



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE
CHIMBOTE**

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

**FACTORES SOCIODEOGRÁFICOS Y ACCIONES DE
PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL
COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA Y
APOYO SOCIAL EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO
HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021**

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

AUTORA

**CORREA PACHERRES, CLORINDA ELIZABETH
ORCID: 0000-0001-5405-4467**

ASESORA

**VILCHEZ REYES, MARIA ADRIANA
ORCID ID: 0000-0002-7629-7598**

SULLANA, PERÚ

2023



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

ACTA N° 0167-092-2023 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **15:30** 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 SOCIODEOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021**

Presentada Por :

(0412182007) **CORREA PACHERRES CLORINDA ELIZABETH**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **15**, 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 SOCIODEOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021 Del (de la) estudiante CORREA PACHERRES CLORINDA ELIZABETH, asesorado por VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 5% 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, 31 de Octubre del 2023

Mg. Roxana Torres Guzmán
Responsable de Integridad Científica

Jurado

DR. ROMERO ACEVEDO, JUAN HUGO

ORCID: 0000-0003-1940-0365

PRESIDENTE

DRA. RAMOS MOSCOSO, SARA MARIBEL

ORCID: 0000-0002-5665-9520

MIEMBRO

MG. ÑIQUE TAPIA, FANNY ROCÍO

ORCID: 0000-0002-1205-7309

MIEMBRO

DRA. VÍLCHEZ REYES, MARÍA ADRIANA

ORCID: 0000-0002-7629-7598

ASESORA

Dedicatoria

A Dios:

Por mantener a mis seres queridos y a mi persona, con buena salud, guiándonos con amor y fe en este camino.

A mis padres:

Por su gran esfuerzo hacia mí, por su apoyo infinito, por impulsarme y guiarme en todo momento.

Agradezco de igual manera a mi asesora Dra. María Adriana Vílchez Reyes por su apoyo durante el proceso de realización de mi tesis.

Agradecimiento

Agradecer a Dios, por guiarme en mi camino, y a esta vocación, con su humildad y misericordia divina, para poder velar por quienes nos necesitan.

A mis padres por brindarme su apoyo incondicional día a día, impulsándome a dar lo mejor de mí y lograr cada meta propuesta, los que me enseñan a no rendirme.

Índice general

	Pág.
Carátula.....	I
Jurado	IV
Dedicatoria.....	V
Agradecimiento	VI
Índice general	VII
Lista de tablas	IX
Lista de figuras	X
Resumen (español)	XI
Abstract (ingles)	XII
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
II.MARCO TEÓRICO	6
2.1 Antecedentes	6
2.2 Bases teóricas.....	9
2.3. Hipótesis	14
III.METODOLOGÍA.....	15
3.1 Nivel, tipo y diseño de investigación.....	15
3.2 Población y muestra.....	15
3.3 Variables. Definición y operacionalización.....	16
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de información	18
3.5 Método de análisis de datos	23
3.6 Aspectos éticos	24
IV. RESULTADOS	26
V. DISCUSIÓN	40
VI. CONCLUSIONES	53
VII. RECOMENDACIONES	54
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	55
ANEXOS	66
Anexo 01 Matriz de consistencia.....	66
Anexo 02 Instrumento de recolección de información.....	68

Anexo 03 Validez del instrumento	82
Anexo 04 Confiabilidad del instrumento	84
Anexo 05 Formato de Consentimiento informado	85
Anexo 06 Documento de aprobación para la recolección de la información	86
Anexo 07 Evidencias de ejecución (Declaración jurada, base de datos)	87

Lista de tablas

Pág.

TABLA 1: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021.....	26
TABLA 2: ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021.....	32
TABLA 3: ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021.....	33
TABLA 4: APOYO SOCIAL EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021.....	34
TABLA 5: RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y EL ESTILO DE VIDA Y EL APOYO SOCIAL EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021.....	38
TABLA 6: RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN Y ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021.....	39
TABLA 7: RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN Y APOYO SOCIAL EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021.....	39

Lista de figuras

Pág.

FIGURAS DE LA TABLA 1: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021.....	28
FIGURAS DE LA TABLA 2: ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021.....	32
FIGURAS DE LA TABLA 3: ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021.....	33
FIGURAS DE LA TABLA 4: APOYO SOCIAL EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021.....	35

Resumen

Actualmente los factores sociodemográficos, las acciones de prevención y promoción, los estilos de vida y el apoyo social impactan en la salud de los adultos. Por ello se realizó el presente estudio que tuvo como objetivo general: determinar los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021. Fue cuantitativo, correlacional-transversal, no experimental. Con una muestra de 100 adultos y se les aplicaron 4 cuestionarios, los datos se ingresaron a una base de datos IBM y se exportaron al software SPSS Statistics 24.0. Resultados y conclusiones: la mayoría (73,0%) tiene entre 18 a 35 años, (61,0 %) seguro SIS; más de la mitad (59,0%) son mujeres; menos de la mitad (45,0%) tiene grado de instrucción superior, (40,0%) con un ingreso económico menor de 400 soles mensuales. La mayoría tiene acciones de prevención y promoción, estilo de vida saludable y apoyo social. Al realizar la prueba Chi cuadrado se encontró que si existe relación entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida. Al relacionar los factores sociodemográficos y apoyo social, se encontró que no existe relación. Al relacionar los estilos de vida y las acciones de prevención y promoción, se encontró que no existe relación. Al relacionar el apoyo social y acciones de prevención y promoción, se encontró que no existe relación.

Palabras clave: Acciones de prevención y promoción, adulto, apoyo social, estilos de vida, factores sociodemográficos.

Abstracts

Currently, sociodemographic factors, prevention and promotion actions, lifestyles and social support have an impact on the health of adults. For this reason, the present study was carried out, whose general objective was: determine the sociodemographic factors and prevention and promotion actions with health behavior: lifestyles and social support in the adult of the Human Settlement March 15_Sullana, 2021. It was quantitative. , correlational-cross-sectional, non-experimental. With a sample of 100 adults and 4 questionnaires were applied to them, the data was entered into an IBM database and exported to the SPSS Statistics 24.0 software. Results and conclusions: the majority (73.0%) are between 18 and 35 years old, (61.0%) SIS insurance; more than half (59.0%) are women; less than half (45.0%) have a higher education degree (40.0%) with an economic income of less than 400 soles per month. Most have prevention and promotion actions, healthy lifestyle and social support. When performing the Chi square test, it was found that there is a relationship between sociodemographic factors and lifestyle. When relating the sociodemographic factors and social support, it was found that there is no relationship. When relating lifestyles and prevention and promotion actions, it was found that there is no relationship. When relating social support and prevention and promotion actions, it was found that there is no relationship.

Keywords: Prevention and promotion actions, adult, social support, lifestyles, sociodemographic factors.

Key words: Prevention and promotion actions, adult, social support, lifestyles, sociodemographic factors.

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La promoción de la salud, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), es el desarrollo que permite a los individuos incrementar el control sobre su salud. Promueve cambios en el ambiente que ayudan a fomentar y proteger la salud, incluye cambios en las sociedades, individuos, las organizaciones e instituciones, ayudando a establecer condiciones que aseguran la salud y el bienestar para todos. Involucra un método multidisciplinario para promocionar la salud y prevenir enfermedades por medio de un sistema completo, donde los factores ambientales, organizacionales y personales se relacionan para afectar la salud y el confort (1).

Por otro lado, la prevención de la salud, no solo son aquellas acciones sugeridas para prevenir la presencia de enfermedades no transmisibles. Puesto que también es para poder reducir los factores de riesgo y promover los factores protectores, además de interrumpir su progreso y disminuir futuras consecuencias o secuelas de aquellas enfermedades que están presentes (2).

Los factores sociodemográficos son aquellas características otorgadas a la edad, al nivel educativo, sexo, estado civil, ingresos económicos, religión, condición laboral, profesión, la tasa de natalidad y mortalidad y el número total de personas que viven de una casa. Esto se realiza para cada uno de los miembros de una población (3).

Por otra parte, el estilo de vida es la manera particular de manifestar la forma y las condiciones de vida de una persona, lo que incluye los hábitos de alimentación, ocio, higiene personal, sexualidad, relaciones sociales, vida familiar y relacional y mecanismos de afrontamiento social. Por lo tanto, alude a la forma individual en que una persona se desempeña como un ser social en condiciones particulares y precisas (4).

Con respecto al apoyo social, este desempeña un impacto directamente proporcionado en el estado de salud de las personas, puesto que es la totalidad de medios humanos y materiales con que cuenta una persona, proporcionados por otros individuos, para afrontar una crisis. Existen varios sistemas de apoyo: la familia, amigos, compañeros de trabajo, compañeros espirituales, vecinos, etc. (5).

Actualmente, de las 10 principales causas de muerte, siete son enfermedades no transmisibles, de acuerdo con las Estadísticas Sanitarias Mundiales del 2019, revelan las

inclinaciones de las dos últimas décadas en morbilidad y mortalidad por traumatismos y enfermedades. De igual manera recalcan la necesidad de brindar una mayor atención en el ámbito mundial a la prevención y tratamiento de enfermedades cardiovasculares, como es el cáncer, la diabetes, neumopatías crónicas y el reducir los traumatismos (6).

En México, acorde con la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición, hay 6.4 millones de adultos que padecen de diabetes mellitus, 22.4 millones con hipertensión y 22 millones de mexicanos sufren de obesidad y sobrepeso, esto revela un enorme reto para los sistemas de salud, debido al gran número de personas que son diagnosticadas con alguna de estas enfermedades y no cuenta con un sistema de salud de calidad, lo que incluye en su estilo de vida la cual ya está deteriorada. Todo este problema se ve influenciado por los inadecuados estilos de vida, en donde los adultos no toman en cuenta la educación preventiva promocional que ellos reciben (7).

En Argentina, la desigualdad en la salud se puede llegar a comprobar con las enfermedades que comúnmente se ensañan con la pobreza, como el mal de chagas (calculándose que el 4% de la población la padecen) y la tuberculosis. Sin embargo, el 80% de muertes y discapacidades son debido a las enfermedades crónicas como son las cardiovasculares (con 18.000 muertes por año y un porcentaje de 33,68 %), la diabetes (1 de cada 10 personas padecen de esta enfermedad, subiendo los casos de muerte a más de 52.000) y el cáncer (17 de cada 100.000 personas muere), todas están relacionadas al estilo de vida, puesto que se debe a que no hay una buena educación preventiva promocional (8, 9).

En el Perú, de acuerdo con la Sala Situacional de COVID-19 del MINSA, hasta el 20 de mayo del año 2020, se ha registrado 104.020 casos confirmados, mostrándose las cifras más altas en departamentos como: Lima (67.060), Callao (7.381), Piura (3.335), Lambayeque (5.409), La Libertad (2.447), Loreto (3.085), Ancash (2.354), Arequipa (2.072) y Ucayali (2.371). Igualmente las cifras de muertes a nivel nacional son de 3.024, con una tasa de 2,91 % de letalidad. Convirtiéndose en el país con la tasa de mortalidad más alta en el continente América y la tercera más alta a nivel mundial. Los casos de COVID fueron uno de los factores predisponentes en cuanto a los factores de riesgo que presentaron los adultos, ya que esta enfermedad se dio más en los adultos mayores por los factores de riesgo que tuvieron como hipertensión, diabetes, todo ello ha condicionado a la vida sedentaria, al tipo de alimentación que ellos han tenido en el transcurso de su vida (10).

Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) en el año 2021, el Perú cuenta con 33 millones 35 mil 300 habitantes, las mujeres corresponden al 50,4 % y los hombres al 49,6 %, siendo el índice de masculinidad de 98,5, la esperanza de vida al nacer es de 77 años, con respecto a la distribución poblacional urbana corresponde al 81,5 % y población rural al 18,5 %. En el año 2019 la pobreza extrema afectó al 30,1% de la población, mientras que en el año 2020 la pobreza aumentó de 2,9 % a 5,1% (10).

Los casos de diabetes en Perú han aumentado, siendo las mujeres que más la padecen (con un 62%), pero según las edades: del total de casos el 50,6% corresponde a adultos entre 45 a 64 años, un 36,1% corresponde a adultos de 65 años a más (11). En el año 2020, según el Instituto Nacional de Salud (INS), hay un creciente impacto de obesidad, puesto que el 69,9% de adultos entre los 30 a 59 años padece de obesidad y sobrepeso. A pesar de la importancia que existe del tema, hay un gran desconocimiento por parte de la población sobre la alimentación saludable y su práctica (12).

En la región Piura, en el año 2020, se vienen desarrollando acciones de promoción y prevención de la salud como parte del Plan Regional ante el COVID-19, el proyecto comenzó con el aumento de las medidas de prevención en aeropuertos, terminales portuarios y terrapuertos, mediante la colocación de banners informativos y la entrega de volantes; además se comenzó a dar capacitaciones al personal del aeropuerto de Piura, Puerto de Paita y docentes de Distintos UGEL, igualmente se han realizado talleres dirigidos al personal de salud, sobre cómo reconocer y tratar casos sospechosos y medidas de bioseguridad para prevenir contagios (13).

Cabe mencionar que en el Departamento de Piura, se están implementando actividades de prevención y promoción de la salud, puesto que para la promoción de estilos de vida saludables, la DIRESA en el año 2022, realizó una Maratón de 5 Kilómetros, con el objetivo de promover hábitos saludables como lo son una buena actividad física y el consumo de agua (14). Además, EsSalud Piura en el mismo año, realizó un taller demostrativo con el fin de promover la alimentación saludable, que sea completa, variada y adecuada, reforzando de esta manera la calidad de vida, por medio de los estilos de vida saludables (15).

En la Provincia de Sullana, con el objetivo de promover la salud, la Municipalidad Provincial de Sullana, en el año 2023, ha promocionado un programa de salud integral dirigido a personas que son de bajos recursos económicos de la provincia, para que puedan tener

acceso a la atención totalmente gratuita que se brinda en el Hospital de la Solidaridad (SISOL), en muchas de las especialidades como: nutrición, ginecología, medicina general, etc. (16). Es importante mencionar que las enfermedades como la diabetes y obesidad han aumentado alarmantemente en los adultos de la provincia, a pesar de este aumento de casos, el Hospital de Sullana no cuenta con los medios necesarios para atender de manera directa, siendo la obesidad un factor de riesgo para la salud de los adultos (17).

Ante esta realidad existente no son ajenos los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo, que se encuentra ubicado en la Provincia de Sullana, Región Piura, con una latitud Sur de 4° 54' 10.7", con longitud Oeste de 80° 40' 17.9" y con una altitud de 71 m s. n. m. (18). El Asentamiento Humano 15 de Marzo, no cuenta con pistas ni veredas, pero si con agua a conexión domiciliaria, energía eléctrica y desagüe, tiene un salón comunal y un parque, la mayoría de viviendas están hechas con material como adobe, palma y madera, sus pobladores se atienden en el Centro de Salud del "9 de Octubre", y cuentan con seguro SIS. No cuenta con una Institución Educativa, actualmente está constituido por 886 adultos.

Frente a lo expuesto se consideró pertinente la elaboración del presente trabajo de investigación planteando el siguiente problema: ¿Existe relación de los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021?

Por consiguiente, esta investigación es importante para el sector salud, ya que determinando aquellos factores sociodemográficos y reconociendo en que situación está la prevención y promoción en los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo, se pueda identificar las causas que perjudiquen sus estilos de vida, de tal manera que el sector salud pueda mejorar sus instrumentos de atención pública, en beneficio de los adultos, por medio de diferentes estrategias que ayuden a mejorar su calidad de vida, además el apoyo social en una pieza clave que se debe tomar en cuenta, ya que ayuda e influye en los adultos para afrontar algún problema situacional que presente.

En el área de investigación, es importante para que a través de esta investigación los estudiantes y otros profesionales, puedan realizar otras investigaciones similares e importantes que ayuden a identificar aquellos problemas o factores de riesgo que influyen en el estilo de vida de los adultos en una población, analizar la situación y se logre desarrollar programas de

prevención y promoción en beneficio de sus habitantes, disminuyendo riesgos y prevenir consecuencias, además sirve como antecedente para la pertinencia de sus estudios.

De igual manera, es importante para el Asentamiento Humano 15 de Marzo y las autoridades, ya que con los resultados y conclusiones de dicha investigación, puedan mejorar sus líneas de acción frente a aquellos problemas que afecten a los adultos, y actúen en beneficio de toda la zona, buscando estrategias de prevención y promoción, evitando consecuencias y de tal manera se logre mejorar los estilos de vida de los habitantes

Para responder el problema de esta investigación se ha planteado el siguiente objetivo general:

Determinar la relación de los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

Para poder lograr el objetivo general se planteó los siguientes objetivos específicos:
Caracterizar los factores sociodemográficos en el adulto del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

Caracterizar las acciones de prevención y promoción en el adulto del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

Caracterizar el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

Explicar la relación de los factores sociodemográficos con el estilo de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción con el estilo de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana. 2021.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedente Internacionales

Vásquez V, et al (19). En su investigación titulada “Estilos de vida de campesinos, pescadores ocasionales residentes en Yaguajay, Sancti Spíritus, Cuba”, 2020, tuvo como objetivo comparar variables del estilo de vida de un grupo de campesinos y pescadores ocasionales, del municipio Yaguajay, en la provincia de Sancti Spíritus, específicamente en relación con su dieta, estado nutricional y práctica de actividad física, de tipo descriptivo, con una muestra de 19 adultos. Resultados y conclusiones: del 100% de campesinos y pescadores consumen cereales, los frijoles son consumidos por el 89,5% de campesinos y por el 84,5% de pescadores, las viandas de comida son consumidas por el 58,0% de campesinos y por el 50% de pescadores. El estilo de vida de los pescadores y campesinos se calificó por dietas con alto consumo de frijoles, arroz y viandas, pero los pescadores tienen una dieta más saludable, con mayor consumo de pescado y vegetales.

Calpa A, et al (20). En su investigación titulada “Promoción de estilos de vida saludables: estrategias y escenarios”, 2019 (Colombia), tuvo como objetivo analizar las estrategias de promoción de la salud para el fomento de estilos de vida saludables en escenarios de familia, trabajo, comunidad, educación y sector sanitario, un estudio descriptivo. Resultados y conclusiones: los estilos de vida identificados fueron la actividad física, prevención del consumo de sustancias ilícitas, alimentación saludable, manejo del estrés, sexualidad segura y habilidades para la vida, se determinó que la actividad física, manejo del estrés, prevención del consumo de sustancias ilícitas y la alimentación saludable, fueron los Estilos de vida saludable que se promovieron.

San Onofre N, (21). En su investigación titulada “Estilos de vida y factores sociodemográficos asociados a la falta de adhesión a la dieta mediterránea en la población adulta de la Comunitat Valenciana (España)”, 2021, tuvo como objetivo evaluar la asociación entre estilos de vida y factores sociodemográficos con la adhesión alta a la dieta mediterránea”, un estudio transversal, con una muestra de 2

728 representativa de la población ≥ 16 años. Resultados y conclusiones: el análisis multivariante mostró que la edad, el tipo de convivencia, el país de nacimiento, el comer entre horas y el hábito tabáquico se asociaban a la Adherencia a la dieta mediterránea alta. Los grupos de edad de 45-64 años y de 65 años fueron los que mostraron mayor asociación a la ADM alta en ambos sexos. La convivencia en pareja se asoció positivamente con la ADM alta en los hombres, las mujeres y el grupo de edad de 45-64 años.

2.1.2. Antecedente Nacionales

Medina R, (22). En su investigación titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven Porvenir “B” sector 12_Chimbote, 2019. Tuvo como objetivo determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto, Pueblo Joven Porvenir “B” Sector 12, su metodología es de tipo cuantitativo. Resultados y conclusiones: en los determinantes biosocioeconómicos más de la mitad es de sexo femenino, ingreso económico menos de 400 soles mensuales, tienen acciones de prevención y promoción de la salud inadecuada; tienen estilos de vida no saludables y no reciben apoyo social. Conclusión, si existe relación entre las acciones de prevención y promoción con estilo de vida y con el apoyo social.

Huamán J, (23). En su investigación titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Ricardo Palma_Chimbote, 2019. Tuvo como objetivo “determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto del Asentamiento Humano Ricardo Palma asociados al comportamiento de la salud: Estilos de vida y Apoyo social”, de tipo cuantitativo, correlacional-transversal y no experimental. Resultados: en los factores sociodemográficos la mayoría son de sexo femenino, menos de la mitad tienen grado de instrucción secundaria; tienen estilos de vida saludables, reciben apoyo social y no tienen acciones adecuadas de prevención y

promoción de la salud. Conclusión: si existe relación entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida con apoyo social.

Ramos J, (24). En su investigación titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven La Unión Sector 24 _Chimbote, 2019”. Tuvo como objetivo “determinar los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto en el Pueblo Joven La Unión Sector 24”, un estudio de tipo cuantitativo. Resultados: en los factores sociodemográficos la mayoría tiene seguro SIS, tienen estilos de vida saludables y reciben apoyo social, más de la mitad son sexo femenino, tiene una adecuada prevención y promoción de la salud. Conclusión: existe relación entre los factores sociodemográficos y estilos de vida con el sistema de salud. Existe relación entre la prevención y promoción con estilos de vida y apoyo social.

2.1.3. Antecedentes Locales o regionales

Domínguez k, (25). En su investigación titulada “Promoción de estilo de vida saludable y factores personales biológicos del adulto en el Asentamiento Humano Rosa de Guadalupe-Distrito Veintiséis De Octubre_Piura, 2020”. Tuvo como objetivo determinar la asociación entre la promoción de estilo de vida saludable y los factores biológicos del adulto en el Asentamiento Humano Rosa de Guadalupe-Distrito Veintiséis de Octubre_Piura, 2020. Un estudio de tipo cuantitativo, descriptivo, con una muestra de 100 adultos. Resultados y conclusiones: la mayoría de adultos tiene estilos de vida no saludables, menos de la mitad presentan diabetes, colesterol-triglicéridos e hipertensión arterial. Existe relación significativa entre las variables factor biológico: enfermedades crónicas (hipertensión, diabetes, colesterol-triglicéridos) y estilos de vida y no existe relación entre las variables factores personales biológicos: sexo, edad y estilos de vida.

Dioses S, (26). En su investigación titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Campo Polo Castilla-Sector Sinchi Rosa_Castilla_Piura, 2023”. Tuvo como objetivo determinar los

factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud de los adultos del Asentamiento Humano Campo Polo Castilla_Sector Sinchi Roca_Castilla_Piura, 2023. Un estudio cuantitativo, correlacional-transversal, con una muestra de 180 adultos. Resultados y conclusiones: La mayoría tienen un estilo de vida saludable, apoyo social y acciones adecuadas de prevención y promoción. Al realizar la prueba Chi cuadrado entre los factores sociodemográficos y estilo de vida se encontró que si existe relación. También existe relación entre la prevención y Promoción y estilos de vida, y si existe relación con el apoyo social.

León F, (27). En su investigación titulada "Promoción del estilo de vida saludable y factores biológicos del adulto maduro-Asentamiento Humano Las Mercedes Etapa III_Castilla_Piura, 2020". Tuvo como objetivo determinar la asociación entre la promoción del estilo de vida saludable y los factores personales biológicos del adulto maduro-Asentamiento Humano Las Mercedes III Etapa_Castilla_Piura, 2020. Un estudio de tipo cuantitativo, no experimental, con una muestra de 207 adultos. Resultados y Conclusiones: El 86% de adultos tiene un estilo de vida saludable, el 51,0% son sexo femenino, el 42,0% padece hipertensión. Al realizar la prueba de Chi cuadrado entre factores personales biológicos y estilo de vida, se encontró que si existe relación estadísticamente significativa entre las variables sexo y estilo de vida.

2.2. Bases teóricas

Esta investigación se fundamenta en el modelo de Promoción de la salud de Nola Pender: se basa en la educación de los individuos sobre cómo cuidarse y llevar un estilo de vida saludable (28). Nola Pender comenzó a trabajar en su modelo, promoción de la salud, en 1972, que fue presentada en su libro Promoción de la salud en la práctica de enfermería y desde entonces ha sido revisada dos veces. Este modelo define la salud como un estado dinámico positivo, no simplemente la ausencia de enfermedad. La promoción de la salud está orientada a aumentar el bienestar de la persona al describir su naturaleza multidimensional al interactuar con su entorno para buscar el bienestar (29).

Nola Pender, Licenciada en Enfermería, una figura reconocida en la profesión debido a su destacado aporte con el Modelo de Promoción de la Salud. Su enfoque pone énfasis en la importancia de promover un estado óptimo de salud como objetivo principal.

El MPS se fundamenta en la idea de que la salud no solo se trata de evitar las enfermedades, sino de promover el desarrollo integral y el bienestar de las personas. De acuerdo con este enfoque, es trabajar esencialmente en la promoción de un estilo de vida saludable y en el poder fortalecer los recursos individuales de las personas (30).

Este modelo consta de tres componentes, el primero señala que cada individuo posee características y experiencias personales únicas que influyen en sus acciones futuras. Propone la relevancia de los procesos cognitivos en el cambio de comportamiento e incorpora aspectos del aprendizaje conductual y cognitivo, además considera que los aspectos psicológicos predominan en las acciones de las personas. Indica cuatro condiciones necesarias para que las personas aprendan y adopten en su comportamiento: atención, la retención, reproducción y la motivación (31).

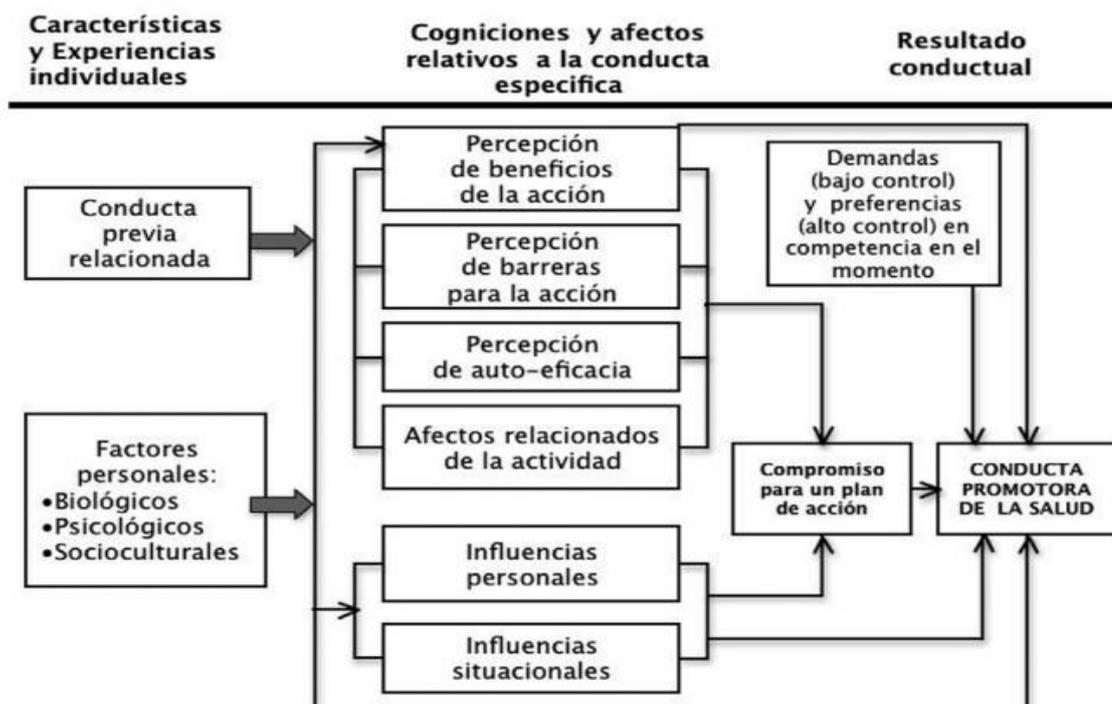
El segundo componente, asegura que el comportamiento es racional, sostiene que es el factor motivacional básico para alcanzar el éxito es la intencionalidad. Según esta perspectiva, cuando existe una intención precisa, específica y definida de alcanzar una meta, aumenta la probabilidad de alcanzar el objetivo deseado. La intencionalidad representa un elemento motivador crucial que refleja el análisis de los comportamientos voluntarios orientados hacia el logro de las metas planificadas (31).

Este componente abarca 6 conceptos, el primero, se refiere a las ventajas percibidas por la acción, que son las consecuencias favorables anticipadas que surgirán como resultado de la conducta de cuidado; el segundo, hace referencia a las percepciones negativas individuales que pueden dificultar un compromiso con la acción y la conducta efectiva; el tercero, representa la percepción de habilidad personal para llevar a cabo una conducta, conforme es mayor, incrementa la probabilidad de comprometerse con la acción y actuación real de la conducta; el cuarto, son las reacciones o emociones relacionados con los pensamientos favorables o desfavorables hacia una determinada conducta, el quinto, se estima más probable que las persona se comprometan a asumir conductas de promoción de la salud cuando las personas más significativas para ellos anticipan estos cambios, el último: señala las circunstancias contextuales en el entorno, las cuales pueden aumentar o reducir el compromiso en la conducta de promoción de la salud (31).

El tercer componente, pueden verse afectados los requisitos (se toman en cuenta acciones sustitutas, en que las personas tiene bajo control debido a las circunstancias del

entorno, como el empleo o las responsabilidades de cuidado familiar) y preferencias opuestas inmediatas (estas permiten un nivel de dominio relativamente alto sobre las acciones que están encaminadas a seleccionar algo) (31).

MODELO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD



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

Este modelo de promoción de la salud cataloga a que los individuos y colectivos tengan una mejor calidad de vida, considerando que los seres humanos son entidades biológicas y también entidades sociales que necesitan de la intervención de los profesionales de la salud en su conjunto para lograr la salud de las personas y comunidades. Cabe señalar que esta estrategia debe aplicarse en todas las disciplinas y contextos, no solo en los relacionados con la salud (32).

Este modelo constituye de 4 cuatro metaparadigmas que sustentan este modelo de Nola Pender: **Persona**, es el individuo y el centro del teórico. Cada persona se define de forma única por su propio esquema cognitivo-perceptivo y sus diversos factores. **Enfermería**, la responsabilidad personal en la atención de la salud es la base de cualquier plan de reforma para los ciudadanos, y la enfermera es el principal agente encargado de motivar a los usuarios a mantener su salud en un estado muy positivo. La definición de

salud es más importante que cualquier otra declaración general. **Entorno**, se muestran las interacciones entre factores cognitivo-perceptivos y factores modificadores que influyen en la aparición de conductas favorables a la salud (33).

La autora Nola Pender, en 1987, desarrolló un instrumento de medición del estilo de vida el cual abarca seis dimensiones. Este instrumento fue elaborado como finalidad evaluar y comprender los diferentes aspectos de los estilos de vida que tienen las personas. Estas dimensiones se centran en áreas específicas que influyen en la salud y bienestar de los individuos (34).

Una de la dimensiones es la de actividad física, se refiere a actividades deportivas que realiza una persona, ya sea suave, moderada o intensa. Esto puede suceder dentro de un programa organizado y que sea supervisado con el propósito de mejorar la condición física, esto también como parte de actividades cotidianas y recreativas. Realizar actividad física es fundamental para el organismo, así como también para la mente, disminuyendo enfermedades cardiovasculares, de igual manera ayuda a tener un estado de ánimo óptimo (35).

La dimensión nutrición, se refiere al consumo de alimentos que son esenciales para el sustento, salud y el bienestar de la persona. Analiza los hábitos alimenticios y la adopción de una alimentación equilibrada y nutritiva, ya que es aquí donde desempeña un papel fundamental en nuestra condición física y metabólica. Puesto que a lo largo del tiempo las personas han llegado a padecer trastornos de conducta alimenticia, y a tener malos estilos de vida que perjudican su estado de salud (35).

El Control del estrés, examina las habilidades y estrategias que tiene una persona para poder manejar el estrés y así mantener el equilibrio emocional. El desarrollo de rutinas de manejo del estrés a largo plazo constituye una actividad de autogestión frecuente, no solo para prevenir los efectos adversos del estrés, sino también con la finalidad de alcanzar una mayor eficiencia, bienestar y satisfacción (35).

Las relaciones interpersonales, Pender, señala que estas involucran el uso de la comunicación para poder crear una sensación de cercanía y conexión en las relaciones importantes, con las demás personas, además evalúa la calidad y cantidad de las relaciones sociales y personales que recibe una persona en su vida, tomándolo como un componente de apoyo emocional ciertas situaciones difíciles (35).

La responsabilidad de la salud, implica el cuidado de la salud propia, enfocada a la toma de dimensiones y la adopción de actitudes saludables para el propio bienestar. Implica estar atentos a la propia salud, adquirir conocimientos sobre la salud, el bienestar y el ejercicio, así como poder reconocer oportunamente la necesidad de buscar apoyo de profesionales en la salud, teniendo un grado mayor de responsabilidad (35).

El Crecimiento espiritual: está centrado en el desarrollo de recursos internos que tiene una persona. Esta dimensión considera aspectos del individuo, tales como la serenidad interna, la aspiración por el crecimiento personal, el logro de objetivos y metas y el poder que tiene uno mismo para poder realizarse en armonía y con el entorno (35). El presente estudio también se fundamenta en las siguientes definiciones conceptuales en relación a las variables en estudio:

La promoción de la salud se define como el proceso por el cual los individuos obtienen el control sobre sus decisiones y acciones relacionadas con su salud, expresar sus necesidades y movilizarse para una mayor acción política, social y cultural para responder a sus necesidades, mientras participa en la toma decisiones para mejorar su salud y de la sociedad (36).

La prevención de la salud se define como todas aquellas medidas encaminadas no solo a prevenir la aparición de la enfermedad, como reducir los factores de riesgo, sino también a frenar su avance y mitigar sus consecuencias. Una vez establecidas, en este sentido, la prevención de enfermedades es la medida que normalmente proviene de la atención de la salud y que considera que los individuos y las poblaciones están expuestos a factores de riesgo identificables (37).

El estilo de vida: Se refiere a la forma particular de manifestar la manera y las condiciones de vida en las que las personas se integran al mundo que las rodea, y esto incluye los hábitos alimentarios, la higiene personal, el ocio, las relaciones sociales, la vida relacional, la sexualidad y el afrontamiento familiar y social, la manera en que las desarrollan con el objetivo de satisfacer sus necesidades (38).

El apoyo social: Es la cantidad de recursos humanos y materiales que una persona o familia tiene a su disposición para hacer frente a una determinada crisis como enfermedad, ruptura familiar, mala situación económica, etc. Las redes de apoyo más

importantes son la familia, los amigos, los vecinos, compañeros de trabajo y los compañeros espirituales (39).

La adultez: Es la etapa del desarrollo de la vida en la que el individuo normal alcanza la plenitud de su evolución física, biológica y psicológica. En esta etapa, su personalidad y carácter son sólidos y confiados, y la persona madura se caracteriza por el control que gana sobre sus sentimientos y su vida emocional. Esto le permite afrontar la vida con mayor seguridad y serenidad que en las fases anteriores (40).

2.3. Hipótesis

- Ha: Existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano 15 de Marzo.
- Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano 15 de Marzo.

III. METODOLOGIA

3.1. Nivel, tipo y diseño de la investigación

Nivel de la investigación: Fue correlacional-transversal: dado que se indagó la relación entre una o más variables en una población y la recolección de los datos en un único tiempo (41).

Tipo de investigación: Fue de tipo cuantitativo: ya que se empleó la recopilación de información para comprobar las hipótesis mediante el uso de estrategias estadísticas justificadas en la medición numérica, por consecuencia, concedió al investigador abordar patrones de conducta y demostrar los distintos fundamentos teóricos que explicarían dichos patrones (42).

Diseño de investigación: Fue no experimental, dado que el investigador no manipuló ni alteró el objetivo de la investigación, es decir no intervino en las variables de estudio, se informaron los acontecimientos tal y como fueron en su contexto natural (43).

3.2. Población y muestra

Población: La población estuvo constituida por 886 adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo.

Muestra: La muestra se obtuvo por muestreo no probabilístico por conveniencia, considerando el estado de emergencia sanitaria en que se vive, debido a la pandemia del Covid-19. Por ello se consideró una muestra conformada por 100 adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo.

Unidad de análisis: Cada adulto del Asentamiento Humano 15 de Marzo, formó parte de la muestra y respondió a los criterios de la investigación.

Criterios de Inclusión

- Adultos que vivieron más de 3 años en el Asentamiento Humano 15 de Marzo.
- Adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo que aceptaron participar en el estudio.
- Adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo, que contaron con la disponibilidad de colaborar en la encuesta sin importar nivel de escolaridad, sexo y condición socioeconómica.

Criterios de Exclusión

- Adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo, que presentaron algún trastorno mental.
- Adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo, que presentaron problemas de comunicación.

3.3. Variables. Definición y operacionalización.

Variable	Definición operativa	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Categorías o valoración
Factores sociodemográficos:	<p>Sexo</p> <ul style="list-style-type: none"> •Masculino •Femenino <p>Grado de Instrucción</p> <ul style="list-style-type: none"> •Sin nivel de instrucción •Inicial/Primaria •Secundaria Completa / Secundaria Incompleta •Superior Universitaria •Superior no universitaria <p>Ingreso Económico</p> <ul style="list-style-type: none"> •Menor de 750 •De 751 a 1000 •De 1001 a 1400 •De 1401 a 1800 •De 1801 a más <p>Ocupación</p> <ul style="list-style-type: none"> •Trabajador estable •Eventual •Sin ocupación •Jubilado •Estudiante 			<p>Nominal</p> <p>Ordinal</p> <p>De razón</p> <p>Nominal</p>	

		<p>Habilidades para la vida</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Realiza el lavado de los dientes mínimo 3 veces en el día -Mantiene Higiénica y en orden su ropa -Lava los alimentos antes de consumirlos -Mantiene bien Lavado los utensilios de cocina y su cocina -Mantiene en orden y limpia la vivienda -Mantiene ventilada su vivienda -Mantiene Limpio su baño o letrina -Realiza el mantenimiento de su servicio higiénico o su letrina <ul style="list-style-type: none"> -Sabe escuchar y sabe cuándo hablar -Influencia y regula las emociones de otra persona -Escucha con atención y está dispuesta(o) a discutir los problemas -Es abierta(o) y flexible a las ideas? Apoya y ayuda. Es solidaria(o) -Enfrenta los problemas dando solución -Alienta la participación y la cooperación -Orienta y enseña -Confía en el grupo y Estimula las decisiones de grupo -Se comunica abiertamente -Demuestra capacidad de autocrítica -Es expresiva, espontánea y segura -Tiene una personalidad activa -Defiende sus derechos -No presenta temores en su 		
--	--	---------------------------------	---	--	--

		<p>comportamiento</p> <ul style="list-style-type: none"> -Posee una comunicación directa, adecuada, abierta y franca -Posee usted seguridad en expresarse con los demás -Su comportamiento es respetable por los demás -Se comunica fácilmente con toda clase de personas <p>Actividad física</p> <ul style="list-style-type: none"> -Realiza 30 minutos diarios de actividad física al m: subir y bajar escaleras, bailar, andar en bicicleta, nadar, caminar en vez de usar el auto, realizar tareas domésticas y de jardinería, lavar el auto, ¿practicar deportes -Realiza ejercicios de fuerza 2 o 3 veces por semana -Realiza la rutina con 10 minutos de ejercicios de estiramiento -Toma una buena cantidad de líquido durante el día (aproximadamente 2 litros de agua) <p>Salud sexual y reproductiva</p> <ul style="list-style-type: none"> -Tiene relaciones sexuales actualmente con protección -Se informa de los métodos anticonceptivos -Usa un método anticonceptivo -Se hace exámenes médicos ginecológicos -Usted se alimenta equilibradamente 		
--	--	--	--	--

		Salud bucal	<p>durante su vida reproductiva.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Se cepilla los dientes por lo menos dos veces al día con pasta dental con flúor? -Usa hilo dental -Usa a diario un enjuague bucal con flúor -Tiene exámenes regulares odontológicos -Evita las bebidas gaseosas, los jugos artificiales y las bebidas energéticas -Evita el consumo de tabaco y el alcohol 		
		Salud mental y cultura de paz	<ul style="list-style-type: none"> -En general está satisfecho con usted mismo/a -A veces piensa que no sirve absolutamente para nada -Puede hacer las cosas bien como la mayoría de las personas -Cree que tiene muchos motivos para sentirme orgulloso/a -A veces se siente realmente inútil -Siente que es una persona digna de estima o aprecio, al menos en igual medida que los demás -Siente mucho aprecio por mí mismo/a -Tiendo a pensar que en conjunto es un fracaso -Tiene una actitud positiva hacia mí mismo/a 		

		Seguridad vial y cultura de tránsito	<ul style="list-style-type: none"> -Usa el cinturón de seguridad de manera adecuada -Cruza por la senda peatonal o esquina, donde se tiene prioridad -No utilizar el celular al conducir ni tampoco al cruzar la calle? -Usted al cruzar la calle, camina, no corre, y lo hace con precaución -Si maneja bicicleta usa casco -Usted camina por las veredas -Usted cruza la pista cuando el semáforo está en color verde -Usted evita salir a la calle si se encuentra en estado de embriaguez -Si Usted tiene que salir a la calle de noche trae una lámpara, usa ropa clara y con reflejante, se hace notar, camina por la izquierda con el tráfico de frente, si van en grupo caminen en fila 		
Apoyo social	<ul style="list-style-type: none"> •Tiene apoyo social •No tiene apoyo social 	Apoyo emocional	<ul style="list-style-type: none"> -Con quien pueda contar cuando necesite Hablar -Que le aconseje cuando tenga problemas -Que le informe y ayude a entender la Situación. -En quien confiar o con quién hablar de sí mismo y sus Preocupaciones -Cuyo consejo realmente desee. -Alguien con quien compartir sus temores y problemas más íntimos. -Que le aconseje cómo resolver sus problemas personales. 	Operacional	<p>No tiene apoyo social: 0-57</p> <p>Si tiene apoyo social: 58-94</p>

		<p>Ayuda material</p> <p>Relaciones de ocio y distracción</p> <p>Apoyo afectivo</p>	<p>-Que comprenda sus problemas</p> <p>-Que le ayude cuando tenga que estar en la cama</p> <p>-Que le lleve al médico cuando lo necesite</p> <p>-Que le prepare la comida si no puede Hacerlo.</p> <p>-Que le ayuda en sus tareas domésticas si está enfermo.</p> <p>-Con quien pasar un buen rato</p> <p>-Con quien pueda relajarse</p> <p>-Con quien hacer cosas que le sirvan para olvidar sus Problemas.</p> <p>-Con quién divertirse</p> <p>-Que le muestre amor y afecto</p> <p>-Que le abrace</p> <p>-A quien amar y hacerle sentirse querido</p>		
Estilos de vida	<p>•Estilo de vida saludable</p> <p>•Estilo de vida no saludable</p>	Responsabilidad hacia la salud	<p>-Informo a un doctor (a) a otros profesionales de la salud cualquier señal inusual o síntoma extraño.</p> <p>-Hago preguntas a los profesionales de la salud para poder entender sus instrucciones.</p> <p>-Busco una segunda opinión, cuando pongo en duda las recomendaciones de mi proveedor de servicios de salud.</p> <p>-Asisto a programas educacionales sobre el cuidado de salud personal</p> <p>-Busco orientación o consejo cuando es</p>	Operacional	<p>Estilo de vida no Saludable: 0-91</p> <p>Estilo de vida Saludable: 92-130</p>

		<p>necesario</p> <ul style="list-style-type: none"> -Duermo lo suficiente <p>-Sigo un programa de ejercicios planificados</p> <ul style="list-style-type: none"> -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) -Tomo parte en actividades físicas de recreación (tales como: nadar, bailar, andar en bicicleta). -Alcanzo mi pulso cardiaco objetivo cuando hago ejercicios. -Mantengo un balance para prevenir el cansancio. <p>Actividad física</p>		
		<ul style="list-style-type: none"> -Escojo una dieta baja en grasa, grasas saturadas y en colesterol. -Limito el uso de azucares y alimentos que contienen azúcar (dulces) -Como de 2 a 4 porciones de fruta todos los días. -Leo las etiquetas nutritivas para identificar el contenido de grasas y sodio en los alimentos empacados -Tomo desayuno -Como de 6 a 11 porciones de pan, cereales, arroz, o pastas (fideos) todos los días -Como solamente de 2 a 3 porciones de <p>Nutrición</p>		

		<p>Crecimiento espiritual y relaciones Interpersonales</p>	<p>carne, aves, pescado, frijoles, huevos y nueces todos los días.</p> <p>-Siento que estoy creciendo y cambiando en una forma positiva. - Elogio fácilmente a otras personas por sus éxitos.</p> <p>-Tomo algún tiempo para relajarme todos los días</p> <p>-Creo que mi vida tiene un propósito</p> <p>-Mantengo relaciones significativas y enriquecedoras</p> <p>-Acepto aquellas cosas de mi vida que yo no puedo cambiar</p> <p>-Miro adelante hacia al futuro.</p> <p>-Paso tiempo con amigos íntimos.</p> <p>-Me siento satisfecho y en paz conmigo (a)</p> <p>-Se me hace fácil demostrar preocupación, amor y cariño a otros.</p> <p>-Estoy consciente de lo que es importante para mí en la vida.</p> <p>-Busco apoyo de un grupo de personas que se preocupan por mí</p> <p>-Me siento unido(a) con una fuerza más grande que yo.</p> <p>-Me pongo de acuerdo con otros por medio del diálogo</p> <p>-Expongo mi persona a nuevas experiencias y retos.</p> <p>-Discuto mis problemas y preocupaciones con personas allegadas</p>		
--	--	--	---	--	--

3.4. Técnica e instrumentos de recolección de información

Técnica

En la presente investigación se utilizó la entrevista para la aplicación de los instrumentos.

Instrumento

En la presente investigación se utilizó 4 instrumentos para la recolección de la información que se detallan a continuación:

Instrumento N° 1

CUESTIONARIO SOBRE FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS

Elaborado por Vílchez Reyes M, en Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación (Anexo N° 02).

Está constituido por 8 ítems distribuidos en 4 partes:

- Datos de identificación, donde se obtiene las iniciales o seudónimo del adulto (1 ítems)
- Factores sociodemográficos: el sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación, ingreso económico y si cuenta con seguro. (8 ítems)

Instrumento N° 2

CUESTIONARIO SOBRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN

Elaborado por Vílchez Reyes M, en Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación (Anexo N° 02).

Está constituido por 72 ítems distribuidos en 8 ejes temáticos:

- Datos de identificación, donde se obtiene las iniciales seudónimo del adulto (2 ítems).
- Ejes temáticos: Alimentación nutrición (10 ítems).
- Ejes temáticos: Higiene (10 ítems).
- Ejes temáticos: Habilidades para la vida (17 ítems).
- Ejes temáticos: Actividad física (4 ítems)
- Ejes temáticos: Salud sexual y reproductiva (5 ítems).
- Ejes temáticos: Salud bucal (6 ítems).
- Ejes temáticos: Salud mental y cultura de paz (9 ítems).
- Ejes temáticos: Seguridad vial y cultura de tránsito (9 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 un muestra piloto del 10 % del total de la muestra del estudio.

Asimismo, se realizó la validez de contenido mediante la evaluación por juicios de expertos.

Control de calidad de los datos

Evaluación Cualitativa:

Fue concluida a través de la entrevista a personas del área de Salud que actuaron como jueces; Se realizó en reuniones, con el objetivo de evaluar la propuesta del Cuestionario sobre Acciones de Prevención y Promoción de la Salud. Desarrollado por la 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 brindó 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 necesario 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 fueron 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)

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

Dónde:

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

l: Es la calificación más baja posible.

k: Es el rango de los valores posibles.

El coeficiente V de Aiken total es 0,998, 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 considera muy bueno.

Instrumento N° 03

CUESTIONARIO DE APOYO SOCIAL

Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Medicina de Familia (And). 2005; 10(6): 10-18. (Anexo N° 2)

El instrumento tiene 4 dimensiones distribuidas en los siguientes:

- En la dimensión apoyo emocional: 8 ítems.
- En la dimensión ayuda material: 4 ítems.
- En la dimensión relaciones de ocio y distracción: 4 ítems.
- En la dimensión apoyo afectivo: 3 ítems.

Apoyo social: Se utilizó el cuestionario autoadministrado del Estudio de desenlace de estudios médicos de apoyo social (MOS), donde el instrumento original consta de 20 ítems, conformado en 4 dimensiones (red de apoyo social, Apoyo social, Apoyo instrumental, Interacción social positiva y Apoyo afectivo) con una escala de Likert de 5 categorías.

Nuestro estudio utilizó la versión válida en español Londoño, N. et al (2012).

Realizado en Colombia, el cual está comprendido por 20 ítems, pero distribuido en 4 dimensiones (Apoyo emocional informado, Apoyo instrumental, interacción social positiva y Apoyo afectivo).

La confiabilidad del instrumento fue reportada por el coeficiente de Alfa de Cronbach para las cuatro dimensiones y escala total. Presentó una alta confiabilidad para la escaña total con 0.94 y por dimensiones: Apoyo emocional/informacional ($\alpha=0.92$), Apoyo instrumental ($\alpha=0.79$), interacción social positiva ($\alpha=0.83$), y Apoyo afectivo ($\alpha=0.74$).

Finalmente, la validez de este instrumento se reportó a través de validez de constructo mediante un Análisis Factorial Confirmatorio reportando aceptables índices de bondad de ajuste (GFI= 0.780, AGFI= 0.713, RMSEA=0.113, AIC=566.98 Y BIC= 707.22).

Instrumento N° 4

CUESTIONARIO DE ESTILO DE VIDA

Elaborado por 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). (Anexo N° 2)

El instrumento tiene 6 subescalas, y cuenta 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 estrés: 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, el cual está 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 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 ($\alpha=0.88$).

3.5. Método de análisis de datos

Procedimientos de la recolección de datos

En cuanto a la recolección de datos del presente estudio de investigación se tomaron en cuenta los siguientes aspectos:

- Se coordinó con la Teniente gobernadora del Asentamiento Humano 15 de Marzo, para la debida autorización de recolección de información y la aplicación del instrumento a cada adulto del Asentamiento.
- Se gestionó la autorización para la recolección de información, con la Teniente gobernadora.
- Se informó a cada adulto del Asentamiento Humano 15 de Marzo, haciendo énfasis que los datos y resultados son totalmente confidenciales.
- Se pidió el consentimiento a los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo, recalcando que su firma en el consentimiento informado es de suma importancia.
- Se coordinó la disponibilidad y el tiempo de la fecha de la aplicación del instrumento para proceder a aplicar el instrumento a cada adulto del Asentamiento Humano 15 de Marzo.
- Se realizó la lectura de las instrucciones de los instrumentos a los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo.
- El instrumento fue aplicado en un tiempo de 20 minutos, las respuestas fueron marcadas de manera personal y directa.

Análisis y procesamiento de datos

Para la presente investigación se realizó en análisis descriptivo mediante la tabla de frecuencias/porcentaje y promedio/desviación estándar según el tipo de variables con sus respectivos gráficos. Asimismo, para el análisis correlacional con el fin de cada variable

perteneciente a los factores sociodemográficos asociado con el comportamiento de la salud. Se utilizó el estadístico Chi cuadrado según el tipo que corresponda, presentando el p-valor con un nivel de confianza del 95%. Para el procesamiento y análisis de datos fueron ingresados a una base de datos software estadístico IBM para ser exportados a una base de datos en el software SPSS Statistics 24.0.

3.6. Aspectos éticos

Toda investigación realizada, el investigador debe valorar los principios éticos, ya sea por el tema seleccionado como por el método seguido, igualmente al plantearse si los resultados que se consigan son éticamente posibles, respetando la doctrina social, de igual manera la dignidad de la persona. El presente estudio cumplirá con el Código de Integridad Científica aprobado por acuerdo del Consejo Universitario con Resolución N° 0037-2021-CU-ULADECH Católica (44).

Protección a las personas

En toda investigación la persona es el fin y no el medio, por lo tanto necesita un grado de protección, el cual se decidirá dependiendo del riesgo en que incurran y la probabilidad de obtener un beneficio. Es obligatorio respetar la dignidad humana, su identidad, diversidad, confidencialidad y su privacidad. Aquí las personas deben participar voluntariamente y disponer de una información adecuada, además incluye el pleno respeto a sus derechos fundamentales (44).

Libre participación y derecho a estar informado

Las personas que participan en actividades de investigación tienen el derecho de estar totalmente informados sobre los propósitos y finalidades de la investigación que realizan, de igual manera tienen la libertad de participar por voluntad propia, informada, libre, inequívoca y específica (44). (Anexo N° 5)

Beneficencia no maleficencia

Se debe garantizar el bienestar de las personas que participan de la investigación. En relación con esto, el comportamiento del investigador debe responder a estas reglas generales: no causar daño, disminuir los posibles efectos adversos y maximizar los beneficios (45).

Justicia

El investigador debe realizar un juicio razonable, ponderable y tomar todas las precauciones necesarias para garantizar que sus sesgos, y limitaciones de sus capacidades y conocimiento, no permitan prácticas injustas. Aquí se les otorga a las personas que participan en la investigación el derecho de poder acceder a sus resultados. El investigador debe tratar equitativamente a las personas que participan en los procesos, procedimientos y servicios asociados a la investigación (46).

Integridad científica

La integridad del investigador resulta particularmente relevante cuando, en función a las normas deontológicas de su profesión, se evalúan y se manifiestan daños, riesgos y beneficios que puedan dañar a los participantes en una investigación. De igual modo, deberá conservarse la integridad científica al manifestar los conflictos de interés que afecten el curso del estudio (47).

IV. RESULTADOS

TABLA 1

FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO

HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021

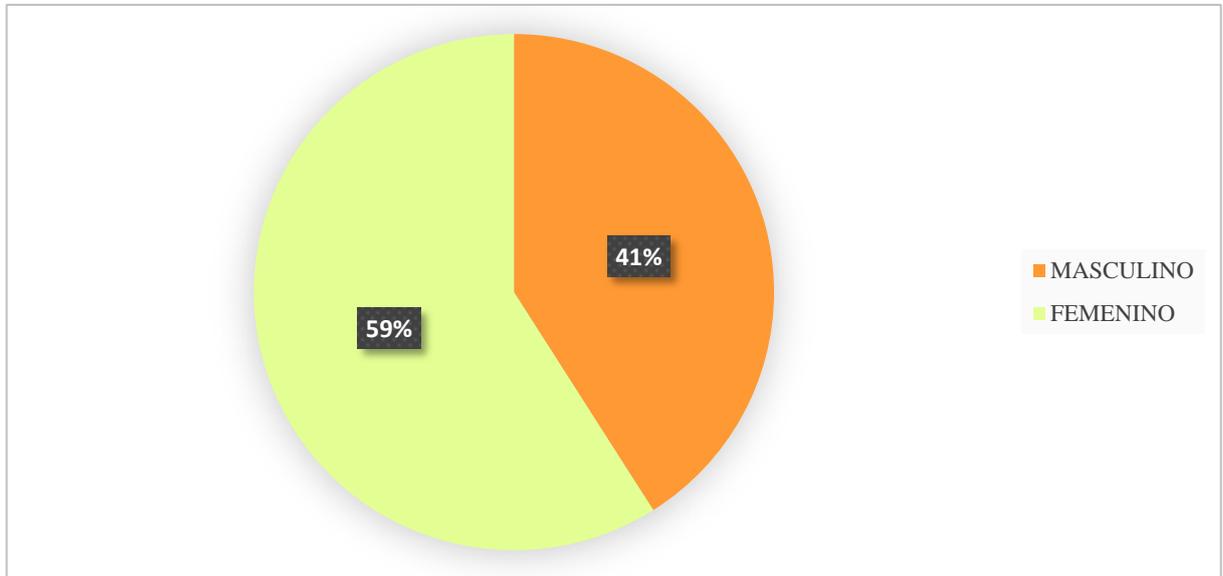
Sexo	N°	%
Masculino	41	41,0
Femenino	59	59,0
TOTAL	100	100,0
Edad	N°	%
18 - 35 años	73	73,0
36 - 59 años	25	25,0
60 a más	2	2,0
TOTAL	100	100,0
Grado de instrucción	N°	%
Analfabeto	0	0,0
Primaria	13	13,0
Secundaria	42	42,0
Superior	45	45,0
TOTAL	100	100,0
Religión	N°	%
Católico	77	77,0
Evangélico	11	11,0
Otras	12	12,0
TOTAL	100	100,0
Estado civil	N°	%
Soltero	49	49,0
Casado	6	6,0
Viudo	1	1,0
Conviviente	42	42,0
Separado	2	2,0
TOTAL	100	100,0
Ocupación	N°	%
Obrero	4	4,0
Empleado	18	18,0
Ama de casa	28	28,0
Estudiante	21	21,0
Otros	29	29,0
TOTAL	100	100,0

Ingreso económico	N°	%
Menor de 400 nuevos soles	40	40,0
De 400 a 650 nuevos soles	27	27,0
De 650 a 850 nuevos soles	13	13,0
De 850 a 1 100 nuevos soles	9	9,0
Mayor de 1 100 nuevos soles	11	11,0
TOTAL	100	100,0
Seguro	N°	%
ES SALUD	18	18,0
SIS	61	61,0
Otro seguro	4	4,0
No tiene seguro	17	17,0
TOTAL	100	100,0

Fuente: Cuestionario online sobre factores sociodemográficos. Elaborado por Vílchez M. Aplicado a los adultos en el Asentamiento Humano 15 de Marzo.

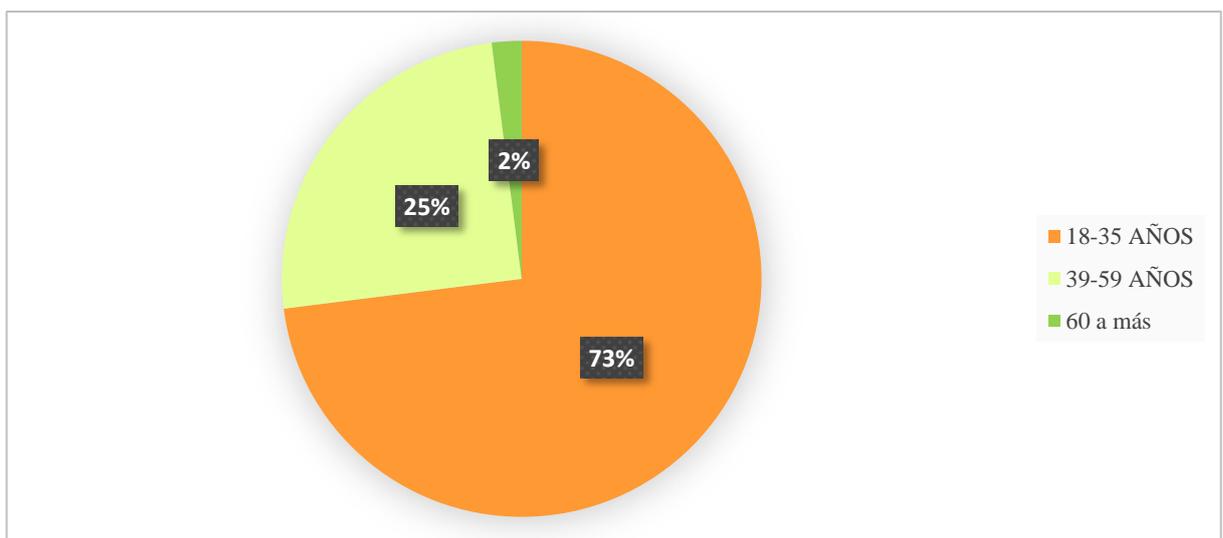
FIGURAS DE LA TABLA 1

FIGURA 1: SEXO DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021



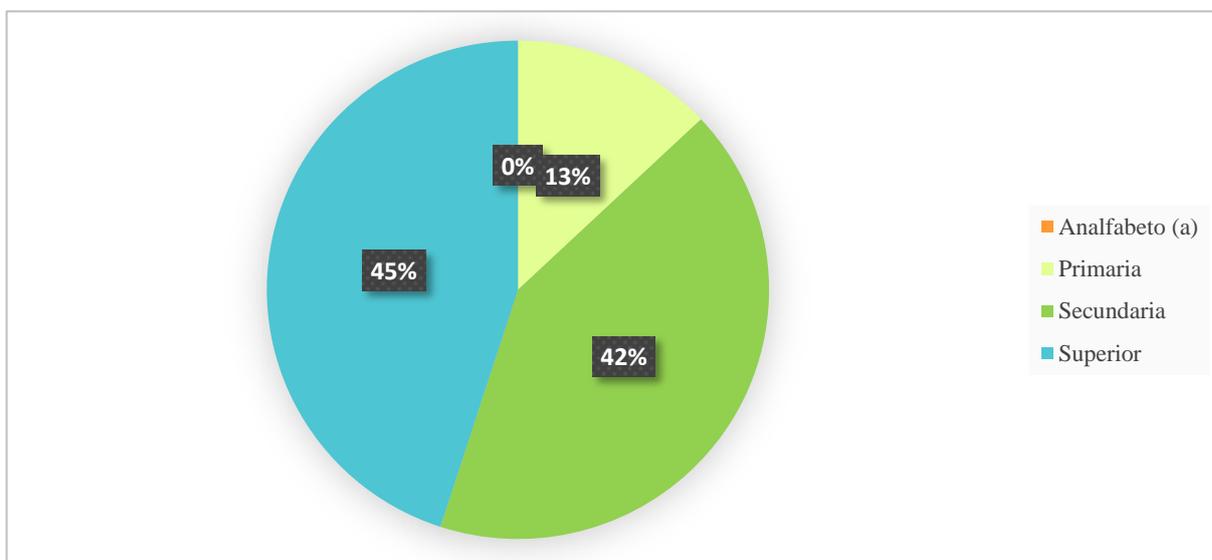
Fuente: Cuestionario online sobre factores sociodemográficos. Elaborado por Vílchez M. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

FIGURA 2: EDAD DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021



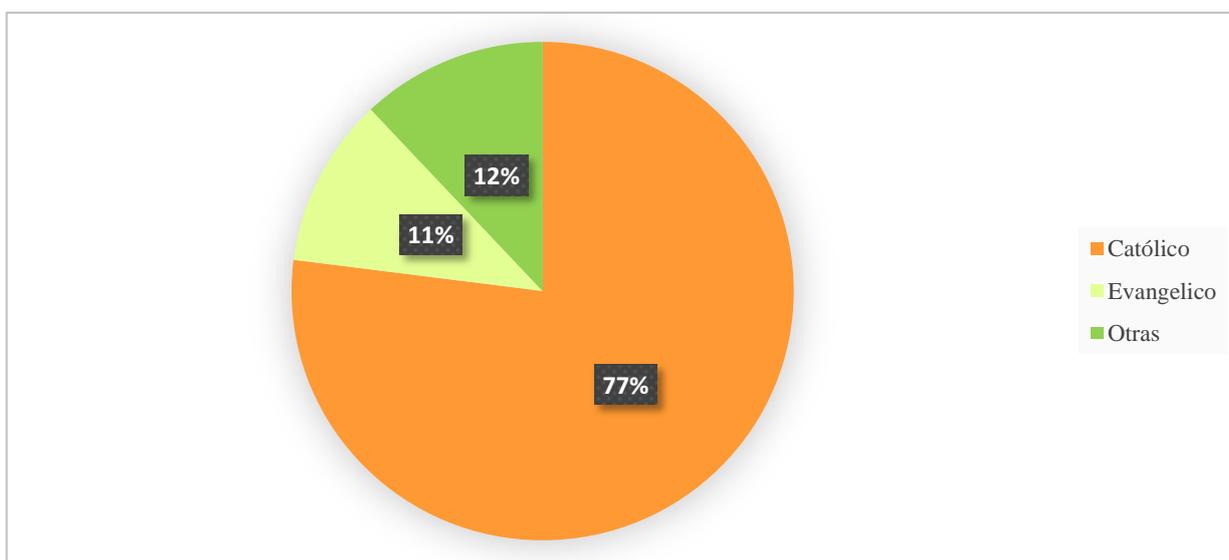
Fuente: Cuestionario online sobre factores sociodemográficos. Elaborado por Vílchez M. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

FIGURA 3: GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021



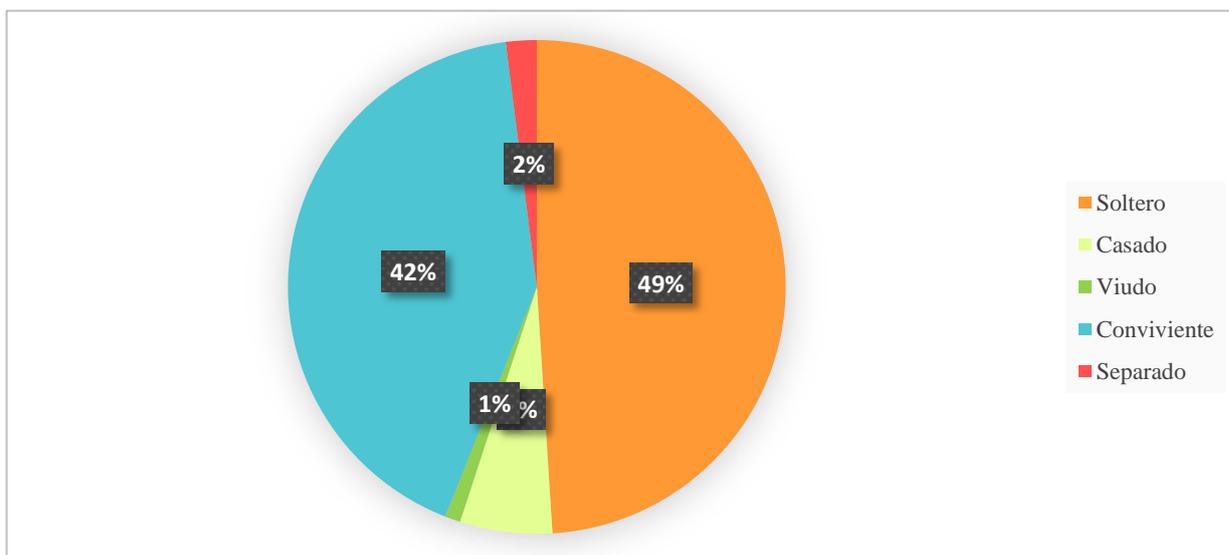
Fuente: Cuestionario online sobre factores sociodemográficos. Elaborado por Vílchez M. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

FIGURA 4: RELIGIÓN DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021



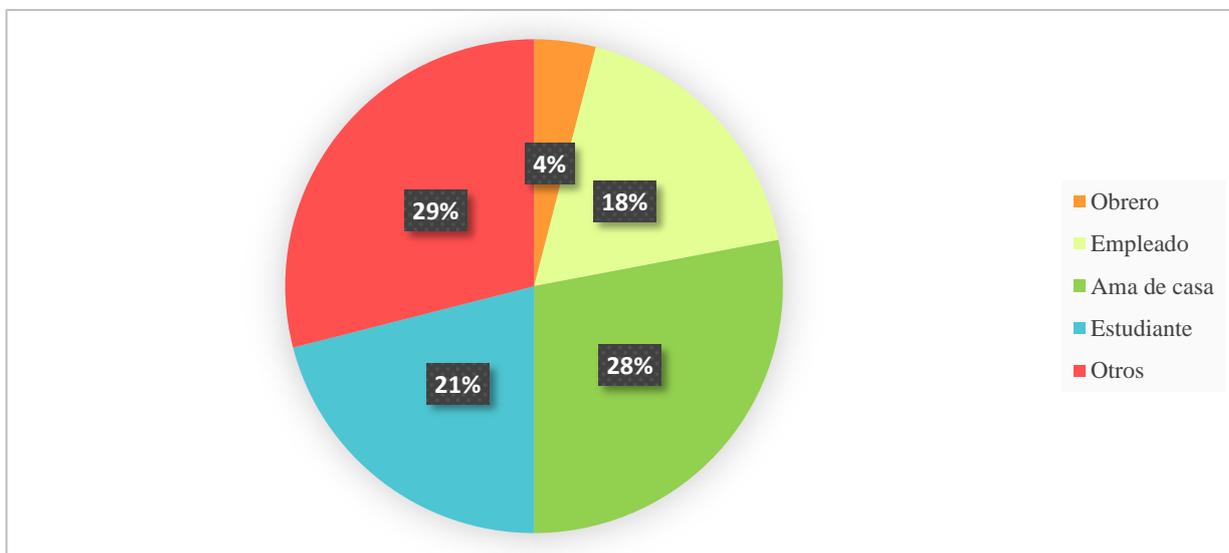
Fuente: Cuestionario online sobre factores sociodemográficos. Elaborado por Vílchez M. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

FIGURA 5: ESTADO CIVIL DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021



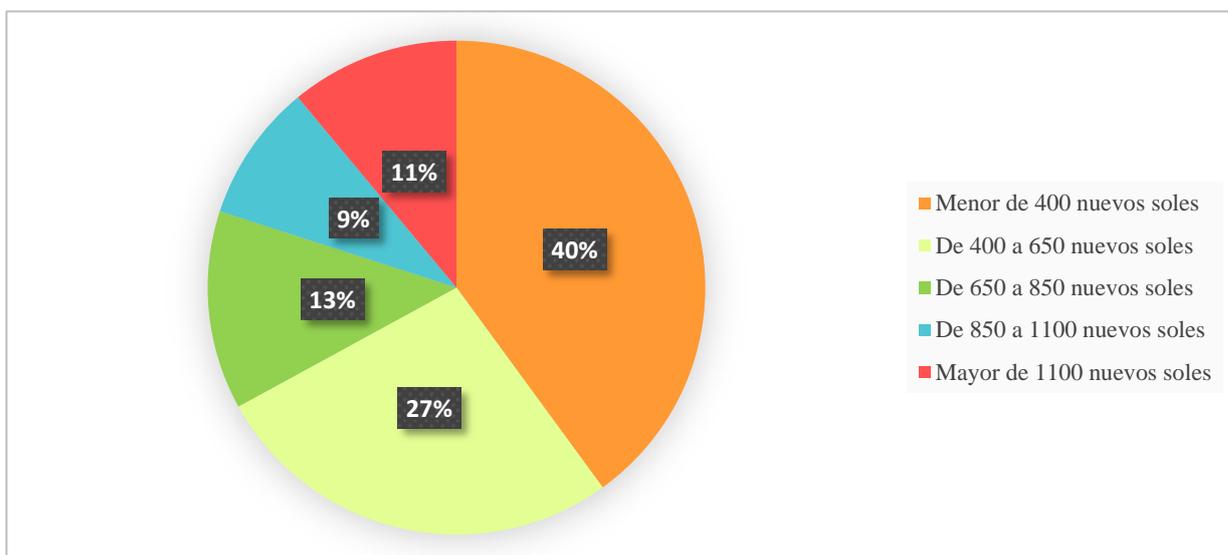
Fuente: Cuestionario online sobre factores sociodemográficos. Elaborado por Vílchez M. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

FIGURA 6: OCUPACIÓN DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021



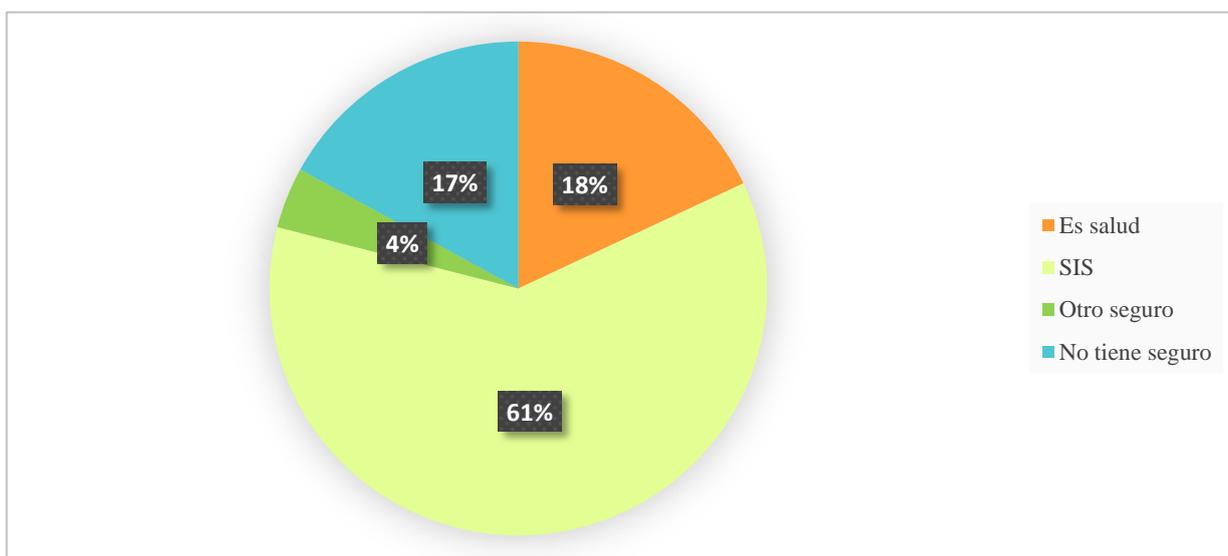
Fuente: Cuestionario online sobre factores sociodemográficos. Elaborado por Vílchez M. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

FIGURA 7: INGRESO ECONÓMICO DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021



Fuente: Cuestionario online sobre factores sociodemográficos. Elaborado por Vílchez M. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

FIGURA 8: SEGURO DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021



Fuente: Cuestionario online sobre factores sociodemográficos. Elaborado por Vílchez M. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

TABLA 2

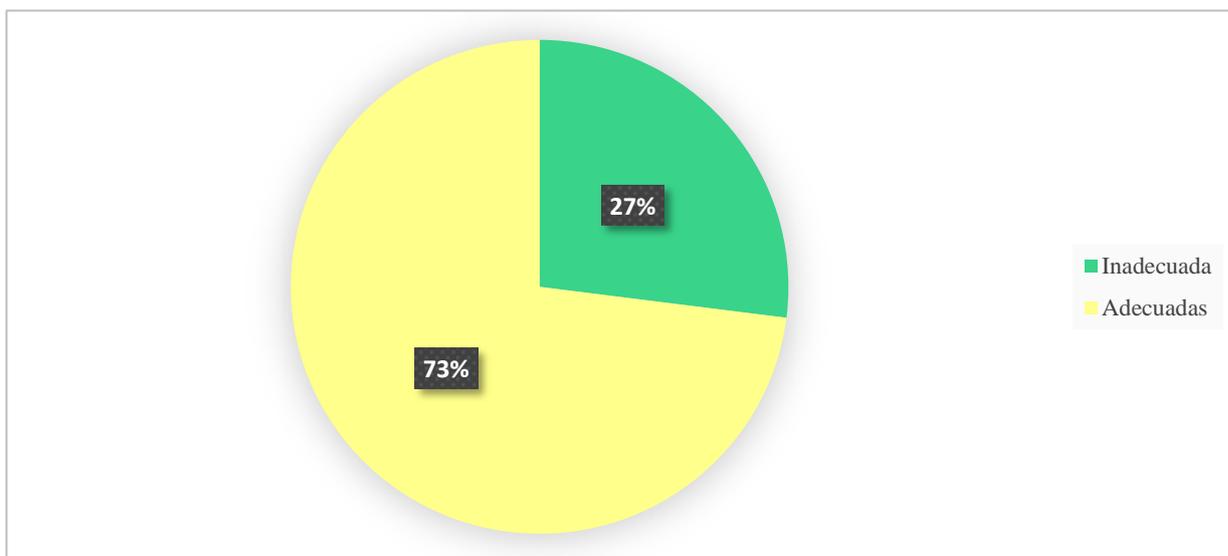
***ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN EN EL ADULTO DEL
ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021***

ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN	Nº	%
Inadecuada	27	27,0
Adecuadas	73	72,0
Total	100	100,0

Fuente: Cuestionario sobre Acciones de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por Vílchez M. Aplicado al adulto. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

FIGURAS DE LA TABLA 2

FIGURA 9: ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021



Fuente: Cuestionario sobre Acciones de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por Vílchez M. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

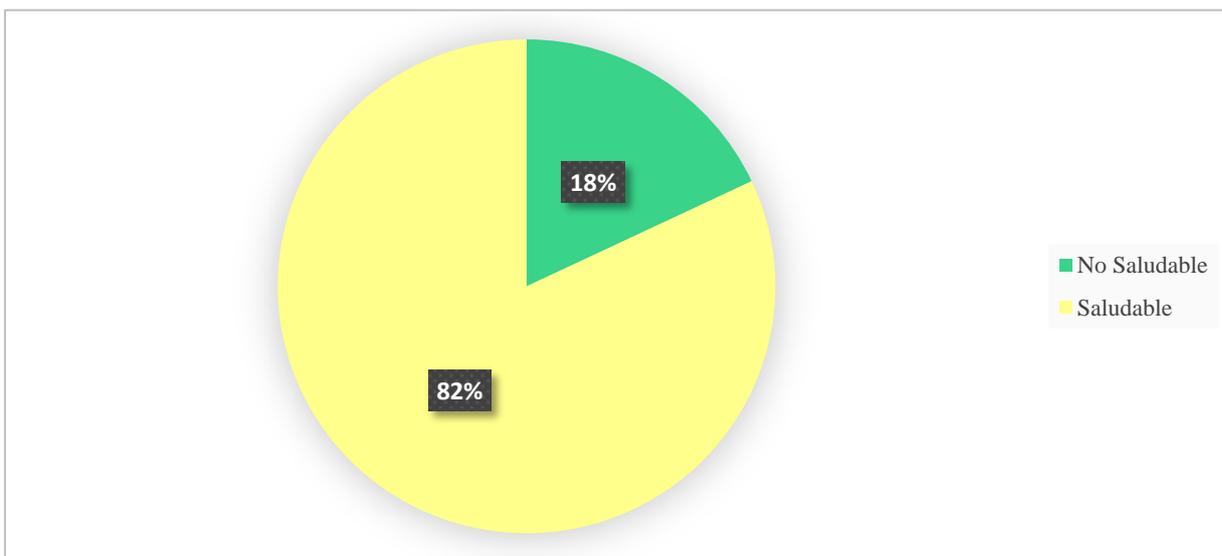
TABLA 3
ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE
MARZO_SULLANA, 2021

ESTILO DE VIDA	RANGO	N	%
No Saludable	0-91	18	18,0
Saludable	92-130	82	82,0
Total		100	100,0

Fuente: Cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

FIGURAS DE LA TABLA 3

FIGURA 10: ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE
MARZO_SULLANA, 2021



Fuente: Cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 15 de marzo_Sullana, 2021.

TABLA 4
APOYO SOCIAL EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE
MARZO_SULLANA, 2021

APOYO SOCIAL		N	%
Apoyo emocional			
0-24	No tiene	15	15,00
25-40	Si tiene	85	85,00
Total		100	100,00
Ayuda material			
0-12	No tiene	25	25,00
13-20	Si tiene	75	75,00
Total		100	100,00
Relación de ocio y distracción			
0-12	No tiene	19	19,00
13-20	Si tiene	81	81,00
Total		100	100,00
Apoyo afectivo			
0-9	No tiene	18	18,00
Oct-20	Si tiene	82	82,00
Total		100	100,00

Fuente: Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

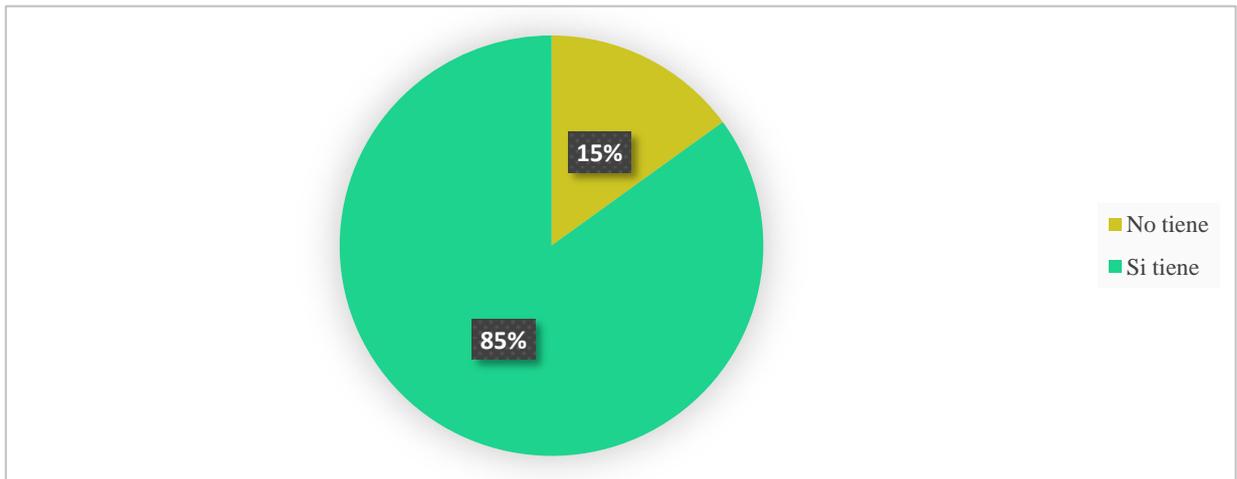
TABLA 4
APOYO SOCIAL EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE
MARZO_SULLANA, 2021

APOYO SOCIAL		N°	%
0-57	No tiene	14	14,00
58-94	Si tiene	86	86,00
Total		100	100,0

Fuente: Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

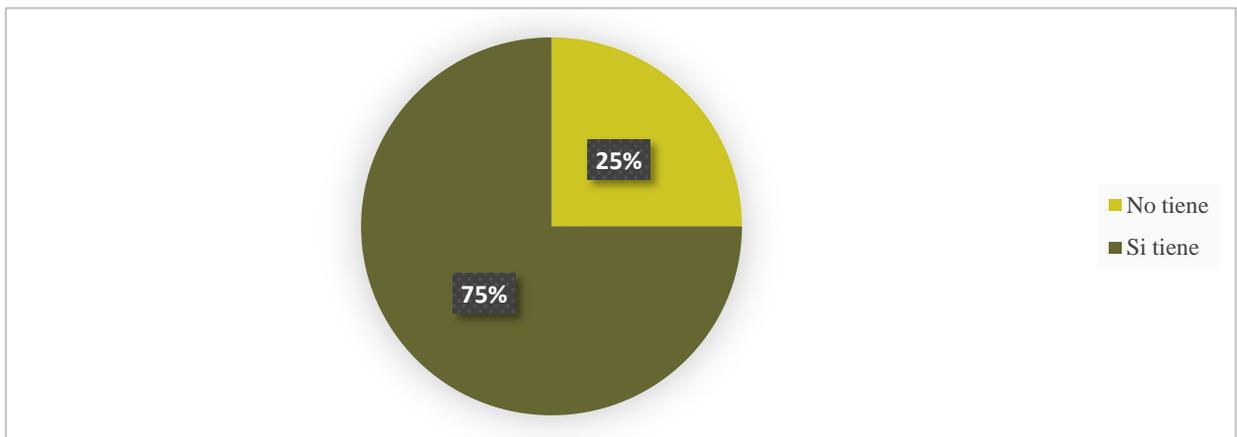
FIGURAS DE LA TABLA 4
APOYO SOCIAL EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE
MARZO_SULLANA, 2021

FIGURA 11: APOYO EMOCIONAL DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021



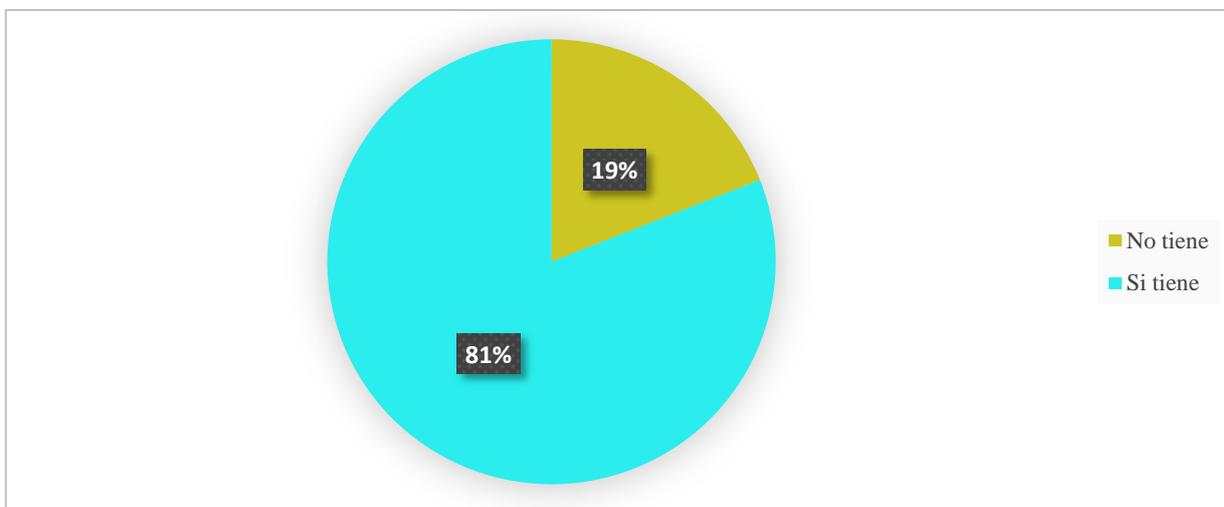
Fuente: Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

FIGURA 12: AYUDA MATERIAL DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021



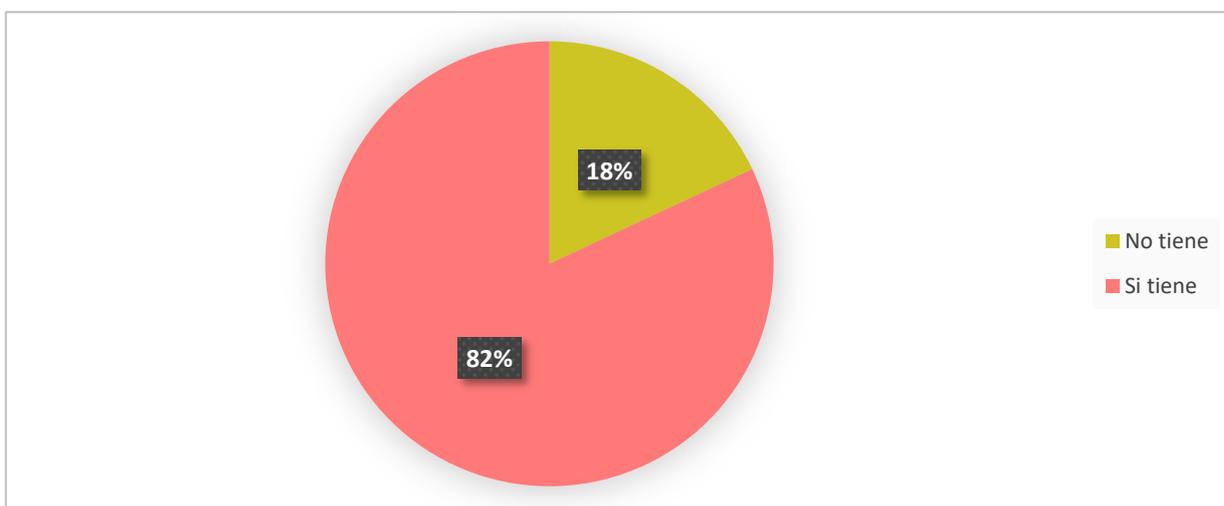
Fuente: Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

FIGURA 13: RELACIÓN DE OCIO Y DISTRACCIÓN DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021



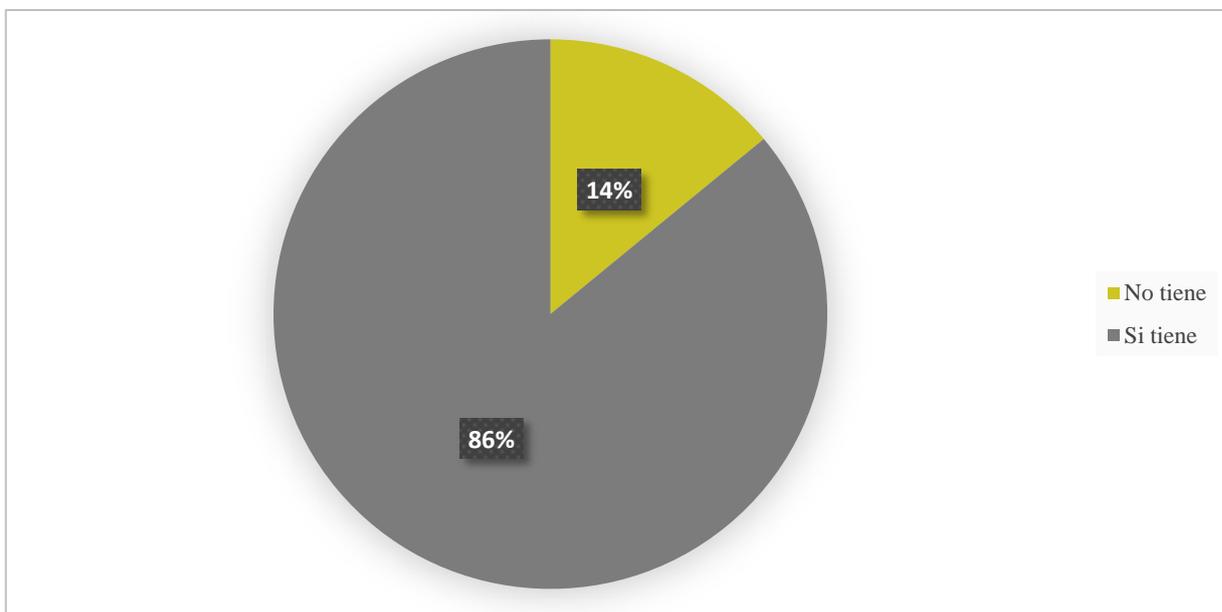
Fuente: Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

FIGURA 14: APOYO AFECTIVO DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021



Fuente: Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

FIGURA 15: PUNTAJE TOTAL DE APOYO SOCIAL DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021



Fuente: Cuestionario de Apoyo Social. Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

TABLA 5
RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y EL ESTILO DE VIDA Y EL APOYO SOCIAL EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021

FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS	ESTILO VIDA		RELACIÓN	APOYO SOCIAL		RELACIÓN
	X ²	P-VALOR		X ²	P-VALOR	
Sexo	0,11	0,9411	No existe relación	0,55	0,7442	No existe relación
Edad	4,67	0,0985	No existe relación	5,58	0,1371	No existe relación
Grado de Instrucción	1,53	0,5763	No existe relación	3,61	0,7196	No existe relación
Religión	6,56	0,0375	Si existe relación	2,27	0,3554	No existe relación
Estado Civil	3,77	0,4732	No existe relación	0,53	0,5555	No existe relación
Ocupación	6,90	0,1396	No existe relación	0,38	0,2741	No existe relación
Ingreso Económico	7,34	0,0364	Si existe relación	6,33	0,0934	No existe relación
Tipo de Seguro	1,55	0,8171	No existe relación	11,69	0,1609	No existe relación
Total	32,43	3,12		30,94	2,32	

Fuente: Cuestionario de Factores sociodemográficos, elaborado por Vélchez M. cuestionario de estilos de vida, elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C y cuestionario de apoyo social, elaborado por Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I, aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

TABLA 6
RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN Y ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021

PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD				
ESTILO DE VIDA	ADECUADO	INADECUADO	TOTAL	PRUEBA DE CHI CUADRADO
No Saludable	6,000	12,00	13	X ² =0.447
Saludable	21,000	61,00	107	p-valor=0.989
TOTAL	27,00	73,00	100	No existe relación estadísticamente significativa entre las variables
	0,27	0,73	1	

Fuente: Cuestionario de prevención y promoción de la salud, elaborado por Vílchez M. y cuestionario de estilo de vida, elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A y Gil C, aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

TABLA 7
RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN Y APOYO SOCIAL EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO 15 DE MARZO_SULLANA, 2021

PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD				
APOYO SOCIAL	ADECUADO	INADECUADO	TOTAL	PRUEBA DE CHI CUADRADO
No Tiene	7,000	7,00	14	X ² =4.369
Si Tiene	20,000	66,00	86	p-valor=0,488
TOTAL	27,00	101,00	100	No existe relación entre las variables
	0,27	0,73	1	

Fuente: Cuestionario de prevención y promoción de la salud, elaborado por Vílchez M. y cuestionario de apoyo social, elaborado por Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I, aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.

V. DISCUSIÓN

Tabla 1: Del 100% (100) de adultos, el 59% (59) son de sexo femenino, el 73% (73) tiene entre 18 a 35 años, el 45% (45) tiene grado de instrucción superior, el 77% (77) son católicos, el 49% (49) son solteros, el 29% (29) tienen otra ocupación, el 40% (40) tienen ingreso económico menor de 400 soles mensuales y el 61% (61) tiene seguro SIS.

En la investigación encontramos que más de la mitad de los adultos fueron de sexo femenino, si comparamos estos resultados que son similares con la investigación realizada por **Depaz M**, (48) en el año 2019 en Chimbote, que estudió sobre los factores sociodemográficos, donde encontró que la mayoría son de sexo femenino, considerando que las mujeres cumplen un rol fundamental dentro de la casa, por lo que han podido disponer de un tiempo para poder responder la encuesta. Asimismo vemos que la mayoría tiene entre 18 a 35 años, si comparamos estos resultados similares con la investigación de **Enríquez M**, (49) en el año 2022 en Nuevo Chimbote, que estudió sobre los factores sociodemográficos, donde encontró que la mayoría tienen entre 19 a 35 años, deduciendo que hay muchos adultos jóvenes en el Asentamiento Humano, siendo estos más expuestos a sufrir daños en su salud, debido a sus malos estilos de vida y muchos factores de riesgo como el ingerir bebidas alcohólicas, fumar y consumir sustancias nocivas.

De igual manera, los resultados que se encontraron fueron que menos de la mitad tienen grado de instrucción superior, ante estos resultados hay estudios que difieren como lo realizado por **Palacios G**, (50) en el año 2019 en Chimbote, que estudió sobre los factores sociodemográficos, donde encontró que la mayoría tienen grado de instrucción secundaria, considerando que existe un mayor porcentaje de adultos que no tienen las mismas oportunidades para que puedan tener una carrera profesional y así podrían tener un mejor empleo, bien remunerado y con mayores beneficios. Igualmente vemos que la mayoría son católicos, ante estos resultados hay estudios similares como lo realizado por **Neciosup J**, (51) en el año 2019 en Chimbote, que estudió sobre los factores sociodemográficos, donde encontró que la mayoría profesa la religión católica, esta religión no tiene muchas reglas estrictas, se tiene la libertad de elegir como vestir, con que amigos juntarse, pueden ser libres en sus estilos de vida, con sus costumbres y creencias.

También, encontramos en los resultados que menos de la mitad son solteros, si comparamos estos resultados que difieren con la investigación que señala **Huamán J**, (52) en el año 2019 en Chimbote, que estudió los factores sociodemográficos, donde se encontró que menos de la mitad tienen estado civil conviviente, lo que beneficia a los adultos ya que ellos no tienen gastos económicos excepto los suyos y de esta manera pueden cubrir algunas de sus necesidades, además que pueden apoyar en su hogar con algún gasto económico. Asimismo, encontramos en los resultados que menos de la mitad tienen otra ocupación, ante estos resultados hay estudios que difieren como la investigación de **Vásquez D**, (53) en el año 2019 en Chimbote, que estudió los factores sociodemográficos, donde encontró que menos de la mitad tienen la ocupación de obrero, puesto que algunos adultos manejan mototaxis, venden comidas al paso, o tienen pequeñas tiendas de abarrotes, con estas ganancias pueden subsistir día a día, ya que con ese ingreso económico no pueden lograr satisfacer todas sus necesidades.

Asimismo se encontró en los resultados que menos de la mitad tienen ingreso económico menor de 400 soles, ante estos resultados hay estudios que difieren como lo realizado por **Haro M**, (54) en el año 2019 en Chimbote, que estudió los factores sociodemográficos, donde encontró que menos de la mitad tienen sueldo de 650 a 850 soles, esto puede ser debido a que algunos adultos que estudian no tienen un ingreso económico adecuado para que puedan satisfacer sus necesidades, este es un factor que hace que algunos adultos se ven la obligación de buscar empleo, dejando de la lado sus estudios, haciendo más difícil que puedan en un futuro poder mejorar su calidad de vida y sigan en la pobreza. De igual manera encontramos en los resultados que la mayoría tiene seguro SIS, si comparamos estos resultados que difieren con el estudio realizado por **Rivera S**, (55) en el año 2019 en Chimbote, que estudió los factores sociodemográficos, donde encontró que menos de la mitad tiene seguro SIS, lo que beneficia a algunos adultos, ya que este seguro ofrece un aseguramiento público en la salud gratuita.

Con lo mencionado anteriormente, se puede plantear como propuesta de conclusión en base a esta investigación, es necesario incitar a los adultos que sigan con sus estudios y que lleguen a concluirlos, ya que gracias a esto, ellos pueden llegar a tener un trabajo digno, mejor remunerado, accediendo a un mejor ingreso económico que pueda cubrir y satisfacer todas sus necesidades. De igual manera, sensibilizar a los adultos a poder activar su seguro de salud

(SIS), ya que este es totalmente gratuito, de esta manera ellos podrán beneficiarse del apoyo que les brinda el MINSA a las personas con bajos recursos económicos.

Tabla 2: Del 100% (100) de adultos, el 27% (27) tienen acciones de prevención y promoción inadecuadas y el 72% (73) tiene acciones de prevención y promoción adecuadas.

De los resultados obtenidos en esta investigación podemos ver que la mayoría tiene acciones de prevención y promoción adecuadas, si comparamos estos resultados que son similares con la investigación que señala **Paz E**, (56) en el año 2019, que estudió las acciones de prevención y promoción, donde encontró que todos tienen acciones adecuadas de prevención y promoción. Además ante los resultados obtenidos hay estudios que difieren como la investigación por **Febre T**, (57) en el año 2020, que estudió las acciones de prevención y promoción, donde encontró que más de la mitad tienen acciones de prevención y promoción inadecuadas, podemos deducir que de cierta forma los adultos toman medidas que hacen que su estilo de vida sea más saludable, como la higiene al consumir sus alimentos y además su higiene general, la actividad física que realizan, todas estas medidas influyen de manera positiva en su salud; pero también existe un porcentaje considerable que tiene acciones de prevención y promoción inadecuadas lo que perjudica a los adultos en su calidad de vida.

La alimentación es un proceso muy importante en el estilo de vida, ya que aporta al organismo sustancias nutritivas que requiere y necesita para que este funcione adecuadamente, de acuerdo a los resultados se demuestra que algunos adultos no tienen una alimentación adecuada, siendo esto un factor de riesgo en su salud, ya que podrían enfermar y padecer enfermedades como la obesidad y sobrepeso, por consiguiente los adultos deben ser orientados y se le debe educar cómo llevar una buena alimentación siendo saludable y equilibrada (58)

Por otro lado, la higiene implica medidas para prevenir y conservar un buen estado de salud. Tiene como propósito mantener la salud y prevenir enfermedades, cabe decir que en este aspecto los adultos si tienen buenas acciones, como el bañarse todos los días, lavarse las manos de la forma correcta, mantienen su casa limpia, así como su baño, ropa y cocina teniendo sus utensilios en buen estado, todo esto beneficia al adulto ya que les permite tener un ambiente agradable, limpio y armonioso, influyendo positivamente en su estado de ánimo y su calidad de vida, pero también hay un porcentaje considerable de adultos que no tienen buenas acciones en su higiene general, perjudicándolos en su salud, siendo esto un factor de riesgo que les lleva a enfermar de infecciones ya sean estomacales, de la piel o mucosas (59).

En cuanto a las habilidades para la vida, son comportamientos que los individuos han aprendido y van aprendiendo para afrontar las diferentes situaciones y problemas que presente en su vida diaria, o en donde se desempeñe y pueda evidenciar su destreza (60), se observa que la mayoría de los adultos tienen conductas adecuadas y positivas, siendo un indicador positivo que beneficia su calidad de vida, ya que les permite hacer frente a los desafíos que le presenten en su vida diaria, en su entorno familiar, laborar y en la comunidad, permitiéndole tener una relación armoniosa con su entorno, pero también existe un porcentaje considerable que no tienen conductas adecuadas, perjudicándolos en su forma de vivir, sin saber cómo enfrentar sus desafíos diarios, sin poder relacionarse adecuadamente con otras personas, sin tener confianza en ellos mismos sin saber de lo que pueden ser capaz.

Se sabe que la actividad física ayuda a controlar y prevenir las enfermedades no transmisibles, mejora la salud mental, la calidad de vida y brinda bienestar, de acuerdo a los resultados obtenidos en esta investigación, nos indican que más de la mitad de los adultos si realizan actividad física e ingieren una buena cantidad de agua durante el día, siendo esto benéfico para los adultos ya que evita que los ellos practiquen el sedentarismo y eviten enfermedades del corazón, además de ser ventajoso para la salud mental, pero también hay un porcentaje considerable de adultos que no realizan actividad física, lo significa que tiene un estilo de vida sedentario, afectando su salud y dando paso a padecer enfermedades cardiovasculares y de sobrepeso (61).

Por otro lado la salud sexual y reproductiva es la capacidad de gozar de una vida sexual agradable sin riesgos y la libertad para deliberar si hacerlo o no (62), cabe decir que más de la mitad de los adultos si se cuidan al tener relaciones sexuales y además si se informan de los métodos anticonceptivos, esto es muy beneficioso para ellos ya que no solo están previniendo enfermedades de transmisión sexual si no que evitan embarazos no deseados, pero cabe mencionar que muchas mujeres no se realizan exámenes ginecológicos, lo que puede perjudicarlas ya que evitan tener detección precoz de alguna enfermedad, la cual se pueda evitar las complicaciones.

La salud bucal es la salud de los dientes, las encías que permite a la persona sonreír, conversar y masticar. Es el indicador primordial de salud, calidad de vida y bienestar, podemos decir que la mayoría si se cepillan los dientes al menos 2 veces al día, evitan las gaseosas, bebidas energéticas y el consumo de alcohol y tabaco, pero también hay un

porcentaje considerable que no se realiza exámenes odontológicos lo que desfavorece a los adultos en su salud bucal (63).

Dicho brevemente, la salud mental es confort general de la forma en que se piensa, en cómo se regulan los sentimientos y el comportamiento. Es un estado en que el individuo desempeña sus capacidades y ser capaz de enfrentar el estrés que es normal en su vida, laborar de manera productiva y cooperar en su comunidad, de acuerdo a los resultados obtenidos nos indican que la mayoría de los adultos si tienen una buena salud mental, ya que manifestaron que si se sienten satisfechos consigo mismos, se sienten orgullosos de su persona, todas estas actitudes permiten que los adultos tengan una buena salud mental, permitiéndoles un bienestar y confort individual, relaciones beneficiosas con otras personas, afrontar diferentes obstáculos con optimismo (64).

La seguridad vial y cultura de tránsito se refiere a las conductas de las personas en las vías y espacios de movilidad; es una construcción de convivencia armónica, responsable y de respeto entre los individuos que usan las vías de tránsito (65), la mayoría de los adultos manifestaron que siempre usan cinturón de seguridad, cruzan las calles con precaución, estas conductas son beneficiosas para los adultos ya que evitan daños en su salud, hasta pueden evitar accidentes y la muerte.

Según lo encontrado, se puede plantear como propuesta de conclusión, a las autoridades de dicha zona con el apoyo del centro de salud, a fomentar la promoción y prevención de la salud del adulto, realizando sesiones educativas, campañas de salud, que orienten y brindando información a los adultos para enriquecer sus conocimientos, así mismo enseñarles a que sigan adoptando conductas y comportamientos saludables con la finalidad de que los adultos tengan un óptimo estado de salud y hábitos saludables.

Tabla 3: Del 100% (100) de adultos, el 18 % (18) tiene un estilo de vida no saludable y el 82% (82) tiene un estilo de vida saludable.

De acuerdo a los resultados obtenidos, encontramos que menos de la mitad tiene un estilo de vida no saludable y la mayoría de adultos tienen un estilo de vida saludable, hay un porcentaje considerable de adultos que tienen un estilo de vida no saludable, debido a que no cuentan con los medios económicos de poder cubrir y no tener acceso a alimentos más nutritivos por lo que optan en elegir ciertos alimentos como arroz, fideos y pan, asimismo su

actividad física no es la adecuada, lo que también perjudica su salud, siendo otro factor de riesgo en su calidad de vida.

Ante estos resultados hay estudios similares como la investigación realizada por **Soriano A**, (66) en el año 2020 en Chimbote, que estudió los estilos de vida, donde encontró que la mayoría de los adultos tienen un estilo de vida saludable. Asimismo, existen resultados que difieren como la investigación que señala **Villajuan M**, (67) en el año 2020 en Chimbote, que estudió los estilos de vida, donde encontró que la mayoría tiene un estilo de vida no saludable.

Como ya se ha mencionado, existe un porcentaje considerable de adultos que tienen un estilo de vida no saludable, siendo preocupante puesto que uno de los factores que influye en esta situación sea la falta de información, también el desinterés o falta de responsabilidad de los adultos, acerca de la importancia de tener una alimentación saludable y equilibrada, sobre el sedentarismo, la importancia de tener chequeos médicos, pero no podemos dejar de lado que algunos adultos no pueden contar con los recursos económicos para atenderse o quizá no tienen un seguro de salud.

Es primordial dar conocer que los adultos deben realizar actividades físicas, adaptados a su condición y edad, ya que esto tendrá un impacto positivo en su bienestar general, y les brindará una mejor condición física, pues los adultos que practican el sedentarismo son más propensos a padecer problemas de salud, deteriorando su organismo, todo esto va sumado a los malos hábitos alimentarios que tienen, que perjudican su salud.

Con lo encontrado anteriormente, se puede plantear como propuesta de conclusión, se propone a los adultos que busquen información, adquieran conocimientos, adopten mejores actitudes y comportamientos para que sigan mejorando sus estilos de vida, así mismo se propone al Centro de salud junto con la Teniente gobernadora, realicen sesiones educativas, para orientar y educar a los adultos, para que sigan teniendo un buen estilo de vida, reduciendo posibles enfermedades.

Tabla 4: Del 100% (100) de los adultos, el 85% (85) si cuenta con apoyo emocional, el 75% (75) si tiene apoyo material, el 81% (81) si tiene relación de ocio y distracción y el 82% (82) si tiene apoyo afectivo.

En la investigación se encontró que la mayoría si cuenta con apoyo emocional, apoyo material, relación de ocio y distracción y si tiene apoyo afectivo, si comparamos estos

resultados similares con la investigación que señala **Haro M**, (54) en el año 2020 en Chimbote, que estudió el apoyo social, donde encontró que la mayoría si cuenta con apoyo emocional. Asimismo, ante los resultados obtenidos hay estudios que difieren como la investigación por **Espinoza M**, (68) en el año 2022 en Chimbote, que estudió el apoyo social, donde se encontró que más de la mitad no tienen apoyo material, considerando que estos adultos si cuentan con apoyo social, esto es muy beneficioso para ellos, ya que este apoyo los ayuda en diferentes situaciones en las que se requiere de alguien ya sea con una presencia, ayudándolo emocionalmente o también económicamente, lo que también hace que ellos puedan enfrentar exitosamente los obstáculos que se presenten en su vida.

El apoyo emocional se refiere a la capacidad de poder cuidar, escuchar de forma activa y empática a otra persona, este apoyo se brinda sobre todo por la relación entre una o más personas con la que se ha interrelacionado. El apoyo emocional, son aquellos comportamientos a la disposición de servicios para poder solucionar los problemas de carácter material, lo que supone un flujo de recursos monetarios, como el dinero, regalos, remesas, etc., y no monetarios como vestuario, pagos de servicios o mercadería (69; 70).

El apoyo afectivo hace referencia a todas las manifestaciones de amor y afecto que son ofrecidos a las personas por parte de su gente más cercana, como un abrazo, cariño, un consuelo, amor, ya sea por los familiares o amigos más cercanos (71).

Según lo encontrado, se puede plantear como propuesta de conclusión, se propone a las autoridades correspondientes como la Municipalidad Provincial de Sullana, El Centro de Salud, brinde apoyo social, en algunas de las dimensiones señaladas anteriormente, ya que esto los puede ayudar a los adultos del Asentamiento Humano a enfrentar las diferentes situaciones que se les presenten en las que no puedan afrontar solos, logrando así que tengan un buen estado mental y emocional, a sentirse bien personalmente y socialmente, y de esta manera les ayude a mejorar su salud.

Tabla 5: Al hacer uso del estadístico Chi cuadrado de independencia entre los factores sociodemográficos y estilo de vida, se encontró que si existe relación estadísticamente significativa con la religión $X^2= 6,56$ y $p= 0,037$ y con el ingreso económico $X^2= 7,34$ y $p= 0,036$, pero no existe relación entre las demás variables. Al relacionar los factores sociodemográficos y apoyo social, se encontró que no hay relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Los resultados obtenidos nos señalan que si existe relación entre el ingreso económico de los adultos con el estilo de vida, si comparamos estos resultados similares con la investigación que señala **Febre T**, (57) en el año 2020 en Chimbote, que estudió los factores sociodemográficos y el estilo de vida, donde encontró que al relacionar los factores sociodemográficos y los estilos de vida se aprecia que si existe relación con el ingreso económico ($p=0,0117$), lo que manifiesta que el ingreso económico si se relaciona con el estilo de vida, siendo este el que les va a permitir a los adultos poder acceder a mejores condiciones de vida, como el tener una vivienda adecuada, con una buena infraestructura, que cuente con los servicios básicos, de luz, agua y desagüe, así como también les permite el poder tener una alimentación equilibrada, adecuada y saludable.

De acuerdo a los resultados obtenidos, nos señalan que si existe relación entre la religión de los adultos con el estilo de vida, así mismo, existen estudios similares a la investigación como la realizada por **Vásquez D**, (53) en el año 2019, en Chimbote, que estudió los factores sociodemográficos y el estilo de vida, donde encontró que si existe relación entre la religión ($p=0,036$), esto se debe a que los adultos asisten a las iglesias de su respectiva religión, ya que cumple un rol importante en la vida de los adultos, pues hace que los adultos adopten ciertas conductas o comportamientos correctos como el no tomar, no fumar, beneficiando la salud de los adultos.

En cuanto a los factores sociodemográficos y el apoyo social, se encontró que no existe relación entre ambas variables, si comparamos estos resultados que difieren con la investigación realizada por **Medina R**, (72) en el año 2020 en Chimbote, donde encontró que si existe relación entre factores sociodemográficos y apoyo social, considerando que independientemente de los factores sociodemográficos los adultos si reciben y brindan apoyo social, sin importar en que condición se encuentren, ellos se apoyaran mutuamente, ayudándolos en los problemas situacionales que puedan estar viviendo

También encontramos en los resultados que el sexo no tiene relación estadísticamente significativa con el estilo de vida de los adultos, indicando que el sexo no tiene impacto en las conductas que tienen los adultos, referente a su salud, independientemente si es hombre o mujer, no determina que tengan un buen o mal estilo de vida. En cambio, existen ciertas conductas que son influenciadas por el entorno, cada uno aportando distintos niveles de respuestas individuales. Así mismo, tampoco demostró tener relación con el apoyo social,

siendo esto bueno para los adultos, ya que nos indica que se pueden brindar apoyo sin distinción del sexo, ya sea apoyo emocional, o económico, según las diferentes etapas o crisis que puedan estar pasando en su vida.

De la misma forma no existe relación entre la edad y el estilo de vida, lo que nos indica que los estilos de vida que tiene o adopta el adulto, no están vinculados a la edad, ya que pueden llegar a tener estilos de vida saludables o no saludables en cualquier etapa de vida en la que se encuentren, sin dejar de mencionar que los adultos ya podrían tener definido sus comportamientos y actitudes, ya que las han adoptado y transmitido de generación en generación. De igual modo tampoco tiene relación con el apoyo social, dándonos a entender que sin importar la edad que tenga el adulto, puede recibir o no recibir apoyo social, resaltando que los adultos mayores deben ser priorizados en cuanto a las necesidades de apoyo que ellos necesitan, siendo los más vulnerables, ya que ellos necesitan más apoyo que los adultos jóvenes y maduros, ya sea económicamente como emocionalmente.

Así mismo, encontramos que el grado de instrucción no tiene relación con el estilo de vida, puesto que este factor tampoco representa una influencia en el estilo de vida de los adultos, indicándonos que sin importar que el adulto tenga estudio o no, va a tener conductas y comportamientos individuales, que no son adoptados por la educación que tengan, pero cabe mencionar que sus hábitos, pueden ser transmitidos por sus padres. De la misma manera tampoco demostró tener relación con el apoyo social, indicándonos que los adultos pueden recibir apoyo sin darle importancia el nivel de educación que han recibido.

También se encontró que el estado civil no tiene relación con el estilo de vida, pues independientemente del estado en el que está el adulto puede llegar a tener un estilo de vida saludable o no saludable, pero cabe mencionar que dentro del estado civil, los adultos pueden llegar adoptar ciertas conductas y comportamientos que ven en sus parejas, ya sean estas buenas o malas para su salud, pero algunos adultos que están solteros, llegan a preocuparse un poco más sobre su imagen lo que los lleva a tener cuidados más adecuados, con el objetivo de verse bien y tener un estilo de vida saludable, de la misma manera no existe relación con el apoyo social, es primordial mencionar que en ciertos casos donde los adultos que atraviesan situaciones difíciles como un divorcio, el fallecimiento de la pareja, llegan a sufrir emocionalmente, puesto que ellos necesitan contar con apoyo social, ya sea por parte de

amigos, de su familia, de vecinos, con el fin de ayudarlos en esa etapa de crisis en la que se encuentran.

Del mismo modo, no existe relación entre la ocupación y el estilo de vida, es decir, que este factor no influye en las actitudes y comportamientos que tienen los adultos con respecto a su salud, pero es importante mencionar, que para un estilo de vida óptimo, es fundamental que cuenten con un trabajo adecuado, con mejor remuneración, para que puedan cumplir con sus necesidades básicas. Así mismo, no existe relación con el apoyo social, tal es el caso de algunos adultos que no tienen un trabajo, o por la edad no pueden ejercer uno, se les debe brindar apoyo social, brindándoles algún apoyo económico o protección social mediante programas que brinda el estado.

Con respecto al tipo de seguro, no se encontró relación con el estilo de vida, siendo importante recalcar que los adultos deben contar con algún tipo de seguro, para que puedan realizar chequeos, además que se encarga en la forma preventiva de potenciar y mejorar la calidad de vida de los adultos, pues dentro de sus acciones se encuentra la creación de tácticas para que los adultos mejoren sus comportamientos y su autocuidado con el propósito de prevenir y controlar enfermedades, de la misma manera no existe relación con el apoyo social, siendo preocupante para los adultos ya que el seguro debe ser un pilar de apoyo para ellos, dado que este les puede brindar apoyo emocional y psicológico por medio de sus servicios.

El apoyo social es la totalidad de medios humanos y materiales con que cuenta una persona, proporcionados por otros individuos, y así de esta manera poder afrontar las diferentes crisis en las que estén pasando las personas. Existen varios sistemas de apoyo: la familia, amigos, compañeros de trabajo, compañeros espirituales, vecinos, etc. (73).

Como propuesta de conclusión, de acuerdo a los resultados de la presente investigación, se sugiere a los adultos del Asentamiento Humano que brinden su apoyo a quien lo necesite, practicando la solidaridad, además, que estén dispuestos a crear un ambiente de confianza con su familia, logrando tener una mejor estabilidad emocional. De igual manera se sugiere a los profesionales del Centro de Salud realicen sesiones educativas sobre la importancia de tener un estilo de vida saludable, y lo importante que es tener apoyo social, en todas sus dimensiones, para que los adultos tengan la confianza de poder recibir apoyo, ya que puede afectar de manera positiva en la salud de los adultos.

Tabla 6: Los resultados de los estilos de vida y acciones de prevención y promoción, haciendo uso del estadístico Chi cuadrado de independencia, se encontró que $X^2= 0,447$ y $p= 0, 989$ evidenciando no ser significativos ($p < 0,05$), con esto se da a conocer que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Los resultados obtenidos señalan que no existe relación entre las acciones de prevención y promoción con el estilo de vida, lo que evidencia que los adultos toman la decisión de adoptar conductas y comportamientos ya sean saludables o no saludables aunque estos cuenten con acciones de prevención y promoción, lo cual determinará el estilo de vida que tengan. Aunque los adultos cuenten con estilos de vida saludables y adecuadas acciones de prevención y promoción, estos factores se presentan de forma totalmente diferente e independiente, así mismo estas variables no se influyen entre sí, ya que se dan de manera completamente separadas en la vida de los adultos.

Si comparamos estos resultados similares con la investigación que señala **Gómez R,** (74) en el año 2020, que estudió los estilos de vida y acciones de prevención y promoción, donde se encontró que no existe relación estadísticamente significativa ($p=0,65$) entre estilos de vida y promoción y prevención. Así también se encontró un estudio que difiere a la investigación realizada por **Palacios G,** (50) en el año 2020, que estudió los estilos de vida y acciones de prevención y promoción, donde encontró que si existe relación entre la promoción y estilo de vida ($p=0,003$).

Sabemos que la promoción de la salud, es un proceso que posibilita a las personas aumentar el dominio que tienen sobre su salud con el único propósito de mejorarla. Pero actualmente los adultos son independientes al elegir un estilo de vida, sin tomar importancia en las consecuencias negativas que produce el no tener buenos hábitos o malas conductas como la mala alimentación, el sedentarismo, que son factores de riesgo para su vida, ya que esto da paso a la aparición de enfermedades.

En nuestra realidad, es común ver la falta de interés por parte de los adultos hacia el sistema sanitario, ya que muchos lo pasan por alto y solo acuden cuando presentan alguna dolencia o enfermedades, sin aprovechar los beneficios y conocimientos que este les puede ofrecer. Esta situación suele ser un problema porque a menudo el personal de salud busca a los adultos pero estos no dan respuesta, impactando de manera negativa en su salud, lo que va influenciando negativamente su vejez.

Como propuesta de conclusión, de acuerdo a los resultados de la presente investigación en los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo, se sugiere al centro de salud, y las autoridades correspondientes realizar sesiones educativas, ferias de salud, en donde se realicen actividades de promoción de la salud para los adultos, en donde ellos puedan también ser parte de estas actividades, para que poco a poco se eduquen e informen, y lo más importante a que aprendan a poder tener acciones favorables y las adopten en sus estilos de vida y de esta manera tengan un adecuado estilo de vida gracias a estas acciones de prevención y promoción.

Tabla 7: Los resultados de apoyo social y acciones de prevención y promoción, haciendo uso del estadístico Chi cuadrado de independencia, se encontró que $X^2= 4,369$ y $p= 0,488$ evidenciando no ser significativos ($p<0.05$), con esto se da a conocer que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

En los resultados obtenidos en esta investigación, señalan que no existe relación entre las acciones de prevención y promoción con el apoyo social, pues el apoyo social que los adultos reciben no influye en los conocimientos que tienen sobre la promoción de la salud, pues estas variables se dan independientemente en el adulto. Como se ha mencionado anteriormente el apoyo social influye en la salud de los adultos, pues les brinda ayuda en ciertos problemas situacionales que este presentando, haciendo que ellos se sientan en armonía con su entorno, siendo beneficioso en su salud, puesto que permite evitar algunas enfermedades psicológicas, depresión o estrés.

Si comparamos estos resultados que son similares a la investigación realizada por **Galoso M, (75)** en el año 2020, que estudió el apoyo social y acciones de prevención y promoción, donde encontró que no existe relación significativa entre las variables apoyo social y las acciones de prevención y promoción ($X^2=2,07$ y $p=0,149$), pero también se encontró un estudio que difiere a la investigación realizada por **Depaz M, (48)** en el año 2020, donde se encontró que si existe relación estadísticamente significativa entre las variables prevención y promoción de la salud y apoyo social ($X^2 = 4,20$ $P = 0,0405 > 0,05$).

Como se sabe, el apoyo social es toda ayuda que recibe el adulto, pues es importante recalcar que algunos adultos ya se sienten realizados, pero es bueno brindarles apoyo, sobre todo en el ámbito emocional y psicológico, si bien es cierto a muchos adultos no tiene una relación más íntima o directa con los miembros de su familia, ya que tienen vergüenza y no quieren demostrar que son débiles, ya sea por miedo al rechazo o a la burla, esto hace que

estén expuestos a tener situaciones de estrés, o depresión por diferentes etapa que se les pueda presentar ya sea en su trabajo, alguna pérdida familiar o problemas económicos.

Por otro lado, la promoción de la salud en el adulto es significativo e importante, porque no solo se enfoca en mejorar su autocuidado, sino que también mejora sus conductas y comportamientos, así como sus habilidades para la vida, lo que permite desenvolverse de manera más efectiva y poder crear un entorno propicio para su bienestar, reduciendo las probabilidades de padecer enfermedades y factores de riesgo asociados a su salud.

Según los resultados encontrados, se puede plantear como propuesta de conclusión, que se debe educar a los adultos del Asentamiento Humano sobre el apoyo social y sus dimensiones, que beneficios tiene el brindarlo, y también se debe incitar a los adultos a brindar apoyo a personas que lo necesiten, así mismo, los adultos deberían expresar sus sentimientos, ya sea con la familia o amigos, con alguien que le transmita confianza para que pueda tener un apoyo emocional y pueda apoyar en afrontar diferentes situaciones en su vida, ya que el apoyo social puede influir de manera positiva la salud de los adultos.

VI. CONCLUSIONES

- En los factores sociodemográficos en el adulto del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, la mayoría tiene entre 18 a 35 años, son católicos y tienen seguro SIS; más de la mitad son mujeres; menos de la mitad tiene grado de instrucción superior, son solteros, tienen otra ocupación y tienen un ingreso económico menor de 400 soles mensuales. Por lo que es necesario incitar a los adultos para sigan con sus estudios y los terminen, para que ellos puedan llegar a tener un trabajo digno, mejor remunerado, accediendo a un mejor ingreso económico que pueda cubrir y satisfacer todas sus necesidades.
- En las acciones de prevención y promoción en los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, la mayoría tiene acciones de prevención y promoción adecuadas, así mismo menos de la mitad tienen acciones de prevención y promoción inadecuada. Los profesionales de la salud deben fomentar la promoción y prevención de la salud en los adultos, realizando sesiones educativas, campañas de salud, que los orienten y brindándoles información para enriquecer sus conocimientos y sigan adoptando conductas y comportamientos saludables.
- En el estilo de vida en los adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, la mayoría tiene un estilo de vida saludable, mientras que menos de la mitad tiene un estilo de vida no saludable. En el apoyo social la mayoría tiene apoyo emocional, ayuda material, relación de ocio y distracción, apoyo afectivo, por consiguiente, la mayoría tiene apoyo social, mientras que menos de la mitad no tiene apoyo social. Se debe educar a los adultos para que puedan adoptar mejores actitudes y comportamientos para que sigan mejorando sus estilos de vida, así mismo concientizarlos sobre el apoyo social, su importancia y cómo influye en su salud.
- Al realizar la prueba del Chi cuadrado entre los factores sociodemográficos y los estilos de vida, se encontró que si existe relación estadísticamente significativa con las variables religión e ingreso económico, así también con el apoyo social se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables. Los profesionales en salud junto con las autoridades correspondientes deben realizar sesiones educativas, ferias de salud, en donde se realicen actividades de promoción de

la salud para los adultos, en donde ellos puedan ser parte, para que se eduquen e informen, y lo más importante a que aprendan a tener acciones adecuadas y las adopten en sus estilos de vida.

- Al realizar la prueba del Chi cuadrado entre las acciones de prevención y promoción con estilos de vida, se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables, así también al relacionar las acciones de prevención y promoción con apoyo social, se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables. Se debe educar a los adultos sobre el apoyo social y sus dimensiones, que beneficios tiene el brindarlo, y también se debe incitar a brindar apoyo a personas que lo necesiten, ya que puede influir de manera positiva su salud.

VII. RECOMENDACIONES

- Informar los resultados de la investigación, a las autoridades correspondientes del Asentamiento Humano 15 de Marzo y a la municipalidad de la Provincia de Sullana, con el objetivo que trabajen juntos y busquen estrategias en beneficio de los adultos en mantener sus condiciones de vida.
- Informar los resultados al Centro de Salud del Asentamiento Humano 9 de Octubre, para que realicen actividades promocionales y preventivas, ayudándolos a mantener sus estilos de vida.
- Seguir realizando trabajos de investigación y dar a conocer los resultados obtenidos, que permita mantener las condiciones de vida de los adultos, de igual manera que puedan ayudar a concientizar a la población sobre la importancia de mantener sus estilos de vida.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Panamericana de Salud. Promoción de la Salud. [Internet]. 2020 [Consultado 17 Septiembre 2021]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud#:~:text=La%20Promoci%C3%B3n%20de%20la%20Salud%20constituye%20un%20proceso%20pol%C3%ADtico%20y%20la%20salud%20individual%20y%20colectiva.>
2. Universidad Internacional de la Rioja. La prevención en Salud: importancia y tipos. [Internet]. 2022 [Consultado 24 Junio 2023]. Disponible en: <https://www.unir.net/salud/revista/prevencion-en-salud/>
3. Descriptores en Ciencias de la Salud. Factores Sociodemográficos. [Internet]. 2021 [Consultado 24 Junio 2023]. Disponible en: <https://decs.bvsalud.org/es/ths/resource/?id=59890#:~:text=Indicadores%20utilizados%20para%20describir%20a,de%20vida%20y%20factores%20similares.>
4. Lorenzo J., Díaz H. Estilos y calidad de vida, su vínculo con la depresión en el siglo 21. Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río. [Internet]. 2019 [Consultado 09 Noviembre 2021]; 23(2). Disponible en: <https://revcmpinar.sld.cu/index.php/publicaciones/article/view/3844/html>
5. Fachado A, Menéndez M, Gonzáles L. Apoyo social: Mecanismos y modelos de influencia sobre la enfermedad crónica. [Internet].; 2013 [Consultado 24 Junio 2023]. Disponible en: https://www.agamfec.com/pdf/CADERNOS/VOL19/vol_2/ParaSaberDe_vol19_n2_3.pdf
6. Organización Mundial de la Salud. La Organización Mundial de la Salud revela las principales causas de muerte y discapacidad en el mundo: 2000-2019. [Internet]. 2020 [Consultado 28 Septiembre 2021]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/9-12-2020-oms-revela-principales-causas-muerte-discapacidad-mundo-2000-2019>
7. Sosa A., Barragán L. El estilo de vida como problema de salud pública en México. CES SALUD PÚBLICA. [Internet]. 2018 [Consultado 4 Agosto 2021]; 9(1). Disponible en: https://revistas.ces.edu.co/index.php/ces_salud_publica/article/view/3969/3027
8. Secretaría de Gobierno de Salud. Análisis de situación de salud- Republica Argentina. [Internet]. 2018 [Consultado 4 Octubre 2021]. Disponible en:

https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2019-12/0000001392cnt-analisis_de_situacin_de_salud_-_republica_argentina_-_asis_2018_compressed.pdf

9. Tuchin F. Las grandes desigualdades del sistema sanitario en Argentina. [Internet]. 2018 [Consultado 24 Junio 2023]. Disponible en: https://elpais.com/elpais/2018/05/28/planeta_futuro/1527542153_576805.html
10. Chiroque S., Franshesca L., Rojas C., Vela J. COVID-19 desde la perspectiva de la prevención primaria. Revista de la Facultad de Medicina Humana. [Internet]. 2020 [Consultado 4 Octubre 2021]; 20(3). Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2308-05312020000300494
11. Ministerio de Salud. Análisis de situación de salud del Perú 2019. [Internet]. 2019 [Consultado 24 Junio 2023]. Disponible en: https://www.dge.gob.pe/portal/docs/asis/Asis_peru19.pdf
12. ComexPerú. ¿Cómo va la alimentación saludable?. [Internet]. 2020 [Consultado 24 Junio 2023]. Disponible en: <https://www.comexperu.org.pe/articulo/como-va-la-alimentacion-saludable>
13. Gobierno Regional de Piura. [Internet]. 2020 [Consultado 19 Septiembre 2021]. Disponible en: <http://covid19.regionpiura.gob.pe/noticias>
14. El Regional Piura. Diresa Piura promueve vida saludable a través de la carrera 5K Raul Mata La Cruz. [Internet]. 2022 [Consultado 24 Junio 2023]. Disponible en: <https://www.elregionalpiura.com.pe/index.php/region-piura/150-piura/57415-diresa-piura-promueve-vida-saludable-a-traves-de-la-carrera-5k-raul-mata-la-cruz>
15. EsSalud. EsSalud Piura realiza taller demostrativo en la semana mundial de la alimentación saludable. [Internet]. 2022 [Consultado 24 Junio 2023]. Disponible en: <http://noticias.essalud.gob.pe/?inno-noticia=essalud-piura-realiza-taller-demostrativo-en-la-semana-mundial-de-la-alimentacion-saludable>
16. Ministerio de Salud. Municipalidad Provincial de Sullana promociona Programa de Salud Integral para personas de bajos recursos económicos. [Internet]. 2023 [Consultado 24 Junio 2023]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/munisullana/noticias/692370-municipalidad-provincial-de-sullana-promociona-programa-de-salud-integral-para-personas-de-bajos-recursos-economicos>

17. Palacios V. Obesidad y diabetes sigue aumentando en la región. [Internet]. 2018 [Consultado 24 Junio 2023]. Disponible en: <https://lahora.pe/detail/obesidad-y-diabetes-sigue-aumentando-la-hora-jo>
18. Asentamiento Humano 15 de Marzo. [Internet]. 2023 [Consultado 10 Noviembre 2021]. Disponible en: <https://mapas.deperu.com/piura/sullana/sullana/15-de-marzo/>
19. Vásquez V, Rangel A, Peña S, Díaz Y, Ramenzoni V, Ojeda D. Estilos de vida de campesinos y pescadores ocasionales residentes en Yaguajay, Sancti Spíritus, Cuba. Revista Argentina de Antropología biológica. [Internet]. 2020 [Consultado 13 Setiembre 2022]; 22(2). Disponible en: http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1514-79912020000200001
20. Calpa A, Santacruz G, Álvarez M, Zambrano C, Hernández E, Matabanchoy S. Promoción de estilos de vida saludables: estrategias y escenarios. Hacia la Promoción de la Salud. [Internet]. 2019 [Consultado 6 Agosto 2022]; 24(2). Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772019000200139
21. San Onofre N, Quiles J, Trescastro E. Estilos de vida y factores sociodemográficos a la alta adhesión a la dieta mediterránea en la población adulta de la Comunitat Valenciana (España). Nutrición Hospitalaria. . [Internet]. 2021 [Consultado 7 Agosto 2022]; 38(2). Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112021000200337
22. Medina R. Factores Sociodemograficos y acciones de Prevención y Promoción asociado al Comportamiento de la Salud: Estilod de Vida y Apoyo Socialdel adulto. Pueblo Joven Porvenir "B" Sector 12_Chimbote, 2019. [Internet]. 2019 [Consultado 5 Octubre 2021]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19242/ADULTOS_FACTORES_MEDINA_CARRASCO_ROSALVINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
23. Huaman J. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Ricardo Palma_Chimbote, 2019. [Internet]. 2019 [Consultado 5 Octubre 2021]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/20012/ADULTO_FACTORES_HUAMAN_SANTIAGO_JAVES_AZUSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

24. Ramos J. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud. Pueblo Joven 17. Ramos J. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud. Pueblo Joven La Unión Sector 24_Chimbote, 2019. [Internet]. 2019 [Consultado 14 Octubre 2021]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19287/ADULTO_FACTORES_RAMOS_ECHEVARRIA_JEANETTE_ISABEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
25. Domínguez K. Promoción de estilo de vida saludable y factores personales biológico del adulto en el Asentamiento Humano Rosa de Guadalupe-Distrito Veintiséis de Octubre_Piura, 2020. [Internet] 2023 [Consultado 29 Junio 2023]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32308/VIDA_SALUDABLE_DOMINGUEZ_HERRERA_KATERINE.pdf?sequence=1&isAllowed=y
26. 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] 2023 [Consultado 24 Junio 2023]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/33013/APOYO_SOCIAL_DIOSES_RIVAS_SANDRA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
27. León F. Promoción del estilo de vida saludable y factores personales biológicos del adulto maduro-Asentamiento Humano Las Mercedes Etapa III_Castilla:Piura, 2020. [Internet]. 2022 [Consultado 29 Junio 2023]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/31494/ADULTO_MADURO_LEON_%20MADRID_%20FABIOLA_%20YOVANNA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
28. Caballero E., Moreno M., Sosa M., Mitchell E., Vega M. y Columbié L. Los determinantes sociales de la salud y sus diferentes modelos explicativos. [Internet]. 2012 [Consultado 22 Octubre 2021]. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/infodir/ifd-2012/ifd1215d.pdf>
29. Cajal A. Nola Pender: biografía y teoría de la promoción de la salud. [Internet]. 2021 [Consultado 14 Octubre 2021]. Disponible en: <https://www.lifeder.com/nola-pender/>.

30. Meiriño J, Vasquez M, Simonetti C, Palacio M. Nola Pender. [Internet]. 2012 [Consultado 29 Junio 2023]. Disponible en: <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/nola-pender.html#:~:text=Nola%20J.,anteponerse%20a%20las%20acciones%20preventivas.>
31. Aristizábal G., Blanco D., Sánchez A., Ostiguín R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. [Internet]. 2011 [Consultado 14 Octubre 2021]. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003
32. Giraldo A., Toro M., Macías A., Valencia C., Palacio S. La Promoción De La Salud Como Estrategia Para El Fomento De Estilos De Vida Saludables. Hacia la Promoción de la Salud. [Internet]. 2010 [Consultado 14 Octubre 2021]; 15(1). Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3091/309126693010.pdf>
33. Hernandez B. Teoría de la enfermería, Modelo de promoción de la salud. [Internet]. 2013 [Consultado 14 Octubre 2021]. Disponible en: <http://teoriasenfermeras.blogspot.com/2013/06/teoria-de-la-enfermeria-modelo-de.html>
34. Vigil M., Valeriano M., Espinoza B. Estilo de vida en estudiantes de Medicina en internado rotatorio del Hospital Mario Catarino Riva. [Internet]. 2018 [Consultado 24 Junio 2023]. Disponible en: <http://www.bvs.hn/RCEUCS/pdf/RCEUCS5-2-2018-4.pdf>
35. García H, Acosta P. Factores que influyen en los estilos de vida de los estudiantes de enfermería de la Universidad ECCI. [Internet]. 2016 [Consultado 24 Junio 2023]. Disponible en: <https://repositorio.ecci.edu.co/bitstream/handle/001/1814/Trabajo%20de%20grado.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=La%20recolecci%C3%B3n%20de%20datos%20fue,interpersonales%20y%20manejo%20del%20estr%C3%A9s.>
36. Organización Muncial de la Salud. Promoción de la Salud. [Internet]. [Consultado 14 Octubre 2021]. Disponible en: [https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud#:~:text=La%20Promoci%C3%B3n%20de%20la%20Salud%20constituye%20un%20proceso%20pol%C3%ADtico%20y,Carta%20de%20Ottawa%20\(OMS\).](https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud#:~:text=La%20Promoci%C3%B3n%20de%20la%20Salud%20constituye%20un%20proceso%20pol%C3%ADtico%20y,Carta%20de%20Ottawa%20(OMS).)
37. Perrot A., Caprani D., Goñi M., Jose de Ustaran. Prevención de las enfermedades. [Internet]. [Consultado 14 Octubre 2021]. Disponible en: https://www.fmed.uba.ar/sites/default/files/2018-02/8_0.pdf

38. Lorenzo J. Estilos y calidad de vida, su vínculo con la depresión en el siglo 21. Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río. [Internet]. 2019 [Consultado 14 Octubre 2021]; 23(2). Disponible en: <https://revcmpinar.sld.cu/index.php/publicaciones/article/view/3844/html>
39. Ortego M, López S, Álvarez M. El apoyo social. [Internet]. [Consultado 15 Octubre 2021]. Disponible en: https://ocw.unican.es/pluginfile.php/424/course/section/214/tema_13.pdf
40. La adultez o etapa de edad adulta, sexta etapa del desarrollo humano. [Internet]. [Consultado 14 Octubre 2021]. Disponible en: <https://www.etapasdesarrollohumano.com/etapas/aduldez/>.
41. Huairé E. Método de investigación. [Internet]. 2019 [Consultado 17 Octubre 2021]. Disponible en: <https://www.aacademica.org/edson.jorge.huairé.inacio/78.pdf>
42. Fernández P, Pértegas S. Investigación cuantitativa y cualitativa. [Internet]. 2002 [Consultado 17 Octubre 2021]. Disponible en: <https://ocw.unican.es/pluginfile.php/355/course/section/154/Tema%25208.pdf>
43. Tipos de Investigación. [Internet]. [Consultado 18 Octubre 2021]. Disponible en: https://intep.edu.co/Es/Usuarios/Institucional/CIPS/2018_1/Documentos/INVESTIGACION_NO_EXPERIMENTAL.pdf
44. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Código de ética para la investigación. [Internet]. 2021 [Consultado 24 Junio 2023]. Disponible en: <https://web2020.uladech.edu.pe/images/stories/universidad/documentos/2020/codigo-de-etica-para-la-investigacion-v004.pdf>
45. Siurana J. Los principios de la bioética y el surgimiento de una bioética intercultural. [Internet]. 2010 [Consultado 30 Octubre 2021]. Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-92732010000100006
46. Bermúdez M. Los valores y principios de justicia y equidad en la redacción de la sentencia judicial. Revista Oficial del Poder Judicial. [Internet]. 2010 [Consultado 30 Octubre 2021]; 6(7). Disponible en: <https://revistas.pj.gob.pe/revista/index.php/ropj/article/view/203>
47. Consejo Nacional de Ciencia Tecnología e Innovación Tecnológica. Código Nacional de la Integridad Científica. [Internet]. [Consultado 30 Octubre 2021]. Disponible en: <https://portal.concytec.gob.pe/images/publicaciones/Codigo-integridad-cientifica.pdf>

48. Depaz M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven Primavera Baja_Chimbote, 2019. [Internet]. 2019 [Consultado 18 Abril 2022]. Disponible en:
http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25657/ADULTO_ESTILO_DE_VIDA_DEPAZ_RAMIREZ_MELISSA_ARACELI.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
49. Enrique M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto. Habilitación Urbana Progresiva 1° de Agosto_Nuevo Chimbote, 2019. [Internet]. 2022 [Consultado 24 Junio 2023]. Disponible en:
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32759/APOYO_SOCIAL_ENRIQUEZ_MONCADA_MILUSKA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
50. Palacios G. Factores Sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo joven el Porvenir "A" Sector 7_Chimbote, 2019. [Internet]. 2019 [Consultado 18 Abril 2022]. Disponible en:
http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25798/ADULTO_ESTILOS_PALACIOS_PEREZ_GINA_NAOMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
51. Neciosup J. Factores Sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano San Miguel Sector 1_Chimbote, 2019. [Internet]. 2022 [Consultado 24 Junio 2023]. Disponible en:
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27031/FACTOR_SOCIODEMOGRAFICO_NECIOSUP_ALFARO_JAZMIN.pdf?sequence=1&isAllowed=y
52. Huamán J. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Ricardo Palma_Chimbote, 2019. [Internet]. 2019 [Consultado 19 Abril 2022]. Disponible en:
http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20017/ADULTO_FACTORES_HUAMAN_SANTIAGO_JAVES_AZUSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

53. Vásquez D. Factores Sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Villa España_Chimbote, 2019. [Internet]. 2022 [Consultado 24 Junio 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26991/FACTOR SOCIODEMOGRAFICO VASQUEZ MINANO DIANA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26991/FACTOR_SOCIODEMOGRAFICO_VASQUEZ_MINANO_DIANA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
54. Haro M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Villa El Sol Sector 1_Chimbote, 2019. [Internet]. 2020 [Consultado 19 Abril 2022]. Disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26246/APOYO_SOCIAL HARO RAMIREZ MIULLER.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26246/APOYO_SOCIAL_HARO_RAMIREZ_MIULLER.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
55. Rivera S. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo Joven San Juan_Chimbote, 2019. [Internet]. 2022 [Consultado 24 Junio 2023]. Disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27102/FACTOR SOCIODEMOGRAFICO RIVERA AREVALO SARA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27102/FACTOR_SOCIODEMOGRAFICO_RIVERA_AREVALO_SARA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
56. 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. [Internet]. 2020 [Consultado 26 Abril 2022]. 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).
57. 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. [Internet]. 2020 [Consultado 26 Abril 2022]. 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).
58. IMSS. Nutrición. [Internet]. 2015 [Consultado 26 Abril 2022]. Disponible en: <http://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/nutricion>

59. Hojas de Datos de Seguridad de Materiales, Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. Los hábitos de Higiene. [Internet]. [Consultado 26 Abril 2022]. Disponible en: <https://www.unicef.org/venezuela/media/1186/file/Los%20h%C3%A1bitos%20de%20higiene.pdf>.
60. Fundación de Apoyo a la Juventud, Investigación-Acción Participativa. ¿Qué son las habilidades para la vida? [Internet]. 2021 [Consultado 26 Abril 2022]. Disponible en: <https://apoyoalajuventud.org/que-son-las-habilidades-para-la-vida/>.
61. Organización Mundial de la Salud. Actividad física. [Internet]. 2020 [Consultado 26 Abril 2022]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
62. Organización Panamericana de la Salud, Organización Mundial de la Salud. Salud sexual y reproductiva. [Internet]. 2017 [Consultado 26 Abril 2022]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/salud-sexual-reproductiva>
63. Instituto Nacional de Salud. Salud Bucal. [Internet]. [Consultado 26 Abril 2022]. Disponible en: <https://web.ins.gob.pe/es/salud-publica/ent/salud-bucal>
64. Organización Mundial de la Salud. Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. [Internet]. 2018 [Consultado 26 Abril 2022]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
65. Organización Panamericana de Salud. Seguridad vial. [Internet]. 2022 [Consultado 24 Junio 2023]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/seguridad-vial> .
66. Soriano A. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Shiqui_Cátac, 2020. [Internet]. 2020 [Consultado 26 Abril 2022]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/16781/ADULTOS_ESTILO_DE_VIDA_SORIANO_CORONEL_AMY_MINERVA.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
67. Villajuan M. Estilos de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Pueblo Joven Miraflores Alto_Sector A_Chimbote, 2018. [Internet]. 2020 [Consultado 26 Abril 2022]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/17735/ADULTO_MADURO_VILLAJUAN_%20GRANDE_%20MARIA_%20ISABEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

68. Espinoza M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Jesús María_Nuevo Chimbote, 2019. [Internet]. 2019 [Consultado 19 Abril 2022]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26314/ESTILOS_DE_VIDA_ESPINOZA_%20COLLANTES_%20MILAGROS_%20STEFANY.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
69. Francia G. Apoyo emocional: qué es, ejemplos y cómo darlo. [Internet]. 2021 [Consultado 11 Mayo 2022]. Disponible en: <https://www.psicologia-online.com/apoyo-emocional-que-es-ejemplos-y-como-darlo-5818.html>
70. Arriaga M. Apoyo emocional, instrumental y material hacia el adulto mayor: una percepción desde los hijos. [Internet]. 2012 [Consultado 11 Mayo 2022]. Disponible en: http://repositorio.ubiobio.cl/jspui/bitstream/123456789/2021/1/Arriagada_Mellado_Makarena.pdf
71. Fachado A, Menéndez M, Gonzáles L. Apoyo social: Mecanismos y modelos de influencia sobre la enfermedad crónica. Cuadernos de Atención Primaria. [Internet]. 2013 [Consultado 12 Mayo 2022]; 118(123). Disponible en: https://www.agamfec.com/pdf/CADERNOS/VOL19/vol_2/ParaSaberDe_vol19_n2_3.pdf
72. 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 Porvenir "B" Sector 12_Chimbote, 2019. [Internet]. 2020 [Consultado 19 Abril 2022]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19247/ADULTOS_FACTORES_MEDINA_CARRASCO_ROSALVINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
73. Castro R., Campero L., Hernández B. La investigación sobre apoyo social en salud: situación actual y nuevos desafíos. Revista de Saúde Pública. [Internet]. 1997 [Citado 09 Noviembre 2021]; 31(4). Disponible en: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/cczt3tf93gQLMgWr8mYkqnh/?lang=es>
74. Gómez R. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano 10 de Setiembre Sector II_Chimbote, 2019. [Internet]. 2020 [Consultado 15

Mayo 2022]. Disponible en:
http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26761/ADULTO_APOYO_SOCIAL_GOMEZ_ROJAS_ROSMERY_MELISSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

75. Galloso M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adolescente. Asentamiento Humano Ramal Playa_Chimbote, 2019. [Internet]. 2020 [Consultado 14 Mayo 2022]. Disponible en:
file:///C:/Users/USER/Downloads/ADOLESCENTES_ESTILO_DE_VIDA_GALLOSO_GARAY_MARIANA_THELMA.pdf.

ANEXOS

Anexo 01 Matriz de consistencia

Título: Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>¿Existe relación de los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021?</p>	<p>Objetivo general:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar la relación de los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021. <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Caracterizar los factores sociodemográficos en el adulto del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021. • Caracterizar las acciones de 	<ul style="list-style-type: none"> • Ha: Existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana. • Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos y acciones de prevención 	<ul style="list-style-type: none"> • Factores sociodemográficos (Sexo, grado de instrucción, ingreso económico, ocupación). • Promoción y prevención de la salud (acciones adecuadas, acciones inadecuadas). • Estilos de vida (estilo de vida saludable, estilo de vida no saludable). • Apoyo social (tiene apoyo social, no tiene apoyo social). 	<p>Tipo de la investigación: No experimental.</p> <p>Nivel de la investigación: Correlacional-transversal.</p> <p>Diseño de la investigación: Cuantitativo</p> <p>Población: Estuvo constituida por 886 adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana.</p> <p>Muestra: La muestra estuvo constituida por 100 adultos del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana.</p> <p>Técnica: Entrevista.</p> <p>Instrumentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cuestionario sobre factores

	<p>prevención y promoción en el adulto del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Caracterizar el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021. • Explicar la relación de los factores sociodemográficos con el estilo de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021. • Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción con el estilo de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana, 2021. 	<p>y promoción con los comportamientos de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano 15 de Marzo_Sullana.</p>		<p>sociodemográficos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cuestionario sobre acciones de prevención y promoción • Cuestionario sobre estilo de vida • Cuestionario de apoyo social
--	--	--	--	---

Anexo 2: Instrumento de recolección de información



INSTRUMENTO N° 1:
UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
CUESTIONARIO SOBRE FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS



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 (a) b). Evangélico c). Otras
- 5. ¿Cuál es su estado civil?**
a). Soltero b). Casado c). Viudo d). Conviviente e) Separado
- 6. ¿Cuál es su ocupación?**
a). Obrero b). Empleado c). Ama de casa d). Estudiante e). Otros
- 7. ¿Cuál es su ingreso económico?**
a). Menor de 400 nuevos soles b). De 400 a 650 nuevos soles
c). De 650 a 850 nuevos soles d). De 850 a 1 100 nuevos soles
e). Mayor de 1 100 nuevos soles
- 8. ¿Cuál es el sistema de seguro que tiene?**
a). ES SALUD b). SIS c). Otro seguro d). No tiene seguro

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

Autor: María Adriana Vílchez Reyes

Se agradece con anticipación la atención prestada

CUESTIONARIO SOBRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN

N°	Comportamientos del usuario	CALIFICACION			
		NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
EJES TEMÁTICOS					
ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN					
01	¿Se ha elaborado un plan de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?				
02	¿Se ha designado un coordinador y/o establecido un grupo de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?				
03	¿Participan las autoridades locales en el desarrollo de medidas de promoción para una alimentación saludables en su comunidad?				
04	¿ofrecen en su comunidad alimentos y bebidas saludables? (no refrescos azucarados, comida rápida, dulces o alcohol)				
05	¿Se provee y promueve la elección de alimentos y bebidas saludables? (precios menores, muestras gratis, etc.)				
06	¿Se ofrece fruta fresca en su comunidad?				
07	¿Se provee agua potable en su comunidad?				
08	¿En los últimos 30 días con qué frecuencia se lavó las manos antes de comer?				
09	¿En los últimos 30 días comió habitualmente frutas?				
10	¿En los últimos 30 días comió habitualmente verduras?				
HIGIENE					
11	¿Se lava las manos con agua y jabón aplicando la técnica adecuada?				

12	¿Realiza el Baño corporal diariamente?				
13	¿Realiza el lavado de los dientes mínimo 3 veces en el día?				
14	¿Mantiene Higiénica y en orden su ropa?				
15	¿Lava los alimentos antes de consumirlos?				
16	¿Mantiene bien Lavado los utensilios de cocina y su cocina?				
17	¿Mantiene en orden y limpia la vivienda?				
18	¿Mantiene ventilada su vivienda?				
19	¿Mantiene Limpio su baño o letrina?				
20	¿Realiza el mantenimiento de su servicio higiénico o su letrina?				
HABILIDADES PARA LA VIDA					
21	¿Sabe escuchar y sabe cuándo hablar?				
22	¿Influencia y regula las emociones de otra persona?				
23	¿Escucha con atención y está dispuesta(o) a discutir los problemas?				
24	¿Es abierta(o) y flexible a las ideas? Apoya y ayuda. Es solidaria(o).				
25	¿Enfrenta los problemas dando solución?				
26	¿Alienta la participación y la cooperación?				
27	¿Orienta y enseña?				
28	¿Confía en el grupo y Estimula las decisiones de grupo?				
29	¿Se comunica abiertamente? ¿Demuestra capacidad de autocrítica?				
30	¿Es expresiva, espontánea y segura?				
31	¿Tiene una personalidad activa?				
32	¿Defiende sus derechos?				
33	¿No presenta temores en su comportamiento?				
34	¿Posee una comunicación directa, adecuada, abierta y franca?				
35	¿Posee usted seguridad en expresarse con los demás?				
36	¿Su comportamiento es respetable por los demás?				
37	¿Se comunica fácilmente con toda clase de personas?				
ACTIVIDAD FÍSICA					
38	¿Realiza 30 minutos diarios de actividad física al m: subir y bajar escaleras, bailar, andar en bicicleta, nadar, caminar en vez de usar el auto,				

	realizar tareas domésticas y de jardinería, lavar el auto, ¿practicar deportes?				
39	¿Realiza ejercicios de fuerza 2 o 3 veces por semana?				
40	¿Realiza la rutina con 10 minutos de ejercicios de estiramiento?				
41	¿Toma una buena cantidad de líquido durante el día (aproximadamente 2 litros de agua)?				
SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA					
42	¿Tiene relaciones sexuales actualmente con protección?				
43	¿Se informa de los métodos anticonceptivos?				
44	¿Usa un método anticonceptivo?				
45	¿Se hace exámenes médicos ginecológicos?				
46	¿Usted se alimenta equilibradamente durante su vida reproductiva				
SALUD BUCAL					
47	¿Se cepilla los dientes por lo menos dos veces al día con pasta dental con flúor?				
48	¿Usa hilo dental?				
49	¿Usa a diario un enjuague bucal con flúor?				
50	¿Tiene exámenes regulares odontológicos?				
51	¿Evita las bebidas gaseosas, los jugos artificiales y las bebidas energéticas?				
52	¿Evita el consumo de tabaco y el alcohol?				
SALUD MENTAL Y CULTURA DE PAZ					
53	¿En general está satisfecho con usted mismo/a?				
54	¿A veces piensa que no sirve absolutamente para nada?				
55	¿Puede hacer las cosas bien como la mayoría de las personas?				
56	¿Cree que tiene muchos motivos para sentirme Orgullosa/a?				
57	¿A veces se siente realmente inútil?				
58	¿Siente que es una persona digna de estima o aprecio, al menos en igual medida que los demás?				
59	¿Siente mucho aprecio por mí mismo/a?				
60	¿Tiendo a pensar que en conjunto es un fracaso?				
61	¿Tiene una actitud positiva hacia mí mismo/a?				
SEGURIDAD VIAL Y CULTURA DE TRANSITO					

62	¿Usa el cinturón de seguridad de manera adecuada?				
63	¿Cruza por la senda peatonal o esquina, donde se tiene prioridad?				
64	¿No utilizar el celular al conducir ni tampoco al cruzar la calle?				
65	¿Usted al cruzar la calle, camina, no corre, y lo hace con precaución?				
66	¿Si maneja bicicleta usa casco?				
67	¿Usted camina por las veredas?				
68	¿Usted cruza la pista cuando el semáforo está en color verde?				
69	¿Usted evita salir a la calle si se encuentra en estado de embriaguez?				
70	¿Si Usted tiene que salir a la calle de noche trae una lámpara, usa ropa clara y con reflejante, se hace notar, camina por la izquierda con el tráfico de frente, ¿si van en grupo caminen en fila?				



INSTRUMENTO N° 3

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Medicina de Familia (And). 2005; 10(6): 10-18.

CUESTIONARIO MOS DE APOYO SOCIAL

Las siguientes preguntas se refieren al apoyo o ayuda de que Ud. Dispone:

1. Aproximadamente ¿Cuántos amigos íntimos o familiares cercanos tiene Ud.? (Personas con las que se encuentra a gusto y puede hablar de todo lo que se le ocurre).

Escriba el n° de amigos íntimos y familiares cercanos

La gente busca a otras personas para encontrar compañía, asistencia u otros tipos de ayuda
¿Con qué frecuencia Ud. dispone de cada uno de los siguientes tipos de apoyo cuando lo necesita? (Marque con un círculo uno de los números de cada fila)

CUESTIONES: ¿Cuenta con ALGUIEN?	Nunca	Pocas veces	Algunas veces	La mayoría de las veces	Siempre
2. Que le ayude cuando tenga que estar en la cama	1	2	3	4	5
3. Con quien pueda contar cuando necesite hablar	1	2	3	4	5
4. Que le aconseje cuando tenga problemas	1	2	3	4	5
5. Que le lleve al médico cuando lo necesite	1	2	3	4	5
6. Que le muestre amor y afecto	1	2	3	4	5
7. Con quien pasar un buen rato	1	2	3	4	5
8. Que te informe y ayude a entender la situación	1	2	3	4	5
9. En quien contar o con quien hablar de sí	1	2	3	4	5

mismo y sus preocupaciones					
10. Que le abrace	1	2	3	4	5
11. Con quien pueda relajarse	1	2	3	4	5
12. Que le prepare la comida si no puede hacerlo	1	2	3	4	5
13. Cuyo consejo realmente desee	1	2	3	4	5
14. Con quien hacer cosas que le sirvan para olvidar sus problemas	1	2	3	4	5
15. Que le ayude en sus tareas domésticas si está enfermo	1	2	3	4	5
16. Alguien con quien compartir sus temores y problemas más íntimos	1	2	3	4	5
17. Que le aconseje cómo resolver sus problemas personales	1	2	3	4	5
18. Con quien divertirse	1	2	3	4	5
19. Que comprenda sus problemas	1	2	3	4	5
20. A quien amar y hacerle sentirse querido	1	2	3	4	5

Resultado: (suma de los valores correspondientes)

Índice global de apoyo social: Todas las respuestas.

Apoyo emocional: Respuestas número: 3, 4, 8, 9, 13, 16, 17 y 19.

Ayuda material: Respuestas a las preguntas: 2, 5, 12 y 15.

Relaciones sociales de ocio y distracción: Respuestas a las preguntas: 7, 11, 14 y 18.

Apoyo afectivo: Respuestas a las preguntas 6, 10 y 20.

Interpretación:

	Máximo	Medio	Mínimo
Índice global de apoyo social	94	57	19
Apoyo emocional	40	24	8
Ayuda material	20	12	4
Relaciones sociales de ocio y distracción	20	12	4
Apoyo afectivo	15	9	3

Adaptado de: Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I. Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. Medicina de Familia (And). 2005; 10(6): 10-18.

El instrumento MOS es validado en versión español para Colombia para apoyo social (punto adicional un país socio cultural parecido al nuestro). Presentaron la consistencia interna (también llamada confiabilidad o fiabilidad del instrumento) mediante el alfa de Cronbach por dimensiones y escala global mostrando en la tabla 2. Para la validez, utilizaron validez de consistencia interna utilizado en 2 etapas primero Análisis Factorial Exploratorio (Para evaluar si se mantienen todos los ítems originales por dimensiones o se excluye alguno) y luego un Análisis Factorial Confirmatorio (su mismo nombre lo dice, confirma lo anteriormente realizado), reportando los índices de bondad de ajuste (esto se muestra en el instrumento de línea de investigación) de GFI=.805, AGFI=.752, RMSEA=.097, AIC=481,89, BIC=612,57. , mostrando valores significativos incluyendo que es válido el instrumento para 4 dimensiones.



INSTRUMENTO N° 4

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
Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores				
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 otras personas por sus éxitos.				
6.- Límite 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 máquina escaladora)				
Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatrofactores.				
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 e 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				
Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores.				
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.				

El Health Promoting Lifestyle Profile II (HPLP-II; [Walker & Hill-Polerecky, 1996](#)), en la versión en español con una muestra de estudiantes ([Hulme et al., 2003](#)), está compuesto por 52 ítems y 6 subescalas y utiliza un formato de respuesta tipo Likert de cuatro puntos (de 1 = nunca a 4 = rutinariamente). Los factores que componen la escala de este estudio son: F1: Actividad física: de 8 ítems ($\alpha = 0.81$; e. g., “4.- Sigo un programa de ejercicios planificados”); F2: Crecimiento espiritual de 9 ítems ($\alpha = 0.77$; e. g., “12. Creo que mi vida tiene propósito”); F3: Manejo del estrés de 8 ítems ($\alpha = 0.59$; e. g. “17.- Acepto aquellas cosas en mi vida que yo no puedo cambiar”); F4: Nutrición de 9 ítems ($\alpha = 0.64$; e. g., “20.- Como de 2 a 4 porciones de frutas todos los días”); F5: Relaciones interpersonales de 9 ítems ($\alpha = 0.77$; e. g., “25.- Se me hace fácil demostrar preocupación, amor y cariño a otros” y F6: Responsabilidad hacia la salud, compuesto por 9 ítems ($\alpha = 0.74$; e. g., “21.- Busco una segunda opinión, cuando pongo en duda las recomendaciones de mi proveedor de servicios de salud”).

En la presente escala, el AFE se obtuvo empleando el método de extracción Promin ([Lorenzo-Seva, 1999](#)). Se usó el programa FACTOR 7.2 ([Ferrando, 2005](#) y [Lorenzo-Seva & Ferrando, 2006](#)), dado que permite realizar el análisis utilizando matrices de correlación policóricas, que son más apropiadas cuando los ítems presentan un formato de respuesta tipo Likert ([Muthen & Kaplan, 1992](#)). Además, proporciona la posibilidad de decidir el número de factores que se deben retener a partir del análisis paralelo ([Timmerman & Lorenzo-Seva, 2011](#)). Los análisis relativos a la fiabilidad de las subescalas y a las correlaciones de los indicios de validez de la escala HPLP-II, a partir de las correlaciones de Pearson, se realizaron con el programa SPSS 20.0.

La validez de consistencia interna mediante el Análisis Factorial Exploratorio con método Promin, el cual reportó 4 dimensiones y 48 ítems (ya que excluyó los otros 8 ítems por cargas factoriales de los ítems menores a 0.30). Concluyen, que el instrumento con 48 ítems es validado como versión en español.

Anexo 03: Validez del instrumento



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



VALIDEZ DEL INSTRUMENTO

CUESTIONARIO DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD

Validez del instrumento:

Se realizó mediante la calificación de criterio de expertos, de los cuales fueron 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).

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

Dónde:

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

l : Es la calificación más baja posible.

k : Es el rango de los valores posibles.

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

CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA

Validez del instrumento:

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).

CUESTIONARIO DE APOYO SOCIAL

Validez del instrumento:

La validez de este instrumento se reportó a través de validez de constructo mediante un Análisis Factorial Confirmatorio reportando aceptables índices de bondad de ajuste (GFI= 0.780, AGFI= 0.713, RMSEA=0.113, AIC=566.98 Y BIC= 707.22).

Anexo 04: Confiabilidad del instrumento



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

CUESTIONARIO DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD

Confiabilidad del cuestionario

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

CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA

Confiabilidad del cuestionario

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

CUESTIONARIO DE APOYO SOCIAL

Confiabilidad del instrumento:

La confiabilidad del instrumento fue reportada por el coeficiente de Alfa de Cronbach para los cuatros dimensiones y escala total. Presentó una alta confiabilidad para la escala total con 0.94 y por dimensiones: Apoyo emocional/informacional ($\alpha=0.92$), Apoyo instrumental ($\alpha=0.79$), Interacción social positiva ($\alpha=0.83$) y Apoyo afectivo ($\alpha=0.74$).

Anexo 05 Formato de Consentimiento informado



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



CONSENTIMIENTO INFORMADO:

La finalidad de este 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 es titulada: Factores Sociodemográficos y Acciones de Promoción y Prevención Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Asentamiento Humano “15 de Marzo”-Sullana, 2021 es dirigido por Correa Pacherras Clorinda Elizabeth, el investigador de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es: Determinar la relación entre los factores sociodemográficos y acciones d prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto en el Asentamiento Humano 15 de Marzo-Sullana, 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 del correo electrónico. Si desea, también podrá escribir al correo ccorreapacherras@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

“Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional”


UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

Carta s/n° 1- 2022-ULADECH CATÓLICA

Sr(a).

Roxana Navarro Carmen
Tte. Gobernadora de la Ampliación 15 de Marzo-Sullana

Presente.-

De mi consideración:

Es un placer dirigirme a usted para expresar mi cordial saludo e informarle que soy estudiante de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. El motivo de la presente tiene por finalidad presentarme, Correa Pacherras Clorinda Elizabeth, con código de matrícula N° 0412182007, de la Carrera Profesional de Enfermería ciclo VIII, quién solicita autorización para ejecutar de manera remota o virtual, el proyecto de investigación titulado “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del asentamiento humano 15 de Marzo_Sullana, 2021.”, durante los meses de febrero, marzo y abril del presente año.

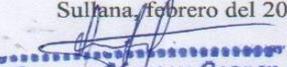
Por este motivo, mucho agradeceré me brinde el acceso y las facilidades a fin de ejecutar satisfactoriamente mi investigación la misma que redundará en beneficio de su Institución. En espera de su amable atención, quedo de usted.

Sullana, febrero del 2022.

Atentamente,


Correa Pacherras Clorinda Elizabeth
DNI. N° 75135534


Tte. Gobernadora: Roxana Navarro Carmen
DNI. N°


Rossana Navarro Carmen
TENIENTE GOBERNADORA
A.H. AMPLIACIÓN 15 DE MARZO

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

DECLARACIÓN JURADA

Yo, Correa Pacherras Clorinda Elizabeth, identificado (a) con DNI 35135534, con domicilio real en (Calle, Av. Jr.) Calle las Mercedes Mz J Lt 16, Asentamiento Humano 15 de Marzo, Distrito Sullana, Provincia Sullana, Departamento Piura,

DECLARO BAJO JURAMENTO,

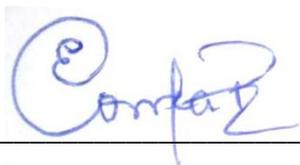
En mi condición de estudiante/bachiller con código de estudiante 0412182007 de la Escuela Profesional de Enfermería, Facultad de Ciencias de la Salud, de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, semestre académico 2023-2:

1. Que los datos consignados en la tesis titulada Factores Sociodeográficos Y Acciones De Prevención Y Promoción Asociado Al Comportamiento De La Salud: Estilos De Vida Y Apoyo Social En El Adulto Del Asentamiento Humano 15 De Marzo_Sullana, 2021

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

Doy fe que esta declaración corresponde a la verdad

Sábado 24 de junio de 2023



Correa Pacherras Clorinda Elizabeth

DNI: 75135534

EVIDENCIAD DE BASE DE DATOS

Base de datos-Correa Pacheres.xlsx - Microsoft Excel

Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista

Portapapeles Fuente Alineación Número Estilos Celdas

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O
1															
2		FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS													
3	N°	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8						
4	1	2	1	3	1	4	3	1	4						
5	2	2	1	3	1	1	4	3	4						
6	3	1	1	4	3	1	4	1	1						
7	4	2	1	2	1	2	3	2	4						
8	5	2	1	3	3	2	5	2	1						
9	6	2	1	4	2	1	2	4	2						
10	7	1	1	4	1	1	4	5	2						
11	8	2	2	3	1	4	3	3	2						
93	9	2	1	4	1	1	5	5	3						
13	10	2	1	4	1	4	3	4	2						
14	11	1	1	4	1	1	4	4	4						
15	12	2	2	3	1	4	3	1	1						
16	13	1	1	4	2	1	2	4	1						
17	14	2	1	4	1	1	2	4	2						
18	15	1	1	4	2	1	2	2	2						
19	16	2	1	4	3	2	5	5	2						
20	17	2	1	3	1	4	3	1	2						
21	18	1	2	3	1	4	5	1	2						
22	19	2	2	2	1	4	3	2	2						
23	20	2	2	3	3	4	3	4	2						

110% 21:52 1/08/2023

Base de datos-Correa Pacheres.xlsx - Microsoft Excel

Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista

Portapapeles Fuente Alineación Número Estilos Celdas

	AA	AB	AC	AD	AE	AF	AG	AH	AI	AJ	AK	AL	AM	AN	AO	AP	AQ	AR	AS	AT	AU	AV	
1																							
2		ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN																					
3		HABILIDADES PARA LA VIDA										ACTIVIDAD FÍSICA				SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA							
4		P26	P27	P28	P29	P30	P31	P32	P33	P34	P35	P36	P37	P38	P39	P40	P41	P42	P43	P44	P45	P46	P47
5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	4	2	4	2	4	4	4
6	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	2	2	4	2	4	4	4	1	4
7	3	2	3	2	3	4	4	1	4	3	4	4	4	2	3	1	4	3	4	3	1	3	3
8	3	3	3	2	3	2	3	1	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2
9	4	3	3	3	2	3	4	4	4	3	4	4	4	3	2	2	2	4	4	4	2	0	0
10	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	3	4	2	2	2
11	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
12	2	3	2	1	1	1	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	1	3	2	2
13	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	4	3	3	3	4	4	2	1	4	1	2	1	1
14	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	4	4	4	1	3	3
15	4	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	1	2	2
16	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	1	3	4	4	4	3	4	4
17	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3
18	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	2	2	2	2	3	3	4	4	1	1	1
19	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	3	4	4	4	4	4	4
20	2	2	2	4	3	4	4	4	3	4	4	3	2	1	2	2	1	4	1	4	1	4	4
21	4	3	3	2	2	2	4	1	2	3	4	4	4	2	2	2	4	4	4	4	2	3	3
22	3	3	3	3	3	3	4	1	2	3	4	4	4	2	2	2	4	4	4	4	2	2	2
23	4	4	4	4	4	4	4	0	3	3	3	3	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4
24	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	4	1	4	4	4	1	1
25	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	2	4	1	4	1	1	1	2

100% 21:52 1/08/2023

Base de datos-Correa Pacheres.xlsx - Microsoft Excel

Archivo Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista

Calibri 11 Fuente Ajustar texto General

Portapapeles Fuente Alineación Número Formato condicional Dar formato como tabla Estilos de celda Insertar Eliminar Formato Celdas Autosuma Rellenar Ordenar y filtrar Buscar y seleccionar Modificar

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U
1																					
2		APOYO SOCIAL																			
3	N°	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20
4	1	0	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
5	2	2	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
6	3	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
7	4	3	3	3	3	3	0	0	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
8	5	9	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
9	6	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	4	4	4	4
10	7	2	3	5	5	5	5	0	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
11	8	6	3	3	2	2	3	3	3	2	3	0	0	3	2	2	2	2	2	3	3
12	9	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
13	10	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
14	11	4	5	4	5	5	5	4	4	4	4	3	4	5	4	3	4	4	3	3	3
15	12	12	5	5	5	4	5	5	5	5	5	0	4	4	4	4	5	5	5	5	5
16	13	10	3	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
17	14	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
18	15	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
19	16	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	4	4	5	5	4	5	4
20	17	8	5	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	0
21	18	9	3	3	4	3	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
22	19	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
23	20	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
24	21	8	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
25	22	4	3	3	3	1	5	5	5	5	5	5	1	3	2	1	5	5	4	4	4

Mostrar: CARATULA INSTRUMENTO 1 INSTRUMENTO 2 INSTRUMENTO 3 INSTRUMENTO 4

Lista Promedio: 3.9488636 Recuento: 880 Suma: 3475 100%

21:53 1/08/2023

Base de datos-Correa Pacheres.xlsx - Microsoft Excel

Archivo Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista

Calibri 11 Fuente Ajustar texto General

Portapapeles Fuente Alineación Número Formato condicional Dar formato como tabla Estilos de celda Insertar Eliminar Formato Celdas Autosuma Rellenar Ordenar y filtrar Buscar y seleccionar Modificar

	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD
1																						
2		ESTILOS DE VIDA																				
3	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	P30
4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	3	1	1	3	4	
5	3	1	4	3	1	2	4	3	3	2	2	4	4	4	4	1	2	1	2	1	2	
6	1	3	4	3	2	3	4	4	2	2	1	4	3	4	4	1	1	2	1	2	4	
7	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
8	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	1	1	2	2	2	3	
9	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	1	1	2	2	2	3	
10	4	4	4	0	0	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
11	2	2	3	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	1	2	2	3	2	2	
12	3	3	4	3	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	1	1	3	2	3	3	
13	2	4	4	4	2	3	3	2	2	1	2	4	4	4	4	2	1	2	2	4	3	
14	4	3	4	3	2	4	2	3	4	3	4	3	3	3	3	2	1	3	4	4	4	
15	2	2	4	4	4	4	4	2	3	3	2	4	3	4	4	2	1	2	3	4	4	
16	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	3	2	2	2	
17	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0	3	2	3	3	3	3	3	
18	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	
19	2	2	4	3	2	3	4	3	3	1	1	4	4	4	3	1	1	1	2	2	2	
20	3	3	3	3	3	3	3	0	2	3	2	2	2	2	0	3	2	3	3	3	2	
21	3	2	4	3	3	4	4	2	2	2	2	4	4	4	4	4	1	2	3	4	4	
22	4	2	4	4	4	4	4	1	2	4	4	4	1	4	1	4	4	1	4	4	1	
23	4	1	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	
24	2	1	4	4	4	4	4	2	3	2	2	4	3	4	4	3	2	2	3	4	3	
25	2	1	4	1	3	4	4	3	2	1	1	4	4	4	1	4	2	2	1	4	4	

Mostrar: CARATULA INSTRUMENTO 1 INSTRUMENTO 2 INSTRUMENTO 3 INSTRUMENTO 4

Lista 100%

21:53 1/08/2023

TESIS - PREBANCA

INFORME DE ORIGINALIDAD

5%

INDICE DE SIMILITUD

9%

FUENTES DE INTERNET

0%

PUBLICACIONES

0%

TRABAJOS DEL
ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1

repositorio.uladech.edu.pe

Fuente de Internet

5%

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 4%

Excluir bibliografía

Activo