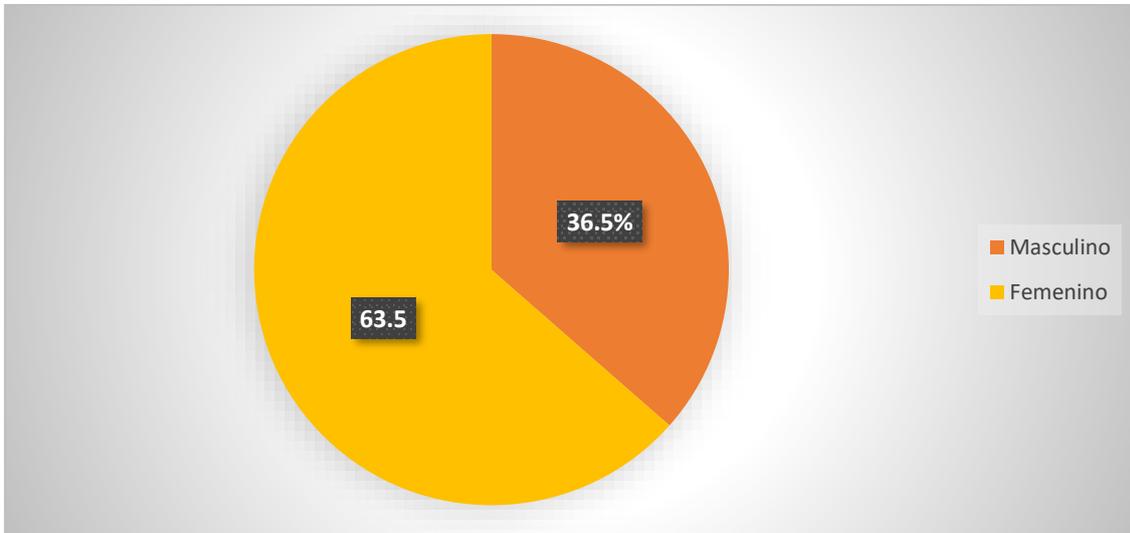
---

Total	96	100,0
-------	----	-------

Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vélchez A, aplicado a los adultos. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto-Chimbote, 2021.

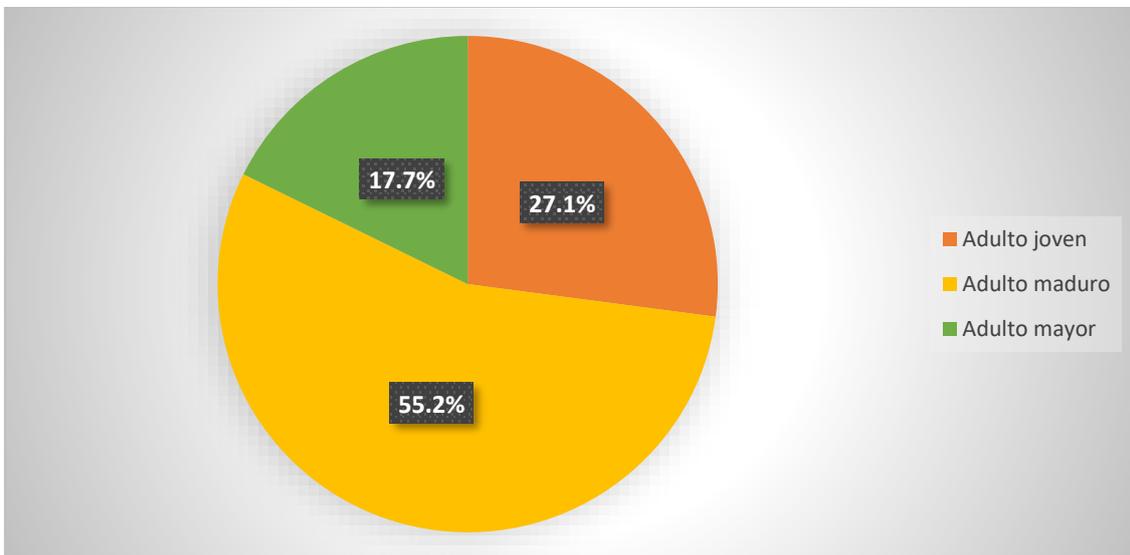
**FIGURA DE TABLA 1:**

**FIGURA 1: SEXO DE LOS ADULTOS. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO-CHIMBOTE, 2021**



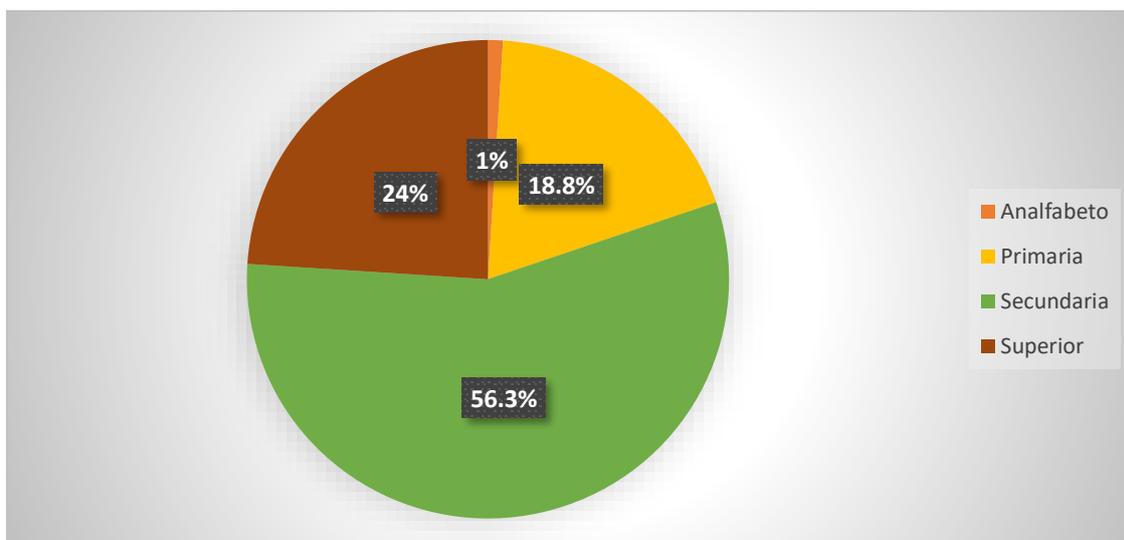
Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vílchez A, aplicado a los adultos. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto-Chimbote, 2021.

**FIGURA 2: EDAD DE LOS ADULTOS. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO-CHIMBOTE, 2021**



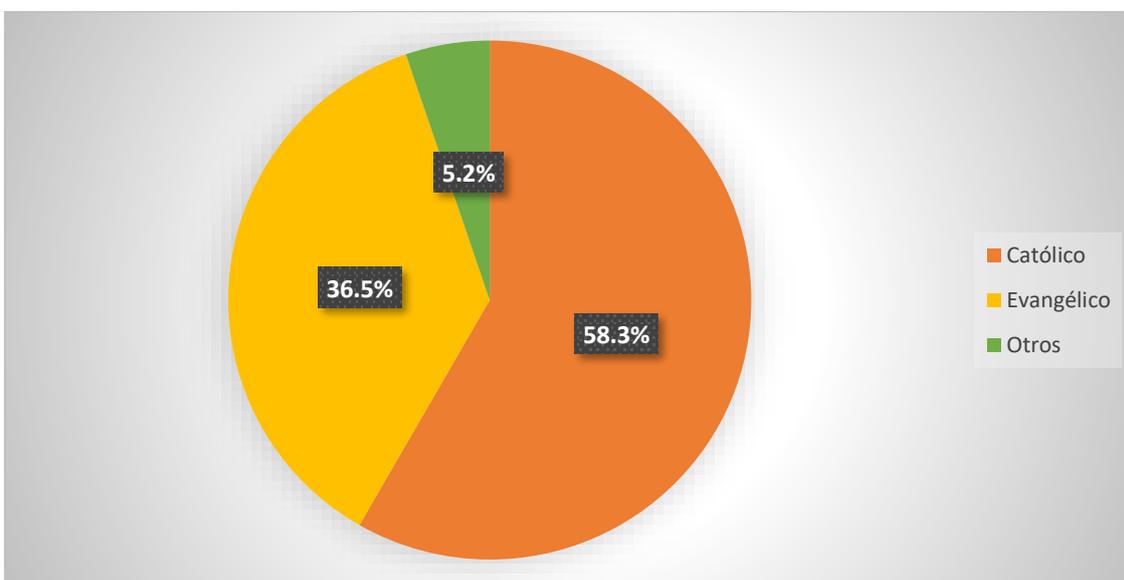
Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vílchez A, aplicado a los adultos. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto-Chimbote, 2021.

**FIGURA 3: GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS ADULTOS. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO-CHIMBOTE, 2021**



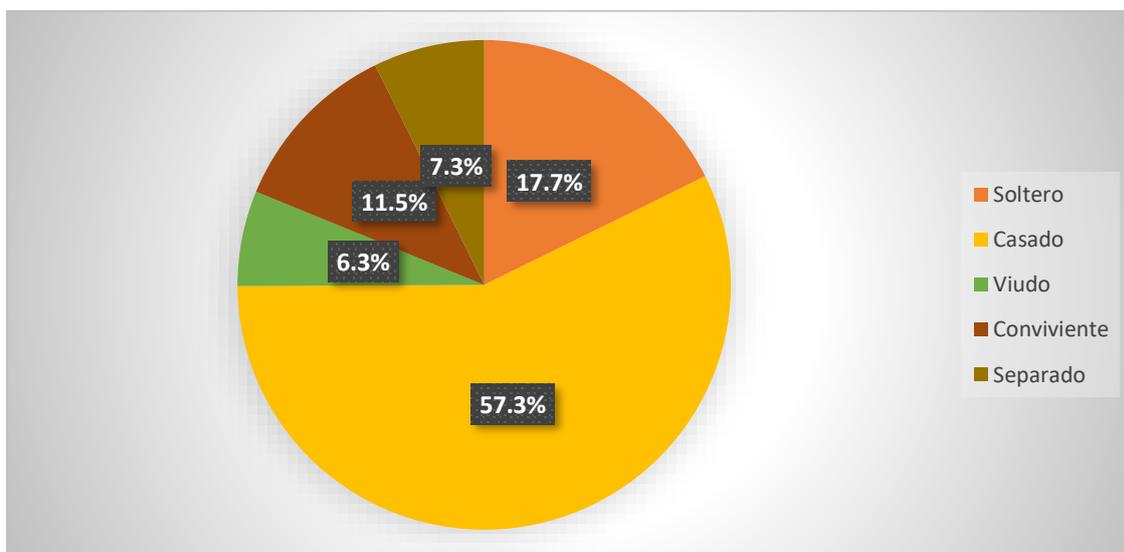
Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vílchez A, aplicado a los adultos. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto-Chimbote, 2021.

**FIGURA 4: RELIGIÓN DE LOS ADULTOS. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO-CHIMBOTE, 2021**



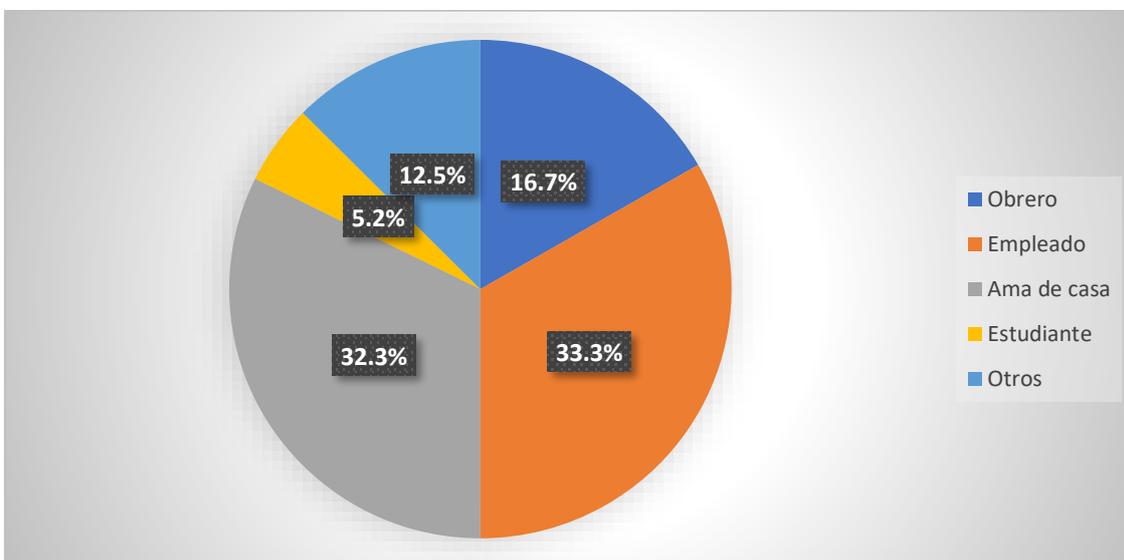
Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vílchez A, aplicado a los adultos. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto-Chimbote, 2021.

**FIGURA 5: ESTADO CIVIL DE LOS ADULTOS. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO-CHIMBOTE, 2021**



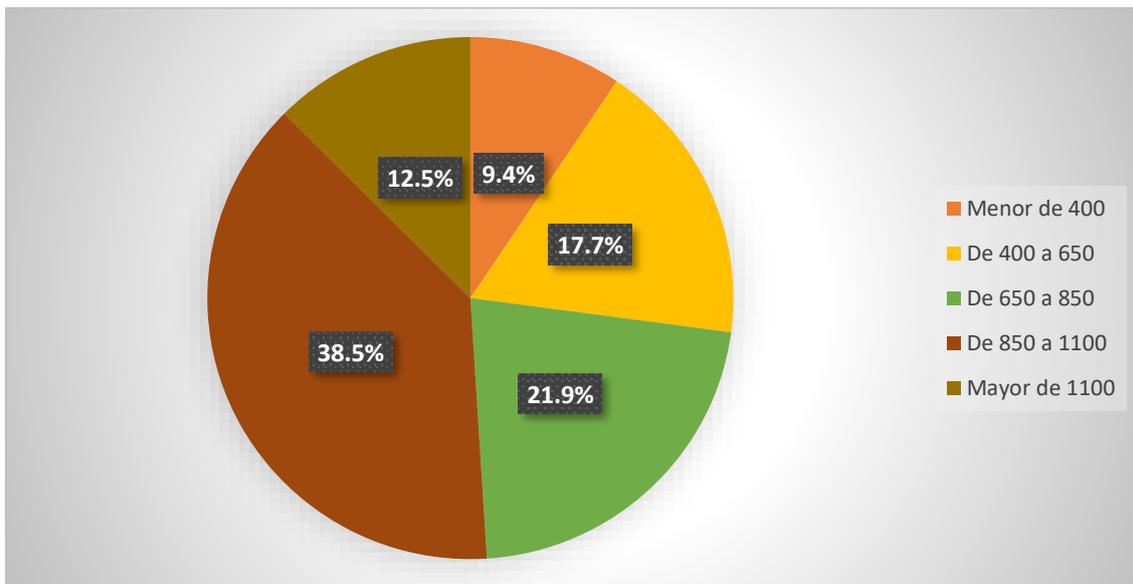
Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vílchez A, aplicado a los adultos. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto-Chimbote, 2021.

**FIGURA 6: OCUPACIÓN DE LOS ADULTOS. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO-CHIMBOTE, 2021**



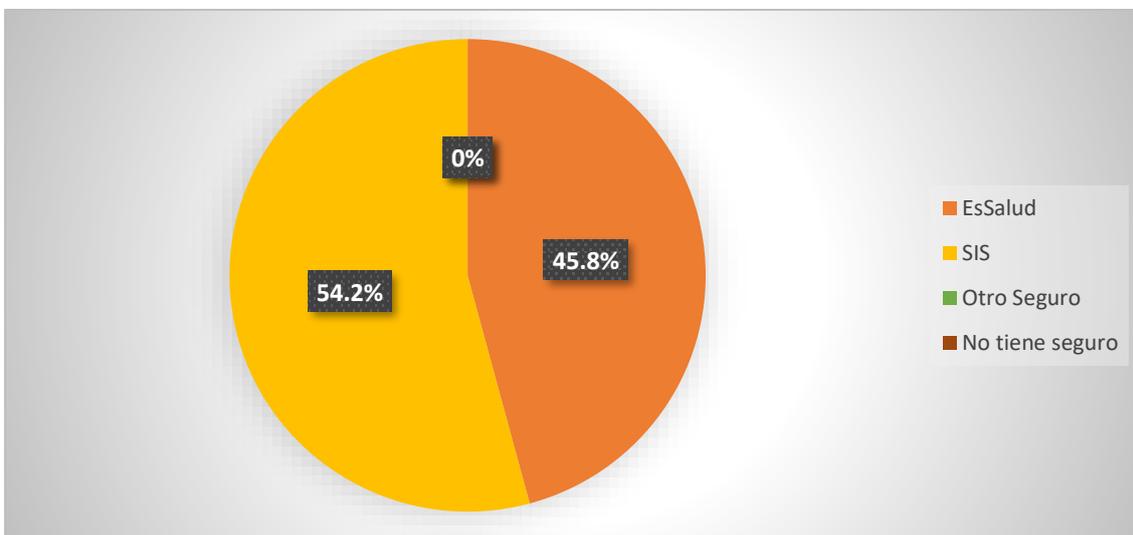
Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vílchez A, aplicado a los adultos. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto-Chimbote, 2021.

**FIGURA 7: INGRESO ECONÓMICO DE LOS ADULTOS. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO-CHIMBOTE, 2021**



Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vílchez A, aplicado a los adultos. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto-Chimbote, 2021.

**FIGURA 8: TIPO DE SEGURO DE LOS ADULTOS. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO-CHIMBOTE, 2021**



Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vílchez A, aplicado a los adultos. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto-Chimbote, 2021.

**TABLA 2:**

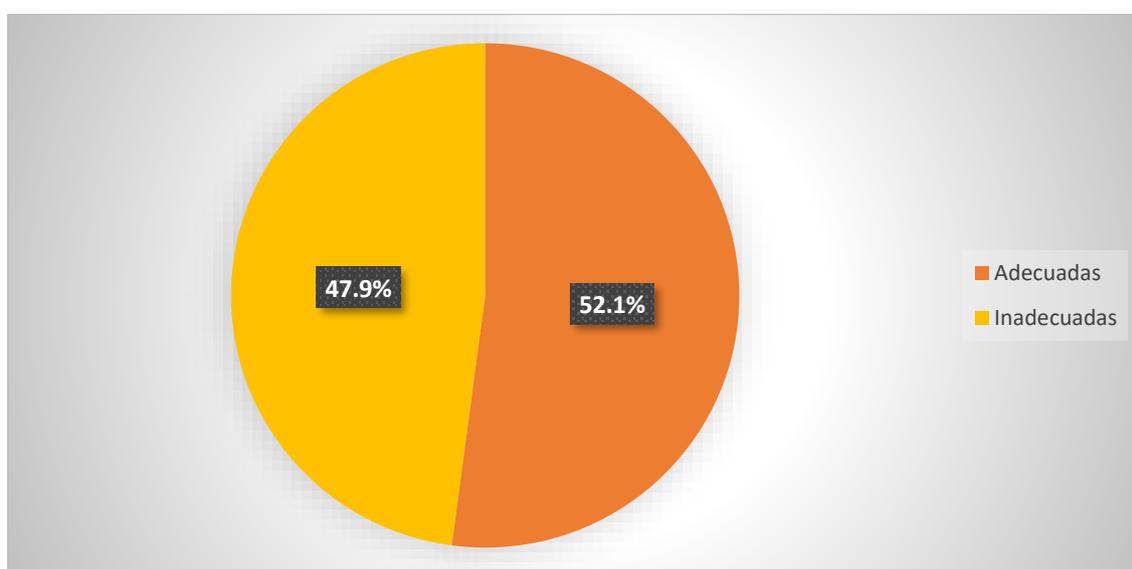
*ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO.  
“JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO\_ CHIMBOTE,  
2021*

Acciones de prevención y promoción	Total	
	N°	%
Acciones inadecuadas	50	52,1
Acciones adecuadas	46	47,9
<b>Total</b>	<b>96</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Cuestionario sobre Acciones de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por Vílchez A y el Ing. Ipanaqué M. Aplicado en los adultos. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021.

**FIGURA DE TABLA 2:**

*ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO.  
“JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO\_ CHIMBOTE,  
2021*



Fuente: Cuestionario sobre Acciones de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por. Vílchez A y el Ing. Ipanaqué M. Aplicado en los adultos. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021.

**TABLA 3:**

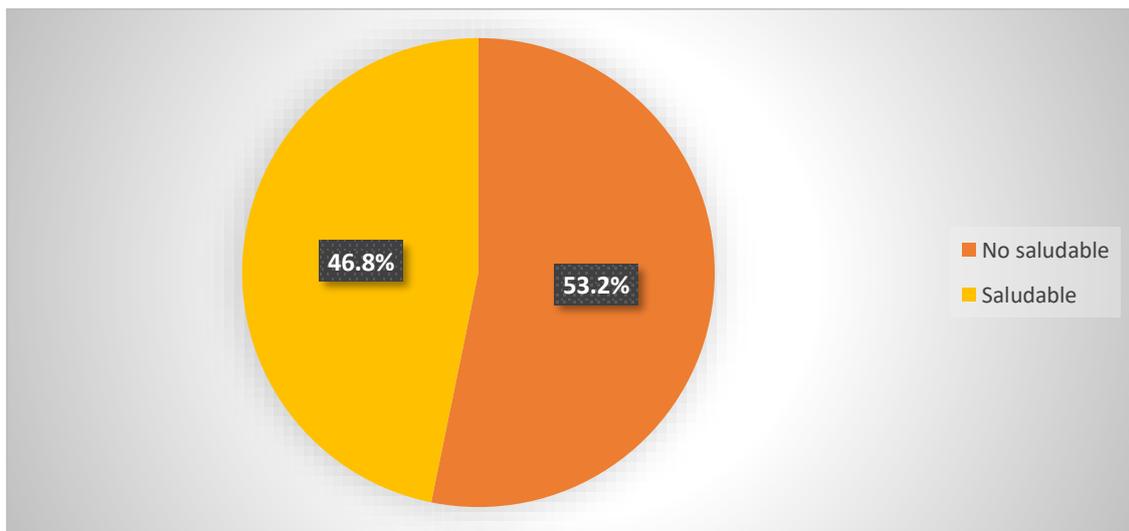
*ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO. "JIRÓN CALLAO" ASENTAMIENTO HUMANO  
MIRAFLORES ALTO\_ CHIMBOTE, 2021*

<b>ESTILO DE VIDA</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
No saludable	51	53,2
Saludable	45	46,8
<b>Total</b>	<b>96</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C. Aplicado en el adulto. "Jirón Callao" Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021.

**FIGURA DE TABLA 3:**

*ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO. "JIRÓN CALLAO" ASENTAMIENTO HUMANO  
MIRAFLORES ALTO\_ CHIMBOTE, 2021*



Fuente: Cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C. Aplicado en el adulto. "Jirón Callao" Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021.

**TABLA 4:**

*RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ESTILO DE VIDA  
DEL ADULTO. "JIRÓN CALLAO" ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES  
ALTO\_ CHIMBOTE, 2021*

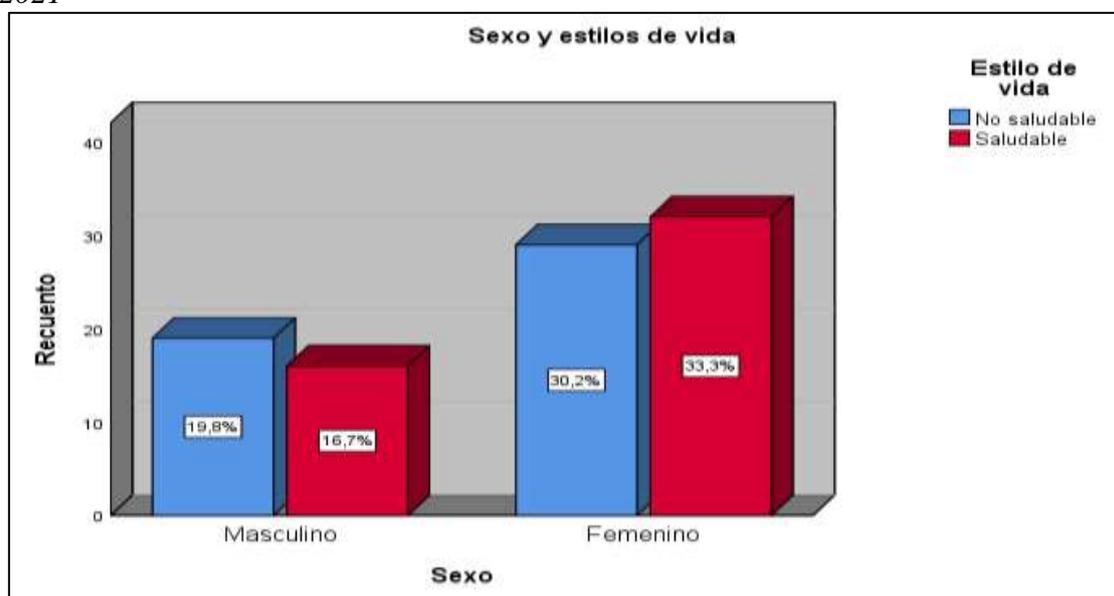
Factores sociodemográficos	Estilo de vida				Total		chi / sig.
	Saludable		No saludable		n	%	
	n	%	n	%			
<b>Sexo</b>							
Masculino	16	16,7	19	19,8	35	36,5	0,405 / 0,525 No existe relación entre las variables
Femenino	32	33,3	29	30,2	61	63,5	
Total	48	50,0	48	50,0	96	100,0	
<b>Edad</b>							
Adulto joven	17	17,7	9	9,4	26	27,1	3,445 / 0,179 No existe relación entre las variables
Adulto maduro	23	24,0	30	31,3	53	55,2	
Adulto mayor	8	8,3	9	9,4	17	17,7	
Total	48	50,0	48	50,0	96	100,0	
<b>Grado de instrucción</b>							
Analfabeto	1	1,0	0	0,0	1	1,0	0,346 / 0,001 Si existe relación entre las variables
Primaria	6	6,3	12	12,5	18	18,8	
Secundaria	21	21,9	33	34,4	54	56,3	
Superior	20	20,8	3	3,1	23	24,0	
Total	48	50,0	48	50,0	96	100,0	
<b>Religión</b>							
Católico	33	34,4	23	24,0	56	58,3	4,98 / 0,083 No existe relación entre las variables
Evangélico	14	14,6	21	21,9	35	36,5	
Otros	1	1,0	4	4,2	5	5,2	
Total	48	50,0	48	50,0	96	100,0	
<b>Estado civil</b>							
Soltero	12	12,5	5	5,2	17	17,7	-0,073 / 0,483 No existe relación entre las variables
Casado	24	25,0	31	32,3	55	57,3	
Viudo	1	1,0	5	5,2	6	6,3	
Conviviente	5	5,2	6	6,3	11	11,5	
Separado	6	6,3	1	1,0	7	7,3	
Total	48	50,0	48	50,0	96	100,0	
<b>Ocupación</b>							
Obrero	5	5,2	11	11,5	16	16,7	13,68 / 0,008 Si existe relación entre las variables
Empleado	20	20,8	12	12,5	32	33,3	
Ama de casa	10	10,4	21	21,9	31	32,3	
Estudiante	3	3,1	2	2,1	5	5,2	
Otros	10	10,4	2	2,1	12	12,5	

Total	48	50,0	48	50,0	96	100,0	
<b>Ingreso económico</b>							
Menor de 400	1	1,0	8	8,3	9	9,4	
De 400 a 650	4	4,2	13	13,5	17	17,7	0,314 / 0,002 Si existe relación entre las variables
De 650 a 850	14	14,6	7	7,3	21	21,9	
De 850 a 1100	20	20,8	17	17,7	37	38,5	
Mayor de 1100	9	9,4	3	3,1	12	12,5	
Total	48	50,0	48	50,0	96	100,0	
<b>Tipo de seguro</b>							
Essalud	24	25,0	20	20,8	44	45,8	0,671 / 0,413 No existe relación entre las variables
Sis	24	25,0	28	29,2	52	54,2	
Total	48	50,0	48	50,0	96	100,0	

Fuente: Cuestionario sobre Acciones de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por Vélchez A, y cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C. Aplicado en el adulto. "Jirón Callao" Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021.

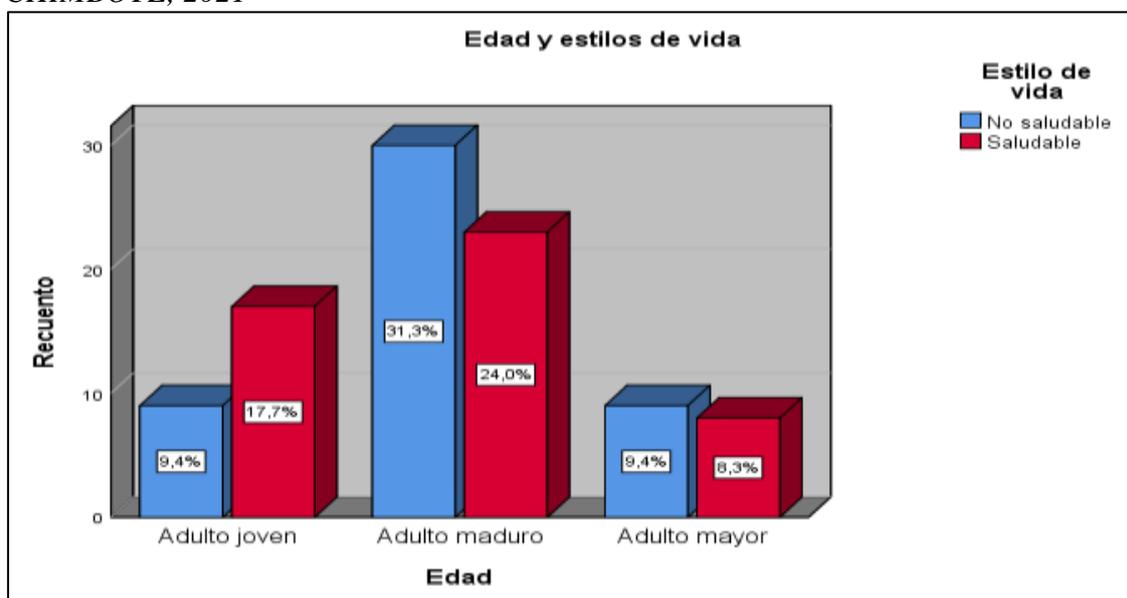
**FIGURA DE TABLA 4:**

**FIGURA 1: RELACIÓN DEL FACTOR SEXO Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO\_ CHIMBOTE, 2021**



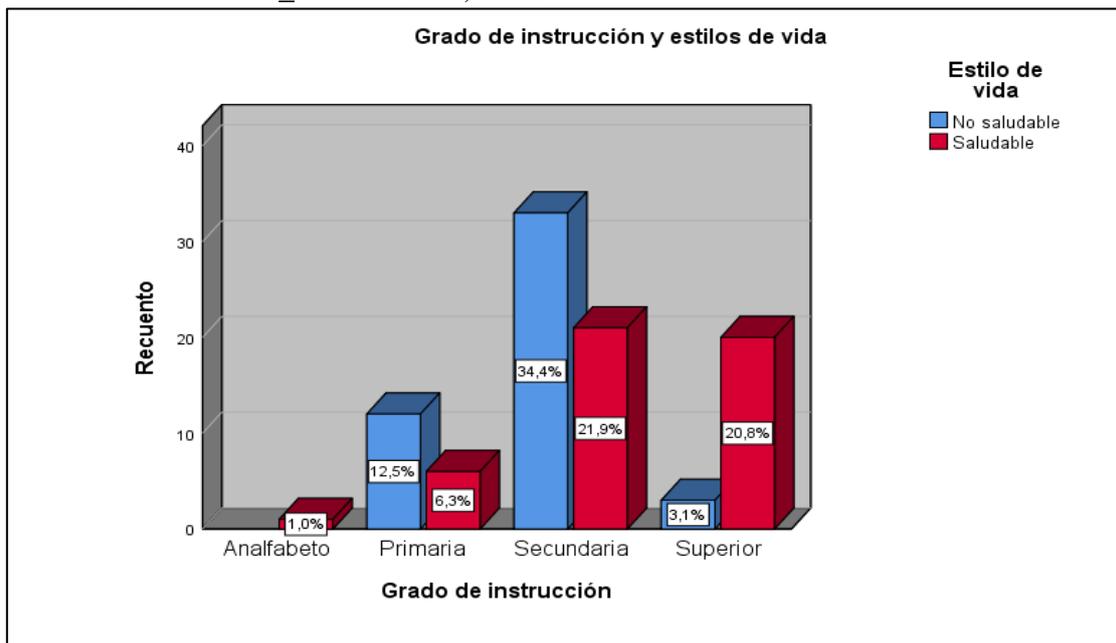
Fuente: Cuestionario sobre Acciones de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por Vélchez A, y cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C. Aplicado en el adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021.

**FIGURA 2: RELACIÓN DEL FACTOR EDAD Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO\_ CHIMBOTE, 2021**



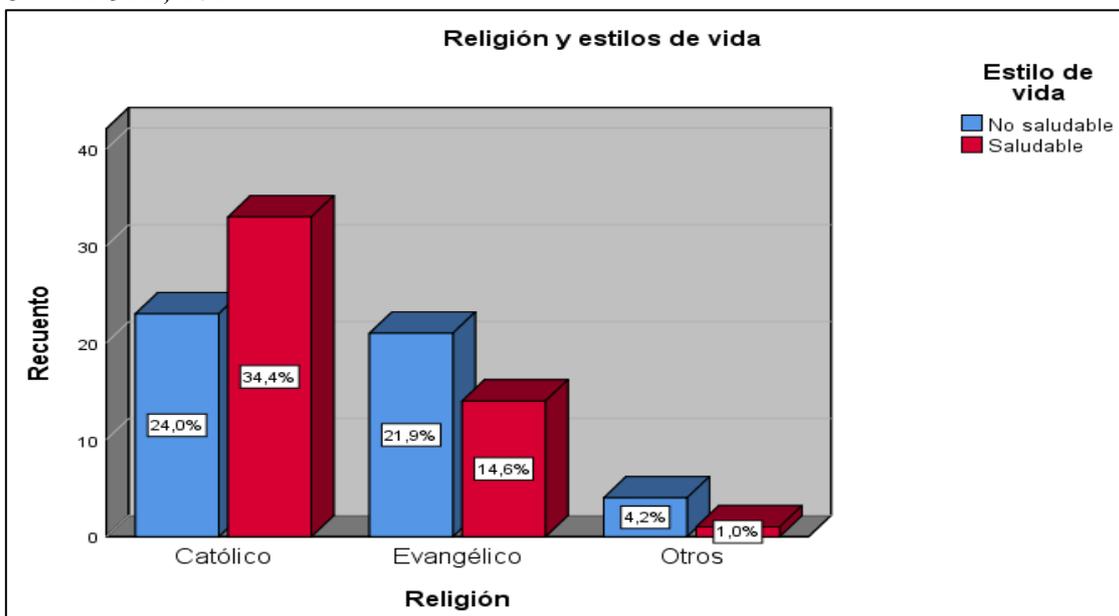
Fuente: Cuestionario sobre Acciones de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por Vélchez A, y cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C. Aplicado en el adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021.

**FIGURA 3: RELACIÓN DEL FACTOR GRADO DE INSTRUCCIÓN Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO\_ CHIMBOTE, 2021**



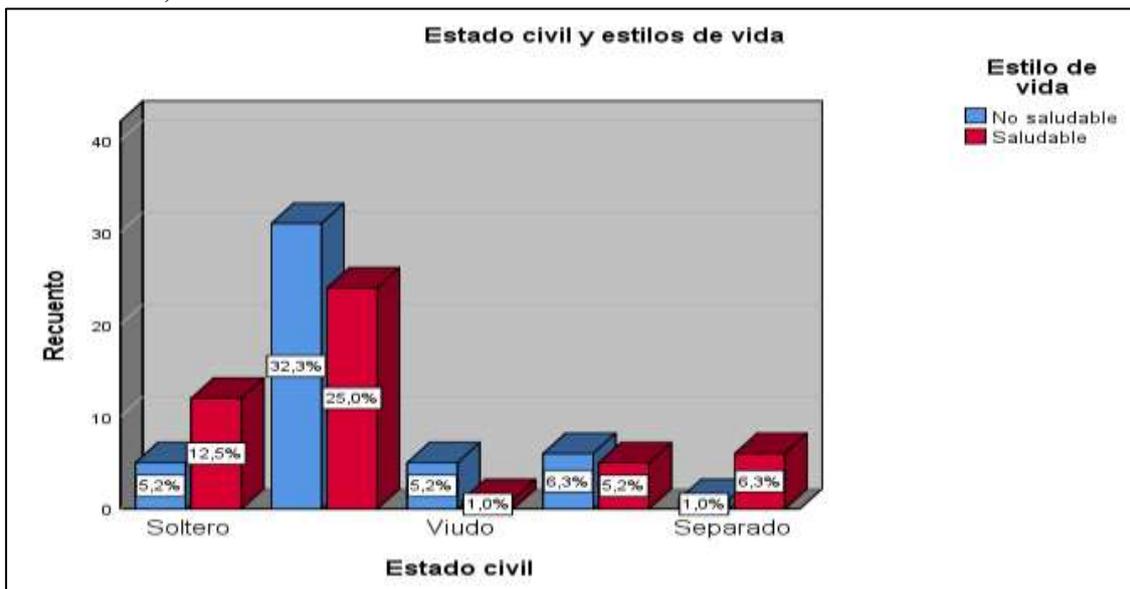
Fuente: Cuestionario sobre Acciones de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por Vílchez A, y cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C. Aplicado en el adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021.

**FIGURA 4: RELACIÓN DEL FACTOR RELIGIÓN CON EL ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO\_ CHIMBOTE, 2021**



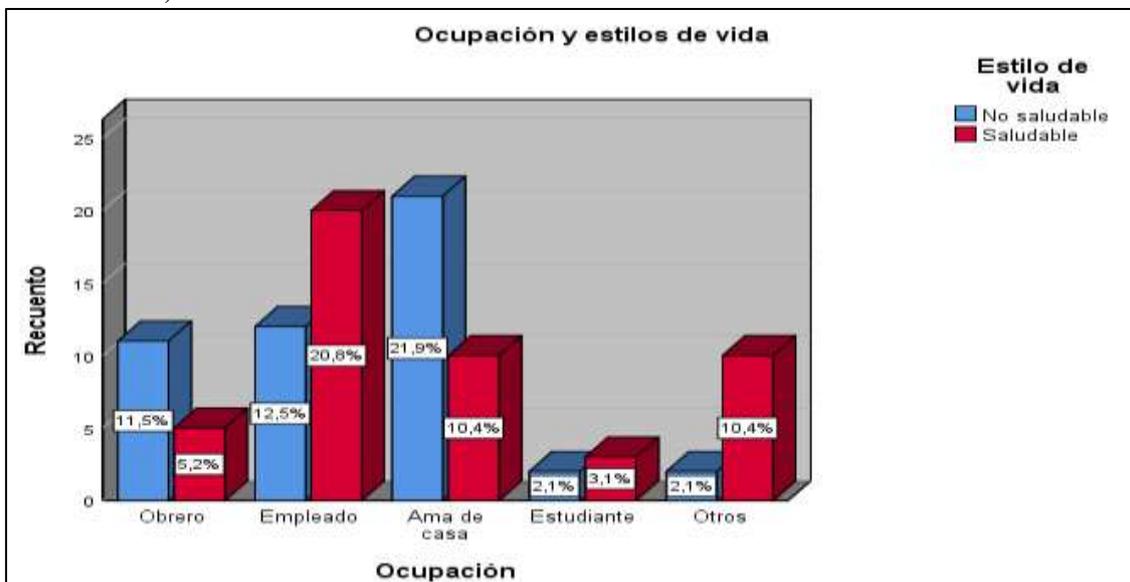
Fuente: Cuestionario sobre Acciones de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por Vílchez A, y cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C. Aplicado en el adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021.

**FIGURA 5: RELACIÓN DEL FACTOR ESTADO CIVIL CON EL ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO\_ CHIMBOTE, 2021**



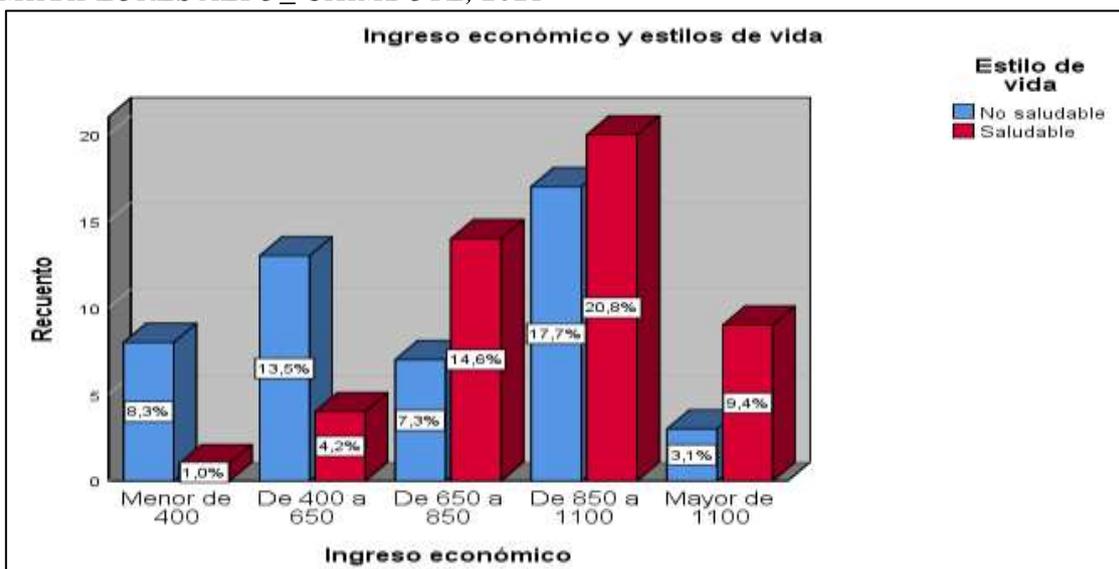
Fuente: Cuestionario sobre Acciones de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por. Vílchez A, y cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C. Aplicado en el adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021.

**FIGURA 6: RELACIÓN DEL FACTOR OCUPACIÓN CON EL ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO\_ CHIMBOTE, 2021**



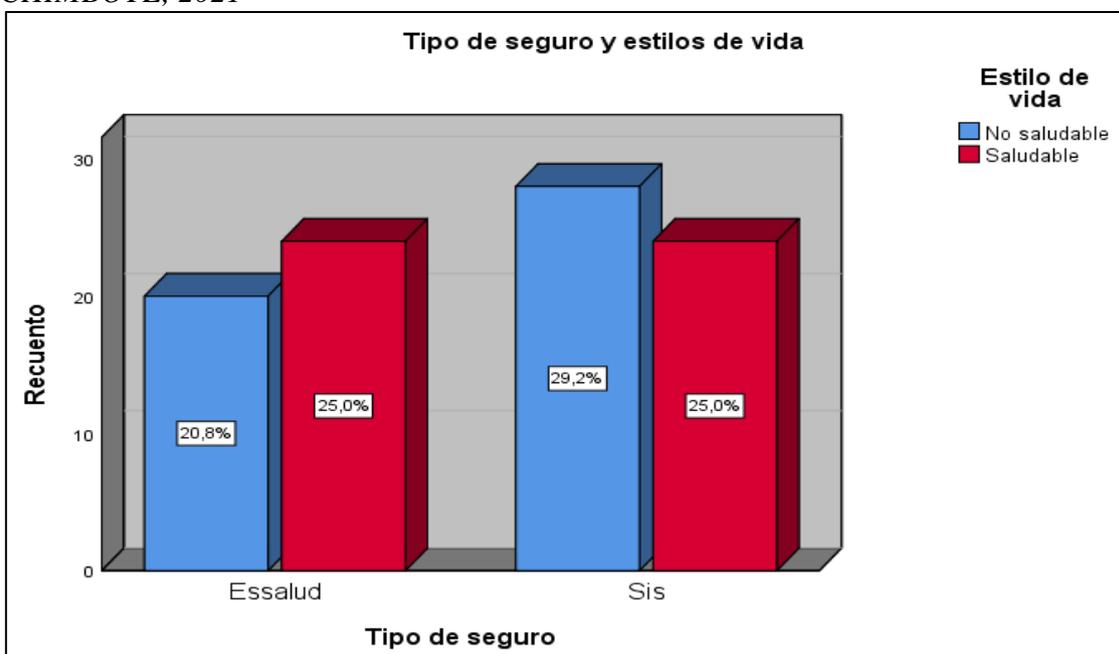
Fuente: Cuestionario sobre Acciones de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por Vílchez A, y cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C. Aplicado en el adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021.

**FIGURA 7: RELACIÓN DEL FACTOR INGRESO ECONÓMICO CON EL ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO\_ CHIMBOTE, 2021**



Fuente: Cuestionario sobre Acciones de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por Vílchez A, y cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C. Aplicado en el adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021.

**FIGURA 8: RELACIÓN DEL TIPO DE SEGURO CON EL ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO. “JIRÓN CALLAO” ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO\_ CHIMBOTE, 2021**



Fuente: Cuestionario sobre Acciones de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por Vílchez A, y cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C. Aplicado en el adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021.

**TABLA 5:**

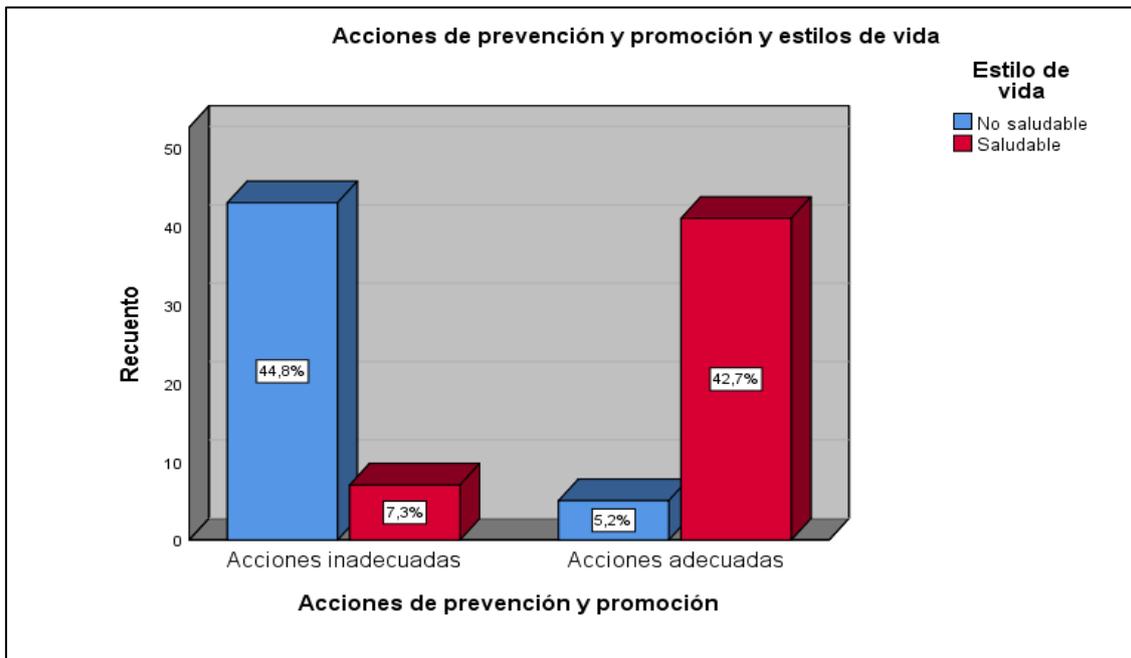
*RELACIÓN ENTRE LAS ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO. "JIRÓN CALLAO" ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO\_ CHIMBOTE, 2021*

Acciones de prevención y promoción	Estilo de vida				Total		chi / sig.
	Saludable		No saludable		n	%	
	n	%	n	%			
Acciones inadecuadas	7	7,3	43	44,8	50	52,1	54,094 / 0,00 Existe diferencia entre las variables
Acciones adecuadas	41	42,7	5	5,2	46	47,9	
<b>Total</b>	<b>48</b>	<b>50,0</b>	<b>48</b>	<b>50,0</b>	<b>96</b>	<b>100,0</b>	

Fuente: Cuestionario sobre Acciones de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por Vílchez A, y cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C. Aplicado en el adulto. "Jirón Callao" Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021.

**FIGURA DE TABLA 5:**

*RELACIÓN ENTRE LAS ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO. "JIRÓN CALLAO" ASENTAMIENTO HUMANO MIRAFLORES ALTO\_ CHIMBOTE, 2021*



Fuente: Cuestionario sobre Acciones de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por Vílchez A, y cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C. Aplicado en el adulto. "Jirón Callao" Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021.

## DISCUSIÓN

**Tabla 1:** Del 100% (96) los adultos “Jirón callao” Asentamiento Humano Miraflores alto; el 63,5% (61) son mujeres; el 55,2% (53) son adultos maduros; el 56,3% (54) tienen grado de instrucción secundaria; el 58,3% (56) tiene religión católica; el 57,3% (55) son casados; el 33,3% (32) son empleados; el 38,5% (37) tienen un ingreso económico de 850 a 1100 nuevos soles; el 54,2% (52) poseen SIS.

En esta investigación se encontró que más de la mitad son mujeres adultas maduras; teniendo en cuenta que el sexo representa una diferencia en características físicas, se debe tener en cuenta que ambos son importantes al momento de brindarles estrategias de prevención como una ayuda para evitar que su salud llegue a deteriorarse.

De acuerdo a los resultados de la investigación tenemos resultados similares con el trabajo de Paz E, (23). Del 100% de adultos del Asentamiento Humano Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote; el 51,6% (79) son de sexo femeninos, el 45,8% son adultos maduros; el 59,0% (90) su grado de instrucción es secundaria; el 54,0% (83) profesan la religión católica, el 33,0% (50) son de estado civil casados.

Vemos que las mujeres que hay en esta comunidad, que son adultas maduras, siendo esta etapa característica en la cual forman sus hogares, teniendo varios hijos y dedicándose a ellos junto a su familia recién formada, encontrándose en la parte de la salud reproductiva. Por otro lado, y dando respuesta al por qué se encontraron más mujeres que hombres en esta investigación, es debido a que, al momento de ejecutar el instrumento, fue una hora en la que las amas de casa se encontraban en casa preparando todo para llevar almuerzos y otras organizando sus hogares para tener una mejor ventilación tal cual recomendaba el personal de salud.

En lo que respecta a los varones que estuvieron presentes en esta investigación, fueron un menor porcentaje a comparación de las mujeres, pero de igual manera estuvieron dispuestos a brindar información, comentando que se encontraban en casa debido al cambio de horario en sus trabajos y en otros casos, eran desempleados debido al recorte de personal que había en sus centros laborales; por lo que apoyaban en las labores del hogar a modo de compartir las responsabilidades que tenían con el cónyuge.

Con respecto al sexo femenino, en honor a la celebración por el día mundial de la mujer en el año 2023, el INEI, reveló que con una población que va en ascenso a una increíble cifra de 33 millones de ciudadanos, de las cuales 16 millones 999 mil representan a la población femenina (59).

En la variable edad, se puede observar que más de la mitad son adultas maduras; es importante tener en mente este dato, debido a que a esta edad es donde toda persona debería tener más cuidado con su salud, prestar especial atención a su cuerpo con la manera en la que estaba llevando su alimentación y a la cantidad de actividad física que realizan en su vida diaria; ya que al estar en este grupo de edad, representa que el adulto se encuentra propenso a tener complicaciones que si bien no se pueden mostrar a primera instancia, esta será evidente cuando la enfermedad puede ya estar más avanzada, haciendo más complicada la recuperación de la persona.

Se puede decir que el adulto maduro, es la etapa de la vida que limita entre la madurez tan física como mental, y el inicio del envejecimiento; llegando a ser el momento en el cual, la mayoría de personas se pone a pensar en las decisiones que ha tomado y los logros que han ido obteniendo. Además, en esta etapa, la persona suele comenzar a afrontar diversos cambios relacionados a los puestos laborales, amigos y/o compañeros de trabajo, con los integrantes de su familia y los físicos, que vienen siendo algunas de ellas, las arrugas propias de la edad (60).

Esta etapa del adulto puede llegar a ser un factor importante donde la persona es más propensa a que su salud se vaya deteriorando progresivamente, provocando que sea vulnerable ante cualquier enfermedad; además de que solo cuentan con educación secundaria, lo que nos les permite conseguir un trabajo adecuado, lo que les lleva a recibir un sueldo mínimo, y debido a que deben mantener a sus familias, este ingreso muchas veces no llega a cubrir sus necesidades básicas; por otro lado, a pesar de contar con un seguro de salud, las personas no van a sus controles y solo acuden a estas cuando sienten demasiado mal, esto en algún momento puede llegar a ser negativo para su salud, debido a que una detección a tiempo de alguna anomalía puede llegar incluso a salvarle la vida; por ello es que siempre se insta a hacer uso de su seguro, sobre todo para prevenir futuras complicaciones.

Es sabido que el nivel de educación influye en la calidad de vida que la persona puede llevar; en este estudio se encontró que más de la mitad tiene grado de instrucción secundaria, el motivo por el cual las personas no pudieron culminar con sus estudios académicos puede variar, aunque en esta oportunidad, fueron concordando en que recibieron poco apoyo familiar debido a que tuvieron hijos a temprana edad, centrándose más en la crianza y cuidado de sus hijos; también por la poca economía que presentaban en esos momentos, no todos pudieron tener el acceso a una educación más superior e inclusive estas personas tienen hermanos que no llegaron a terminar primaria

Considerando que actualmente se encuentran estables económicamente, algunos lograron retomar su educación, pero otros lo dejaron de lado completamente y se dedicaron a otras actividades que les resultara más productiva, como lo es el trabajo, prefirieron brindarles todo el apoyo posible a sus hijos, alegando que a su edad es demasiado mayor para continuar con sus estudios.

Si comparamos los resultados con otros trabajos a nivel nacional, como el de Dioses S, (22). Con los adultos del Asentamiento humano Campo Polo Castilla - sector Sinchi Roca\_Castilla\_Piura, 2023; Donde se puede observar que los adultos de esta comunidad tienen un grado de instrucción secundaria al igual que los resultados obtenidos en este presente estudio; a través de esto, se puede deducir que independientemente de la zona, las dificultades que se puedan haber presentado en la vida de las personas, impidió que estas puedan continuar con su actividad académica con regularidad.

Aunque se sabe que el nivel educativo tiende a influir de cierta manera en cómo la persona opta por tomar hábitos más sanos o, por el contrario, que les sean dañinos; la educación no es un obstáculo clave que puede determinar la salud de la persona, pero si puede desventaja tanto social como económico, y de algún modo, llega a afectar la manera en cómo es percibida el sistema sanitario y la desigualdad de captación de información al momento en recibir dicho servicio (61).

Según Del Popolo F, (62). En su investigación titulada “Características sociodemográficas y socioeconómicas de las personas de edad en América Latina”, dependiendo del grado académico en el que se haya quedado o concluido con sus estudios; va a terminar influenciando en la vida de la

persona, además de que una capacidad intelectual menor, de cierta manera, interfiere en el desarrollo en el ámbito social, siendo limitadas sus probabilidades al momento de conseguir un trabajo que costee sus necesidades básicas para subsistir.

Como es sabido, la creencia y práctica religiosa aporta diferentes sentidos a la vida de las personas; con esto en mente, se encontró que más de la mitad tiene religión católica, al profundizar más sobre este tema, comentaron que la religión que en estos momentos profesan es la misma que el de sus familiares, debido a que ellos los llevaban a las misas realizadas por la iglesia que queda cerca de la zona, siendo participes en las actividades religiosas incentivados por su familia desde jóvenes; aunque no tienen quejas de ello, ya que al llegar a la adultez pudieron darle su propio sentido a la creencia que tienen por un ser supremo, el cual los hace sentir acompañados en todo momento, ayudándolos a superar las situaciones difíciles que se les fueron presentando en su vida.

Aunque en algunas ocasiones se confunde al catolicismo con el cristianismo o también que diferentes creencias, la realidad es que el catolicismo pertenece a una rama del cristianismo, por lo que no está tan desligado como erróneamente muchos podrían estar creyendo.

Basándonos únicamente en la iglesia católica, viene siendo una de las instituciones religiosas más antiguas con aproximadamente 2.000 años de antigüedad, además del hecho que se considera la primera casa de todos los bautizados, ya que, siguiendo el rito del bautizo cristiano, a si la persona sea creyente o no, de igual manera pertenece al catolicismo, a menos que realice formalmente una petición a la iglesia para renunciar a esta (63).

Concerniente al estado civil, podemos observar que más de la mitad son casados, con respecto a esto, hubo dos realidades que resonaron más fuerte durante toda la entrevista, algunas personas comentaron que el matrimonio se dio después de años de convivencia e hijos de por medio, lo que buscaban con esto era formalizar la relación, además de que obtendrían beneficios legales; y por otro lado tenemos a las personas que se casaron antes de formar una familia, alegando que quisieron seguir las etapas de su vida paso por paso.

Por el otro lado, el matrimonio puede llegar a ser una carga con mayor repercusión para la persona, debido a que deberá trabajar más para poder dar un sustento a su hogar, además del aumento de responsabilidad y la distribución

de tareas que le correspondería a cada integrante en la familia; sin embargo, estas responsabilidades no siempre son correctamente distribuidas o no son cumplidas, viéndose en muchas ocasiones que recargan solo a uno o dos de los integrantes de la familia con todo el trabajo del hogar, que siempre llegan a ser el padre o la madre.

El estar casados es un paso mucho más importante que el de oficializar la unión de la pareja; teniendo a que trae consigo muchas más responsabilidades que si no se llegan a un buen acuerdo con la pareja, puede terminar en la ruptura o un proceso incluso más tedioso cuando hay hijos de por medio; por ello, es que se debe mantener una visión amplia de este proceso, ya que con esto podrán lograr, tanto cuidar de su pareja como crecer apoyándose mutuamente (64).

Dentro de la variable ocupación, se pudo encontrar que menos de la mitad son empleados, aunque no hay mucha diferencia con el porcentaje que respondió ser ama de casa; en ese sentido, muchas de las personas entrevistadas comentaron que debido a la pandemia que se estaba viviendo, en sus centros laborales estaban enviando a sus trabajadores a vacaciones forzadas y en otros casos se realizaba recortes de personal, por lo que muchos de ellos se quedaron en casa a apoyar con las labores del hogar, mientras que uno de los cónyuges mantenía su puesto de trabajo.

En el caso de los adultos que poseían ya una profesión, podían mantener sus puestos debidos a los años que ya se encontraban laborando, por otro lado, las personas que habían firmado un contrato, hicieron que se llegue a cumplir lo que estaba estipulado, gracias a ello es que pudieron mantener su trabajo, lo que les permitió mantener el nivel de vida al que estaban acostumbrados.

Continuando con las variables, tenemos al ingreso económico de la cual todos dependemos, ya que sin este no se podría llevar una adecuada calidad de vida, siendo uno de los factores que más influye no solo en la salud sino también en la vida en general de la persona; encontrándose que menos de la mitad tienen un ingreso económico de 850 a 1100 nuevos soles. Como es sabido, el dinero viene de la mano del trabajo o a qué se dedique la persona, es por ello, que mientras más bajo nivel educativo, menos oportunidades de conseguir un trabajo adecuado que le brinde el sustento económico adecuado para que la persona pueda costear un seguro o una atención de salud cuando se encuentre mal.

Frente a estos resultados obtenidos, se puede comparar con el trabajo de Manrique M, (24). En los adultos del asentamiento humano Tierra Prometida\_Nuevo Chimbote, 2021; donde se puede observar que el ingreso económico que percibe las personas de esta comunidad es de 650 a 850 nuevos soles, siendo diferente a los resultados obtenidos en este presente estudio.

Los adultos consiguen un salario mínimo, el cual se debe administrar de cierta manera en que pueda alcanzar a cubrir todos los gastos esenciales del hogar; debido a ese motivo, muchos de los encuestados comentaron en algún momento tuvieron que recortar muchos gastos y limitarse en lo que comían para poder ahorrar y llegar a construir sus casas, debido a ello y entre otras cosas que les sucedía, tuvieron que aprender a ahorrar su dinero, manteniendo un límite entre lo que podían gastar y lo que no; esto les sirvió en muchas ocasiones, sobre todo cuando alguno de los integrantes de su familia tenía un accidente o se enfermaban.

Por ello, es que el ingreso económico de una persona va a decidir cómo esta va a adecuar su estilo de vida de acuerdo a sus posibilidades económicas, que necesidades podrá satisfacer, el poder atenderse en un establecimiento de salud y si podrá costear un tratamiento; debido al bajo ingreso económico las personas deben recortar costes y ahorrar dinero para otros fines, descuidando en muchos casos su salud (65).

Por otro lado, se encontró que la mitad tiene SIS, debido a lo que se estaba viviendo por la pandemia del covid-19, los centros de atención cercanos comenzaron a asegurar a todos los pobladores de la zona, de ese modo, reducían el número de personas que no contaba con algún tipo de seguro hasta ese momento, solo que no todos estaban al tanto de esto, por lo que a través de llamadas telefónicas fueron notificados sobre este hecho, causando una reacción positiva por parte de los pobladores.

Los resultados que se asemejan son los de Febre T, (66). En su estudio titulado “Factores Sociodemográficos Y Acciones De Prevención Y Promoción Asociado Al Comportamiento De La Salud: Estilos De Vida Y Apoyo Social Del Adulto. Pueblo Joven La Unión Sector 26 \_Chimbote, 2019”. Del 100%de los adultos del Pueblo Joven La Unión sector 26, el 80,0 % tiene un seguro integral de salud SIS.

Sin embargo, no todos acudieron a consultas pese a estar asegurados, ante esto, comentarios como que no tenían tiempo o les daba miedo el contagio fueron los temas más resonados, por lo que varios de ellos preferían pagar consultas particulares o recurrían a las farmacias obteniendo medicamentos que no siempre hacían efecto; en otros casos, acudían a sus conocidos quienes les recomendaban el tratamiento que les había hecho efecto, causando así una gran red de desinformación, que por fortuna no llegó a traer tantas consecuencias en esa zona a comparación de otras.

Del mismo modo, no todo tiene una connotación negativa, habiendo un pequeño grupo de personas que a pesar de lo que estaba sucediendo en esos momentos, recurría al centro de salud correspondiente para obtener una consulta o una transferencia en caso de que la enfermedad de la persona haya progresado demasiado rápido.

Considerando que la cantidad restante de porcentaje, que vendría siendo menos de la mitad de adultos posee ESSALUD, se puede deducir a simple vista que las personas entrevistadas, se encuentran aseguradas; aunque eso no siempre signifique que acudan a atenderse y solo hagan uso de ella cuando tienen alguna complicación respecto a su salud.

Volviendo al tema del seguro integral de salud [SIS], este se encuentra dirigido a toda persona que no cuente con los medios necesarios para llevar un control o seguimiento adecuado, a la enfermedad que esté padeciendo; dentro del paquete de coberturas se encuentran más de 1400 enfermedades, incluyendo diversos tipos de cáncer; además de cubrir gastos de un tratamiento médico algún procedimiento médico como operaciones, traslados, tratamientos odontológicos, entre otros (67).

Ante estos resultados obtenidos, podemos plantear como propuesta de conclusión una intervención a todos los adultos que tienen hijos jóvenes en etapa escolar, usando las reuniones de padres en los colegios como un método para sensibilizarlos y motivarlos a continuar con sus estudios, los cuales se vieron interrumpidos por limitantes económicos o por los hijos que tuvieron a tan corta edad; muchas veces cuando se les pregunta acerca de su educación, ellos comentan que les hubiera gustado continuar y avanzar su grado académico, para poder tener una mejor oportunidad de trabajo y dicho sea de

paso, mejorar su nivel económico, logrando así una mejora en su calidad de vida.

**Tabla 2:** Del 100% de adultos “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto; el 52,1% (50) tienen acciones de prevención y promoción inadecuadas y un 47,9% (46) presenta acciones adecuadas.

Se puede apreciar que más de la mitad de adultos tiene acciones inadecuadas de prevención y promoción; y menos de la mitad presenta acciones adecuadas. A pesar de que el número de personas que tiene acciones adecuadas con las inadecuadas, es mínimo, aun así, es un resultado preocupante, debido a que el adulto consciente o inconscientemente está encaminando su salud al deterioro de este.

Otro estudio con el que también se encontró similitud fue de Medina R, (68). En los adultos del Pueblo Joven la Unión sector 25\_Chimbore, 2019; encontrándose que, más de la mitad tiene acciones de promoción y prevención de la salud inadecuadas, pero un porcentaje significativo tiene acciones adecuadas.

Ante estos, se puede deducir que, si las personas siguen continuando con sus malos hábitos y actuando de la misma manera, su salud puede llegar a verse afectada, quizá no se vea ahora mismo, pero dentro de un par de años las consecuencias lograran hacer efecto, es por ello que siempre se recomienda hacer frente a la situación cambiando esas conductas dañinas que tiene el adulto para evitar que se vea expuesto a un constante riesgo de enfermarse o tener consecuencias irreversibles.

Debemos comprender que las acciones que está realizando el adulto, solo lo afectarán a él, es por ello que se podría considerar como un desinterés de su parte cuando se les pregunta sobre la forma en como buscan prevenir ante alguna enfermedad o dolencia que tengan, y este solo responda de manera evasiva o trate el tema a la ligera; prefiriendo quedarse en casa hasta que la dolencia sea mayor y que de alguna manera lo obligue a buscar ayuda. Algo a lo que no se quiere llegar, es por eso que se realizan constantes campañas para educar al adulto e intentar que este sea más asertivo en su conducta.

La promoción de la salud es un proceso, el cual, permite que la persona pueda modificar ciertas acciones que esté realizando de manera errónea y a su

vez, afecte de manera directa o indirecta a su salud; juega un papel importante al momento de lograr hábitos saludables y un estilo de vida adecuado (69).

La prevención y promoción, son diversas estrategias enfocadas en las conductas de las personas; para que estos puedan tomar participación en la toma de decisiones que involucren el mejoramiento de su salud; llegando a tomar medidas que ayuden a reducir los factores de riesgo de contraer alguna enfermedad y contribuyendo a evitar futuras complicaciones, que puedan desencadenar en un problema más serio o sin solución (70).

Respecto a la alimentación y nutrición, los adultos de esta comunidad comentaron que no tienen conocimiento sobre algún plan que promueva la alimentación saludable, al contrario, al haber un incremento de tiendas por la zona, comenzaron a vender más productos dulces, tales como las golosinas y los caramelos para atraer a la clientela joven y, dicho sea de paso, venden bebidas alcohólicas o tabaco a la población adulta. En el caso de las autoridades de esta comunidad, dejan de lado por completo el cuidado a las personas que los apoyaron para ganar la candidatura, viéndose que solo acuden a esta cuando necesitan votos, para luego desaparecer y no estar presentes para enfrentar las deficiencias que se encuentran en su comunidad.

En esa misma línea, y haciendo referencia a la higiene, los adultos toman este tema con mucha más delicadeza al punto en el que se considera casi natural lavarse las manos en cada momento, justamente por la pandemia que se vivió hace un par de años, es que los adultos comenzaron a tomar más consciencia de la gravedad del asunto; es por ello que obedecieron a las recomendaciones que les fueron brindadas por el personal de salud e inclusive algunos negocios tenían una botella de alcohol preparada para rociar las monedas que fueran dadas de cambio. De ese mismo modo, la limpieza y desinfección de sus hogares era diaria o inter diaria para mantener la ventilación y de esa manera evitar que el polvo pueda causar alguna afección respiratoria que pueda ser confundida con el virus que estaba rondando.

Es muy sabido por todos que una higiene adecuada junto a un lavado de manos correcto ayuda a eliminar las bacterias que están presentes en las manos, las cuales tienen contacto con todo tipo de superficies, siendo un puente entre las bacterias y las vías respiratorias o digestivas; ya que si no se tiene cuidado,

puede generar un problema estomacal leve, que si no se tiene cuidado avanza hasta ser más grave (71).

Con respecto al eje de habilidades para la vida, se encontró a raíz del confinamiento por la pandemia, los adultos comenzaron a acercarse más a sus familiares, comenzando una pequeña rutina donde almorzaban y cenaban juntos, comentando lo que les había sucedido o de lo que se habían enterado, cosa que algunas familias mantuvieron; sobre todo porque los adultos de esta población tienen hijos que están cruzando la adolescencia, por lo que tomaron la comunicación como una oportunidad para acercarse más a ellos y que les den la confianza de apoyarse mutuamente cuando surja algún problema, para que puedan encontrar una solución conjuntamente.

Sin embargo, en la actividad física es el eje donde están fallando un poco, comentando que no realizan algún deporte y quienes si logran realizar actividad física es quienes acuden al gimnasio o toman las caminatas de camino al mercado como su actividad física diaria. Lo cual no es completamente diferente a lo que se espera, siendo lo ideal realizar caminatas largas como actividad física con una duración de 30 minutos o realizar alguna clase de estiramiento como las clases de yoga, pero los adultos comentaron que el dolor muscular que sienten en sus cuerpos les impide realizar actividad brusca, es por ello que se abstienen de moverse mucho.

En lo que corresponde a salud sexual y reproductiva, algunos adultos comentaron que no acudían a realizarse exámenes médicos, el motivo siempre lo relacionan a la falta de tiempo y que acudirán a consulta en el momento que ellos crean indicado son conscientes de que su accionar está mal, siendo un problema, ya que a pesar de saber acerca de las complicaciones a largo plazo que pueden ocasionarles, no solo por alguna enfermedad que puedan contraer, sino también por el hecho de que estarían descartando alguna anomalía a tiempo.

Pero no podemos decir que la salud bucal, la cual fue descuidada al punto de no ir a un consultorio dental hasta que la pandemia haya bajado; debido a que en esos momentos se estaba sacando las pruebas moleculares antes de acudir a consulta, no todos los adultos querían pasar por eso, es debido a ello que procuraron mantener distancia de este, lo que ocasionó que no todos llegaran a limpiarse los dientes la cantidad de veces recomendadas, además de

no estar llevando una alimentación saludable, produjo varias apariciones de caries que luego tuvieron que curar, acudiendo posteriormente al dentista cuando ya todo estaba calmado.

Correspondiente a la salud mental y cultura de paz, los adultos fueron sinceros al hablar en este tema, comentando que a pesar de sentirse satisfechos por la vida que llevan ahora, esto no siempre fue así; deseando escalar en sus trabajos o viajar y conocer otros lugares que solo vieron por imágenes, aunque esto ahora solo quedó como un sueño que en algún momento quisieron lograr, mencionan que siempre fue bueno tener aspiraciones, ya que eso les ayudó a no quedarse en un solo lugar y buscaron la forma de hacer que sus familias se sintieran lo más cómoda posible, aunque eso no quiere decir que se sientan fracasados. Con el nivel económico que tienen ahora, pueden darse el gusto de recorrer ciudades de su propio país que no conocía, por lo que, de alguna manera, el sueño de viajar se hizo realidad, solo que ahora estarán acompañados de sus respectivas familias.

Terminando con los ejes temáticos, tenemos a la seguridad vial y cultura de tránsito, en el caso de los adultos que poseen una movilidad particular, comentaron que usan cinturón de seguridad con frecuencia, ya que fueron detenidos por no llevarlo en varias ocasiones, además de tener pequeños accidentes en carretera; es por ello que ahora permanecen más atentos a estos detalles, también como el de no usar los celulares, aunque algunos optan por poner música para tener una mejor atmosfera al conducir; por otro lado, tenemos a los adultos que no tienen vehículo, los cuales manifiestan que rara vez usan el cinturón de seguridad cada que suben a un automóvil, con respecto a las señalizaciones o el paso de peatón, fueron conscientes de que no hace caso muy seguido a las señalizaciones, aunque intentan cambiar algunas veces por el tema de que sus hijos les corrigen, pero casi siempre vuelven a hacer lo mismo.

Por lo que podemos darnos cuenta, es que las acciones que realizan los adultos en torno a su cuidado personal, está ligado directamente con su salud, por lo que es necesario que tomen conciencia sobre lo beneficioso que puede resultar realizar acciones adecuadas para prevenir las complicaciones de algunas enfermedades.

Frente a los resultados obtenidos, la propuesta de conclusión que se plantea, sería involucrar directamente a las autoridades de esta comunidad, coordinar con el establecimiento de salud y el secretario general de Miraflores Alto, para que promuevan la implementación de programas educativos relacionadas a la promoción y prevención de enfermedades en el adulto, pudiéndose utilizar el campo deportivo como punto para la realización de alguna campaña o dinámica, de esta manera estarían garantizando la participación de los adultos y posteriormente a generar la voluntad de este a poner en práctica lo oído.

**Tabla 3:** Del 100% de adultos “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto; el 53,2% (51) tienen estilo de vida no saludable y el 46,8% (45) tienen estilo de vida saludable.

El resultado que se obtuvo en esta tabla corresponde a que más de la mitad tienen estilo de vida no saludable y menos de la mitad tienen estilo de vida saludable.

También se asemejan los resultados de Palacios N, (72). En su investigación “Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales De Los Adultos Del Distrito De Llama- Piscobamba, 2018”. Del 100% de los adultos que participaron en este estudio el 17% tienen un estilo de vida saludable y un 83% no saludable.

La semejanza que se tiene con esta investigación, se puede apreciar que la población encuestada, son un gran porcentaje de adultos que llevan estilos de vida no saludables, a comparación del saludable; esto puede deberse a que se descuidan a sí mismos por cubrir con las responsabilidades laborales.

Así mismo, los resultados que difieren son los de Vera C, Telenchana J, (73). En su investigación “Estilo De Vida De Los Comerciantes De Verduras Del Mercado Feria Libre “El Arenal”, Cuenca, 2018”. Del 100%; se encontró que el 97% de los comerciantes tienen un estilo de vida saludable y el 3% un estilo de vida no saludable.

La diferencia que se encuentra en esta investigación es que, los adultos encuestados llevan estilos de vida saludables a comparación de los no saludables, siendo favorable para esta población, que se preocupa por su salud y lo demuestran cuidando sus hábitos.

Es importante enfocarse en los adultos que presentan un estilo de vida no saludable, debido a que su enfoque se centra en sus familias, trabajos y los cortos periodos de tiempo libre que se manejan, debido a que algunos de ellos tienen hijos en edad escolar, teniendo que ayudarles con sus tareas u otras actividades, ocasionando que la persona se vea en la necesidad de recurrir a menús repetitivos, los cuales no siempre llegan a ser nutritivos, pero son lo suficientemente llenadores para mantenerse saciado durante todo el día, además de que en su mayoría se dedican al trabajo comercial de propia autonomía, buscan concretar sus ventas para poder llegar a tener el dinero suficiente para el día siguiente.

En el caso de los adultos que poseen una profesión, de igual manera buscan concentrarse en desempeñar sus papeles, dejando de lado su alimentación, en ocasiones llegando a saltarse el desayuno y la cena, debido al agotamiento del día y en ocasiones por querer usar la restricción del alimento como dieta para bajar de peso.

Manifiestan que a pesar de querer alimentarse de manera más saludable o realizar pequeñas actividades físicas para poder mantenerse más ágiles, no siempre pueden cumplirlo, debido a que surgen distintos obstáculos, tanto personales, como de la propia condición de sus cuerpos.

La población encuestada lleva un estilo de vida no saludable, debido a que procuran destinar el dinero en otras cosas y encargarse de otros asuntos, dejando de lado su cuidado personal, lo que perjudica su salud, sobre todo porque ellos mismos aseguran no tener la suficiente diligencia de mantener una rutina saludable, lo que podría seguir deteriorando la salud de la persona.

Al no llevar una alimentación y actividad física balanceada y/o adecuadas para mantenerse saludable, puede llegar a ser un obstáculo en algún futuro no tan lejano, por el contrario, tener buenos hábitos y conducta alimentaria traerá beneficios a largo plazo, pudiendo reducir las complicaciones con alguna enfermedad que padezca o pueda.

El estilo de vida es el producto de los comportamientos que se van a ir adaptando según el día a día y los hábitos que se tenga; estos pueden llegar a ser perjudiciales para la salud o también causar el efecto contrario, llegando a tener un estilo de vida saludable (74).

Se sabe que para vivir requerimos de alimentos; sin embargo, hay algo que no debemos confundir, alimentarse y nutrirse son dos cosas distintas; por un lado, la alimentación es el acto en el cual ingerimos alimentos para satisfacer nuestro apetito; en cambio nutrición es el transcurso en el cual el organismo humano concentra, transforma y utiliza los nutrientes entregados por los alimentos. La poca realización de actividad física puede ser un riesgo en la vida trayendo patologías como el infarto; por otro lado, la embriaguez y algunos accidentes tienen más relación con las circunstancias de la vida de las personas, que, con factores genéticos y fisiológicos, convirtiéndose el sedentarismo en un factor de riesgo independiente y modificable para padecer cualquier enfermedad (75).

En lo que se refiere a la responsabilidad hacia la salud que tiene el adulto de esta comunidad, se puede decir que poseen cierta información de las enfermedades que padecen, la alimentación que deberían llevar y los cuidados que vienen consigo, pero, a pesar de tener el conocimiento del tema, se dan cuenta que sus actos podrían llevarlo a enfermarse y sabiendo las consecuencias que traerá esto, continúan en lo mismo, alegando que no tienen suficiente fuerza de voluntad para cambiar sus hábitos.

De igual forma, en la actividad física, los adultos comentaron que no realizan alguna actividad física con frecuencia o en algunos casos, es casi nula la actividad que realizan, comentaron que en muchas ocasiones es por el trabajo y las responsabilidades del hogar, terminando agotados al final del día y posponiendo la realización de ejercicios para algún momento en el que tengan tiempo, palabras que no siempre son cumplidas y en algunos casos llegan a ser olvidadas.

En esa misma línea, referente a la nutrición que tiene el adulto de esta comunidad, como anteriormente se ha mencionado, ellos poseen la información adecuada de como deberían alimentarse, pero no lo hacen por, según sus palabras, poca fuerza de voluntad; llegando hasta el punto en el que no consumen muchas frutas por la misma alza de precio de esta, al igual que con las verduras, aunque tratan de variar e implementar otros tipos de ingredientes para que tengan una comida medianamente balanceada.

En el caso del manejo del estrés, comentan que tratan de lidiar con el estrés y la carga del día con una salía familiar o tratar de dar una caminata nocturna,

aunque con la inseguridad que se vive hoy en día, prefieren sentarse fuera de sus casas, donde se quedan por horas observando a los autos y personas pasar, manifiestan que es una buena manera de distraer la mente, otros comentan que prefieren preparar algunas comidas para liberar la tensión de los brazos y mantener la mente en blanco; y otras prefieren escuchar música a todo volumen, mientras continúan haciendo las tareas del hogar

Por último, tenemos la dimensión de crecimiento espiritual y relaciones interpersonales, en el cual los adultos comentan que como todo ser humano, no están libres de errores que hayan cometido a lo largo de su vida y de los cuales han sabido salir adelante, obteniendo de estos aprendizajes que les ayudaron a crecer como persona, enriqueciéndolos en experiencias que posteriormente cuentan a sus hijos para evitar que estos comentan sus mismos errores y puedan crecer sin tantos tropiezos como sus padres.

Frente a lo expuesto, la propuesta de conclusión que se plantea es de implementar estrategia y/o programas enfocados en la salud del adulto, promocionando la salud, involucrando directamente a la población, junto a la autoridad de esta comunidad y al establecimiento de salud al que pertenecen, lo que se estaría logrando con esto es mejorar el estilo de vida que tienen los adultos y también se estaría ayudando en lo que respecta a la calidad en la vida que tengan sus pobladores.

**Tabla 4:** Del 100% de adultos “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto; el 33,3% de población femenina tiene estilo de vida saludable, mientras que el 30,2% no es saludable; el 24,0% de adultos maduros presentan estilo saludable y el menor porcentaje 31,3% representa un estilo de vida no saludable; con el grado de instrucción secundaria, el 34,4% lleva un estilo de vida no saludable, y el 21,9% es saludable; el 34,4% de católicos presentan estilo de vida saludable, mientras que el 24,0% tiene un estilo de vida no saludable; el 25,0% de casados es saludable, el 32,3% no es saludable; el 20,8% de empleados es saludable, el 12,5% no es saludable; el 20,8% de ingreso económico es saludable, el 17,7% no es saludable; en cuanto al tipo de seguros SIS el 25,0% tienen estilo de vida saludable, mientras que el 29,2% tiene un estilo de vida no saludable.

En relación al Chi cuadrado entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida del adulto, se reportó que, en sexo es de 0.405 / 0.525 No existe relación

entre las variables, en los adultos maduros 3.445 / 0.179 No existe relación entre las variables, en el grado de instrucción 0.346 / 0.001 Si existe relación entre las variables, los católicos es de 4.98 / 0.083 No existe relación entre las variables, de casados es de -0.073 / 0.483 No existe relación entre las variables, en ocupación es 13.68 / 0.008 Si existe relación entre las variables, en ingreso económico 0.314 / 0.002 Si existe relación entre las variables y en el tipo de seguro 0.671 / 0.413 No existe relación entre las variables.

Se identificó que, si existe relación entre los factores sociodemográficos: grado de instrucción, ocupación, ingreso económico con el estilo de vida, pero no existe relación entre el estilo de vida con los factores sociodemográficos: sexo, edad, religión, estado civil y el tipo de seguro.

Frente a los resultados obtenidos, se encontró una investigación con resultados similares que corresponde a De la cruz P, (76). En su investigación “Factores Sociodemográficos Y Acciones De Prevención Y Promoción Asociado Al Comportamiento De La Salud: Estilos De Vida En El Adulto De La Urbanización Bellamar I Etapa\_ Nuevo Chimbote, 2021”. Mostrando en sus resultados que la relación de los factores sociodemográficos: Sexo, edad, grado de instrucción, religión, ocupación, ingreso económico y tipo de seguro, y los estilos de vida en donde se encontró que no existe relación significativa; pero con la variable estado civil si existe relación significativa.

Debido a la similitud que existe, se puede deducir que los adultos se encuentran expuestos a un constante peligro de enfermarse; debido a que, si ellos no toman el control sobre sus propias acciones, esto podría desencadenar en un problema mucho mayor en un par de años; además de que, al ya ser padres de familia, inculcan esos mismos hábitos a sus hijos, lo que podría conllevar en un bucle sin fin de malas prácticas preventivas.

De ese mismo modo, se encontraron resultados que difieren, el autor es de Vásquez L, (77). En su investigación “Factores Sociodemográficos Y Acciones De Prevención Y Promoción Asociado Al Comportamiento De La Salud: Estilos De Vida Del Adulto En El Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021”, siendo el resultado de la prueba del chi cuadrado que si existe relación estadísticamente significativa con la edad ( $p=0.008$ ), mientras que el sexo ( $p=0.0804$ ), grados de instrucción ( $p=0,011$ ), religión ( $p=0,2919$ ), estado civil ( $p=0,184$ ), ocupación ( $p=0,179$ ), ingresos económico ( $p=0,124$ ) y tipo de

seguro ( $p=0,123$ ), no existe ninguna relación estadísticamente entre las variables.

Se escogió esta investigación debido a que el lugar donde se realizó esta investigación es la misa que la expuesta, mostrando resultados diferentes dentro de la misma comunidad, esto también puede deberse al pensamiento cambiante del adulto, que en algunos momentos puede llegar a ser honesto con sus respuestas, pero de igual manera puede modificarlo para intentar quedar bien ante las preguntas que se van realizando en la entrevista.

Siguiendo en el análisis de los resultados obtenidos, en el modelo que presenta Nola pender, muestra que el accionar de la persona puede convertirse en un factor clave que influya en la forma en cómo vive la persona, dependiendo el entorno en el que encuentre y las oportunidades que se le presentes a nivel laboral, puede llegar a modificar desde la forma en como acostumbra a alimentarse, hasta la manera en que percibe la atención de salud; siendo que en algunos casos, busque obtener una mejor estabilidad económica a mantener un equilibrado estilo de vida.

La relación que existe entre ambas variables, se debe a que toda acción o decisión que se ha tomado, traerá de alguna u otra manera repercusión en la salud de la persona, por ello se debe ser más consciente de que toda acción que se realice, enfocándose siempre en si lo que van a hacer les traerá más beneficios que consecuencias y si dichas acciones pueden influenciar de manera negativa el estado actual de salud de la persona.

El grado de educación está relacionado con la manera con la salud y la vida en general, siendo esta la base para que la persona pueda llegar a crear un ingreso seguro, lo que podría abrirle camino a buscar un mejor puesto de trabajo que le permita la posibilidad de llevar más dinero a casa y de esa forma, tener una alimentación más adecuada, proporcionando alimentos de mejor calidad o con mayor valor nutritivo.

Al ser secundaria el mayor nivel educativo al cual la mayoría de pobladores refirieron tener, genera un problema en las posibilidades que tengan para conseguir un empleo que les pueda brindar el sueldo suficiente para costear todos los gastos necesarios, viéndose en la necesidad de recortar algunas cosas y privarse de otras para poder llegar a fin de mes con un plato de comida.

En el caso de las variables que no tiene relación, vendrían siendo el sexo de la persona que no siempre está ligada a la religión, debido a que, dependiendo la costumbre familiar, pueden optar por escoger a qué grupo religioso quiera pertenecer, en caso del estado civil, no siempre llega a ser una carga de responsabilidades para la persona, esto depende muchas veces de como dividan esa carga en pareja o familia.

Los adultos se encuentran asegurados tanto en el seguro integral de salud que vendría siendo el SIS y en EsSalud, demostrando que a pesar de estar asegurados no acuden a sus respectivas consultas; lamentablemente esto es una realidad de la que todos los pobladores son conscientes, obstaculizando de esa manera la posibilidad de mejorar su estado de salud.

Los factores sociodemográficos son acciones e interacciones entre la salud física, mental, las acciones y decisiones que va a tomar la persona con respecto a su salud; si va a cambiar o modificar algunos hábitos que le resultan dañinos o simplemente se va a quedar como está; siendo que todo esto toma repercusiones en su salud, esto se puede ver reflejado dentro de unos años, ya que la salud se va deteriorando poco a poco, no siendo tan notorio su cambio de manera inmediata (78).

En cuanto al estilo de vida, se sabe que los hábitos sedentarios y consumo de sustancias nocivas, generan un daño a la salud; por ello se recomienda buscar formas o ejercicios que traigan beneficios en el futuro, todo ello se hace con la intención de que la persona evite enfermarse y contraer alguna patología o llegue a complicarse las que ya padezca (79).

Es de suma importancia que tanto el profesional de salud, como la población encuestada y las autoridades de dicha localidad, se vean involucrados en mejorar la disposición de la población con lo que respecta a mejorar sus hábitos y tomar otro rumbo, que les permita mantenerse saludables, tomando conciencia sobre lo perjudicial que puede ser para ellos, sobre todo para aquellos que ya tienen enfermedades prevalentes; llegando a tener la posibilidad de reducir las complicaciones que puedan aparecer en algún futuro.

Ante ello, se puede plantear como propuesta de conclusión la reactivación de la estrategia de salud del adulto, donde el personal de salud formule intervenciones que involucre la participación de la población entrevistada, siendo está enfocada en mejorar su estilo de vida, sobre cómo mejorar sus

hábitos alimenticios, los beneficios para la salud que brinda la actividad física, sobre lo perjudicial que puede llegar a ser el sedentarismo para la salud de las personas, fomentando una calidad de vida adecuada.

**Tabla 5:** Del 100% de adultos “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto; el 44,8% (43) tiene acciones inadecuadas; el 42.7% (41) tiene acciones adecuadas.

Según el análisis del Chi cuadrado entre las acciones de prevención y promoción con el estilo de vida del adulto, dando un resultado de 54,094 / 0.00. Se encontró que si existe relación entre las variables de estilos de vida con el nivel de prevención y promoción de la salud.

Los resultados que se asemejan son los de Pujay E, (80). En su investigación titulada “Acciones De Prevención Y Promoción De La Salud Relacionado Con Los Estilos De Vida De Los Adultos Pescadores Del Desembarcadero Pesquero Artesanal - Salaverry, 2020”. Del 100% adultos en cuanto al nivel de prevención y promoción de la salud y los estilos de vida de los adultos pescador del desembarcadero pesquero artesanal - Salaverry. Se observó que el 51.5 % mantienen un estilo de vida saludable y el 38.5 % tienen un nivel de promoción y prevención bajo.

Los datos de semejanza que tienen es que la población encuestada tiene actitudes de promoción y prevención no saludables; siendo a su vez, no adecuadas, lo que, de cierta manera, pone en riesgo la salud del adulto, debido a que en algún momento pueda llegar a padecer complicaciones al no realizarse un chequeo preventivo.

El estudio que difiere, es el de Ramos J, (81). En su investigación “Factores Sociodemográficos Y Acciones De Prevención Y Promoción Asociado Al Comportamiento De La Salud: Estilos De Vida Y Apoyo Social Del Adulto. Pueblo Joven La Unión Sector 24 \_Chimbote, 2019”. Del 100% de adultos, el 78.1 % mantienen un estilo de vida saludable y el 50.6% un nivel de prevención y promoción de la salud adecuada.

En esta investigación se puede observar que la mayoría de los adultos tienen acciones de prevención y promoción de la salud adecuadas; siendo diferente a la investigación que se está llevando a cabo, mostrando dos realidades distintas que se viven en diferentes sectores de la misma ciudad, demostrando que el cambio de hábitos puede traer beneficios a su salud.

Tomando en cuenta lo que nos dice la teoría de Nola Pender, en uno de los factores que hace mención en su modelo, toma al comportamiento de la persona y a esta misma, como la responsable de lo que pueda pasar con su salud más adelante, si es que llega a complicarse o logra mantenerse estable, dependerá de su actitud y que acciones pueda tomar para mejorar su estilo de vida.

Siendo una de las variables de este estudio las acciones de prevención y promoción, donde se observa que toman acciones inadecuadas con respecto a su salud, algunos son conscientes del daño que pueden causarse al seguir teniendo malos hábitos; por ello es que se debe tomar consciencia de este hecho, que, aunque parezca inofensivo, a la larga puede causar bastantes complicaciones.

En el adulto, los estilos de vida con las acciones de prevención y promoción de la salud se ven ciertamente relacionadas, debido a que la forma en cómo la persona guie sus acciones y conductas, la forma en como estaría cambiando su estilo de vida también iría en sincronización, por ello siempre se recomienda cambiar ciertos hábitos dañinos para el cuerpo, logrando una modificación de la salud, ya sea para bien o para mal.

Al tomar dichas acciones, se estará generando un cambio en el comportamiento de la persona, tomando las conductas o factores de riesgo como algo del cual tener precaución, ayudando a disminuir de manera paulatina algunas complicaciones y el deterioro del organismo.

De esa forma es como la prevención a la salud que está ligada al primer nivel de promoción de la salud, pueden llegar a influir en la salud de la persona; siendo coherente el identificar y a su vez modificar ciertos hábitos que creen un riesgo nocivo para la persona, aplicando diversas estrategias que puedan ayudarles a potenciar las acciones que sean beneficiosas.

Las acciones que cada adulto realizará, tomarán repercusiones en la salud; sin embargo, los resultados solo podrán ser vistos a largo plazo, aunque dependiendo de cómo se encuentre la situación de la persona, ese tiempo de espera puede variar, además de esta forma se sentirá mucho más ligero y lleno de energía para que pueda seguir realizando sus actividades cotidianas; por lo que siempre se escucha a todo personal de la salud, aconsejar sobre llevar buenos hábitos alimenticios y realizar ejercicio de manera regular; de forma que, se evite llegar a padecer dificultades y/o el fallecimiento de la persona.

Sin embargo, no todo puede pintarse perfecto, dependiendo de ciertos factores y acciones que se hagan de manera moderada puede tener un impacto significativo, de esta manera, se puede ir reduciendo los riesgos que siempre persiguen a los adultos, los cuales son las enfermedades degenerativas. Por lo que, haciendo un pequeño cambio todos los días, como caminar o trotar, reduciendo la cantidad de grasas malas o acudir a su establecimiento más cercano cuando sientan que algo no está yendo bien con su organismo; puede ser beneficioso para sí mismo.

Los estilos de vida, han ido acompañando a toda persona a lo largo de su vida, ya que debido a los factores o acciones que se vayan a presenciar, la salud del adulto puede llegar a pasear sobre una delgada línea, entre ser saludable y no ser saludables; si a esto se le suma los malos hábitos de consumo y descuido, puede repercutir en la salud de la persona (82).

Aunque las acciones de prevención y promoción son asociados al personal de salud, junto a la institución a donde pertenece el sujeto en estudio; esto sería más efectivo si el propio adulto tomara un papel más activo en lo que respecta a cuidar su salud; por lo que, un trabajo en conjunto, llevará a que mejoren su situación actual. Todo esto se hace para prevenir que la salud de la persona se deteriore, por lo que es necesario contribuir con programas incentivando a la población, tratando en todo momento de cortar la mala costumbre de descuidar su cuerpo.

De esta manera, se plantea como propuesta de conclusión incentivar al personal de salud que trabaja en el centro de salud de Miraflores Alto para que intervengan directamente con los adultos de esta comunidad, resaltando la importancia de modificar su estilo de vida con el fin de prevenir enfermedades y complicaciones de salud.

## V. CONCLUSIONES

- En los factores sociodemográficos, más de la mitad son mujeres adultas maduras, tienen grado de instrucción secundaria, con religión católica, son casados, son empleados, poseen SIS; menos de la mitad tienen un ingreso económico de 850 a 1100 nuevos soles. Se puede concluir que estas variables son importantes, ya que influirán a la salud de la persona, estos al tener un ingreso económico y trabajo estable les permite cubrir sus necesidades básicas, llegando a proporcionar un mejor estado en la salud de los adultos; en lo que respecta a las personas que cuentan con un seguro de salud, se insta a hacer uso de ella, para mantener un control sobre su salud.
- En las acciones de prevención y promoción, más de la mitad de adultos tiene acciones inadecuadas de prevención y promoción, además de ello, un porcentaje considerable tiene acciones adecuadas. Las acciones o decisiones que el adulto vaya a tomar, llegarán a traer repercusiones para su salud; es por ello que se le debe dar la importancia que merece estas variables, ya que se relacionan al cuidado que tiene el adulto con su propia salud, es por ello, esta parte de generar acciones de prevención y promoción de la salud, se debe realizar en conjunto con las autoridades de Miraflores Alto, priorizando en todo momento, la implementación de estrategias de promoción de la salud.
- En el estilo de vida de los adultos, más de la mitad tienen estilo de vida no saludable y un porcentaje considerable, estilo de vida saludable. Mediante estos resultados obtenidos, se puede apreciar que los adultos llevan una alimentación inadecuada, no solo por la falta del consumo de frutas y verduras, también por el consumo de alimentos grasoso y con exceso de condimentos que puede generar un problema grave en el futuro; y si a esto se le suma la falta de ejercicio puede llegar a ser nocivo para el ser humano, esto debido a que un inadecuado estilo de vida trae consecuencias y complicaciones tanto a nivel físico como mental; además de que las secuelas que deja esto, evitará que el adulto pueda vivir tranquilamente esta etapa de su vida.
- Al realizar la prueba del chi cuadrado encontrándose que si existe relación entre los factores sociodemográficos: grado de instrucción, ocupación, ingreso económico con el estilo de vida, pero no existe relación entre el estilo de vida con los factores sociodemográficos: sexo, edad, religión, estado civil y el tipo

de seguro. Dichas acciones traerán consecuencias que no se verán en estos momentos, sino que se van a ir acumulando poco a poco, lo que dará como resultado el deteriorando progresivo de la salud del adulto.

- Al realizar la prueba del Chi cuadrado entre estilo de vida y las acciones de prevención y promoción se encontró que si existe relación entre las variables. Estos datos pueden permanecer como un factor de riesgo en la salud del adulto; ya que, si este continúa con sus malos hábitos y no cambia su accionar para evitar que su salud se vea deteriorada, tendrá consecuencias irreversibles en el futuro.

## VI. RECOMENDACIONES

- Difundir los resultados del informe de investigación a la población y autoridades del asentamiento humano, a fin de que puedan implementar estrategias de prevención y promoción, orientados a fomentar la importancia de llevar un estilo de vida saludable, con el objetivo de promover el progreso y desarrollo de su comunidad.
- Se recomienda al establecimiento de salud y las autoridades del asentamiento humano “Jirón Callao” Miraflores Alto, implementar estrategia y/o programas enfocados en la salud del adulto, promocionando la salud, mejorando sus estilos de vida.
- Se sugiere coordinar con el establecimiento de salud y el secretario general de “Jirón Callao” Miraflores Alto, para la implementación de programas educativos relacionadas a la promoción y prevención de enfermedades en el adulto.
- Se aconseja que se vuelva a reactivar la estrategia de salud del adulto, donde el personal de salud formule intervenciones que involucre la participación de la población entrevistada, siendo está enfocada en mejorar su estilo de vida, sobre cómo mejorar sus hábitos alimenticios, los beneficios para la salud que brinda la actividad física, sobre lo perjudicial que puede llegar a ser el sedentarismo para la salud de las personas.
- Fomentar a los futuros profesionales de la salud a que sigan realizando este tipo de investigaciones con los adultos de esta comunidad, con el fin de ver el progreso o descenso que tuvieron con el paso del tiempo; además de que se estaría incentivando con regularidad a que practiquen hábitos que les sean beneficiosos para su salud, sobre todo la de acudir a su establecimiento de salud cuando sientan cualquier malestar en su cuerpo, evitando posibles complicaciones a futuro.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Saini P. Importancia de la Prevención y Promoción de la Salud [Internet]. Webmedy; 2022. [Consultado el 19 de junio de 2023]. Disponible en: <https://webmedy.com/blog/es/importance-of-health-prevention-and-promotion/>
2. Walker J. El poder de la educación en la lucha contra la desigualdad [en línea]. OXFAM Internacional; 2019. [Consultado el 13 de Abril de 2022]. Disponible en: <https://oxfamlibrary.openrepository.com/bitstream/handle/10546/620863/bp-education-inequality-170919-summ-es.pdf>
3. Cajina LN. Importancia de la Educación para la Salud en currículo educativo. Revista Electrónica de Conocimientos, Saberes y Prácticas [Internet]. 2020. [consultado el 20 de Agosto de 2022]; 3(1): 170-8. Disponible en: <https://www.lamjol.info/index.php/recsp/article/view/9799>
4. Del Carmen M. ¿Qué es una vida saludable según la OMS? [Internet]. A.L.E.O.H; 2021. [Consultado el 10 de Mayo de 2022]. Disponible en: <https://aleph.org.mx/que-es-una-vida-saludable-segun-la-oms>
5. Gallo G. Modos y estilos de vida [Internet]. Studylib.es; 2019. [Consultado el 17 de Marzo de 2021]. Disponible en: <https://studylib.es/doc/4786239/modos-y-estilos-de-vida>
6. Macedo D. Consejos para integrar un estilo de vida saludable a tu día a día [Internet]. Worldpackers; 2023. [Consultado el 17 de Junio de 2023]. Disponible en: <https://www.worldpackers.com/es/articles/estilo-de-vida-saludable>
7. Poll W. Salud y estilos de vida en el mundo [en línea]. DYM Market Research; 2020. [Consultado el 12 de Abril de 2022]. Disponible en: <https://institutodym.es/es/salud-y-estilos-de-vida-en-el-mundo/>
8. Organización Mundial de la Salud/Organización Panamericana de la Salud. Promoción de la Salud [Internet]. Ginebra: OPS; 2019. [Consultado el 07 de Abril de 2021]. Recuperado a partir de: <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud#:~:text=La%20promoci%C3%B3n%20de%20la%20salud,el%20control%20sobre%20su%20salud%22.>
9. Hall M. España, cuarto mejor país del mundo para vivir y trabajar [Internet]. Europapress; 2019. [Consultado el 19 de Junio de 2023]. Disponible en:

- <https://www.europapress.es/economia/macroeconomia-00338/noticia-espana-cuarto-mejor-pais-mundo-vivir-trabajar-hsbc-expat-20190704174215.html>
10. Giraldo A. Configuraciones, modelos de salud y enfoques basados en la Atención Primaria en Latinoamérica, siglo XXI. Una revisión narrativa [Internet]. Revista Gerencia y Políticas de Salud; 2020. [Consultado el 18 de Septiembre de 2021] vol. 19. Disponible en:  
[https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/RGPS/19%20\(2020\)/54562510018/](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/RGPS/19%20(2020)/54562510018/)
  11. Ministerio de Salud Pública en Cuba. Cuba apuesta por una salud de calidad para todos, desde la Atención Primaria [Internet]; MINSAP; 2021. [consultado el 19 de Junio de 2023]. Disponible en:  
<https://salud.msp.gob.cu/cuba-apuesta-por-una-salud-de-calidad-para-todos-desde-la-atencion-primaria/>
  12. Hernández J, Jaramillo L, Villegas J, Álvarez L, Roldan M, Ruiz C, et al. La educación en salud como una importante estrategia de promoción y prevención [Internet]. Colombia; Arch Med (Manizales) 2020; 20(2): 490-504. Disponible en:  
<https://revistasum.umanizales.edu.co/ojs/index.php/archivosmedicina/article/view/3487/6045>
  13. Cuba B, Fuentes M. Construcción de un sistema de salud basado en la atención primaria y el liderazgo comunitario [Internet]. Intercambio.pe; 2021. [Consultado el 21 de Septiembre de 2021]. Disponible en:  
<https://intercambio.pe/sistema-salud-atencion-primaria/>
  14. Ministerio de salud. Modelo de abordaje para la promoción de la salud [Internet]. MINSA; 2020. [consultado el 19 de Junio de 2023]. Disponible en:  
[http://bvs.minsa.gob.pe/local/promocion/203\\_prom30.pdf](http://bvs.minsa.gob.pe/local/promocion/203_prom30.pdf)
  15. Peña E. Áncash: Fortaleciendo la respuesta del gobierno nacional y regional a la emergencia por COVID-19 [Internet]. Organización Panamericana de la Salud; 2020. [Consultado el 20 de Septiembre de 2021]. Disponible en:  
<https://www.paho.org/es/historias/ancash-fortaleciendo-respuesta-gobierno-nacional-regional-emergencia-por-covid-19>
  16. Alzamora J. Red de Salud Pacífico Norte. Oficina de estadística. Puesto de Salud Miraflores Alto. 2020

17. Castro R. Estilos y calidad de vida de los adultos mayores de la comunidad Patuco, cantón Celica, en el periodo Septiembre 2018 - Agosto 2019 [Internet]. Ecuador; 2019. [Consultado el 8 de Julio de 2022]. Disponible en:  
<https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/22609/1/TESIS%20ROSITA%20Digital.1.pdf>
18. Onofre N, Quiles J, Trescastro E. Estilos de vida y factores sociodemográficos asociados a la alta adhesión a la dieta mediterránea en la población adulta de la Comunidad Valenciana, 2020 [Internet]. España: Scielo; 2021. [Consultado el 16 de Agosto de 2022]. Disponible en:  
[https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-16112021000200337](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112021000200337)
19. García J, Garza R, Cabello M. Dimensiones de los estilos de vida saludable durante el confinamiento por COVID-19 en población mexicana, 2022 [Internet]. Scielo; 2022. [Consultado el 20 de Junio de 2023]. Disponible en:  
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0122-12132022000200249](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0122-12132022000200249)
20. Del Carmen P, Zapata A. Nivel de conocimiento y práctica preventiva en la población afectada con dengue, Ferreñafe, 2019. ACC CIETNA Para el cuidado de la salud [Internet]. Revistas USAT; 18 de julio de 2021. [Consultado el 18 de Agosto de 2022]; 8(1): 66-5. Disponible en:  
<https://revistas.usat.edu.pe/index.php/cietna/article/view/575/1149>
21. Giraldo E. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del centro poblado de Unchus\_Huaraz, 2021 [Internet]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2023. [consultado el 20 de Junio de 2023]. Disponible en:  
[https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32194/ACCIONES\\_DE\\_PREVENCION\\_Y\\_PROMOCION\\_ADULTO\\_GIRALDO\\_CHAVEZ\\_ELA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32194/ACCIONES_DE_PREVENCION_Y_PROMOCION_ADULTO_GIRALDO_CHAVEZ_ELA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
22. Dioses S. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento humano Campo Polo Castilla - sector Sinchi Roca\_Castilla\_Piura, 2023 [Internet]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2023. [consultado el 20 de Junio de 2023]. Disponible en:

- [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/33013/APOYO\\_SOCIAL\\_DIOSES\\_RIVAS\\_SANDRA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/33013/APOYO_SOCIAL_DIOSES_RIVAS_SANDRA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
23. Paz E. Factores sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de vida y Apoyo Social del Adulto. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote\_2019 [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Perú: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2020. [Consultado el 29 de Marzo de 2021]. Disponible en:  
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19515/ADULTO\\_PROMOCION\\_PAZ\\_GAMARRA\\_ETTY\\_MAYTE.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19515/ADULTO_PROMOCION_PAZ_GAMARRA_ETTY_MAYTE.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
24. Manrique M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del asentamiento humano Tierra Prometida\_Nuevo Chimbote, 2021 [Internet]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2023. [consultado el 20 de Junio de 2023]. Disponible en:  
[https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/33391/COMPORTAMIENTO\\_SALUD\\_MANRIQUE\\_ALBA\\_MARIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/33391/COMPORTAMIENTO_SALUD_MANRIQUE_ALBA_MARIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
25. Alcasihuinca T. Estilo De Vida Y Factores Biosocioculturales En El Adulto Maduro De La Habilitacion Urbana Progresista Golfo Pérsico – Nuevo Chimbote, 2019 [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Perú: Repositorio ULADECH; 2020. [Consultado el 29 de Marzo de 2021]. Disponible en:  
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/15302/ADULTO\\_BIOSOCIOCULTURALES\\_ALCASIHUINCHA\\_HUAYHUACURI\\_TOMAZA\\_VICTORIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/15302/ADULTO_BIOSOCIOCULTURALES_ALCASIHUINCHA_HUAYHUACURI_TOMAZA_VICTORIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
26. Cajal A. Nola Pender: biografía y teoría de la promoción de la salud [Internet]. Lifeder; 2023. [Consultado el 20 de Junio de 2023]. Disponible en:  
<https://www.lifeder.com/nola-pender/>
27. Meiriño J, Vásquez M, Simonetti C, Palacio M. El Cuidado [Internet]. Blogs; 2012. [Consultado el 11 de Abril de 2021]. Disponible en:

- <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/nola-pender.html#:~:text=Esta%20teor%C3%ADa%20identifica%20en%20el,una%20pauta%20para%20la%20acci%C3%B3n>.
28. Aristizábal G, Blanco D, Sánchez A, Ostinguín R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión [Internet]. México: Scielo; 2019. [Consultado el 11 de Abril de 2021]. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-70632011000400003](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003)
  29. Zenteno A, Cid P, Saez K. Autoeficacia del cuidador familiar de la persona en estado crítico [Internet]. Elsevier; 2017. [consultado el 12 de Abril de 2021]. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-enfermeria-universitaria-400-avance-resumen-autoeficacia-del-cuidador-familiar-persona-S1665706317300374>
  30. Islas J. Conocimientos y actitudes sobre prácticas de vida saludable de estudiantes de tecnología médica de la universidad de Tacna [Internet]. Chile: UTALCA; 2019. [Consultado el 12 de Abril de 2021]. Disponible en: <http://dspace.otalca.cl/bitstream/1950/12089/5/20190117.pdf>
  31. Pinedo E. Enfermería [Internet]. Organización Panamericana de la Salud; 2022. [Consultado el 12 de Abril de 2021]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/enfermeria#:~:text=La%20enfermer%C3%ADa%20abarca%20el%20cuidado,atenci%C3%B3n%20centrada%20en%20la%20persona>
  32. Salvador Y, Llanes M, Pérez O. La participación ciudadana en la Salud Pública [Internet]. Cuba: Scielo; 2018. [Consultado el 11 de Abril de 2021]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1560-43812018000400015&lng=es&nrm=iso](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1560-43812018000400015&lng=es&nrm=iso)
  33. Aristizábal G, Blanco D, Sánchez A, Ostinguín R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión [Internet]. Cuba: Scielo; 2011. [Consultado el 12 de Abril de 2021]. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-70632011000400003](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003)

34. Laguado E, Gómez M. Estilos de vida saludable en estudiantes de enfermería en la universidad cooperativa de Colombia [Internet]. Colombia: Portal Regional de la BVS; 2014. [Consultado el 12 de Abril de 2021]. Disponible en:  
<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/es/lil-729271>
35. Gutiérrez V. Actitudes hacia la promoción de la salud y estilos de vida modelopender, profesionales del equipo de salud, micro red mariscal castilla. Arequipa 2016 [Internet] [Tesis para optar el grado de bachiller en enfermería]. Perú: Repositorio UNSA; 2017. [Consultado el 12 de Abril de 2021]. Disponible en:  
<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/5985/ENMvamaeg.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
36. Mercer H. Promoción de la Salud [Internet]. Organización Mundial de la Salud; 2019. [Consultado el 11 de Abril de 2021]. Disponible en:  
<https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>
37. Coronel J, Marzo N. La promoción de la salud: evolución y retos en América Latina [Internet]. Ecuador: Scielo; 2017. [Consultado el 11 de Abril de 2021]. Disponible en:  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-30192017000700018](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192017000700018)
38. Yane C. Unidad didáctica 1: Conceptos y antecedentes de la promoción de la salud [Internet]. México: Universidad de Guanajuato; 2018. [Consultado el 11 de Abril de 2021]. Disponible en:  
<https://blogs.ugto.mx/enfermeriaenlinea/unidad-didactica-1-conceptos-y-antecedentes-de-la-promocion-de-la-salud/#:~:text=El%20historiador%20alem%C3%A1n%20Henry%20Sigerist,medios%20de%20descanso%20y%20recreaci%C3%B3n%E2%80%9C.>
39. Garwood P. La 10.<sup>a</sup> Conferencia Mundial de Promoción de la Salud señala un camino para crear ‘sociedades del bienestar [Internet]. Organización mundial de la salud; 2021. [Consultado el 21 de Junio de 2023]. Disponible en:  
<https://www.who.int/es/news/item/15-12-2021-10th-global-conference-on-health-promotion-charters-a-path-for-creating-well-being-societies#:~:text=las%20sociedades%20resilientes.-,La%2010.,de%20bienestar%20en%20las%20sociedades.>
40. Gutiérrez V. Actitudes hacia la promoción de la salud y estilos de vida modelopender, profesionales del equipo de salud, micro red mariscal castilla. Arequipa

- 2016 [Internet] [Tesis para optar el grado de bachiller en enfermería]. Perú: Repositorio UNSA; 2017. [Consultado el 12 de Abril de 2021]. Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/5985/ENMvamaeg.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
41. Solano A. La promoción de la salud [Internet]. Studocu.com; 2021. [Consultado el 22 de Junio de 2023]. Disponible en: <https://www.studocu.com/pe/document/universidad-nacional-de-san-agustin-de-arequipa/historia-y-antropologia-de-la-salud/la-promocion-de-la-salud/27720852>
42. Pintor S. Promoción de la salud: definición, objetivos y ejemplos [Internet]. España: Universidad Internacional de Valencia; 2018. [Consultado el 13 de Abril de 2021]. Disponible en: <https://www.universidadviu.com/int/actualidad/nuestros-expertos/promocion-de-la-salud-definicion-objetivos-y-ejemplos>
43. Vignolo J, Vacarezza M, Álvarez C, Sosa A. Niveles de atención, de prevención y atención primaria de la salud [Internet]. México: Scielo; 2011. [Consultado el 13 de Abril de 2021]. Disponible en: [http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1688-423X2011000100003#:~:text=La%20Preveni%C3%B3n%20se%20define%20como%20las%20%E2%80%9CMedidas%20destinadas%20no%20solamente,\(OMS%2C%201998\)%206.](http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-423X2011000100003#:~:text=La%20Preveni%C3%B3n%20se%20define%20como%20las%20%E2%80%9CMedidas%20destinadas%20no%20solamente,(OMS%2C%201998)%206.)
44. Arrizabalaga A, Fernández H. Prevención: conoce sus tipos [Internet]. EFE: Salud; 2019. [Consultado 7 de Mayo de 2022]. Disponible en: <https://efesalud.com/prevencion-conoce-sus-tipos/>
45. Del Prado J. Prevención Primaria, Secundaria y Terciaria [Internet]. Blogs; 2021. [Consultado 12 de Abril de 2021]. Disponible en: <https://blogs.imf-formacion.com/blog/prevencion-riesgos-laborales/actualidad-laboral/prevencion-primaria-secundaria-y-terciaria/>
46. Quintero E, De la Mella S, Gómez L. La promoción de la salud y su vínculo con la prevención primaria [Internet]. Cuba: Scielo; 2017. [Consultado el 12 de Abril de 2021]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-30432017000200003](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30432017000200003)

47. Gutiérrez D, Castiblanco C. Orientaciones para el desarrollo de la Educación y Comunicación para la salud en el marco del Plan de Salud Pública de Intervenciones Colectivas – PIC [Internet]. Minsalud; 2016. [Consultado el 16 de Abril de 2021]. Disponible en:  
<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ENT/orientaciones-educacion-comunicacion.pdf>
48. Álvaro A. Educación para la salud [Internet]. Studocu; 2020. [Consultado el 22 de Junio de 2023]. Disponible en:  
<https://www.studocu.com/es-mx/document/universidad-cuauhtemoc/educacion-en-salud/ensayo-educacion-para-la-salud/6576755>
49. Martínez C, Parco E y Yalli A. Factores sociodemográficos que condicionan la sobrecarga en el cuidador primario del paciente pediátrico con leucemia en un instituto especializado-2018. [Trabajo económico para optar el título de especialista en enfermería en cuidado enfermero en oncología]. Universidad Peruana Cayetano Heredia. Lima-Perú. 2018. [Consultado el 14 de Junio de 2021]. Disponible en:  
[https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/3969/Factores\\_MartinezFierro\\_Cinthia.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/3969/Factores_MartinezFierro_Cinthia.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
50. Laurenti M. Indicadores de salud: Aspectos conceptuales y operativos [Internet]. Organización Panamericana de la Salud; 2019. [Consultado el 18 de Abril de 2021]. Disponible en:  
[https://www.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=article&id=14406:health-indicators-conceptual-and-operational-considerations-section-3&Itemid=0&limitstart=3&lang=es](https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=14406:health-indicators-conceptual-and-operational-considerations-section-3&Itemid=0&limitstart=3&lang=es)
51. Martín E. Qué es el estilo de vida. Lo que dice sobre ti [Internet]. Consumoteca; 2019. [Consultado el 21 de Septiembre de 2021]. Disponible en:  
<https://www.consumoteca.com/bienestar-y-salud/estilo-de-vida/>
52. Villar M. Factores determinantes de la salud: Importancia de la prevención [Internet]. Perú: Scielo; 2011. [Consultado el 21 de Septiembre de 2021]. Disponible en:  
[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1728-59172011000400011](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1728-59172011000400011)

53. Aguilar M, Roa C, Kaffure H, Ruiz F, Sánchez G. Determinantes sociales de la salud: postura oficial y perspectivas críticas [Internet]. Colombia: ResearchGate; 2013. [Consultado el 21 de Septiembre del 2021]. Disponible en:  
[https://www.researchgate.net/publication/256461638\\_Determinantes\\_Sociales\\_de\\_la\\_Salud\\_Postura\\_Oficial\\_y\\_Perspectivas\\_Criticas](https://www.researchgate.net/publication/256461638_Determinantes_Sociales_de_la_Salud_Postura_Oficial_y_Perspectivas_Criticas)
54. Rus E. Investigación correlacional [Internet]. Economipedia; 2020. [Consultado el 11 de Mayo de 2022]. Disponible en:  
<https://economipedia.com/definiciones/investigacion-correlacional.html>
55. Ortega C. Investigación cuantitativa. Qué es y cómo realizarla [Internet]. Questionpro; 2021. [Consultado el 18 de Abril de 2021]. Recuperado a partir de:  
<https://www.questionpro.com/blog/es/que-es-la-investigacion-cuantitativa/>
56. Escamilla M. ¿Qué es el diseño no experimental? [Internet]. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo; 2010. [Consultado el 18 de Abril de 2021]. Disponible en:  
[https://www.uaeh.edu.mx/docencia/VI\\_Presentaciones/licenciatura\\_en\\_mercadotecnia/fundamentos\\_de\\_metodologia\\_investigacion/PRES38.pdf](https://www.uaeh.edu.mx/docencia/VI_Presentaciones/licenciatura_en_mercadotecnia/fundamentos_de_metodologia_investigacion/PRES38.pdf)
57. Espinoza N, Rodríguez J. Código de ética para la investigación [En línea]. Perú: Uladech.edu.pe; 2021. [Consultado el 19 de Abril de 2021]. Disponible en:  
<https://web2020.uladech.edu.pe/images/stories/universidad/documentos/2020/codigo-de-etica-para-la-investigacion-v004.pdf>
58. 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 29 de Junio de 2023]. Disponible en:  
<https://www.uladech.edu.pe/wp-content/uploads/erpuniversity/downloads/transparencia-universitaria/estatuto-el-texto-unico-de-procedimientos-administrativos-tupa-el-plan-estrategico-institucional-reglamento-de-la-universidad-y-otras-normativas/reglamentos-de-la-universidad/reglamento-de-integridad-cientifica-en-la-investigacion-v001.pdf>
59. INEI: el 35,9% de los hogares peruanos son jefaturados por mujeres [Internet]. El peruano; 2023. [Consultado el 20 de Junio de 2023]. Disponible en:  
<https://www.elperuano.pe/noticia/207203--inei-el-359-de-los-hogares-peruanos-son-jefaturados-por-mujeres#:~:text=07%2F03%2F2023%20A1%20conmemorar,la%20poblaci%C3%B3n%20total%20del%20pa%C3%ADs.>

60. Alorda C. Adultez [En línea]. *Infermeravirtual.com*; 2021. [Consultado el 20 de Noviembre de 2021]. Disponible en:  
[https://www.infermeravirtual.com/esp/situaciones\\_de\\_vida/adultez](https://www.infermeravirtual.com/esp/situaciones_de_vida/adultez)
61. Biolatto L. La importancia de la educación para la salud [En línea]. *Mejorconsalud.as*; 2023. [Consultado el 20 de Junio de 2023]. Disponible en:  
<https://mejorconsalud.as.com/educacion-salud/>
62. Del Popolo F. Características sociodemográficas y socioeconómicas de las personas de edad en América Latina [En línea]. Chile: Repositorio del Ministerio de Desarrollo Social Vejez y envejecimiento; 2018. [Consultado el 20 de Noviembre de 2021]. Disponible en:  
<http://repositorio.mides.gub.uy:8080/xmlui/handle/123456789/900?show=full>
63. Editorial Etecé. Iglesia Católica [En línea]. *Concepto*; 2020. [Consultado el 20 de Junio de 2023]. Disponible en:  
<https://concepto.de/iglesia-catolica/>
64. Gonzáles A. ¿Cuáles son los derechos y obligaciones que adquieren al casarse? [en línea]. *Bodas.com.mx*; 2021. [consultado el 20 de Agosto de 2022]. Disponible en:  
<https://www.bodas.com.mx/articulos/cuales-son-los-derechos-como-marido-y-mujer--c6350>
65. Gil S. Ingreso [En línea]. *Economipedia*; 2015. [Consultado el 20 de Noviembre de 2021]. Disponible en:  
<https://economipedia.com/definiciones/ingreso.html>
66. Febre T. Factores Sociodemográficos Y Acciones De Prevención Y Promoción Asociado Al Comportamiento De La Salud: Estilos De Vida Y Apoyo Social Del Adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 26 \_Chimbote, 2019 [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Universidad Los Ángeles de Chimbote; 2020. [Consultado el 20 de Noviembre de 2021]. Disponible en:  
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19906/ADULTO\\_PREVENCION\\_FEBRE\\_LLOCLLA\\_TANIA\\_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19906/ADULTO_PREVENCION_FEBRE_LLOCLLA_TANIA_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
67. Planes del Seguro Integral de Salud (SIS) [En línea]. *Minsa*; 2020. [Consultado el 22 de Noviembre de 2021]. Disponible en:  
<https://www.gob.pe/130-seguro-integral-de-salud-sis>

68. Medina R. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven “La Unión” Sector 25 \_Chimbote, 2019 [Internet]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2020. [Consultado el 23 de Junio de 2023]. Disponible en:  
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/21209/ADULTO\\_PREVENCION\\_MEDINA\\_TITO\\_RUTH\\_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/21209/ADULTO_PREVENCION_MEDINA_TITO_RUTH_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
69. Hernán M, Mena A, López M. Promoción de la Salud: algunas saludables consideraciones [En línea]. Blog Promoción de la salud comunitaria; 2018. [Consultado el 10 de Mayo de 2022]. Disponible en:  
<https://www.easp.es/web/blogs/2018/11/28/promocion-de-la-salud-algunas-saludables-consideraciones/>
70. Sinchire D. La Promoción y Prevención en los servicios de salud [En línea]. Portales Médicos.com; 2020. [Consultado el 22 de Noviembre de 2021]. Disponible en:  
<https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/la-promocion-y-prevencion-en-los-servicios-de-salud/>
71. Organización Panamericana de la Salud. La higiene de manos salva vidas [Internet]. OPS; 2021. [Consultado el 24 de junio de 2023]. Disponible en:  
<https://www.paho.org/es/noticias/17-11-2021-higiene-manos-salva-vidas>
72. Palacios N. Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales De Los Adultos Del Distrito De Llama- Piscobamba, 2018 [Proyecto de investigación previo a la obtención del título de licenciado en enfermería]. Universidad Católica los ángeles de Chimbote; 2018. [Consultado el 23 de Noviembre de 2021]. Disponible en:  
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/3350/ADULTOS\\_ESTILO\\_DE\\_VIDA\\_PALACIOS\\_MIRANDA\\_NUEVA\\_GRABIELA.pdf?sequence=4&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/3350/ADULTOS_ESTILO_DE_VIDA_PALACIOS_MIRANDA_NUEVA_GRABIELA.pdf?sequence=4&isAllowed=y)
73. Vera C, Telenchana J. Estilo de vida de los Comerciantes de Verduras del Mercado Feria Libre “El Arenal” Cuenca, 2018. [Proyecto de investigación previo a la obtención del título de licenciado en enfermería]. Universidad de Cuenca. Cuenca-Ecuador. 2018. [Consultado el 23 de Noviembre de 2021]. Disponible en:

- <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/31337/1/PROYECTO%20D E%20INVESTIGACI%C3%93N.pdf>
74. Calpa A. Promoción De Estilos De Vida Saludables: Estrategias Y Escenarios [En línea]. Universidad de Caldas; 2019. [Consultado el 23 de Noviembre de 2021]. Disponible en:  
<https://www.redalyc.org/journal/3091/309162719011/309162719011.pdf>
75. Morales R, Lastre G, Pardo A. Estilos de vida relacionados con factores de riesgo cardiovascular [En línea]. Revista AVFT; 2018. [Consultado el 23 de Noviembre de 2021]. Disponible en:  
[https://www.revistaavft.com/images/revistas/2018/avft\\_2\\_2018/11\\_estilos\\_de\\_vida\\_relacionados.pdf](https://www.revistaavft.com/images/revistas/2018/avft_2_2018/11_estilos_de_vida_relacionados.pdf)
76. De la Cruz. Factores Sociodemográficos Y Acciones De Prevención Y Promoción Asociado Al Comportamiento De La Salud: Estilos De Vida En El Adulto De La Urbanización Bellamar I Etapa\_ Nuevo Chimbote, 2021 [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2023. [Consultado el 21 de Julio de 2023]. Disponible en:  
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/33571/ESTILOS\\_VIDA\\_DE\\_LA\\_CRUZ\\_PONCE\\_PAOLA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/33571/ESTILOS_VIDA_DE_LA_CRUZ_PONCE_PAOLA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
77. Vásquez J. Factores Sociodemográficos Y Acciones De Prevención Y Promoción Asociado Al Comportamiento De La Salud: Estilos De Vida Del Adulto En El Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021 [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2023. [Consultado el 21 de Julio de 2023]. Disponible en:  
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/33979/COMPORTAMIENTO\\_SALUD\\_VASQUEZ\\_LOPEZ\\_LIZBETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/33979/COMPORTAMIENTO_SALUD_VASQUEZ_LOPEZ_LIZBETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
78. UNAM. Factores sociodemográficos [En línea]. Gobierno de México; 2021. [Consultado el 23 de Junio de 2023]. Disponible en:  
<https://www.gob.mx/sspc/observatorioreclutamiento/documentos/factores-sociodemograficos>
79. Morales R, Lastre G, Pardo A. Estilos de vida relacionados con factores de riesgo cardiovascular [En línea]. Revista AVFT; 2018. [Consultado el 23 de Noviembre de 2021]. Disponible en:

[https://www.revistaavft.com/images/revistas/2018/avft\\_2\\_2018/11\\_estilos\\_de\\_vida\\_relacionados.pdf](https://www.revistaavft.com/images/revistas/2018/avft_2_2018/11_estilos_de_vida_relacionados.pdf)

80. Pujay E. Acciones De Prevención Y Promoción De La Salud Relacionado Con Los Estilos De Vida De Los Adultos Pescadores Del Desembarcadero Pesquero Artesanal - Salaverry, 2020 [Tesis para optar el título profesional de enfermería]. Universidad Los Ángeles de Chimbote; 2020. [Consultado el 23 de Noviembre de 2021]. Disponible en:  
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19919/ADULTOS\\_PESCADORES\\_ESTILOS\\_DE\\_VIDA\\_EVELYN\\_PATRICIA\\_PUJAY\\_LOZANO.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19919/ADULTOS_PESCADORES_ESTILOS_DE_VIDA_EVELYN_PATRICIA_PUJAY_LOZANO.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
81. Ramos J. Factores Sociodemográficos Y Acciones De Prevención Y Promoción Asociado Al Comportamiento De La Salud: Estilos De Vida Y Apoyo Social Del Adulto. Pueblo Joven La Unión Sector 24 \_Chimbote, 2019. [Tesis para optar el título profesional de enfermería]. Universidad Los Ángeles de Chimbote; 2020. [Consultado el 23 de Noviembre de 2021]. Disponible en:  
[http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19292/ADULTO\\_FACTORES\\_RAMOS\\_ECHEVARRIA\\_JEANETTE\\_ISABEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19292/ADULTO_FACTORES_RAMOS_ECHEVARRIA_JEANETTE_ISABEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
82. Recio S. Hábitos de vida saludables para la ‘nueva normalidad’ [En línea]. El país; 2021. [Consultado el 24 de Junio de 2023]. Disponible en:  
<https://elpais.com/economia/2021-07-02/habitos-de-vida-saludables-para-la-nueva-normalidad.html>

## ANEXOS

### Anexo 01 Matriz de consistencia

Formulación del Problema	Objetivos	Hipótesis	VARIABLES	Metodología
¿Existe asociación entre los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida del adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto_Chimbote, 2021?	<p><b>Objetivo general:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Determinar la asociación entre los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida del adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto_Chimbote, 2021</li> </ul> <p><b>Objetivos específicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracterizar los factores sociodemográficos del adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto_Chimbote, 2021</li> <li>• Caracterizar las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto_Chimbote, 2021</li> <li>• Caracterizar el comportamiento de la salud: estilo de vida del adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto_Chimbote, 2021</li> <li>• Explicar la relación de los factores sociodemográficos con el comportamiento de la salud: estilo de vida del adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto_Chimbote, 2021</li> <li>• Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida del adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto_Chimbote, 2021</li> </ul>	<p>H<sub>1</sub>: Existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos con el comportamiento de la salud: estilo de vida en el adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto_Chimbote, 2021.</p> <p>H<sub>0</sub>: No existe relación estadísticamente significativa entre las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto_Chimbote, 2021.</p>	<p><b>Factores sociodemográficos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado de civil, ocupación, ingreso económico y tipo de seguro.</li> </ul> <p><b>Acciones de Prevención y promoción de la salud</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alimentación nutrición, higiene, habilidades para la vida, actividad física, salud sexual y reproductiva, salud bucal, salud mental y cultura de paz, seguridad vial y cultura de tránsito.</li> </ul> <p><b>Estilos de vida saludable</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Responsabilidad hacia la salud, actividad física, nutrición, manejo de stress, relaciones interpersonales, crecimiento Espiritual y relaciones Interpersonales.</li> </ul>	<p><b>Tipo de inv:</b> Cuantitativo</p> <p><b>Nivel de inv:</b> Correlacional – transversal</p> <p><b>Diseño de inv:</b> No experimental</p> <p><b>Población:</b> 120 adultos</p> <p><b>Muestra:</b> 96 adultos</p> <p><b>Técnica:</b> Entrevista</p> <p><b>Instrumento:</b> 3 cuestionarios</p>

## Anexo 02 Instrumento de recolección de información



### UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

#### CUESTIONARIO SOBRE FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS

##### DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:

---

##### A. FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS

1. ¿Marque su sexo?

- a) Masculino ( )    b) Femenino ( )

2. ¿Cuál es su edad?

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

3. ¿Cuál es su grado de instrucción?

- a) Analfabeto    b) primaria    c) secundaria    d) superior

4. ¿Cuál es su religión?

- a) católico    b) Evangélico    c) Otras

5. ¿Cuál es su estado civil?

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

6. ¿Cuál es su ocupación?

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

7. ¿Cuál es su ingreso económico?

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

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

- a) Es salud    b) SIS    c) Otro seguro    d) No tiene seguro



**“ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN”**



**Autor:** María Adriana

Vílchez Reyes

**Nombre:**.....

Se agradece con anticipación la atención prestada.

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

Nº	Comportamientos del usuario	CALIFICACION			
		NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
<b>EJES TEMÁTICOS</b>					
<b>ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN</b>					
01	¿Se ha elaborado un plan de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?				
02	¿Participan las autoridades locales en el desarrollo de medidas de promoción para una alimentación saludable en su comunidad?				
03	¿ofrecen en su comunidad alimentos y bebidas saludables? (no refrescos azucarados, comida rápida, dulces o alcohol)				
04	¿Se provee y promueve la elección de alimentos y bebidas saludables? (precios menores, muestras gratis, etc.)				
05	¿Se provee agua potable en su comunidad?				
06	¿En los últimos 30 días con qué frecuencia se lavó las manos antes de comer?				
07	¿En los últimos 30 días comió habitualmente frutas?				
08	¿En los últimos 30 días comió habitualmente verduras?				
<b>HIGIENE</b>					
09	¿Se lava las manos antes de preparar y consumir los alimentos?				
10	¿Se realiza el Baño corporal diariamente?				
11	¿Se realiza el lavado de los dientes 3 veces al día?				
12	¿Mantiene limpia y en orden su ropa?				
13	¿Mantiene limpio la cocina y sus utensilios?				

14	¿Mantiene en orden y limpia la vivienda?				
15	¿Mantiene Limpio su baño o letrina?				
<b>HABILIDADES PARA LA VIDA</b>					
16	¿Sabe escuchar a los demás y se comunica abiertamente con él o ella?				
17	¿Apoya a las personas que necesitan de su ayuda?				
18	¿Enfrenta los problemas dando solución?				
19	¿Incentiva la participación y el trabajo en equipo?				
20	¿Estimula las decisiones de grupo?				
21	¿Demuestra capacidad de autocrítica?				
22	¿Es expresiva, espontánea y segura?				
23	¿Participa activamente de eventos sociales?				
24	¿Defiende sus propios derechos?				
25	¿Ha presentado o presenta temores en su comportamiento?				
26	¿Su comportamiento es respetado por los demás?				
27	¿Se comunica fácilmente con toda clase de personas?				
<b>ACTIVIDAD FISICA</b>					
28	¿Realiza 30 minutos diarios de actividad física o practicas algún tipo de deporte?				
29	¿Realiza ejercicios de fuerza 2 o 3 veces por semana?				
30	¿Completar la rutina con 10 minutos de ejercicios de estiramiento?				
31	¿Toma una buena cantidad de líquido durante el día (aproximadamente 2 litros de agua)?				
<b>SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA</b>					
32	¿Al tener relaciones sexuales usted se protege?				
33	¿Se informa de los métodos anticonceptivos?				
34	¿Se realiza exámenes médicos?				
<b>SALUD BUCAL</b>					
35	¿Usa a diario un enjuague bucal con flúor?				
36	¿Regularmente se realiza exámenes odontológicos?				
37	¿Consumo bebidas como gaseosas, los jugos artificiales y bebidas energéticas?				
38	¿Consumo de tabaco y el alcohol?				
<b>SALUD MENTAL Y CULTURA DE PAZ</b>					
39	¿En general está satisfecho con usted mismo/a?				
40	¿Usted piensa que no sirve absolutamente para nada?				
41	¿Puede hacer las cosas bien como la mayoría de las personas?				

42	¿Cree que tiene muchos motivos para sentirme orgulloso/a?				
43	¿Siente que es una persona digna de estima o aprecio, al menos en igual medida que los demás?				
44	¿Tiende usted a pensar que su vida es un fracaso?				
45	¿Tiene una actitud positiva hacia mí mismo/a?				
<b>SEGURIDAD VIAL Y CULTURA DE TRÁNSITO</b>					
46	¿Cuándo maneja usa el cinturón de seguridad?				
47	¿Cruza por las líneas peatonales o esquina, de acuerdo a las señales del semáforo?				
48	¿Utiliza el celular al conducir o al cruzar la calle?				
49	¿Usted cruza la calle con cuidado?				
50	¿Si maneja bicicleta, triciclo u moto usa casco?				
51	¿Usted camina por las veredas en vez de la pista?				
52	¿Usted solo cruza la pista cuando el semáforo está en color verde?				
53	¿Usted evita salir a la calle si se encuentra en estado de embriaguez?				



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
DE CHIMBOTE



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA  
CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA

**Autores Serrano-Fernández, M. J., Boada-Grau, J., Vigil-Colet, A., & Gil- Ripoll, C. (2016). Adaptación española de la escala HPLP-II con una muestra de empleados. Universitas Psychologica, 15 (4).**

<http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.upsy15-4.aeem>

CONTENIDO ÍTEMS	NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
<b>Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores</b> F1. Responsabilidad hacia la salud, F2. Actividad física, F3. Nutrición, F4. Crecimiento Espiritual y Relaciones Interpersonales				
1.-Escojo una dieta baja en grasa, grasas saturadas y en colesterol.				
2.-Informo a un doctor (a) a otros profesionales de la salud cualquier señal inusual o síntoma extraño.				
3.-Sigo un programa de ejercicios planificados				
4.-Siento que estoy creciendo y cambiando en una forma positiva.				
5.-Elogio fácilmente a otras personas por sus éxitos.				
6.- Limito el uso de azúcares y alimentos que contienen azúcar (dulces)				
7.-Leo o veo programas de televisión acerca del mejoramiento de la salud.				

8.-Hago ejercicios vigorosos por 20 o más minutos, por lo menos tres veces a la semana (tales como caminar rápidamente, andar en bicicleta, baile aeróbico, usar la maquina escaladora)				
<b>Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores.</b>				
9.-Tomo algún tiempo para relajarme todos los días				
10.-Creo que mi vida tiene un propósito				
11.-Mantengo relaciones significativas y enriquecedoras				
12.-Hago preguntas a los profesionales de la salud para poder entender sus instrucciones.				
13.-Acepto aquellas cosas de mi vida que yo no puedo cambiar.				
14.-Miro adelante hacia al futuro.				
15.-Paso tiempo con amigos íntimos.				
16.-Como de 2 a 4 porciones de fruta todos los días.				
17.-Busco una segunda opinión, cuando pongo en duda las recomendaciones de mi proveedor de servicios de salud.				
18.-Tomo parte en actividades físicas de recreación (tales como: nadar, bailar, andar en bicicleta).				
19.-Me siento satisfecho y en paz conmigo (a)				
20.-Se me hace fácil demostrar preocupación, amor y cariño a otros.				
21.-Estoy consciente de lo que es importante para mí en la vida.				
22.- Busco apoyo de un grupo de personas que se preocupan por mi				

<b>Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores.</b>				
23.-Leo las etiquetas nutritivas para identificar el contenido de grasas y sodio en los alimentos empacados				
24.-Asisto a programas educativos sobre el cuidado de salud personal.				
25.-Alcanzo mi pulso cardiaco objetivo cuando hago ejercicios.				
26.- Mantengo un balance para prevenir el cansancio.				
27.- Me siento unido(a) con una fuerza más grande que yo.				
28.-Me pongo de acuerdo con otros por medio del diálogo				
29.-Tomo desayuno				
30.-Busco orientación o consejo cuando es necesario.				
31.-Expongo mi persona a nuevas experiencias y retos.				
32.- Discuto mis problemas y preocupaciones con personas allegadas				
33. Duermo lo suficiente				
34. Como de 6 a 11 porciones de pan, cereales, arroz, o pastas(fideos) todos los días				
35. Como solamente de 2 a 3 porciones de carne, aves, pescado, frijoles, huevos y nueces todos los días.				

### Anexo 03 Validez del instrumento

**Validez de contenido:** Se realizó mediante la calificación de criterio de expertos, de los cuales serán diez, 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).

Donde:

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

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

$l$ : Es la calificación más baja posible.

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

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

## **Anexo 04 Confiabilidad del instrumento**

### **Confiabilidad**

#### **Confiabilidad interevaluador**

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

## Anexo 05 Formato de Consentimiento informado



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE  
CHIMBOTE FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA  
PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO**



La finalidad de este protocolo, es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento.

De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

La presente investigación en Salud se titula: Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida del Adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_Chimbote, 2021 y es dirigido por Becerra Pérez Cristina, investigadora de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es: Determinar la asociación entre los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_Chimbote, 2021

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

Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través de correo electrónico, WhatsApp u otros medios digitales. Si desea, también podrá escribir al correo [crisibecerra.p@gmail.com](mailto:crisibecerra.p@gmail.com) para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

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

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

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

Correo electrónico: \_\_\_\_\_

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

Firma del investigador (o encargado de recoger información): \_\_\_\_\_

## Anexo 06 Documento de aprobación para la recolección de la información



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

“Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia”

Chimbote, 06 de Setiembre del 2021

Oficio s/n° - 2020-ULADECH CATÓLICA

Sr. Miguel Angel López Cerna

Secretario General del Asentamiento Humano Miraflores Alto

Presente. -

De mi consideración:

Es un placer dirigirme a usted para expresar mi cordial saludo e informarle que soy estudiante de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. El motivo de la presente carta tiene por finalidad presentarme, **Becerra Pérez Cistina Lizet**, con código de matrícula N° **0112181025**, de la Carrera Profesional de Enfermería, quién solicita autorización para ejecutar de manera remota o virtual, el proyecto de investigación titulado “**Factores sociodemográficos y Acciones de Prevención Asociados al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida del Adulto. “Jirón Callao” Asentamiento Humano Miraflores Alto\_ Chimbote, 2021**”, durante los meses de setiembre, octubre, noviembre y diciembre del presente año.

Por este motivo, mucho agradeceré me brinde el acceso y las facilidades a fin de ejecutar satisfactoriamente mi investigación la misma que redundará en beneficio a los moradores del Asentamiento Humano.

En espera de su amable atención, quedo de usted.

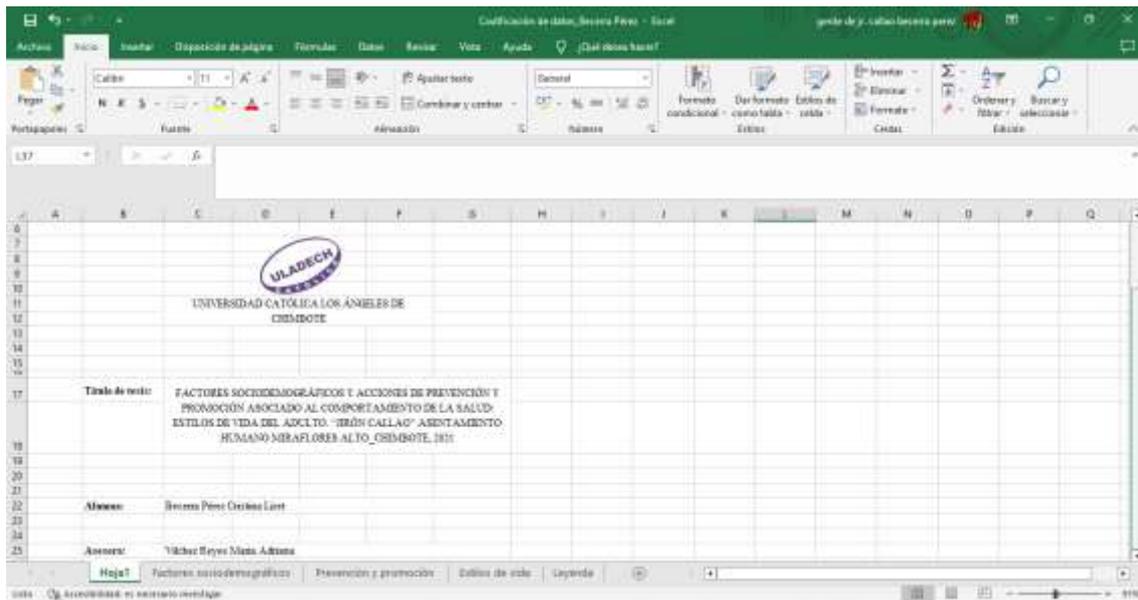
Atentamente,

Becerra Pérez, Cristina Lizet

DNI. N° 71092376



## Anexo 07 Evidencias de ejecución (Declaración jurada, base de datos)



### Factores sociodemográficos

FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS								
ID	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8
1	3	2	3	1	1	2	3	4
2	2	1	3	4	1	2	5	4
3	3	2	1	4	1	5	2	4
4	4	2	3	2	1	2	3	4
5	5	2	2	3	1	2	5	3
6	6	2	2	3	1	2	5	3
7	7	1	2	4	1	2	2	4
8	8	2	1	4	3	3	2	5
9	9	1	1	3	1	4	1	5
10	10	2	2	3	1	4	3	4
11	11	2	2	4	1	2	3	4
12	12	2	1	4	2	1	5	5
13	13	2	2	2	3	2	3	4
14	14	1	2	3	1	4	1	5
15	15	2	3	3	1	2	2	4
16	16	1	2	4	1	2	3	5

## Acciones de prevención y promoción de la salud

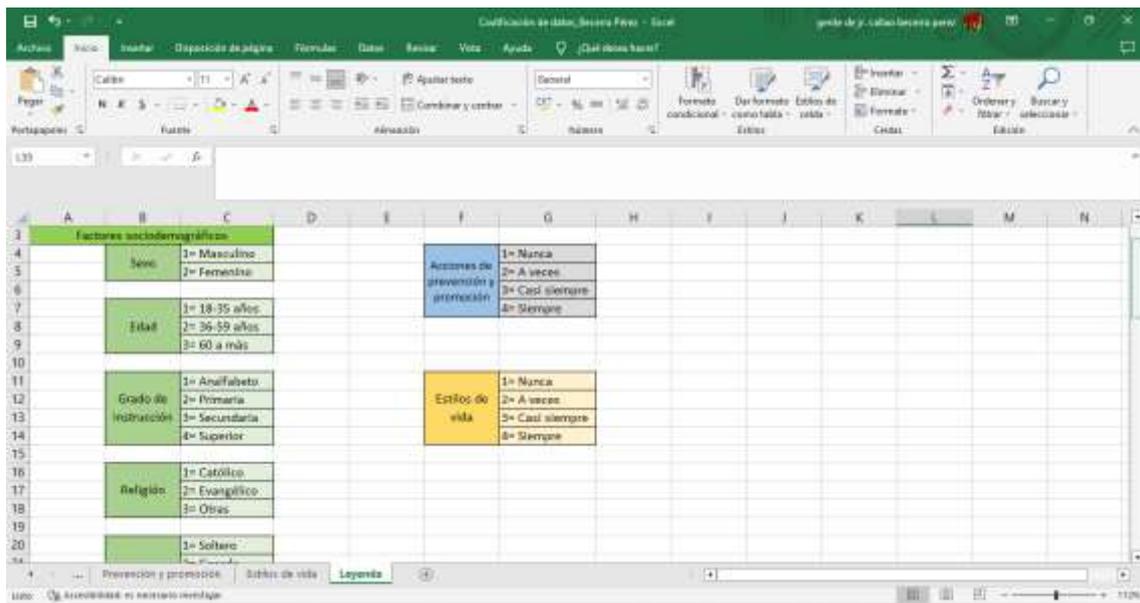
The screenshot shows an Excel spreadsheet with a blue header row labeled 'ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN'. The spreadsheet contains a grid of data with columns labeled P1 through P22 and rows numbered 1 through 21. The data values are integers ranging from 1 to 5.

	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22
1	1	2	3	4	5	4	4	3	4	4	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5
2	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
3	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
4	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
5	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
6	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
7	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
8	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
9	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
10	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
11	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
12	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
13	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
14	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
15	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
16	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
17	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
18	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
19	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
20	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
21	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4

## Estilo de vida

The screenshot shows an Excel spreadsheet with a yellow header row labeled 'ESTILOS DE VIDA'. The spreadsheet contains a grid of data with columns labeled P6 through P22 and rows numbered 1 through 21. The data values are integers ranging from 1 to 5.

	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	
1	4	5	5	4	3	2	3	4	3	4	3	4	2	3	2	3	4	5
2	4	5	5	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	5
3	4	5	5	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	5
4	4	5	5	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	5
5	4	5	5	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	5
6	4	5	5	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	5
7	4	5	5	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	5
8	4	5	5	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	5
9	4	5	5	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	5
10	4	5	5	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	5
11	4	5	5	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	5
12	4	5	5	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	5
13	4	5	5	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	5
14	4	5	5	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	5
15	4	5	5	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	5
16	4	5	5	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	5
17	4	5	5	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	5
18	4	5	5	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	5
19	4	5	5	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	5
20	4	5	5	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	5
21	4	5	5	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	3	4	5



# TESIS - PREBANCA

---

## INFORME DE ORIGINALIDAD

---

4%

INDICE DE SIMILITUD

4%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

4%

TRABAJOS DEL  
ESTUDIANTE

---

## FUENTES PRIMARIAS

---

1

[repositorio.uladech.edu.pe](http://repositorio.uladech.edu.pe)

Fuente de Internet

4%

---

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 4%

Excluir bibliografía

Activo