



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE  
CHIMBOTE**

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

**FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE  
PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL  
COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA Y  
APOYO SOCIAL DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO  
HUMANO LOS CONSTRUCTORES\_ NUEVO CHIMBOTE,  
2021.**

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

**AUTORA**

**RODRIGUEZ BAZAN, INGRID JACKELIN**

**ORCID: 0000-0001-5296-0060**

**ASESORA**

**REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER**

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

**CHIMBOTE - PERÚ**

**2023**



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**ACTA N° 0138-092-2023 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS**

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **15:10** horas del día **10** de **Agosto** del **2023** y estando lo dispuesto en el Reglamento de Investigación (Versión Vigente) ULADECH-CATÓLICA en su Artículo 34º, los miembros del Jurado de Investigación de tesis de la Escuela Profesional de **ENFERMERÍA**, conformado por:

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

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES\_ NUEVO CHIMBOTE, 2021.**

**Presentada Por :**  
(0112172220) **RODRIGUEZ BAZAN INGRID JACKELIN**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **MAYORIA**, 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

**Mgtr. REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER**  
Asesor



## CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES\_ NUEVO CHIMBOTE, 2021. Del (de la) estudiante RODRIGUEZ BAZAN INGRID JACKELIN, asesorado por REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 12% 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, 27 de Setiembre del 2023

---

Mg. Roxana Torres Guzmán  
Responsable de Integridad Científica

## DEDICATORIA

Al señor que conduce cada uno de mis pasos, que me ha abierto puertas y por el subsisten todas las cosas, al principal motor para lograr mis objetivos siempre de su mano y con su bendición, llevando siempre esta palabra: Yo honro a los que me honran.

A mi familia, mis padres y hermanos por apoyarme y creer siempre en mí, por enseñarme el valor de trabajar arduamente para lograr metas, asimismo por ser grandes compañeros de batallas.

A mi siervo querido que ahora goza de la presencia del señor, al gran varistari que siempre llevare sus consejos y enseñanzas en el alma, por siempre motivarme a caminar de la mano del señor en todo momento.

A los docentes que dieron su esfuerzo y empeño para darme una educación integral, por su aprecio y paciencia, por enseñarme que enfermería es un arte y una hermosa vocación.

## AGRADECIMIENTO

Al Todopoderoso, por conducirme en el trayecto de la carrera sustentando cada uno de mis pasos, proveyéndome de fortaleza y sabiduría para lograr la meta.

A la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote y a todos los docentes que me han impartido sus conocimientos con paciencia y pasión, motivándome a ser una profesional responsable.

A mi familia, por el apoyo moral y financiero que me han brindado, por acompañarme en los momentos más difíciles de la carrera y motivarme a caminar hacia el objetivo planteado

## Índice General

CARÁTULA.....	I
ACTA DE SUSTENTACIÓN.....	II
CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD .....	III
DEDICATORIA.....	IV
AGRADECIMIENTO.....	V
ÍNDICE GENERAL.....	VI
LISTA DE TABLAS.....	VII
LISTA DE FIGURAS.....	VIII
RESUMEN (ESPAÑOL).....	IX
ABSTRACT (INGLES).....	X
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	1
II. MARCO TEÓRICO.....	5
2.1. Antecedentes.....	5
2.2. Bases teóricas.....	9
2.3. Hipótesis .....	16
III. METODOLOGÍA.....	17
3.1. Nivel, tipo y diseño de investigación.....	17
3.2. Población y muestra.....	18
3.3. Variables. Definición y Operacionalización .....	19
3.4. Técnica e instrumentos de recolección de información.....	22
3.5. Método de análisis de datos.....	26
3.6 Aspectos éticos.....	26
IV. RESULTADOS.....	28
DISCUSIÓN.....	44
V. CONCLUSIONES .....	58
VI. RECOMENDACIONES.....	59
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	60
ANEXOS.....	70
Anexo 01 Matriz de consistencia .....	70
Anexo 02 Instrumento de recolección de información .....	72
Anexo 03 Validez del instrumento .....	73
Anexo 04 Confiabilidad del instrumento .....	85
Anexo 05 Formato de Consentimiento informado .....	86
Anexo 06 Documento de aprobación para la recolección de la información.....	87
Anexo 07 Evidencias de ejecución (Declaración jurada, base de datos) .....	88

## LISTA DE TABLAS

	Pág.
<b>TABLA 1:</b> FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES - NUEVO CHIMBOTE, 2022.....	28
<b>TABLA 2:</b> ACCIONES DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE SALUD EN LOS ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES - NUEVO CHIMBOTE, 2022.....	34
<b>TABLA 3:</b> ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES - NUEVO CHIMBOTE, 2022.....	36
<b>TABLA 4:</b> APOYO SOCIAL DEL ADULTO. EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES - NUEVO CHIMBOTE, 2022.....	38
<b>TABLA 5:</b> RELACIÓN DE FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS AL ESTILO DE VIDA DE LA SALUD EN LOS ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES - NUEVO CHIMBOTE, 2022.....	42
<b>TABLA 6:</b> RELACIÓN DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD ASOCIADO AL ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES - NUEVO CHIMBOTE, 2022.....	43
<b>TABLA 7:</b> RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES - NUEVO CHIMBOTE, 2022.....	43

## LISTA DE FIGURAS

	<b>Pág.</b>
<b>FÍGURA DE TABLA 1:</b> FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO. EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES - NUEVO CHIMBOTE, 2022.....	30
<b>FÍGURA DE TABLA 2:</b> ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO. EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES - NUEVO CHIMBOTE, 2022.....	35
<b>FÍGURA DE TABLA 3:</b> ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO. EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES - NUEVO CHIMBOTE, 2022.....	37
<b>FÍGURA DE TABLA 4:</b> APOYO SOCIAL DEL ADULTO. EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES - NUEVO CHIMBOTE, 2022.....	39

## RESUMEN

La promoción y prevención de la salud es un factor esencial para reducir las tasas de morbimortalidad de las personas. El informe es de tipo cuantitativo con diseño descriptivo correlacional, se realizó con el propósito de determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto del Asentamiento Humano Los constructores asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social. La población muestral estuvo constituido por 169 adultos, para la recolección de datos se aplicó la técnica de entrevista y observación, luego se realizó el procesamiento en software Statistics modelo 18.0, para su secuencial procesamiento en tablas y figuras, para establecer la relación Chi cuadrado en 95% de confiabilidad y significancia de  $p < 0,05$ . En los factores sociodemográficos se concluyó que la mayoría de los adultos son de sexo femenino, cuentan con una edad de 36 a 59 años, con un grado de instrucción de analfabetismo, cuentan con un seguro de SIS, la mitad es ama de casa, menos de la mitad profesan la religión evangélica, con estado civil soltero, casi la totalidad no tiene un estilo de vida saludable, la mayoría cuenta con acciones inadecuadas de promoción y prevención en la salud. La prueba de Chi cuadrado entre grado de instrucción, ocupación y estilo de vida se encontró que si existe relación estadísticamente significativa  $P < 0,05$ , asimismo la relación entre acciones de prevención y promoción de salud: estilo de vida y apoyo social se encontró que no existe relación estadísticamente significativa.

**Palabra Clave:** Adulto, apoyo social, estilo de vida, prevención y promoción.

## ABSTRACT

Health promotion and prevention is an essential factor in reducing people's morbidity and mortality rates. The report is of a quantitative type with a descriptive correlational design, it was carried out with the purpose of determining the sociodemographic factors and the actions of prevention and promotion of the adult's health of the Human Settlement. The constructors associated with health behavior: lifestyles and social support. The sample population consisted of 169 adults, for the data collection the interview and observation technique was applied, then the processing was carried out in the Statistics software model 18.0, for its sequential processing in tables and figures, to establish the Chi-square relationship in 95% reliability and significance of  $p < 0.05$ . In the sociodemographic factors it was concluded that the majority of adults are female, they are between 36 and 59 years old, with an illiteracy level of education, have SIS insurance, half are housewives, less than half profess the evangelical religion, with single marital status, almost all do not have a healthy lifestyle, most have inadequate health promotion and prevention actions. The Chi-square test between level of education, occupation and lifestyle found that there is a statistically significant relationship  $P < 0.05$ , likewise the relationship between actions of prevention and health promotion: lifestyle and social support was found that there is no statistically significant relationship.

**Key Word:** Adult, social support, lifestyle, prevention and promotion.

## I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) (1, 2) la Salud es el estado de bienestar físico, mental, y social en el que se encuentra la persona, dentro de ellos se evalúa: Estilo de vida, educación, estado socioeconómico. La Asamblea Mundial de la Salud aprobó una resolución en el año 2000 sobre la prevención y el control de las enfermedades crónicas, pidió a sus Estados miembros que elaborasen un marco normativo nacional, teniendo en cuenta las políticas públicas en materia de salud, así como las medidas fiscales aplicables a los bienes y servicios sanos e insalubres. En la resolución también se pidió que se estableciesen programas para prevenir y controlar las enfermedades crónicas; se evaluaran y vigilasen la mortalidad y la proporción de morbilidad atribuibles en una zona a enfermedades crónicas.

Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS), (3) esta organización está priorizando la prevención y promoción de enfermedades en los países bajos, mediante vacunaciones, educación, campañas de salud llegando a lugares remotos, realizando estrategias como colocar octógonos en los productos que se van a consumir para disminuir la tasa de morbimortalidad de las personas, buscando crear en la población conciencia y autocuidado, antes las enfermedades que pueden causar daños irreversibles.

América Latina ha presentado una activa participación en la prevención y promoción de la salud, buscando equidad en materia de salud. En tal sentido, se han intencionado los esfuerzos para transformar las instituciones y estructuras organizativas, así como para redistribuir los recursos, a fin de mejorar la calidad de vida de la población. No obstante, en muchas naciones persiste un elevado índice de pobreza y desigualdad. Muchas de las iniciativas de promoción de salud implementadas en los últimos años, desarrolladas a nivel individual, no dieron los resultados esperados. Cada vez es más evidente que las estrategias de promoción de la salud deben considerar un enfoque social, comunitario y político, integral, que permita el acceso equitativo a respuestas efectivas en salud. (4).

México es uno de los países que encabeza la lista de personas que sufren de obesidad en el mundo, Por ello en este país se está realizando el proyecto de egresos de la Federación que destina 18 mil 150 millones de pesos a programas de prevención y promoción de la salud, equivalente al 2.8% del presupuesto público total en la salud, Brindando acciones de promoción en la salud fomentando estilos de vida saludable en los hábitos alimenticios,

actividad física; abasto de productos, capacitación y supervisión en el primer nivel de atención de los servicios estatales de salud (5, 6, 7).

En el Perú el Seguro Social de Salud (ESSALUD), (8) busca desarrollar con firmeza la prevención, para ello se están fortaleciendo los servicios de salud con mayor número de profesionales de la salud y con el equipamiento biomédico necesario, de modo tal que se esté en capacidad ya no sólo de atender a las personas enfermas sino también a las personas sanas con el fin de realizarles los “chequeos” respectivos de acuerdo a su edad y mantenerlos en esa condición, de SANOS. Tienen como labor orientar y educar a la población en el cuidado de su salud; evitará o se disminuirá en el futuro años perdidos por la enfermedad o en todo caso las complicaciones de éstas. La promoción de la actividad física practicando algún ejercicio, deporte o simplemente haciendo una caminata de 30 minutos diariamente, son elementos complementarios para una nutrición saludable en cualquier etapa de la vida adulta

En Perú, el reto es avanzar hacia un sistema de salud enfocado en la ciudadanía por ello la prioridad para los gobernantes es promocionar la salud y prevenir las enfermedades y sobre todo de las mujeres campesinas, teniendo como base fundamental al ministerio de salud, cada día trabajan arduamente para innovar estrategias que buscan incentivar a la población y a sus integrantes, organizaciones sociales e instituciones locales, ser participe en el conocimiento de la problemática de salud, guiándolas e impulsándolas a desarrollar conciencia, compromiso y adquirir niveles de responsabilidades para proteger su salud y prevenir enfermedades, por su parte la ministra de Salud, como presidenta del consejo de salud, tuvo reuniones con diversas agrupaciones, para hacer conocer la estrategia y solicitar su contribución, para mejorar la calidad de vida. (9)

El Ministerio de la Salud del estado Peruano ha logrado avances significativos en el sector salud gracias a la promoción y prevención de la salud, el cual se ha encaminado en la mejora de la salud y nutrición especialmente de mujeres y niños, para ello se formó una alianza con distintas entidades, el cual tuvo una respuesta positivo en la salud materna para definir el camino hacia el desarrollo sostenible del País estos compromisos de la iniciativa busca promover el compromiso de las autoridades para hacer frente las problemáticas de salud de la mujer y el niño, con el seguro integral de salud (SIS) se trata de proteger la salud de poblaciones en situación de pobreza y pobreza extrema esta situación está siendo revertida a favor de las mujeres para mejorar la calidad de vida. (10)

El apoyo social es el conjunto de recursos humanos y materiales con que cuenta un individuo o familia para superar una determinada crisis (enfermedad, malas condiciones económicas, rupturas familiares) Son Organizaciones de ayuda al enfermo: Seguridad Social, Empresa para la que se trabaja muchas cuentan con sistemas organizados de ayuda al empleado, Instituciones de acogida, Organizaciones de voluntariado) (11).

En Ancash la Red Asistencial de Essalud, busca la prevención y promoción en el área de salud del adulto, planteando las siguientes reglas: tener una alimentación saludable, controlar el peso, beber de 6 a 8 vasos de agua al día, no fumar, medir la presión arterial e incrementar la actividad física. Estas medidas preventivas se complementan con el cumplimiento de los controles regulares del nivel de azúcar en la sangre, no auto medicarse y consultar sobre la salud de los riñones por lo menos una vez al año. Centros asistenciales de EsSalud de Ancash se realizan talleres educativos y se promueve la difusión de la importancia de adoptar estilos de vida saludables y la detección temprana de la enfermedad renal para un tratamiento oportuno (12).

El Asentamiento Humano Los constructores está ubicado en nuevo Chimbote, provincia del Santa, departamento de Ancash, esta comunidad no cuenta con conexión domiciliaria, ni pista, ni veredas el lugar está compuesto en su totalidad de arena, en la investigación realizada se identificó bajos ingresos económico, no se cuenta con lozas y parques deportivos, el material de sus casa están deteriorados, elaborados con palos, cartones, estereras, etc. según investigaciones anteriores no hay muchas redes de apoyo, existen algunas madres solteras, algunas familias no cuentan con una alimentación adecuada, por falta de educación en el ámbito de su salud o bajos ingresos económicos .

Por lo anteriormente expresado, el enunciado del problema de investigación es el siguiente: ¿Existe asociación entre los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud y estilos de vida y apoyo social del adulto del Asentamiento Humano Los Constructores \_ Nuevo Chimbote, 2021?

Este informe de investigación se justifica en el ámbito de prevención y promoción de la salud, ya que de esta manera esta información aportara al puesto de salud san Luis, buscando conocer la situación actual de los adultos del A.H “Los Constructores”, asimismo permitirá a los profesionales de la salud desarrollar y aprender estrategias de mejora en la salubridad brindando solución a los problemas de salud, contribuyendo a la promoción de prevención de los factores de riesgo y mejorar la calidad de vida de los

adultos. De tal manera que la información recolectada sirva de estudio a los futuros investigadores que escojan esta comunidad, y sepan el estado actual de la población, la que nos permita tener un nuevo enfoque con respecto al estado de salud de los adultos en estudio, asimismo nos ayuda a expandir nuestros conocimientos con respecto a la promoción y prevención de enfermedades.

Esta investigación nos permite realizar los estudios esenciales para la mejora de salud de los adultos en el A H “Los constructores” Nuevo Chimbote, 2021, aportando a la línea de investigación. Asimismo, es propicio para las autoridades municipales que nos permitan indagar los resultados más concretos de la investigación, y tomen medidas adecuadas con respecto a estos datos, asimismo para motivar a las personas a mejorar sus hábitos de vida así disminuir los riesgos de enfermedades crónicas buscando el bienestar de la persona y la comunidad.

Para dar respuesta al problema, se ha planteado el siguiente objetivo general: Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto en el Asentamiento Humano Los Constructores\_ Nuevo Chimbote, 2021.

Para poder conseguir el objetivo general, nos hemos planteado los siguientes objetivos específicos:

- Caracterizar los factores sociodemográficos del adulto en el Asentamiento Humano Los constructores\_ Nuevo Chimbote, 2021.
- Caracterizar las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto en el Asentamiento Humano Los constructores\_ Nuevo Chimbote, 2021.
- Caracterizar el comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto en el Asentamiento Humano Los constructores\_ Nuevo Chimbote, 2021
- Explicar la relación de los factores sociodemográfico asociados al comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto en el Asentamiento Humano Los constructores\_ Nuevo Chimbote, 2021
- Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto en el Asentamiento Humano Los constructores\_ Nuevo Chimbote, 2021

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1. Antecedentes

#### 2.1.1. Antecedente Internacionales

**Carranco, et al. (13)** en su investigación: “Perfil sociodemográfico y estilos de vida saludable en trabajadores de una empresa de agua potable y alcantarillado de México, 2019”. Tuvo como objetivo: determinar los estilos de vida que practican los trabajadores y fomentar la posibilidad de cambiar, reafirmar o desarrollar en sus contextos laborales y familiares nuevos comportamientos reflejados por el estilo de vida en el entorno psicosocial de cada uno de ellos, el estudio es cuantitativo-descriptivo, como resultados se obtuvo que el 91,4% de trabajadores ingieren al menos 3 comidas al día, según disponibilidad económica. También hay un 8,6% de la población que indica que, ingiere entre 4 comidas o más. En conclusión, la población participante resultó ser determinada con un estilo de vida poco saludable, no obstante, con base en el aprendizaje obtenido de los trabajadores durante el programa y las estrategias pedagógico se pudo realizar el plan de vida con su particular estilo de vida saludable.

**Costilla, et al. (14)** en su investigación: “Enfermería de salud comunitaria: promoción de conductas saludables en una comunidad rural del Estado de México 2018”. El objetivo de esta investigación fue describir las acciones de promoción de conductas saludables que la enfermera de salud comunitaria realizó para certificar a una comunidad rural como comunidad saludable, usando un estudio estructurado de 3 etapas y 5 fases, como resultados se detectaron los principales riesgos para la salud de la comunidad son la desnutrición, sobrepeso y obesidad , mientras que en las personas adultas los principales riesgos para la salud es la hipertensión arterial, diabetes, obesidad, concluyendo que es importante el reconocimiento de la enfermera en el liderazgo ,cuidado de la salud comunitaria tanto a nivel individual y familia.

**Calle, et al. (15)** en su investigación “Factores que influyen en el cumplimiento del rol del personal de salud en la promoción y prevención de la salud de los adultos mayores que acuden al Centro de Salud el Tambo y San Gerardo en la Troncal, período 2018”. Tuvo como objetivo: Determinar los factores que influyen en el cumplimiento

del rol del personal de salud en la promoción y prevención de la salud de los adultos mayores que acuden al Centro de Salud El Tambo y San Gerardo, de la provincia de Cañar. Métodos y técnicas: Estudio descriptivo, cuantitativo, observacional, se obtuvo como resultados en las variables sociodemográficas que el 58,06 % de las mujeres cuenta con una experiencia laboral, los profesionales en su mayoría poseen títulos de tercer nivel 74,19 %. En conclusión, los factores que influyen para el incumplimiento del rol del personal en la promoción y prevención de la salud es el déficit de personal.

### **2.1.2. Antecedente Nacionales**

**Espinoza, (16)** en su estudio “Factores Sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida y Apoyo social del adulto del Asentamiento Humano Jesús María \_ Nuevo Chimbote, 2019”, tiene como objetivo general: Determinar la relación de los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto del Asentamiento Humano Jesús María asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social. La metodología del estudio es cuantitativa, con diseño descriptivo simple, de corte transversal, como resultados se obtuvo que más de la mitad son de sexo femenino así mismo profesan de religión evangélico, en ingreso económico son de 650 a 850 nuevos soles, en sistema de seguro son ESSALUD.

**Sudario et al. (17)** en su investigación “Estilos de vida de los estudiantes de trabajo social en la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho 2019”, tiene como Objetivo Determinar el nivel de los estilos de vida de los estudiantes de Trabajo Social en la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho 2019. Tiene como metodología nivel descriptivo y enfoque cuantitativo; El 37% (67) presentan un alto estilo vida, 62% (110) presentan un estilo de vida medio y 1% (2) presentan un bajo estilo de vida. Dimensión ético moral representa un alto estilo de vida ético moral representada 82% (146) mantienen un alto estilo de vida en las dimensiones de estilo de vida social, ético moral y académico familiar a excepción de la dimensión salud físico psicológico ya que la gran mayoría mantiene un estilo de vida medio.

**Ramírez, (18)** 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. Tiene como objetivo: Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto. Pueblo Joven Primavera Baja asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social. Método de Estudio cuantitativo, descriptivo. Más de la mitad si tiene apoyo social. Al realizar la prueba del Chi-cuadrado entre los factores sociodemográfico, el estilo de vida y apoyo social no se encontró relación estadísticamente significativa. Asimismo, tampoco se encontró relación estadísticamente significativa entre la prevención y promoción con el estilo de vida. Pero si se encontró relación estadísticamente significativa entre la prevención y promoción con el apoyo social.

### **2.1.3. Antecedentes Locales o regionales**

**Ramos, (19)** en su investigación: “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo joven La unión sector 24 \_Chimbote, 2019”. Tuvo como objetivo general: 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. El estudio es de tipo cuantitativo, correlacional – transversal, como resultado se obtuvo que el 50,6% (90) llevan una adecuada prevención y promoción de la salud, sin embargo, el 49,4% (88) tienen una inadecuada prevención y promoción de la salud. En conclusión: Los factores sociodemográficos la mayoría cuentan con Seguro Integral de Salud, tienen grado de instrucción secundaria, la mitad con estado civil convivientes, más de la mitad son sexo femenino y adultos maduros.

**Medina, (20)** en su investigación: “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo joven porvenir “B” Sector 12 \_Chimbote, 2019”. Tuvo por 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. Se obtuvo como resultados que el 53%(126) no tiene prevención y promoción de la salud, y el 47% (114) tiene prevención y promoción de la salud. En conclusión: la mayoría profesan la religión católica, más de la mitad son de sexo femenino, adultos maduros, menos de la mitad tiene seguro

integral, grado de instrucción secundaria. Más de la mitad tiene inadecuadas prácticas de prevención y promoción de la salud. La mayoría tiene estilos de vida saludable, tienen apoyo social.

**Huamán, (21)** estudio los: “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”. Objetivo general: 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, su estudio es de tipo cuantitativo, correlacional-transversal. Se obtuvo como resultados que el 51% (64) tienen acciones inadecuadas de prevención y promoción de la salud y el 49% (61) tienen acciones adecuadas de prevención y promoción de la salud. En los Factores sociodemográficos se halló que la mayoría son de sexo femenino, reciben apoyo social y no tienen acciones adecuadas de prevención y promoción de la salud.

## 2.2. Bases teóricas

Esta presente investigación tiene como base teórica el modelo de promoción de la salud de Nola Pender, con el objetivo de conocer las acciones que toma la persona en su cuidado, asimismo modificar la conducta negativa de la persona en el cuidado de su salud, permite estudiar los resultados brindados acerca de la investigación para poder realizar hipótesis. Pender en 1982, crea el modelo de Promoción de la salud basado en los estudios teóricos de aprendizaje de Bandura y el modelo de valoración de expectativa de motivación humana de Feather, el primer modelo menciona que los factores psicológicos, conocimiento e información influyen en el autocuidado, el segundo modelo habla sobre la intencionalidad de la persona para cambiar su estilo de vida, mejorar su autocuidado (22, 23).

Este modelo prioriza la educación con el fin de prevenir enfermedades, explicando que los factores externos influyen en la actitud que asume la persona en su salud, dentro de ello abarca los sentimientos, emociones creencias, familia, estado biológico. La promoción de la salud es el área principal de la atención primaria enfocada en una adecuada salud pública. Este modelo es de suma importancia en el área de salud y es el más usado por los profesionales de salud, ya que ayuda a reducir la tasa de morbimortalidad en la persona, haciendo uso de la prevención, ahorrando tiempo y dinero, promoviendo el autocuidado (24).

La promoción de la salud se determina como “La prevención de enfermedades, para ello se realiza charlas informativas sobre: Un buen estilo de vida, buena alimentación, hacer ejercicios, dejar el alcohol, drogas y cigarrillos”. Plantea estrategias de acción, en distintos ámbitos como: el área ambiental, gubernamental, organizacional, comunitario e individual; Teniendo un enfoque en la salud pública, gracias a los decretos y normas que refuercen la atención de la comunidad, persona y familia. Es una disciplina que se ha ido desarrollando a través de los años en el ámbito de la investigación, con el fin de brindar solución a los problemas encontrados en la población de estudio, como enfermedades, determinantes socioeconómicos, la influencia del entorno en la persona y la comunidad, asegurando la salud de los seres humanos (25).

La promoción de la salud ha ido evolucionando, afirmando principios y valores en el autocuidado en beneficio a los pobladores, asimismo se identificó que los factores socioeconómicos son unas de las causas que influyen en el estado de salud de la persona, por ello la promoción de la salud quiere promover el autocuidado con compromiso y empoderamiento para tomar la decisión de adoptar un estilo de vida saludable, promoviendo un entorno adecuado para la prevención de enfermedades. Tiene como finalidad la prevención de enfermedades con un adecuado estilo de vida, y que los recursos económicos y familiares sean accesibles para todos (26).

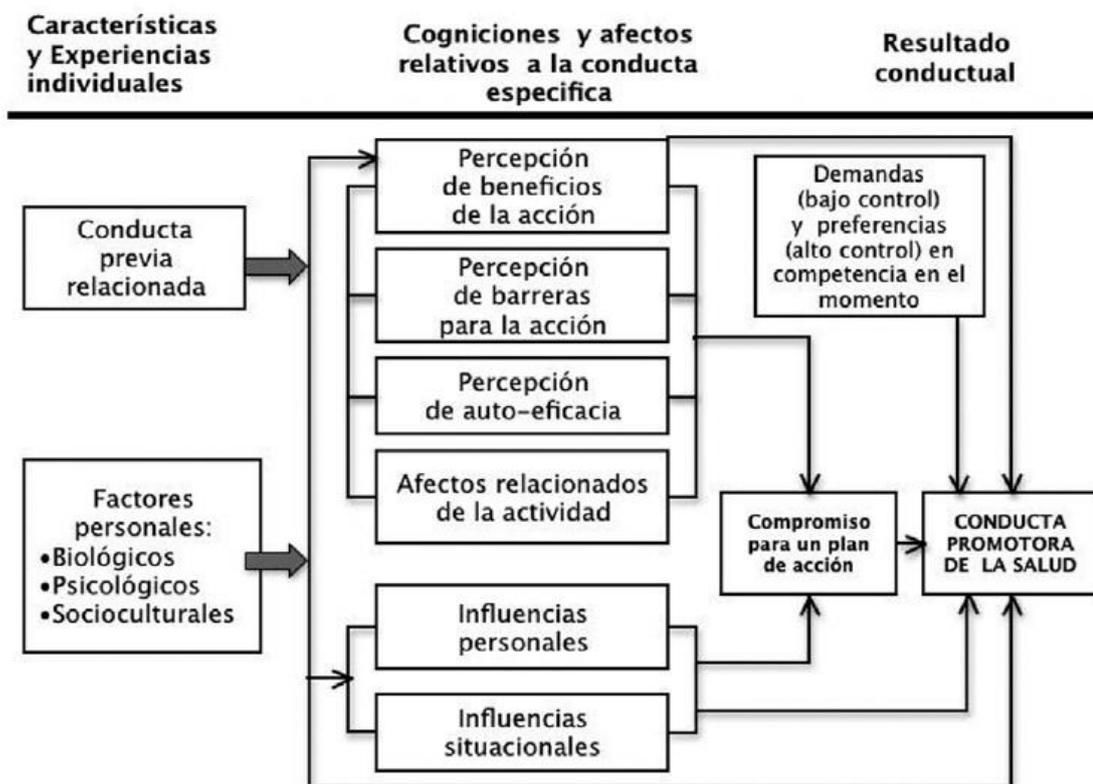
Se realizaron conferencias a nivel internacional acerca de la “Promoción de la salud”, la primera se realizó en Adelaida en el año 1988 se habló acerca de “la construcción de políticas públicas saludables y el compromiso político de todos los sectores de la sociedad con la salud y la equidad”; la segunda se realizó en Sundsvall en el año 1991, se trató sobre el “abordaje a los cambios de salud y en la interdependencia entre salud y ambiente físico, social, económico, político y cultural”. La tercera conferencia se realizó en la ciudad de Brasil (Rio de Janeiro) en el año 1992, la cual fortaleció la “promoción de la salud ” basándose en el cuidado del medio ambiente y en el desarrollo del plan de acción denominado “Agenda 21”, la última conferencia se realizó en Yakarta en el año 1997, se habló sobre la pobreza, y los daños que trae la globalización afectando al medio ambiente, influyendo en el estado de salud de las personas (27).

La Promoción de la salud está evolucionando, hace años atrás se realizó conferencias en el Alma Ata, llevándose a cabo en Kazajistán (1978). Se trató acerca de tener una “Estrategia de Salud para todos en el año 2000”. En el año 2000 se realizó una conferencia con respecto a diseminar las inequidades que existe en el área de salud. En el año 2005 se reforzó esta conferencia aportando significativamente en el cuidado de la salud de la persona en Bangkok; En el año 2009 se debatió el programa de promoción y prevención de la salud en el país de África. En Nairobi se realizó conferencias fortaleciendo la importancia de la promoción de la salud, respetando los derechos humanos asimismo acerca de la disminución de las desigualdades que existe en el mundo (28).

El modelo consta de tres componentes, el primero menciona sobre las características y los componentes individuales de cada persona, estos se derivan en dos conceptos: conducta previa relacionada y factores personales. Hace referencia a las experiencias ocurridas anteriormente y que influyen en la conducta de promoción de la salud, sirviendo como modelos posteriormente. En el segundo componente se habla sobre las cogniciones que se relacionan con los conocimientos que se van adquiriendo a lo largo del tiempo, dentro de ello se abarca seis conceptos; el primero habla sobre los beneficios que trae las acciones positivas, el segundo menciona los obstáculos y barreras que influyen en la conducta de la persona influyendo en su estado de salud, el último hace mención del resultado de la conducta de la persona con respecto al cuidado de su salud, observándose los resultados de la auto eficiencia (29).

Este modelo busca que la persona tenga responsabilidad acerca de los hábitos que toma en su vida diaria, se preocupe por su bienestar y adquiera un compromiso con su salud, asimismo busca que la persona tenga una buena relación con el enfermero o enfermera, que le indica el cuidado oportuno y la prevención de enfermedades, el rol principal del enfermero es motivar a la persona que se cuide de manera oportuna y así evitar la morbimortalidad, por esta razón la teórica Nola Pender da una crítica sobre como tener un estado de salud óptimo, haciendo uso de las prevenciones en el área de la salud, se enfoca en que a la persona que se le brinde un trato humanístico, comprensivo para que pueda seguir paulatinamente los consejos brindados, analizando al individuo como un ser completo e integral, que tiene distintos estilos de vida, fortalezas, potenciales y capacidades que influyen en la toma de decisiones con respecto a su salud (30).

## *MODELO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD DE NOLA PENDER*



Fuente: Modelo de promoción de la Salud de Pender1996. En: Cid PH, Merino JE, Stieповich JB<sup>21</sup>

**Fuente: Modelo de promoción de la salud de Pender 1996**

La teoría está compuesta por cuatro metaparadigmas que explican los factores que influyen en el bienestar de la persona y la relación que existe entre ellos dando como resultado el estado de salud de la persona; Actualmente esta teoría sigue siendo modificada con nuevos aportes que complementan los estudios hechos por Pender buscando influir de manera positiva en los hábitos y estilos de vida de la persona, buscando su bienestar; para ello se necesita la participación de la persona, la familia, el entorno, la enfermera (31).

**Salud:** Es el estado de bienestar en la cual se encuentra la persona, tanto física como emocionalmente, el ser humano es un ser completo que está compuesto por valores y hábitos que va adquiriendo a lo largo de su vida, este paradigma estudia el estilo de vida que tiene la persona ya que dependiendo de ello determinara su estado de salud (32).

Es un conjunto de componentes que tiene la persona, dentro de ello tenemos: biológico, psicológico y espiritual que intervienen en la participación de la salud, dependiendo a las decisiones tomadas por la persona, como el adquirir enfermedades o erradicarlas. Cuando se relaciona la persona y el medio que los rodea buscando un bien

común trae como resultado la salud, logrando un estado de bienestar optimo esto quiere decir que la persona gozara de muchos años más de vida (33).

**Persona:** Es un ser compuesto por partes físicas e intelectuales como: la Inteligencia, el razonamiento, emociones, sentimientos, creencias. Tiene la capacidad de tomar decisiones previamente analizando las circunstancias, en beneficio a su estado de salud, pero el ser humano es muy apegado a las costumbres que adopta a lo largo de los años de su vida, por ello es importante ver si su estilo de vida es saludable o no, para asimismo poder prevenir enfermedades modificando sus hábitos (34).

La persona es dueña de sí misma tiene la capacidad de conocerse y enfrentarse a los desafíos de la vida, conociéndose en sus distintas áreas sean físicas o emocionales creando el amor propio o rechazo, asimismo; Es un ser creado a la imagen y semejanza de Dios con inteligencia y libertad para tomar las decisiones correctas, es una creación perfecta que se va cultivando día a día para lograr sus metas y objetivos, con la capacidad de contrarrestar las oposiciones que se le presentan diariamente (35).

**Factores sociodemográficos** son características en donde se encuentra la edad, sexo, estado civil, ingreso económico y todo lo que influye en el cuidado de la persona y familia. (36)

**Entorno:** Son influencias externas que rodean a la persona como: la familia, amigos, trabajo, Lugar donde vive, vivienda, entre otros. Estos factores influyen y determinan el estado de salud de la persona ya que convive diariamente con ello teniendo repercusiones en su calidad de vida (37).

**Enfermería:** promueve el cuidado, brindando una atención eficiente en todas las áreas que abarca la salud, buscando el cuidado de la persona este sanos o enferma, sin distinción alguna por su edad, raza, o religión. Prioriza el cuidado autónomo, respeta las creencias de los pacientes, tiene muchas labores dentro de ellas se encuentra: Educación, investigación, área administrativa, cuidadora entre otros; Asimismo realiza la promoción y prevención de la salud, ayudando a contrarrestar el incremento de enfermedades en la población y una atención eficiente y de calidad a las personas enfermas que necesitan de un cuidado completo, siendo ojo para los ciegos, mano para los mancos y piernas para los cojos, ayudando a las discapacitados y en estado terminal brindándoles una muerte digna (38).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) lo contextualiza como: “El bienestar como especialidad de la enfermería, ha tenido su auge durante el último decenio, responsabilidad personal en los cuidados sanitarios es la base de cualquier plan de reforma de tales ciudadanos y la enfermera se constituye en el principal agente encargado de motivar a los usuarios para que mantengan su salud personal” (39).

**Responsabilidad en salud:** Asumir conductas beneficiosas para la salud e importantes con respecto al cuidado de la prevención, dentro de ellos tenemos el educarse e informarse sobre cómo cuidar nuestra salud y poner en obra esas prácticas, con disciplina y amor propio (40).

**Actividad física:** Son acciones, actividades moderadas que se realizan con monitoreo o son planificadas en las rutinas diarias, que ayudan a mantener un físico saludable, y quemar grasas que afectan la salud de la persona, ayudando a la prevención de enfermedades dentro de ello tenemos: enfermedades cardiovasculares, diabetes, triglicéridos, colesterol, estrés, entre otras (41).

**Nutrición:** en esta escala se busca que la persona consuma alimentos necesarios e indispensables para mantener una salud adecuada (optima) supliendo las necesidades metabólicas, ayudando a la prevención de enfermedades, ejemplo de ello podemos ver en la pirámide nutricional. Como mencionó el filósofo Aristóteles: Tu alimento sea tu medicina y tu medicina sea tu alimento (42).

**Crecimiento espiritual:** se enfoca en desarrollar la paz interior, se cultiven valores, visiones, metas y anhelos busca que la persona trascienda y se sienta bien consigo mismo, se ame y valore, tenga una buena relación con las personas del entorno, vea la vida con un espíritu positivo para lograr sus metas y objetivos trabajando arduamente (42).

Este modelo se relaciona con el estudio realizado ya que se ha identificado que las personas que están vulnerables ante las enfermedades son las que tienen bajos ingresos económicos, asociados con la edad, trabajo, grado de instrucción, las que no cuentan con una promoción y prevención en el área de salud.

## **Bases Conceptuales**

### **Promoción de la salud:**

Son programas que promueven o divulgan el manejo adecuado de la salud, la importancia de tener una vida sana, las retribuciones y beneficios que trae cuando uno sigue las medidas adecuadas para su cuidado (43).

### **Prevención:**

Son medidas que intervienen para mejorar los hábitos que tiene la persona, en diversos ámbitos de su vida, como la alimentación, la actividad física, la salud mental, buscando mejorar su estilo de vida (44).

### **Adulto:**

Es una etapa de vida del ser humano, donde se evidencia la madurez máxima del estado psicológico y físico, donde se estabiliza económicamente, forma un hogar (45).

### **Estilo de vida:**

Son medidas que adopta la persona para vivir, buscando satisfacer sus necesidades, sean de manera personalizada o familiar (46).

### **Apoyo social:**

Es el soporte o ayuda que recibe la persona del entorno externo, como la familia, amigos, comunidad, ente otros. Puede ser de manera material o psicológica, aportando beneficios emocionales, sintiéndose en compañía (47).

### 2.3. Hipótesis

**H1:** Si existe relación estadísticamente entre factores sociodemográficos, estilos de vida, y apoyo social del adulto en el Asentamiento humano “Los Constructores” \_ Nuevo Chimbote, 2021.

**HO:** No existe relación estadísticamente entre las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto del Asentamiento Humano los Constructores \_Nuevo Chimbote, 2021.

### III. METODOLOGÍA

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

En esta investigación se usó la metodología descriptiva ya que se midió y evaluó recolectando datos sobre diversos aspectos, dimensiones y componentes del fenómeno, la cual tuvo como propósito obtener toda la información para llegar al resultado de la investigación, asimismo este estudio realizado es de tipo cuantitativo secuencial y buscó medir, cuantificar los Factores Sociodemográficos Y Acciones De Prevención Y Promoción Asociado Al Comportamiento De La Salud: Estilos de vida y apoyo social del Adulto en el Asentamiento Humano Los Constructores.

(Martínez, Oscar, 2001). El diseño de la investigación fue no experimental, el investigador observo la realidad, pero no intervino en ella, relacionando las variables para ver el efecto de una sobre otra (48).

En este diseño se aplicó el cuestionario evaluando la relación de los factores sociodemográficos asociados al comportamiento de la salud, estilos de vida, y apoyo social del adulto, y la relación estadísticamente entre las acciones de prevención y promoción asociadas al comportamiento de la salud: Estilos de vida y apoyo social del adulto.

El esquema que adoptó este diseño es el siguiente:



Donde:

M 1: Muestra de adultos del A.H Los constructores.

O x: Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto.

### 3.2. Población y muestra

La población de estudio estuvo conformada por los adultos del Asentamiento Humano Los Constructores ubicado en Nuevo Chimbote, que fue fundada en el año 2009, tienen como secretario general al señor Mario Agreda Collantes, la población está constituida por 1000 adultos.

**Población:** El universo estuvo constituido por 1000 adultos que residen en el Asentamiento humano “Los Constructores”, Nuevo Chimbote.

**Muestra:** El tamaño de la muestra fue definido con un nivel de confianza de 95% y un margen de 5%. En la cual el tamaño de la muestra es de 169 adultos que habitan en el Asentamiento humano “Los Constructores”, Nuevo Chimbote.

**Unidad de análisis:** Cada adulto del Asentamiento humano “Los Constructores” Nuevo Chimbote que formaron parte de la muestra y respondieron a los criterios de la investigación.

#### **Criterios de Inclusión**

- Adultos que vivieron más de 3 años en el Asentamiento humano “Los Constructores” Nuevo Chimbote.
- Adultos del Asentamiento humano “Los Constructores” Nuevo Chimbote, que aceptaron participar en el estudio.
- Adultos del Asentamiento humano “Los Constructores” Nuevo Chimbote, que estuvieron aptos para participar en los cuestionarios como informantes sin importar nivel de escolarización, sexo y condición socioeconómica.

#### **Criterios de Exclusión:**

- Adultos del Asentamiento humano “Los Constructores” Nuevo Chimbote, que presentaron algún trastorno mental.
- Adultos del Asentamiento humano “Los Constructores” Nuevo Chimbote, que presentaron problemas de comunicación.

- Adultos del Asentamiento humano “Los Constructores” Nuevo Chimbote, que presentaron problemas psicológicos.

### **3.3. Variables. Definición y Operacionalización**

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

Son indicadores que influyen en la vida de cada poblador en estudio, entre ellos se encuentra la edad, sexo, nivel educación, trabajo, ingreso económico, estado civil. (49).

##### **Sexo**

###### **Definición operacional**

Escala nominal

- Masculino
- Femenino

##### **Edad**

###### **Definición Operacional**

- 18-35 años
- 36-59 años
- 60 a más

##### **Grado de Instrucción**

###### **Definición Operacional**

Escala Ordinal

- Sin nivel de instrucción
- Inicial/Primaria
- Secundaria Completa / Secundaria Incompleta
- Superior Universitaria
- Superior no universitaria

##### **Religión**

###### **Definición Operacional**

- Católico
- Evangélico

- Otros

### **Estado civil**

#### **Definición Operacional**

- Soltero
- Casado
- Viudo
- Conviviente
- Separado

### **Ocupación**

#### **Definición Operacional**

Escala Nominal

- Trabajador estable
- Eventual
- Sin ocupación
- Jubilado
- Estudiante

### **Ingreso Económico**

#### **Definición Operacional**

Escala de razón

- Menor de 750
- De 751 a 1000
- De 1001 a 1400
- De 1401 a 1800
- De 1801 a más

### **Seguro**

#### **Definición Operacional**

- Essalud
- SIS
- Ningún seguro

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

### **Definición conceptual:**

Son todas aquellas acciones, procedimientos e intervenciones integrales, orientadas a que la población, como individuos y como familias, mejoren sus condiciones para vivir y disfrutar de una vida saludable y para mantenerse sanos (50).

### **Definición operacional:**

- Acciones Adecuados
- Acciones inadecuadas

## III. APOYO SOCIAL

Red compuesta por familia, amigos, vecinos y miembros de la comunidad que está disponible para brindar ayuda psicológica, física y financiera en los momentos de necesidad (51).

### **Definición operacional:**

- Tiene Apoyo Social
- No tiene apoyo social

## IV. ESTILOS DE VIDA

### **Definición conceptual:**

Compuesto por sus reacciones habituales y por las pautas de conducta que ha desarrollado durante sus procesos de socialización. hábitos de vida, normalmente nos referimos a una combinación de factores tangibles e intangibles, es decir aspectos físicos y psicológicos o culturales que conforman la manera de vivir de un individuo o un conjunto de ellos, no son fijas, sino que están sujetas a modificaciones (52).

### **Definición operacional:**

- Estilo de vida saludable
- Estilo de vida no saludable

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

#### **Técnica**

En la presente investigación se utilizó la entrevista y la observación 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°01**

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

Elaborado por Vílchez Reyes María Adriana, en Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación (Anexo N° 01).

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°02**

#### **CUESTIONARIO SOBRE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD**

Está constituido por 72 ítems distribuidos en 8 ejes temáticos:

- Datos de Identificación, donde se obtiene las iniciales o seudónimo de 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 **Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención Y Promoción de la Salud** en nuestra localidad se obtuvo el coeficiente estadístico de Alfa de Cronbach con una muestra piloto del 10% del total de la muestra del estudio.

Asimismo, se realizó validez de contenido mediante la evaluación por juicios de expertos. (Anexo N° 03).

#### **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 Factores Sociodemográficos y Acciones de Promoción y Prevención de la salud. Desarrollado por Dra. Vílchez Reyes Adriana, Directora de la presente línea de Investigación y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaqué.

Durante las reuniones se 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 necesarios a los enunciados y categorías de respuestas de las preguntas relacionadas a la promoción y prevención de la salud en los adultos.

##### **Evaluación cuantitativa:**

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

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

Dónde:

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

$l$  : Es la calificación más baja posible.

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

El coeficiente V de Aiken total es 0,998, este valor indica que el instrumento es válido para recabar información respecto a los determinantes de la salud en la persona adulta del Perú.

## **Confiabilidad**

### **Confiabilidad interevaluador**

Se evaluó 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.

### **Instrumento N°03**

#### **CUESTIONARIO SOBRE APOYO SOCIAL**

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 validada en español Londoño, N. et al (2012) (Anexo N° 03).

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

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 ( $\alpha= 0.74$ ).

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°04**

#### **CUESTIONARIO SOBRE ESTILOS DE VIDA**

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 stress: **8 ítems**

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

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

El instrumento de estilo de vida proviene del cuestionario Health Promoting Lifestyle Profile II (HPLP-II) en la versión original, 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 ( $\alpha=0.88$ ). (ANEXO N°04)

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

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

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

Se tomó en cuenta este principio, bajo el cual se aseguró la protección de la identidad de los adultos del Asentamiento humano Los constructores, por ello los instrumentos de la investigación fueron anónima y la información obtenida fue solo para fines de la investigación, respetando los principios éticos de la identidad de las participantes, dignidad, creencias y religión, diversidad socio cultural, confidencialidad y privacidad.

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

Se informó a los adultos del Asentamiento Humano Los Constructores sobre el proyecto de investigación de los Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud, estilos de vida y apoyo social del adulto en el Asentamiento Humano Los Constructores \_ Nuevo Chimbote, 2021, se hizo uso del consentimiento informado como permiso para participar de este proyecto. (ANEXO N°05)

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

Se buscó beneficiar a los adultos encuestados, no perjudicándolos, por ello se guardó su identidad en los resultados correspondientes, respetando su decisión de participación o no. En ese sentido, La investigadora tuvo en cuenta las siguientes reglas generales: no causar daño, disminuir los posibles efectos adversos y maximizar los beneficios.

Versión: 003 Código: CEI F. Implementación: 29-10-20 Pág. 4 de 10 Elaborado por: Coordinación de Planificación y Programación Presupuestal Revisado por: Dirección de Calidad Aprobado por: Consejo Universitario Resolución N° 0916-2020-CU-ULADECH católica.

**Principio de justicia**

En este proyecto de investigación se respetó a los adultos participantes y sus decisiones a tomar, se les brindó información necesaria, con equidad y buen trato.

**Principio de Integridad Científica**

Desde el inicio de la investigación sobre los Factores sociodemográficos, acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud, estilos de vida y apoyo social del adulto en el Asentamiento Humano Los Constructores, Se procedió con rigor científico, asegurando la validez de los métodos, fuentes y datos. Además, se garantiza la veracidad en todo el proceso de investigación, desde la formulación, desarrollo, análisis, y comunicación de los resultados (53).

## IV. RESULTADOS

### 4.1. Resultados

**TABLA 1: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES \_NUEVO CHIMBOTE, 2022.**

<b>Sexo</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Masculino	58	34,3
Femenino	111	65,7
<b>TOTAL</b>	<b>169</b>	<b>100,0</b>

<b>Edad</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
De 18-35 Años	75	44,4
De 36-59 Años	81	47,9
De 60 a mas Años	13	7,7
<b>TOTAL</b>	<b>169</b>	<b>100,0</b>

<b>Grado de Instrucción</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Analfabeto	12	7,1
Primaria	41	24,3
Secundaria	80	47,3
Superior	36	21,3
<b>TOTAL</b>	<b>169</b>	<b>100,0</b>

<b>Religión</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Católico	46	27,2
Evangélico	72	42,6
Otra	51	30,2
<b>TOTAL</b>	<b>169</b>	<b>100,0</b>

<b>Estado Cívil</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Soltero	60	35,5
Casado	45	26,6
Viudo	9	5,3
Conviviente	45	26,6

Separado	10	5,9
<b>TOTAL</b>	<b>169</b>	<b>100,0</b>

<b>Ocupación</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Obrero	24	14,2
Empleado	36	21,3
Ama de Casa	85	50,3
Estudiante	17	10,1
Otros	7	4,1
<b>TOTAL</b>	<b>169</b>	<b>100,0</b>

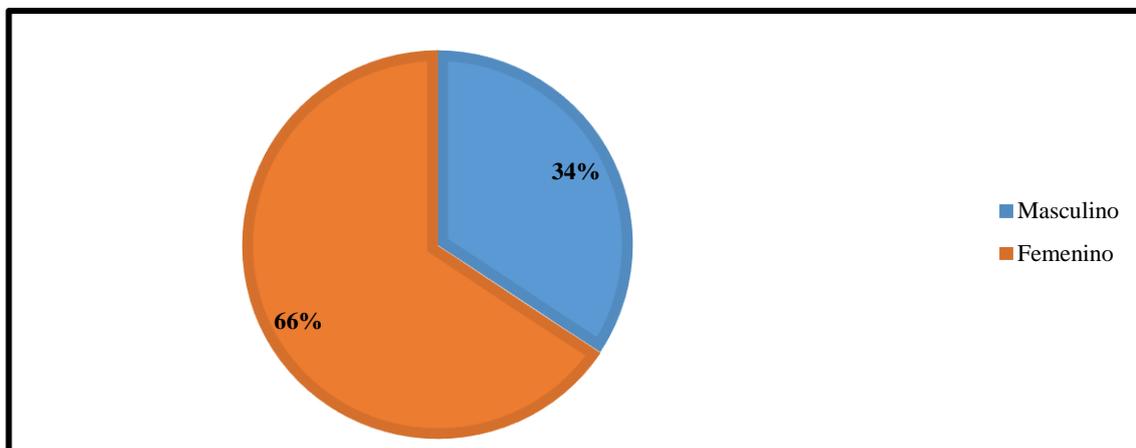
<b>Ingreso Económico</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Menos de 400 soles	36	21,3
De 400 a 650 soles	39	23,1
De 650 a 800 soles	41	24,3
De 850 a 1100 soles	29	17,2
Mayor a 1100 Nuevo soles	24	14,2
<b>TOTAL</b>	<b>169</b>	<b>100,0</b>

<b>Sistema de Seguro</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
ESSALUD	23	13,6
SIS	116	68,6
Otro Seguro	7	4,1
No tiene Seguro	23	13,6
<b>TOTAL</b>	<b>169</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vélchez, M. Aplicado a los Adultos del Asentamiento Humano Los constructores\_ Nuevo Chimbote 2022.

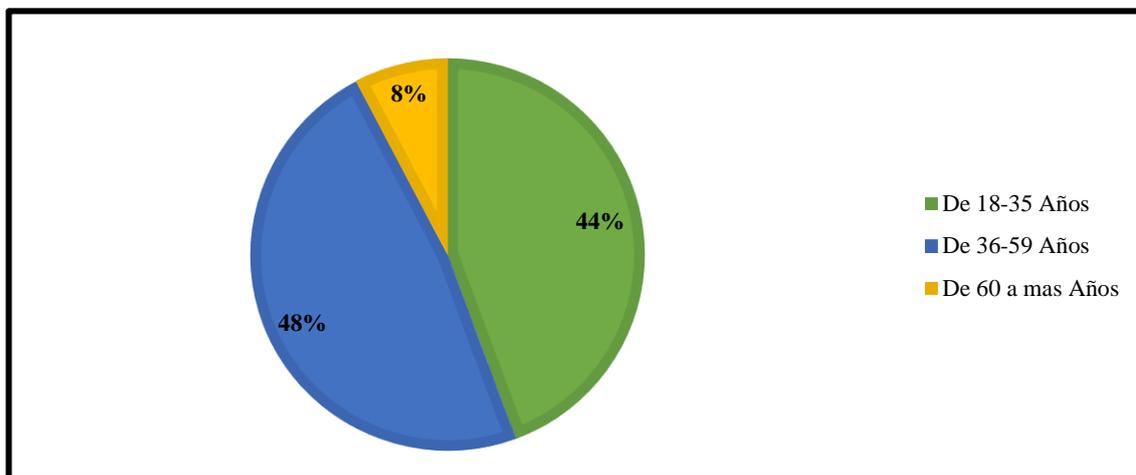
## FÍGURA DE TABLA 1

**FÍGURA 1: SEXO DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES \_ NUEVO CHIMBOTE, 2022.**



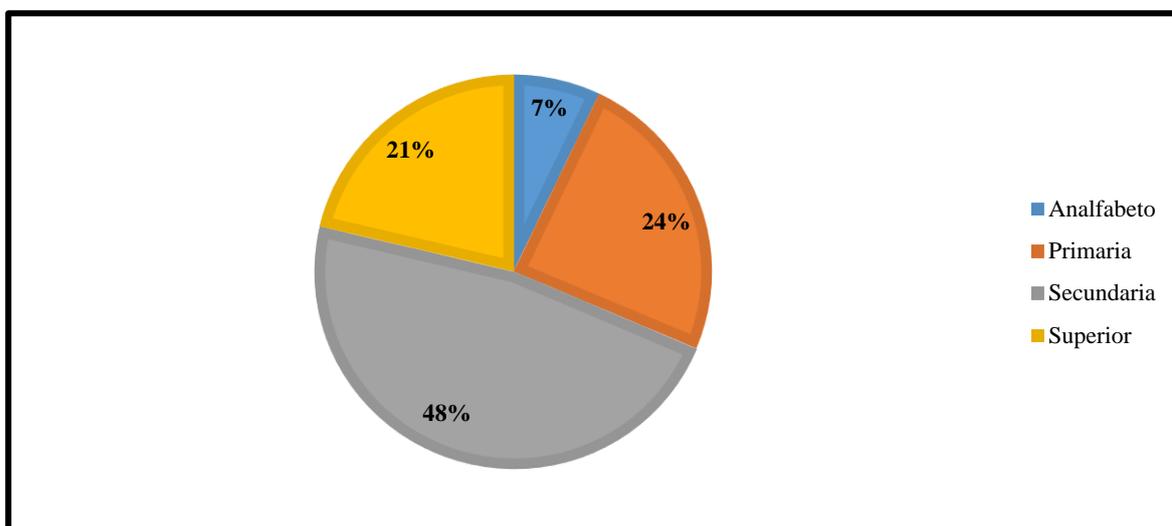
**Fuente:** Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez, M. Aplicado al adulto en el Asentamiento Humano Los Constructores \_ Nuevo Chimbote, 2022.

**FÍGURA 2: EDAD DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES \_ NUEVO CHIMBOTE, 2022.**



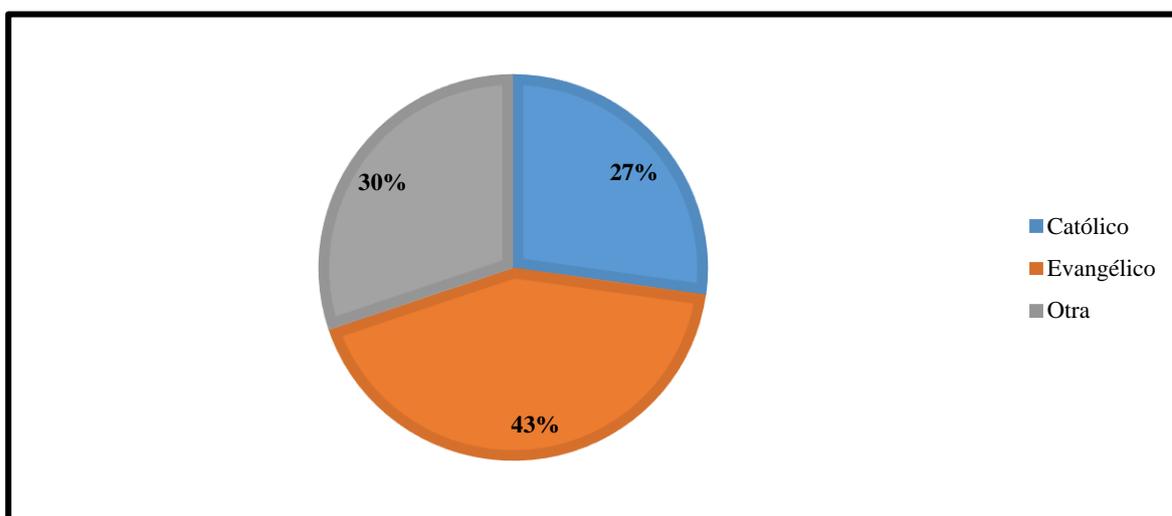
**Fuente:** Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez, M. Aplicado al adulto en el Asentamiento Humano Los Constructores \_ Nuevo Chimbote, 2022.

**FÍGURA 3: GRADO DE INSTRUCCIÓN DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES \_ NUEVO CHIMBOTE, 2022.**



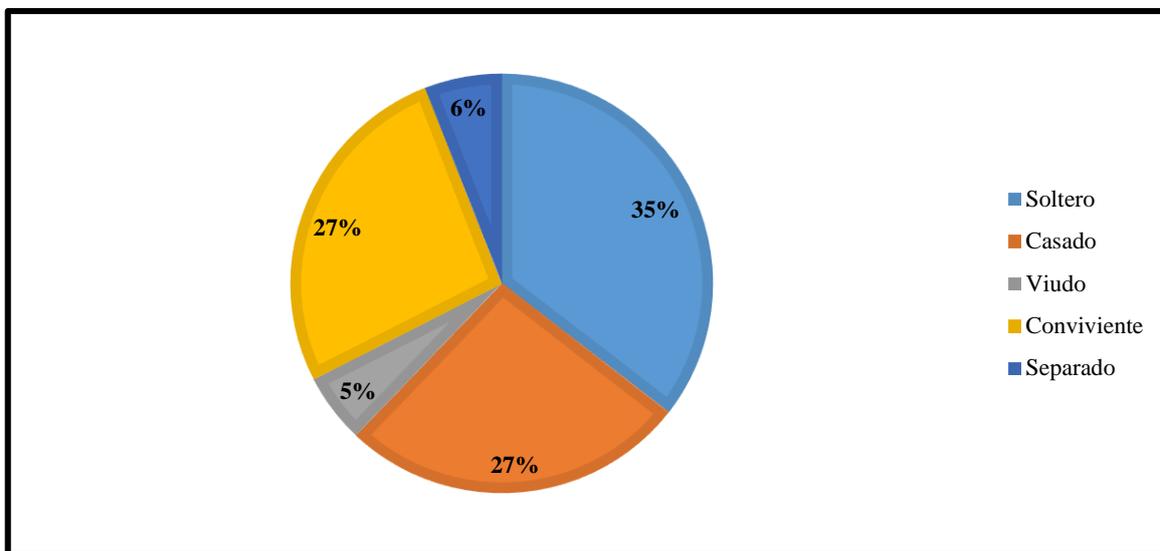
**Fuente:** Cuestionario de los Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez, M. Aplicado al adulto en el Asentamiento Humano Los Constructores \_Nuevo Chimbote, 2022.

**FÍGURA 4: RELIGIÓN DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES \_ NUEVO CHIMBOTE, 2022.**



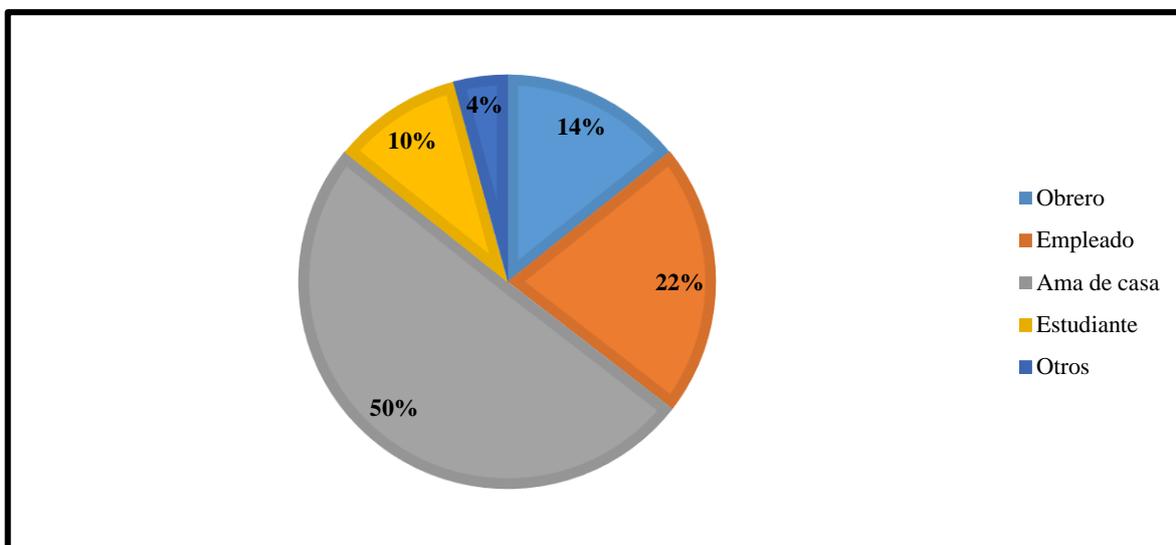
**Fuente:** Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez, M. Aplicado al adulto en el Asentamiento Humano Los Constructores \_Nuevo Chimbote, 2022

**FÍGURA 5: ESTADO CÍVIL DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES \_ NUEVO CHIMBOTE, 2022.**



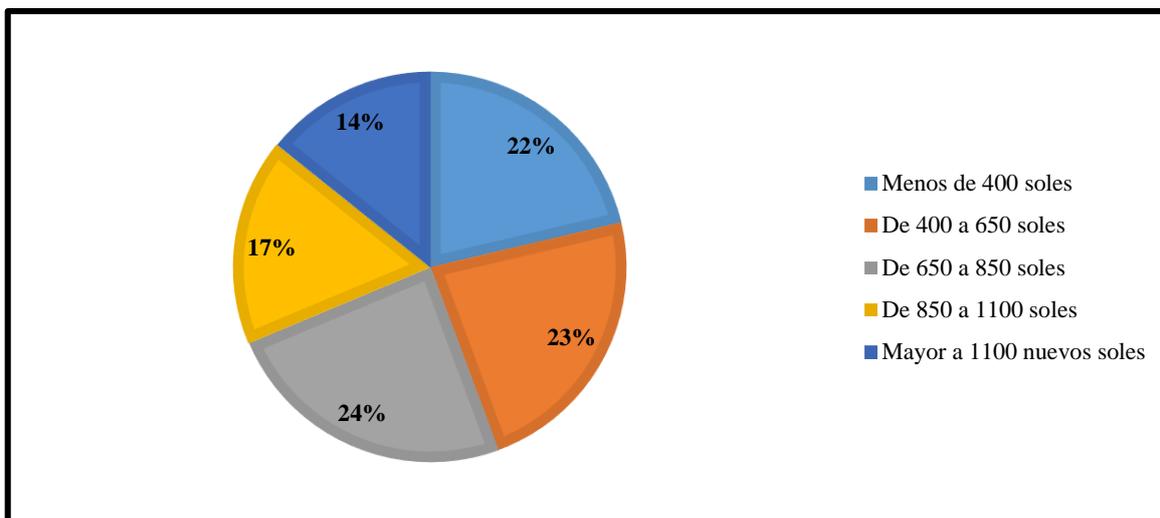
**Fuente:** Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez, M. Aplicado al adulto en el Asentamiento Humano Los Constructores \_Nuevo Chimbote, 2022

**FÍGURA 6: OCUPACIÓN DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES \_ NUEVO CHIMBOTE, 2022.**



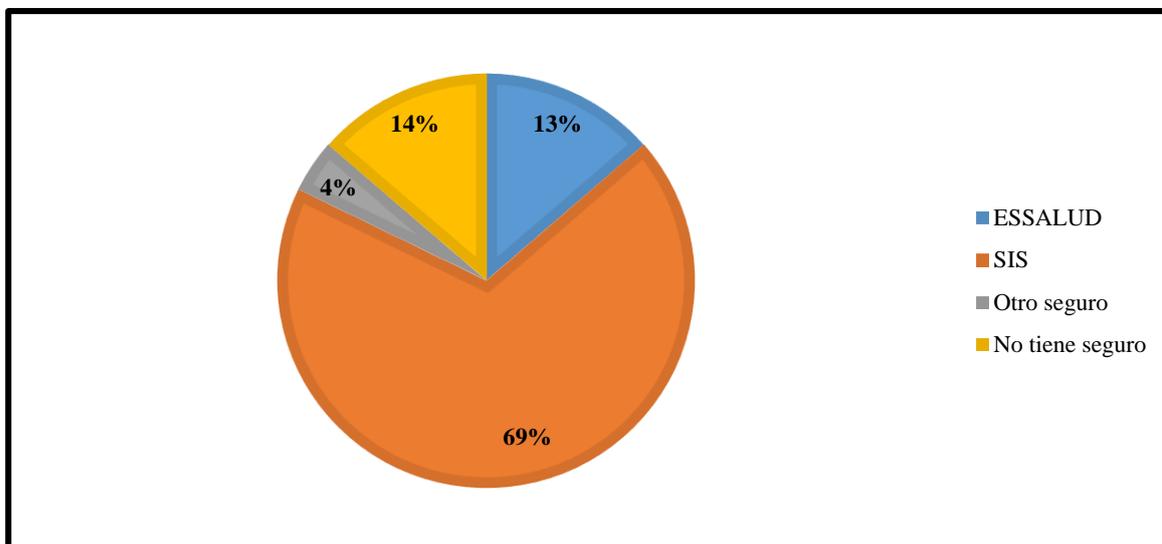
**Fuente:** Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez, M. Aplicado a adulto en el Asentamiento Humano Los Constructores \_Nuevo Chimbote, 2022

**FÍGURA 7: INGRESO ECONÓMICO DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES \_ NUEVO CHIMBOTE, 2022.**



**Fuente:** Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez, M. Aplicado al adulto en el Asentamiento Humano Los Constructores \_Nuevo Chimbote, 2022

**FÍGURA 8: TIPO DE SEGURO DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES \_ NUEVO CHIMBOTE, 2022.**



**Fuente:** Cuestionario de Factores Sociodemográficos, elaborado por Vílchez, M. Aplicado al adulto en el Asentamiento Humano Los Constructores \_Nuevo Chimbote, 2022

**TABLA 2: ACCIONES DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE SALUD EN LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES \_ NUEVO CHIMBOTE, 2022**

	<b>PROMEDIO</b>	<b>DESV. ESTAND</b>	<b>MIN</b>	<b>MÁX</b>
<b>D1</b>	18,85	2,43	14	27
<b>D2</b>	31,81	4,95	19	40
<b>D3</b>	47,22	7,93	32	67
<b>D4</b>	9,14	2,70	4	16
<b>D5</b>	10,46	3,69	5	20
<b>D6</b>	13,50	2,89	7	23
<b>D7</b>	21,58	2,70	15	30
<b>D8</b>	22,83	4,10	14	32
<b>TOTAL</b>	175,38	31,38	110	255

**Fuente:** Cuestionario sobre Acciones de Prevención y Promoción de la Salud, elaborado por Vílchez M, Directora de la presente línea de Investigación y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaqué. Aplicado a adulto en el Asentamiento Humano Los Constructores \_ Nuevo Chimbote, 2022.

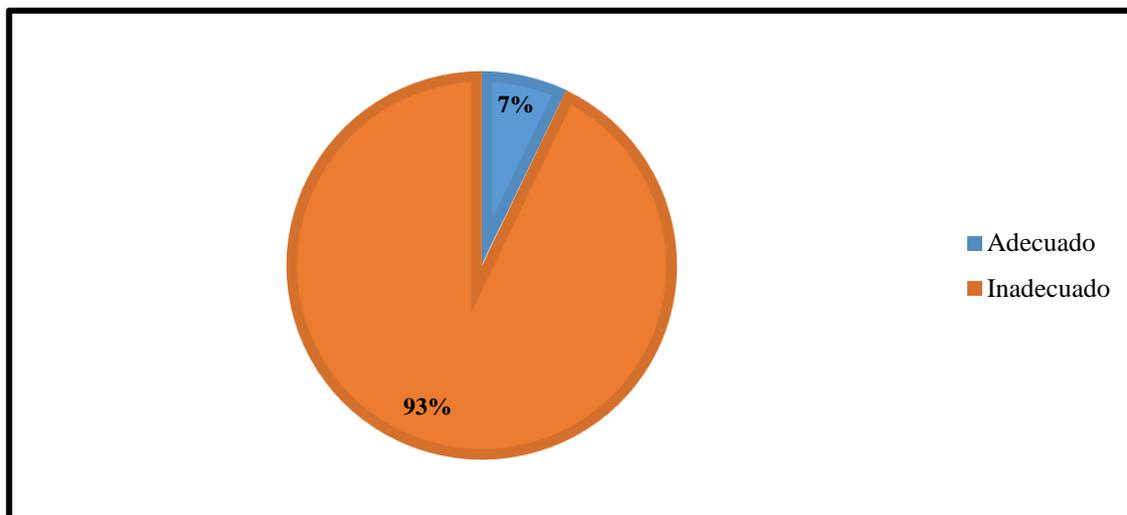
**ACCIONES DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE SALUD EN LOS ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES \_ NUEVO CHIMBOTE, 2022**

<b>ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>ADECUADO</b>	12	7,1
<b>INADECUADO</b>	157	92,9
<b>TOTAL</b>	<b>169</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Cuestionario sobre las Acciones de Prevención y Promoción de la Salud, elaborado por Vílchez M, Directora de la presente línea de Investigación y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaqué. Aplicado a adulto en el Asentamiento Humano Los Constructores \_ Nuevo Chimbote, 2022.

**FÍGURA DE TABLA 2**

**ACCIONES DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE SALUD EN LOS ADULTO  
DEL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES \_ NUEVO  
CHIMBOTE, 2022**



**Fuente:** Cuestionario sobre las Acciones de Prevención y Promoción de la Salud, elaborado por Vílchez M, Directa de la presente línea de Investigación y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaqué. Aplicado a adulto en el Asentamiento Humano Los Constructores \_ Nuevo Chimbote, 2022.

**TABLA 3**

***ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES \_ NUEVO CHIMBOTE, 2022.***

	<b>Promedio</b>	<b>Desviación</b>	<b>Min</b>	<b>Max</b>
<b>D 1</b>	20,58	3,73	13	34
<b>D 2</b>	37,95	6,74	25	52
<b>D 3</b>	37,95	5,91	24	49
<b>TOTAL</b>	96, 48	16, 38	62	135

**Fuente:** Cuestionario de estilos de vida: elaborado por Serrano M. Boada J, Vigil A, Gil C. Aplicado al adulto en el Asentamiento Humano Los Constructores \_ Nuevo Chimbote, 2022

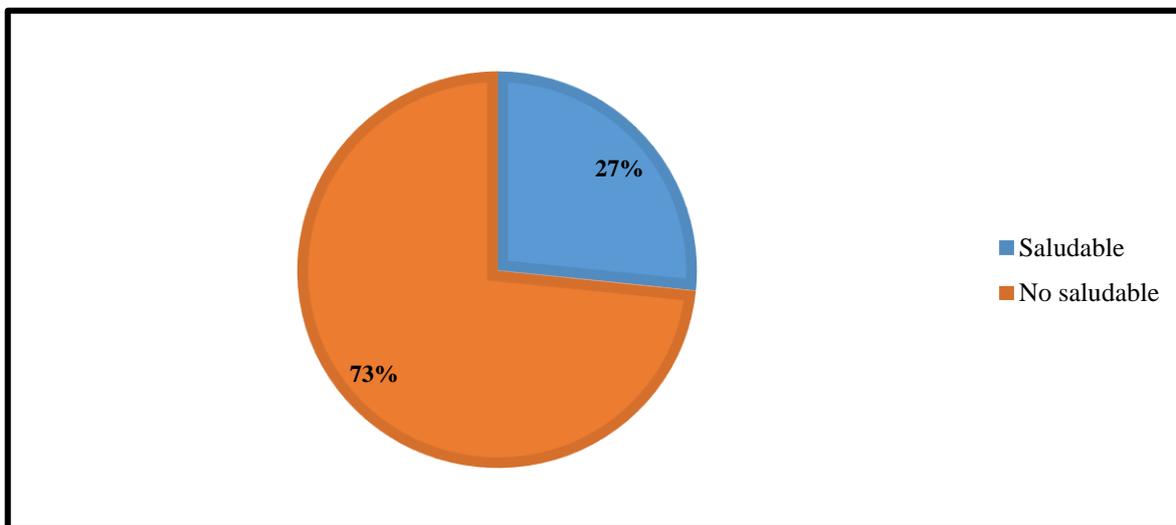
***ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES \_ NUEVO CHIMBOTE, 2022.***

<b>ESTILO DE VIDA</b>	<b>RANGO</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Saludable	0,91	45	26,6
No saludable	92 – 130	124	73,4
<b>TOTAL</b>		<b>169</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Cuestionario de estilos de vida: elaborado por Serrano M. Boada J, Vigil A, Gil C. Aplicado al adulto del Asentamiento Humano Los Constructores \_ Nuevo Chimbote, 2022.

### FÍGURA DE TABLA 3

#### *FACTORES ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES \_ NUEVO CHIMBOTE, 2022.*



**Fuente:** Cuestionario de estilos de vida: elaborado por Serrano M. Boada J, Vigil A, Gil C. Aplicado al adulto del Asentamiento Humano Los Constructores \_ Nuevo Chimbote, 2022

**TABLA 4*****APOYO SOCIAL DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES \_ NUEVO CHIMBOTE, 2022.***

<b>APOYO SOCIAL</b>		<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Apoyo emocional</b>			
0 – 24	No tiene	67	39,5
25 – 40	Si tiene	102	60,5
<b>TOTAL</b>		169	100,0
<b>Apoyo material</b>			
0 - 12	No tiene	59	34,9
13 – 20	Si tiene	110	65,1
<b>TOTAL</b>		169	100,0
<b>Relaciones de ocio y distracción</b>			
0 - 12	No tiene	63	37,3
13 – 20	Si tiene	106	62,7
<b>TOTAL</b>		169	100,0
<b>Apoyo afectivo</b>			
0 – 9	No tiene	69	40,8
10 – 20	Si tiene	100	59,2
<b>TOTAL</b>		169	100,0

**Fuente:** Cuestionario de Factores de Apoyo Social elaborado por Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I, Validado del cuestionario MOS de apoyo social en atención primaria. Aplicado en el Adulto del Asentamiento Humano Los Constructores \_ Nuevo Chimbote, 2022

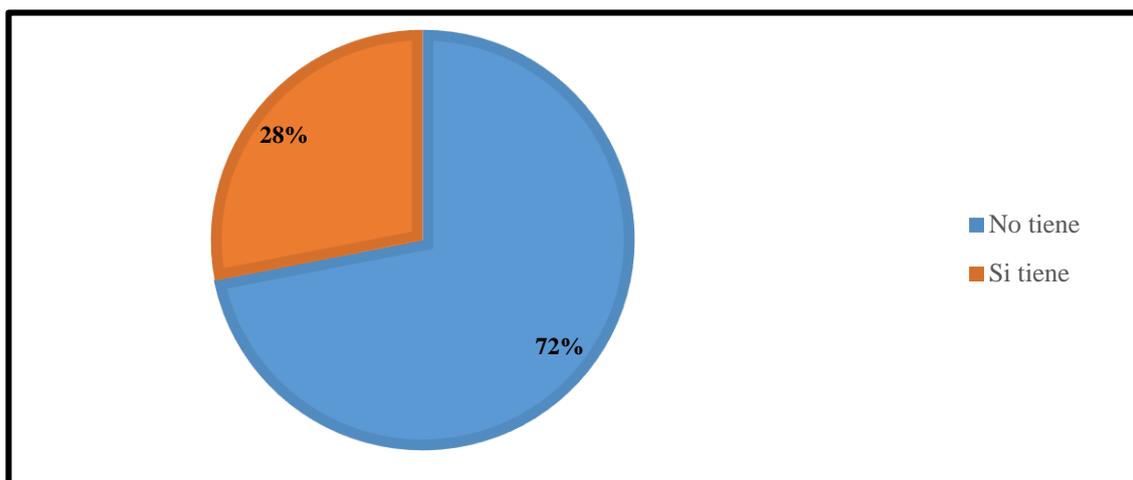
**APOYO SOCIAL DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES \_ NUEVO CHIMBOTE, 2022.**

APOYO SOCIAL		N	%
0 – 57	No tiene	62	36,7
58 - 94	Si tiene	107	63,3
<b>TOTAL</b>		<b>169</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Cuestionario Factores de Apoyo Social elaborado por Revilla L, Luna J, Bailon E, Medina I, Validado del cuestionario MOS de Apoyo Social en atención primaria. Aplicado en el Adulto del Asentamiento Humano Los Constructores \_ Nuevo Chimbote, 2022

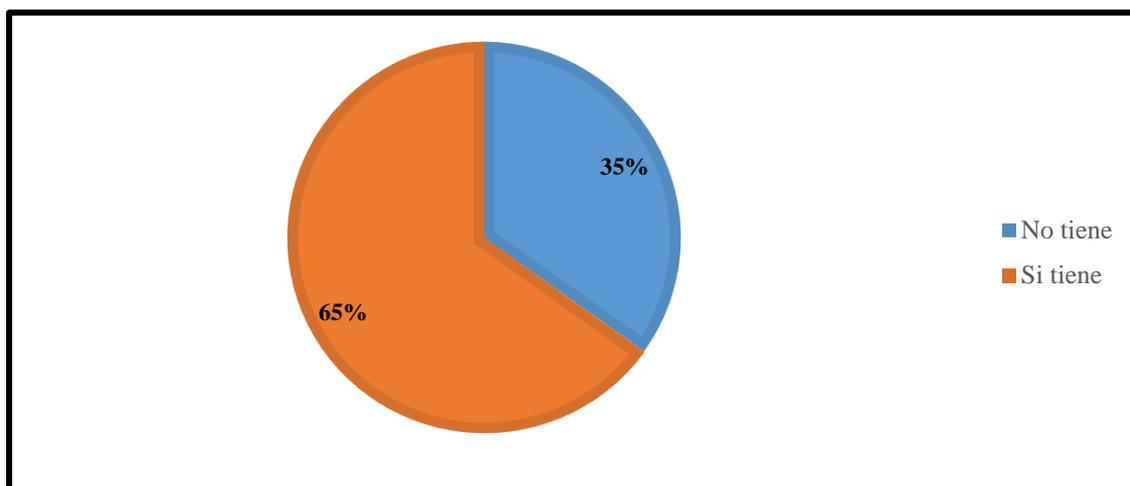
**FÍGURA DE TABLA 4**

**FIGURA 1: APOYO EMOCIONAL DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES \_ NUEVO CHIMBOTE, 2022.**



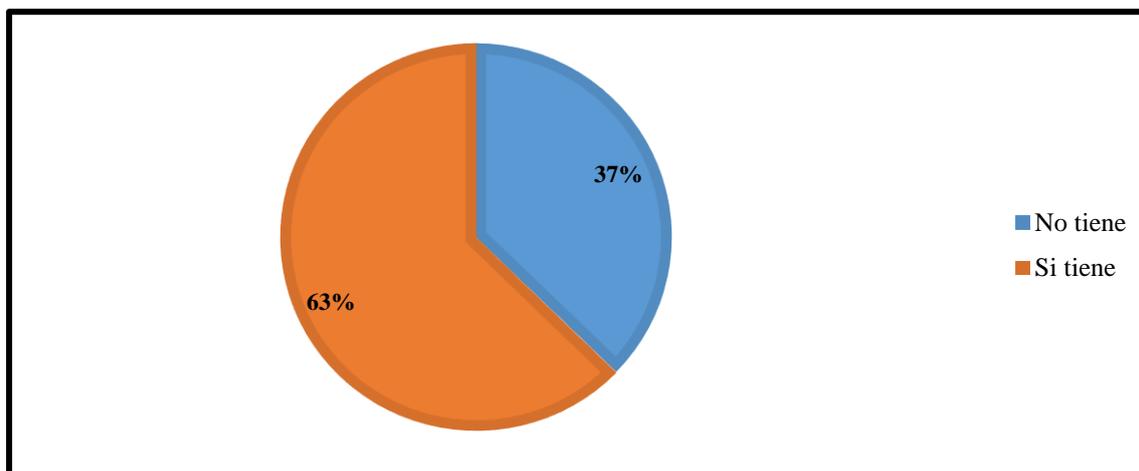
**Fuente:** Cuestionario factores de apoyo social elaborado por Revilla L, Luna J, Bailon E, Medina I, Validado del cuestionario MOS de apoyo social en atención primaria. Aplicado en el Adulto en el Asentamiento Humano Los Constructores \_ Nuevo Chimbote, 2022

**FÍGURA 2: APOYO MATERIAL DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES \_ NUEVO CHIMBOTE, 2022.**



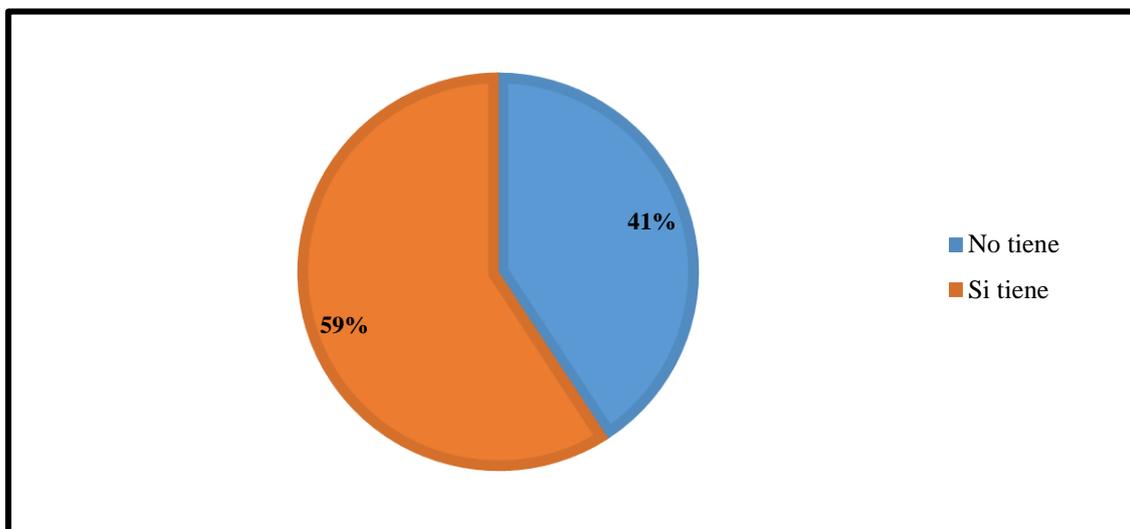
**Fuente:** Cuestionario factores de apoyo social elaborado por Revilla L, Luna J, Bailon E, Medina I, Validado del cuestionario MOS de apoyo social en atención primaria. Aplicado en el Adulto del Asentamiento Humano Los Constructores \_ Nuevo Chimbote, 2022

**FÍGURA 3: RELACIONES DE OCIO Y DISTRACCIÓN DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES \_ NUEVO CHIMBOTE, 2022.**



**Fuente:** Cuestionario factores de apoyo social elaborado por Revilla L, Luna J, Bailon E, Medina I, Validado del cuestionario MOS de apoyo social en atención primaria. Aplicado en el Adulto del Asentamiento Humano Los Constructores \_ Nuevo Chimbote, 2022

**FÍGURA 4: APOYO AFECTIVO DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES \_ NUEVO CHIMBOTE, 2022.**



**Fuente:** Cuestionario Factores de apoyo social elaborado por Revilla L, Luna J, Bailon E, Medina I, Validado del cuestionario MOS de apoyo social en atención primaria. Aplicado en el Adulto del Asentamiento Humano Los Constructores \_ Nuevo Chimbote, 2022

**TABLA 5*****RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS, ESTILO DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADOLESCENTE EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES\_ NUEVO CHIMBOTE, 2021***

FACTOR SOCIODEMOGRÁFICOS	ESTILOS DE VIDA		APOYO SOCIAL	
	X2	P-VALOR	X2	P-VALOR
Sexo	0,325	0,568	0,322	0,57
Edad	1,143	0,565	1,238	0,538
Grado de Instrucción	10,036	0,18	0,16	10,295
Religión	0	5,951	0,155	0,051
Estado Civil	0,818	0,664	0,838	0,658
Ocupación	13,217	0,01	13	0,011
Ingreso Económico	3,21	0,523	3,186	0,527
Tipo de seguro	2,553	0,466	2,886	0,41

**Fuente:** Relación De Factores Sociodemográficos Elaborado Por Vílchez M, Cuestionario Estilos De Vida Elaborada Por Serrano J, Boada L, Luna J, Bailon E, Medina I. Aplicado a los Adultos del Asentamiento Humano Los Constructores \_ Nuevo Chimbote, 2022

**TABLA 6**

**RELACIÓN DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD ASOCIADO AL ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES \_ NUEVO CHIMBOTE, 2022.**

Acciones de Prevención y Promoción	ESTILO DE VIDA				TOTAL		CHI CUADRADO			
	Saludable		No saludable		N	%	x2=	gl=		
	N	%	n	%	N	%	P=			
Inadecuado	40	23,7	117	69,2	157	92,9		1,4954		1
Adecuado	5	3,0	7	4,1	12	7,1		3,8414588	>	0,05
<b>TOTAL</b>	<b>45</b>	<b>26,6</b>	<b>124</b>	<b>73.4%</b>	<b>169</b>	<b>100.0</b>		No existe relación		

**Fuente:** Cuestionario de prevención y promoción de la salud, elaborado por Vílchez, M. y cuestionario de estilos de vida, elaborado por Serrano J, Boada J, Vigil A, & Gil C, Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano Los Constructores \_ Nuevo Chimbote, 2022.

**TABLA 7**

**RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES \_ NUEVO CHIMBOTE, 2022.**

Acciones de Prevención y Promoción	Apoyo Social				TOTAL		CHI CUADRADO			
	Saludable		No saludable		N	%	x2=	gl=		
	N	%	n	%	N	%	P=			
Inadecuado	98	58,0	59	34,9	157	92,9		0,7595		1
Adecuado	9	5,3	3	1,8	12	7,1		3,8414588	>	0,05
<b>TOTAL</b>	<b>107</b>	<b>63,3</b>	<b>62</b>	<b>36,7</b>	<b>169</b>	<b>100,0</b>		No Existe relación		

**Fuente:** Cuestionario de prevención y promoción elaborado por Vílchez M, directora de la presente línea de investigación, en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaqué y cuestionario de apoyo social elaborado por Revilla L, Luna J, Bailon E, Medina I. Aplicado a los adultos del Asentamiento Humano Los Constructores \_ Nuevo Chimbote, 2022.

## 4.2 Análisis de Resultados

**Tabla 1:** Según los datos obtenidos de la población encuestada se observa que el 65,7% (111) son de sexo femenino, el 47,9% (81) comprenden edades que oscilan entre los 36 a 59 años, cuentan con grado de instrucción secundaria un 47,3% (80), profesan religión evangélica 42,6% (72), se encuentran solteros un 35,5% (60), el 50,3% (85) se dedican al hogar, un 24,3% (41) tienen un ingreso salarial de 650 a 850 soles, cuentan con seguro del SIS un 68,6% (116).

Según la teoría de la promoción de la salud, las características y experiencias individuales de cada persona influyen a que asuma su autocuidado esto varía de acuerdo a los factores personales, en el cual se encuentra la edad, sexo, entorno: Familia, amigos, y la educación recibida, ello forman una percepción de las acciones que van a tomar con respecto al cuidado de su salud, cabe recalcar que existen barreras que obstaculizan el autocuidado entre ellos tenemos los bajos ingresos económicos o la voluntad de cada persona para asumir una salud responsable (22).

De los adultos encuestados menos de la mitad cuentan con una edad entre 36 a 59 años, cabe recalcar que la edad, es un estado biológico que varía mientras los años van pasando implicando cambios físicos y cognitivos continuamente, adquiriendo y perdiendo derechos a recursos, con los años se van presentando las enfermedades como consecuencia de un estilo de vida inadecuado. La adultez comprende un estado cognitivo completo, ya que la persona adquiere responsabilidades y busca la estabilidad en las áreas de su vida, mira hacia un futuro buscando asegurar a su familia, asimismo en esta etapa florece la etapa reflexiva de pensamiento social, adaptable, que asume mayor carga de responsabilidad, los lazos emocionales sentimentales se hacen más sólidos (54).

En la investigación realizada se halló que la mayoría son de sexo femenino, porque la mujer es la que se encarga del cuidado del hogar, y está presente en la casa. El sexo hace referencia a las características físicas y biológicas, existen dos genomas que se caracterizan por su singularidad el genoma xy determina el sexo femenino, genoma xx sexo masculino, estas intervienen en su función y comportamiento de la persona. Las mujeres tienen el instinto maternal encargado de ver las necesidades del hogar, es aquella que planifica, organiza, promueve y ejecuta acciones en beneficio de su hogar,

es la que distribuye el dinero en el hogar, encargada de la administración de los gastos y de la educación de los hijos (55).

En la población estudiada se encontró que menos de la mitad cuenta con un grado de instrucción secundaria. La educación es indispensable para afrontar la vida, ya que la persona adquiere conocimientos, sabiduría, para afrontar las circunstancias difíciles como la pobreza, necesidad, la persona que se educa adquiere habilidades de subsistencia y la oportunidad de tener un trabajo sólido, estable, con varios beneficios, la educación te libera del analfabetismo y la ignorancia, para ello se necesita disciplina, empeño, desvelos para lograr los objetivos que exige el estudio (56).

Asimismo, en los pobladores se encontró que menos de la mitad profesan la religión evangélica, se comprende que la religión es un conjunto de creencia y tradiciones fundamentadas en la divinidad de un ser supremo que guía, guarda y bendice a los que le siguen en sujeción a sus leyes, estableciendo leyes y principios morales ayudando al hombre a refugiarse y tener esperanza ante la adversidad, es una motivación para afrontar con ímpetu los problemas. La religión evangélica es una religión que tuvo como servidor a Martin Lutero, el libro porque se guían es exclusivamente la biblia, tienen euforia y amor por seguir a Jesús, muestra un evangelio sencillo orientado a los pobres, influenciando en su fe (57).

El ingreso económico, se halló que menos de la mitad de los adultos encuestados cuentan con un ingreso de 650 a 850 soles mensuales, la economía es un sustento indispensable en los gastos en el hogar, dependiendo a ello, la persona va a poder afrontar las necesidades básicas, dependiendo de la cantidad de dinero que ingresa al hogar se distribuye y determina la calidad de vida que llevara la persona con su familia, ya que influye en la educación, servicios de salud y vivienda de calidad (58).

El trabajo es una actividad realizada, de forma manual que requiere esfuerzo físico o intelectual que aborda esfuerzo cognitivo, esto ayuda a producir bienes o servicios satisfaciendo necesidades, en el hogar es indispensable para mantener la armonía y seguridad en las familias, existen distintas clases de trabajo cada una de ellas son honrosas buscando el fin de un bienestar (59).

La mayoría de las personas encuestadas cuentan con el seguro del SIS, el seguro de salud es una entidad del gobierno que busca optimizar la salud de la población que se

encuentra en extrema pobreza, con el fin de promover la prevención y promoción en la salud, es uno de los más usados por los peruanos, por los bajos ingresos económicos que tiene la población, gracias al seguro brindado por el estado pueden ir gratuitamente al establecimiento de salud y se les brinda medicamentos básicos para tratar enfermedades, trayendo en ella paquetes como: Prevención y promoción, deontología, control de crecimiento y desarrollo, tamizaje de enfermedades no transmisibles, tratamiento a niños con anemia, (60).

El estudio es similar al de Ramírez, M. (18) en su investigación “Factores Sociodemográficos Y Acciones De Prevención Y Promoción Asociado Al Comportamiento De La Salud: Estilos De Vida Y Apoyo Social Del Adulto. Pueblo Joven Primavera Baja Chimbote, 2019”. Son del sexo femenino el 61,6% (122) de la población encuestada, el 45,0% (52) cuentan con edades entre 36 a 59 años de edad. Huamán, J (21). Llegándose a la Conclusión que el 49,6% (62) cuentan con el grado de educación secundaria. El estudio difiere de Huamán, J (21). El 58,4% (111) son de sexo femenino, en el grado de instrucción el 39,6% (46) estudiaron hasta el nivel primario, estado civil 34,5% (40) son convivientes.

El estudio de se asemeja al estudio de Haro, M (61). En ingreso económico, y cuenta de SIS, el 40,5% (77) tienen sueldo de 650 a 850 soles; 71,2% (141) cuenta con SIS. Asimismo, el estudio difiere de Ramírez, M (18). En su investigación a los adultos que viven en el Pueblo Joven Primavera Baja, el 60% (31) son conviviente, el 48,5% (96) cuentan con un ingreso salarial familiar de S/. 650 a S/. 850 y el 38,9% (45) tienen el seguro SIS.

En conclusión, de los resultados obtenidos se encontró que el promedio del ingreso económico en el hogar es de 650 a 850 soles mensuales, ingresos bajos para mantener un hogar de acuerdo a las necesidades básicas para sustentarse, las mujeres son amas de casa encargadas del hogar no teniendo medios para aportar económicamente a sus familias ya que solo el varón es el único que aporta en el hogar, hallándose barreras para brindar un nivel de vida adecuado. Se plantea como propuesta de mejora al Asentamiento Los Constructores en conjunto de la junta directiva y del puesto de salud de la comunidad, que se siga realizando un seguimiento a las problemáticas halladas, estableciendo estrategias, educando e informando a la población de cómo estos factores influyen en su salud, y así mejorar la calidad de vida.

**Tabla 2:** De la población encuestada se tomaron en cuenta las siguientes dimensiones: La alimentación, la nutrición, higiene, y las habilidades que se tiene para la vida, la actividad física, salud sexual y reproductiva, salud bucal, salud mental y cultura de la paz, seguridad vial finalmente la cultura de tránsito, se halló que el 92,7% (12) cuentan con acciones de acción y prevención inadecuadas, presentan acciones de prevención y promoción adecuadas el 7,1% (12)

Nola Pender menciona en su teoría que, para tomar acciones en relación al cuidado de su salud, influye la percepción de los beneficios que esto trae si le son favorables o no, y las limitaciones u barreras que se presentan para ejercer un autocuidado como la pobreza, falta de información, facultad física, entre otros; Asimismo la voluntad es un factor predominante para tomar decisiones en el compromiso del cuidado de la salud (26).

En la población casi la totalidad asumen acciones de promoción y prevención de la salud inadecuadas esto se debe a la falta de economía para acceder a los alimentos necesarios y variados, como tener un cepillo o hilo dental para una adecuada salud bucal, estos adultos no tienen un estado mental adecuado porque tienen estrés por la falta de dinero, y no pueden sustentar de la manera esperada a su hogar.

La promoción de la salud es un proceso que permite a la persona y comunidad realizar un cuidado adecuado en su salud y adopte hábitos nuevos. Para que se dé una promoción en la salud se necesita del estado, las organizaciones de la salud, es indispensable que se modifiquen las condiciones económicas, laborales promoviendo una mejora en su condición de vida. La OMS en las américas están continuamente planteando estrategias esenciales para promover el cuidado de la salud, buscando empoderar a la comunidad. Fomentando sus capacidades, y fortalezas para lograr un estado de salud óptimo (62).

La prevención en el área de salud busca estrategias para prevenir enfermedades, educando a la población, además de ello no solo se basa en eso sino también en la reducción del avance de la enfermedad, ayuda a diagnosticar a tiempo las enfermedades que pueda padecer la persona, esta ayuda emana desde todos los servicios de salud, cabe recalcar que las personas están expuestas a factores de riesgo que influyen en la salud

de las personas cuales están asociados a las conductas de riesgo que son modificables (63).

La salud es un estado de bienestar integral que se encuentra la persona, en el área mental, física, social y moral. Y constantemente este bienestar se ve afectado por los factores externos, como las condiciones de vida, enfermedades, apoyo social, los estilos de vida que adopta la persona, la cultura, la alimentación, el ejercicio, etc. (64).

Según el MINSA en la salud existe una alta tasa de personas afectadas en la salud ya que tienen una inapropiada acción de promoción y prevención de la salud, ya que no tienen una educación necesaria para prevenir enfermedades, por ello es indispensable que se trabaje en la escuela, viviendas, familias, para que las personas modifiquen sus estilos de vida y asuman con responsabilidad el estado de salud, para ello es indispensable que las personas sepan controlar sus emociones y disminuir las tasas de depresión, ansiedad, entre otros trastornos causado por la falta de dinero o preocupaciones del hogar, trayendo como consecuencias como parálisis facial, infarto, paro cardíaco (65).

La alimentación y nutrición es un proceso por el cual el cuerpo se va fortaleciendo y permitiendo el desarrollo adecuado del sistema digestivo ya que absorbe proteínas, vitaminas, minerales, aminoácidos, entre otros, llevar una alimentación saludable depende del entorno familiar, la cultura, y el estado económico. Si uno consume en su plato alimentos balanceados, se dará una mejor absorción de los nutrientes necesarios, y la alimentación es distinta en las personas dependiendo la edad, el sexo, y el organismo, esto ayuda a mantener una energía de reserva gracias a los alimentos consumidos ampliando la capacidad física como mental para seguir la vida diaria, ya que todos los días las personas realizamos gastos energéticos que necesitan ser repuestos (66).

La higiene son un conjunto de conductas y conocimientos que ayudan a prevenir enfermedades y que se contraiga de ellas, por las malas actitudes, tiene como fundamento principal la limpieza para disipar y eliminar a los factores patógenos que pueden ingresar al cuerpo causando desequilibrios en el estado de salud, provocando infecciones, enfermedades hasta inclusive la muerte si no es tratada a tiempo. La higiene

se promueve gracias a la educación, charlas informativas, comunicación, en las escuelas, viviendas, mercados, en todos los lugares públicos (67).

Las habilidades físicas son acciones que requieren la fuerza, determinan si la persona está en su estado físico ideal, puede realizar su autocuidado por sí solo, promoviendo un estado de salud adecuado ya que tiene más oportunidades de tener su independencia, existe cuatro clases de habilidades físicas: fuerza, velocidad, resistencia, y flexibilidad. Estas habilidades se desarrollan desde la niñez la medida que uno va creciendo va ejerciendo madurez, coordinación y seguridad, logrando una estabilidad física (68).

La salud sexual y reproductiva, este factor se ve influenciado por la cultura y el machismo en el caso de las mujeres porque existe altas tasas de violaciones a menores de edad, algunos prohíben a sus mujeres hacer uso de métodos anticonceptivos, provocando embarazos no deseados, enfermedades de transmisión sexual como el VIH, sífilis, gonorrea, problemas en las gestantes, y riesgo de parto, muerte prematura, infecciones congénitas, sepsis, estando expuestas a cáncer cervical, por la iniciación de la vida sexual a temprana edad, o la promiscuidad. Por ello los servicios del primer nivel están a cargo de realizar la promoción y prevención de salud, educando a la población sobre cómo mantener una adecuada salud sexual y reproductiva (69).

La salud bucal, la boca contiene muchas bacterias inofensivas, pero si se van acumulando con una mala higiene puede provocar el desenlace de muchas enfermedades como la caries, infecciones bucales o enfermedades a las encías influyendo en las enfermedades como la diabetes o el VIH, produciendo resistencia del cuerpo a las infecciones. Asimismo, es indispensable una adecuada higiene bucal con pasta dental, hilo dental y enjuague dental, esto debe realizarse luego de consumir cada comida, no consumir alcohol, ni tabaco, ni muchos dulces ayudan a reducir la tasa de enfermedades bucales (70).

La seguridad vial, en el Perú mueren 1.2 millones de personas por la transgresión de las normas de tránsito y 50 millones resultan heridas, esta seguridad es compartida de organismos como la ciudadanía civil, con el propósito de desarrollar implementación en la mejora de las normas de tránsito: como las señales, las líneas peatonales, semáforos, infraestructura adecuada, participación social, normatividad y aplicación del

sistema vial, campañas de formación para educar a los conductores de tránsito. Asimismo, es indispensable que los peatones conozcan las leyes de tránsito, y sepan la manera adecuada en la que deben andar por las vías públicas (71).

Asimismo, tienen una semejanza con los estudios de Galoso, M. (72) "Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en los adultos del Asentamiento Humano Ramal Playa". De los pobladores encuestados el 74,4% (67) cuentan con inadecuadas acciones de prevención y promoción mientras que un 25,6% (23) tienen optimas acciones de prevención y promoción.

Difiere en la investigación de Haro, M (61). "Los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto. De los adultos del Asentamiento Humano Villa el Sol sector 1 Chimbote", un 55,49%(106) de la población cuentan con un nivel adecuado sobre las acciones de promoción y prevención de la salud, en las acciones de prevención y promoción de la salud se halló que el 42,21%%(84) cuentan con un nivel inadecuado.

En conclusión, los adultos estudiados tienen acciones de prevención y promoción de la salud inadecuados, que afectan directamente el estado de salud de ellos y sus familias, ya que están propensos a contraer enfermedades, es por ello que se plantea como propuesta de conclusión a los adultos que habitan en el Asentamiento humano los Constructores, que los sectores de salud de la mano con las autoridades de la comunidad para que se realicen estrategias, charlas educativas y demostraciones de cómo realizar una higiene bucal adecuada, limpieza corporal, como realizar actividades físicas de manera fácil trayendo beneficios positivos en la salud de las personas.

**Tabla 3:** De los adultos encuestados, se halló que el 73,4% (124) no tienen un estilo de vida saludable, mientras el 26,6% (45) cuenta con un estilo de vida adecuado.

Pender menciona que el ser humano es un ser integral que está conformado por emociones, pensamientos, estado físico y habilidades cognitivas, asimismo Bandura menciona que el ser humano aprende continuamente, el modelo de promoción de la salud enfatiza que la persona adopta continuamente nuevos aprendizajes de acuerdo a su interés y a la percepción de eficacia que tenga de ello, hace mención que lo aprendido de la cultura o entorno influirá en el individuo para llevar hábitos de vida saludables o

no saludables, ya que este asume responsabilidad con respecto a su salud y que existe barreras que influyen en el autocuidado pero de acuerdo a la voluntad e interés de la persona buscara mecanismos para cruzar las barreras y lograr el objetivo que es tener una salud óptima (23).

Asimismo, la mayoría de la población encuestada cuentan con un estilo de vida inadecuado, porque no tiene tiempo para realizar actividades físicas, en las madres de familia se puede observar la obesidad por una mala alimentación, llena de grasas saturadas, algunas de ellas no consumen desayuno por falta de tiempo, y realizan comidas con bajos presupuestos por ello no contienen muchos nutrientes, cuando las mujeres tiene responsabilidad en el hogar ya no se preocupan por su estado de salud físico, y van abandonando el cuidado, centrándose en el cuidado del hogar y el afrontamiento de los problemas.

Un estilo de vida saludable nos trae beneficios grandes en nuestra salud, ya que son conductas y hábitos aprendidos que se realizan diariamente, para ello es indispensable la dieta y el estado físico, estos dos se complementan para tener una salud optima, por ello es indispensable una alimentación completa y baja en grasas saturadas, acompañada de ejercicios que ayudan a fortalecer los músculos y a irrigar el bombeo sanguíneo, reduciendo las tasas de contraer enfermedades como la obesidad, diabetes, triglicéridos o colesterol (73).

Existen claves indispensables para mejorar el estilo de vida, entre ellas están el modificar las compras, compara alimentos que aporten nivel nutricional indispensable para el cuerpo, así como beber más agua e hidratar los órganos, limpiando la sangre de toda contaminación desintoxicando, practicar actividades físicas como estiramiento, caminata, saltar, y el descansar dentro de las horas normales de 6 a 8 horas para recuperar la energía que gasta la persona diariamente, ya que el sueño oportuno brinda mejora en el estado cognitivo y de salud (74).

El estudio se asemeja al de Palacios, G (75). En su investigación “Factores Sociodemográficos Y Acciones De Prevención Y Promoción Asociado Al Comportamiento De La Salud: Estilos De Vida Y Apoyo Social Del Adulto. Asentamiento Humano Jesús María \_ Nuevo Chimbote, 2019”, se llegó a la Conclusión sobre los factores de estilos de vida que la mayoría no cuentan con un estilo de vida

saludable 78,5% (157), mientras que el 21,5% (43) de los adultos si cuentan con un estilo de vida saludable. Así mismo difiere Acero R (76), En los resultados realizados en la comunidad de Paria Coto Se Concluye que un 66% de las personas encuestadas llevan un estilo de vida saludable, mientras que un 44% tienen un estilo de vida inadecuado.

En conclusión, las personas llevan un estilo de vida inadecuados que impactaran posteriormente en su estado de salud siendo uno de los principales factores para contraer enfermedades, ya que los hábitos que adopta la persona para cuidarse depende de su interés y voluntad de asumirla con responsabilidad.

**Tabla 4:** De la población encuestada, el 60,5% (102) si cuentan con apoyo emocional, asimismo un 65,1% (110) si tienen apoyo material, mientras que el 62,7 (106) si cuentan con apoyo en relación al ocio y distracción, mientras que el 59,2 % (100) si tienen apoyo afectivo, el 63,3%(107) si tienen apoyo social.

El modelo de promoción de la salud describe que la persona tiene influencias personales y situacionales esto quiere decir que de acuerdo a su percepción de bienestar va a tomar decisiones con respecto a su salud, y según lo situacional el individuo ve sus condiciones de acuerdo al tiempo y espacio en el que se encuentra para asumir su autocuidado, e influye la familia, cultura, entorno asimismo esto repercute en su estabilidad emocional y física (31).

Con los datos obtenidos en la investigación, se halló que la mayoría si cuentan con apoyo social, reciben apoyo material, afectivo, cuentan con apoyo de relación de ocio y distracción, asimismo cuentan con el apoyo emocional entre todos los miembros de su familia.

El estudio se asemeja al de Huamán, J (21). Los adultos que habitan en el Asentamiento Humano Ricardo Palma; se encontró que el 82,4% (103) si cuentan con el apoyo emocional, el 81,6% (102) si cuentan con ayuda material, el 84% (105) si tienen relación de ocio-distracción, mientras que el 84% (105) si tiene apoyo social y apoyo afectivo. Esta investigación difiere Según el estudio de Palacios, G (75). Los adultos que viven en el “Pueblo Joven el Porvenir “A” sector 7” menciona que el 60,5% (121) no tienen el apoyo emocional, y no tienen el apoyo efectivo el 65 % (130), un 56,5%

(113) no cuenta con apoyo material, no tiene apoyo de ocio y distracción un 59.5% (119), y no cuenta con apoyo social un 51% (102).

El apoyo social es la intervención de otras personas para brindar ayuda necesaria satisfaciendo en las necesidades básicas de la persona ayudando a reducir el estrés y preocupación en la persona por qué se siente salvado de los problemas. “El apoyo emocional es el cariño, consejos, amor, empatía, cuando las personas consideran que otra persona les ofrece apoyo, se tiende a conceptualizar” en torno al apoyo emocional (77).

Apoyo material, es una ayuda física tangible que se le da a la persona, en beneficio de su hogar. Es muy esencial que la persona perciba la ayuda como adecuada para que se pueda tener impactos positivos en la familia, pero si la persona siente amenaza en contra de su libertad o sentir que se encuentra en deuda con la otra parte por lo que trae como consecuencia resultados negativos. Asimismo, esta ayuda se asocia al cuidado en la salud que realizan los personales que trabajan en el área de salud realizando las vacunaciones, y en la ayuda de materiales como el qualiwarma entre otros servicios que ayudan gratuitamente a la población (78).

Relaciones de ocio y distracción es la manera en que usamos nuestro tiempo libre, jugando, dialogando, paseando durante este lapso de tiempo donde la persona se desestresa, mejora su calidad de vida, donde surgen las amistades el compañerismo, creando un ambiente sano, saludable ayudando a prevenir multitud de enfermedades (79).

En Conclusión, los adultos estudiados cuentan con apoyo social, material, emocional, y distracciones de ocio ya que se ayudan mutuamente todos los miembros del hogar disminuyendo las probabilidades de tener estrés o enfermedades mentales, pero siempre los problemas son un factor de estrés y una de las causantes de enfermedades no transmisibles, es por ello que se plantea como propuesta de conclusión a las autoridades que tomen control de los apoyos sociales que debe haber en la comunidad, realizando seguimiento a los más necesitados, brindando información y ayuda necesario para afrontar las enfermedades que padecen, se ha visto en esta comunidad muchas personas necesitadas que tiene una salud precaria y no cuentan con apoyo familiar ni social, se siente olvidados por todos.

**Tabla 5:** Al relacionar los Factores sociodemográficos y el estilo de vida se halló que existe relación estadísticamente significativa con el grado de educación y la ocupación, no hallándose relación con el sexo, la edad, la religión, el estado civil, el ingreso económico, seguro, al relacionar la prueba del chi cuadrado entre los factores sociodemográficos y el apoyo social se encontró que no existe relación estadística con el sexo, la edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ingreso económico, seguro de salud.

Nola pender indica que los factores personales pueden influir directamente o indirectamente en que la persona asuma el cuidado de su salud, asimismo enfatiza que existen barreras que impiden al individuo llevar con eficiencia un estilo de vida adecuado, siendo ello uno de los factores predominantes que impactan en la salud de la persona por lo tanto para que una persona ejerza un compromiso para un plan de acción en beneficio de su salud, necesita voluntad e interés y atravesar estas barreras para tener una conducta saludable (24).

Al realizarse la relación entre factores sociodemográficos y estilo de vida se encontró que no existe relación alguna, no influye en su estado de salud. Ya que las personas si tiene voluntad de cuidarse y amarse, buscan los medios necesarios para llevar un estilo de vida adecuado y adoptan hábito de vida saludable o no saludable. Los estilos de vida tienen relación con los factores sociodemográficos como el grado de instrucción y ocupación, ya que la educación es un pilar fundamental para adquirir conocimientos necesarios para tomar acciones adecuadas en el autocuidado, esto quiere decir que mientras más conocimiento adquiriera sabrá usarla de manera indicada adoptando hábitos que influyan positivamente en la salud, y así impartirla a su familia, asimismo la ocupación tiene una relación con el estilo de vida ya que los que tienen un trabajo seguro y sustento económico estable pueden realizar de manera adecuada sin limitaciones el autocuidado.

Se encontró semejanza en la investigación de Haro M, (65). En la prueba de chi cuadrado entre los factores de sociodemográficos y el estilo de vida se encontró que existe relación estadísticamente significativa con el grado de instrucción, los factores de sociodemográficos y el apoyo social pero no se encontró relación estadísticamente significativa con el sexo, la edad, grado de instrucción, ingreso económico, estado civil y ocupación.

**Tabla 6:** De la población encuestada se encontró que llevan acciones de prevención y promoción inadecuadas el 92,9% (157) y que el 7,1% (12) tienen acciones de promoción y prevención adecuadas, mientras que un 26,6% (45) tienen un estilo de vida saludable y un 73,4% (124) presenta un estilo de vida no saludable, al realizar el análisis estadístico del chi cuadrado en relación a la promoción de la salud y el estilo de vida se encontró que  $\chi^2=1,4954$  y  $P=3,8414588$  no son significativo ( $P < 0,05$ ), no existe asociación entre ambas variables.

El modelo de promoción de la salud refiere que se tiene que educar a la persona a cómo llevar un adecuado cuidado de su salud, para prevenir enfermedades ahorrando tiempo y dinero, la información brindada tendrá su efecto en la persona de acuerdo a la percepción que tenga de beneficio en ello y la cultura que haya adoptado a lo largo de los años, teniendo en cuenta que la conducta puede ser modificada si es que la persona permite recibir este aprendizaje y ponerlo en práctica, porque la salud va de la mano con actitudes positivas en el cuidado de vida de la persona (29).

En relación a las acciones de prevención y promoción con el estilo de vida se halló que no existe relación estadísticamente porque está en la persona el adoptar hábitos saludables y tener un autocuidado, así se le eduque él tiene la libre decisión de adoptar hábitos que beneficien su salud.

El estilo de vida son conjunto de conductas y hábitos que adopta la persona. Se ven reflejadas en su vivencia diaria, esos comportamientos traen un impacto que se reflejan en su salud, y a través de los años se va incrementando las tasas de malos hábitos en las personas conduciendo a la muerte, el análisis de los estilos de vida tiene un interés que va aumentando para las ciencias de la salud la medicina, la psicología en el área de la salud en particular.

Este estudio se asemeja al de Espinoza, M (16). En la prueba del Chi cuadrado se hallaron como resultados en la prevención y promoción de la salud con los estilos de vida de los adultos que  $\chi^2 = 4,09$  y que  $p\text{-valor} = 0,088$  por lo que se concluye que no existe una asociación estadísticamente definitiva entre las variables. Así como el estudio de Galloso, M (72), en la prueba del Chi cuadrado se encontraron los siguientes resultados en relación a la prevención y promoción de la salud con los estilos de vida de

los adultos en  $\chi^2 = 4,09$  y  $p\text{-valor} = 0,088$  en lo que se concluye que no existe asociación estadísticamente definitiva entre las variables.

**Tabla 7:** De los adultos encuestados que viven en el Asentamiento Humano Los Constructores el 92,9 (157) tienen acciones de prevención, promoción inadecuadas y el 7,1 (12) tienen acciones de prevención y promoción adecuadas mientras que en el apoyo social el 63,3% (107) si cuentan con este servicio, y un 36,7% (62) no cuentan con un apoyo social. En relación de La promoción de la salud y el apoyo social con la prueba del chi cuadrado  $\chi^2 = 0,7595$  y  $P = 3,8414588$  se encontró que no existe relación estadísticamente significativa. -

La teorista Nola Pender indica la existencia de elementos influyentes en que la persona asuma su salud con responsabilidad, entre ello tenemos las influencias situacionales que se dan de acuerdo al tiempo en que se encuentre la persona sea física, económica y cognitivamente, estos factores van a intervenir en su autocuidado, ya que necesita de apoyo para poder ejercer una salud óptima (30).

No existe relación estadística entre las dos variables estudiadas por que pueden tener apoyo social u económico, pero eso no determina que ejerzan acciones de autocuidado para prevención de enfermedades ya que eso se adopta según percepción.

El apoyo social es indispensable para ayudar a la persona a llevar las cargas o problemas con ayuda de las personas fuera de su entorno, ya que el ser humano por naturaleza es sociable, y requiere de motivación, consejos, educación, afirmando y guiando cada uno de sus pasos. Es importante que la familia brinde un apoyo adecuado entre ellos, mostrándose cariño, palabras motivadoras, momentos de recreación y de compartir juntos, reforzando la comunicación (80).

La promoción y prevención en el área de la salud es un proceso que incluye a la persona, familia y comunidad, busca mejorar su nivel de salud educando, enseñando, ejemplificando las medidas correctas que se debe realizar para lograr una salud óptima, contrarrestando las enfermedades que se mueven en el entorno (81, 82)

Se asemeja al estudio de Espinoza, M (16). En los resultados obtenidos en la prueba del Chi cuadrado en la prevención y promoción de la salud y el apoyo social se obtuvieron lo siguiente de  $\chi^2 = 2,44$  y  $p\text{-valor} = 0,515$  de lo cual el valor es ( $p > 0,05$ ) hallándose que no existe relación estadísticamente en las variables. Asimismo, según el

estudio de Huamán, J (21). En esta tabla se conoció la relación entre la promoción de la salud y el apoyo social con la prueba del Chi cuadrado ( $X^2 = 0,14$  y  $p=0,710$ ) se encontró que no es significativo ( $p > 0,05$ ).

Esta investigación difiere del estudio de Medina, R (20). Los resultados de prueba del Chi Cuadrado entre la prevención y promoción de la salud y apoyo social se obtuvieron como resultados  $X^2 = 5,79$  y  $p\text{-valor} = 0,016$ , siendo el valor ( $p > 0,05$ ).

## V. CONCLUSIONES

- En los adultos del Asentamiento Humano los constructores, la mayoría son de sexo femenino, menos de la mitad tiene edades entre 36 a 59 años; menos de la mitad cuenta con un grado de instrucción secundaria, asimismo profesan la religión evangélica menos de la mitad, se encuentran solteros menos de la mitad, la mitad son amas de casa, cuentan con un ingreso económico de 650 a 850 soles menos de la mitad de las personas encuestadas, la mayoría cuenta con un seguro de SIS. Se infiere que los adultos tienen factores de riesgo como el grado de instrucción de secundaria incompleto e ingresos económicos bajos, siendo esto un obstáculo para que puedan llevar una calidad de vida, trayendo como posibles consecuencias el desarrollo de enfermedades.
- En las acciones de prevención y promoción de la salud de los adultos en el Asentamiento Los constructores, se encontró que casi la totalidad llevan acciones de prevención inadecuadas mientras que un porcentaje considerable cuentan con acciones de prevención de la salud adecuadas. Se deduce que los adultos no accionan cuidados para prevenir su salud, en la segunda columna del esquema de promoción de la salud menciona que los factores influyentes para que la persona asuma su autocuidado es la falta de información recibida o la voluntad que tenga, esto conlleva a estar propensos a contraer enfermedades.
- En los estilos de vida del adulto del Asentamiento humano los Constructores, la mayoría no tiene un estilo de vida saludable, mientras que menos de la mitad cuenta con un estilo de vida saludable. Asimismo, en el apoyo social más de mitad cuentan con apoyo social. Se argumenta que los adultos al tener hábitos inadecuados están propensos a contraer enfermedades transmisibles y no transmisibles, ya que el autocuidado se ve afectado.
- Al realizar la prueba del Chi cuadrado entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida se encontró que existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables: ocupación y estilo de vida, al realizar la prueba del chi cuadrado los factores de sociodemográficos y el apoyo social se encontró que no tienen relación estadística con el estilo de vida en relación al sexo, la edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ingreso económico, seguro.
- Al realizar la prueba del Chi cuadrado entre las acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

## VI. RECOMENDACIONES

De acuerdo a las conclusiones obtenidas en este estudio, se recomienda lo siguiente:

- Informar y sensibilizar al secretario general y a la junta directiva del Asentamiento humano los Constructores. para el desarrollo de actividades preventivo promocionales como (Talleres, sesiones educativas, entre otras) que permitan la participación de la población y así adecuar estilos de vida saludables que contribuyan en el bienestar de la persona, familia y comunidad.
- Dar a conocer los resultados obtenidos de la presente investigación al Puesto de Salud que pertenece al Asentamiento Humano los constructores y a las autoridades para poner más énfasis y estrategias educativas y acciones para promover la calidad de estilo de vida concientizando a la población a que realice diversas acciones preventivas a través de un chequeo médico para evitar diferentes tipos de enfermedades que complican la salud de los adultos y así brindarles una calidad de vida.
- Este estudio de factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano Los constructores; el cual es la primera línea de investigación, sea uno de los pilares para que se pueda seguir continuando, el cual tiene información detallada, pueda contribuir con la casa universitaria y así promover la investigación dentro del área de salud

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Como define la OMS la salud, Ginebra 2018 [Internet]. [Citado el 1 de septiembre del 2021] URL disponible en: <https://www.who.int/es/about/frequently-asked-questions>
2. Ministerio de Salud. Fundamentos de Salud Pública. Lima, 2018 [Internet]. [Citado el 1 de septiembre del 2021] URL disponible en: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4514.pdf>
3. Organización Panamericana de la Salud. Enfermedades no transmisibles. 2022 [Consultado el 21 de abril del 2022] <https://www.paho.org/es/temas/enfermedades-no-transmisibles>
4. Coronel Carbo Jorge, Marzo Páez Nathaly. La promoción de la salud: evolución y retos en América Latina. MEDISAN [Internet]. 2017 Jul [citado 23 de abril del 2022]; 21(7): 926-932. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-30192017000700018&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192017000700018&lng=es)
5. Organización de las Naciones Unidas. Enfermedades relacionadas con el estilo de vida: Una carga económica para los servicios de salud, 2019. [Citado el 09 de septiembre del 2021] URL disponible en: <https://www.un.org/es/chronicle/article/enfermedades-relacionadascon-el-estilo-de-vida-una-carga-economica-para-los-servicios-de-salud>
6. Gómez Y, Velázquez E. Salud y cultura alimentaria en México. Revista Digital universitaria (rdu). [Internet] 2019 [Fecha de acceso el 28 de septiembre del 2021] Vol. 20; núm. (1); pág. 11. Disponible en: [https://nutriendo-al-mundo5.webnode.mx/\\_files/200000014-7e26f7e272/v20\\_n1\\_a6\\_Salud-y-cultura-alimentaria-en-Mexico.pdf](https://nutriendo-al-mundo5.webnode.mx/_files/200000014-7e26f7e272/v20_n1_a6_Salud-y-cultura-alimentaria-en-Mexico.pdf)
7. Méndez J. Presupuesto para prevención y control de enfermedades. [México] 2020. [Citado el 10 de septiembre del 2021] disponible en: <https://ciep.mx/presupuesto-para-prevencion-y-control-de-enfermedades/>
8. Seguro Social de Salud. Salud y prevención, 2019 [Fecha de acceso el 28 de septiembre del 2021] Disponible en: <http://www.essalud.gob.pe/salud-y-prevencion/>
9. Consejo Nacional de Salud. LINEAMIENTOS Y MEDIDAS DE REFORMA DEL SECTOR SALUD, Biblioteca Central del Ministerio de Salud. Lima, Perú. 2018. URL disponible en:

<https://www.minsa.gob.pe/especial/2018/reforma/documentos/documentoreforma1122013.pdf>

10. Proyecto FEMME en la reducción de la mortalidad materna y su importancia para la implementación de políticas de salud en el Perú: CARE Perú; 2019. URL disponible en: [https://www.who.int/pmnch/knowledge/publications/peru\\_country\\_report\\_es.pdf](https://www.who.int/pmnch/knowledge/publications/peru_country_report_es.pdf)
11. Ortega M, López S, Álvarez T, Trigueros M. Apoyo social. [Internet] [Citado el 10 de septiembre del 2021] URL disponible en: [https://ocw.unican.es/pluginfile.php/1420/course/section/1836/tema\\_13.pdf](https://ocw.unican.es/pluginfile.php/1420/course/section/1836/tema_13.pdf)
12. ESSALUD. EsSalud Ancash recomienda mantener estilos de vida saludables para prevenir enfermedad renal crónica, 2017. [Citado el 10 de septiembre del 2021] URL disponible en: <http://www.essalud.gob.pe/essalud-ancash-recomienda-mantener-estilos-de-vida-saludables-para-prevenir-enfermedad-renal-cronica/>,
13. Carranco S, Flores R, Barrera J. Perfil sociodemográfico y estilos de vida saludable en trabajadores de una empresa de agua potable y alcantarillado de México, 2019 RECIMUNDO [Internet], 2019 [Citado el 10 de septiembre del 2021] vol. 4; núm.1; pp 344-359. URL disponible en: <file:///C:/Users/Usuario/Documents/II%20CICLO%20DERECHO/Catedra%20Vallejo%20UCV/Dialnet-PerfilSociodemograficoYEstilosDeVidaSaludableEnTra-7402301.pdf>
14. Costilla A, Chamorro V, Herrera M. Enfermería de salud comunitaria: promoción de conductas saludables en una comunidad rural del Estado de México, México. Rev Enferm Inst Mex Seguro Soc. 2018; 26(2):135-143. [Consultado el 23 de abril del 2022]. URL disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/enfermeriaimss/eim-2018/eim182k.pdf>
15. Calle E, Naula L. Factores que influyen en el cumplimiento del rol del personal de salud en la promoción y prevención de la salud de los adultos mayores que acuden al Centro de Salud el Tambo y San Gerardo en la Troncal, período 2016. [Tesis para optar el título de licenciada de enfermería]. Ecuador, 2017. Universidad de Cuenca [Citado el 05 de noviembre del 2021] URL disponible en: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/26236/1/PROYECTO%20DE%20INVESTIGACION.pdf>
16. 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 [Tesis para optar el título de licenciada de enfermería]. Chimbote – Perú, 2022. Universidad Nacional del Altiplano [Citado el 11 de mayo del 2022] URL disponible en: [https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26314/ESTILOS\\_DE\\_VIDA\\_ESPINOZA\\_%20COLLANTES\\_%20MILAGROS\\_%20STEFANY.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/26314/ESTILOS_DE_VIDA_ESPINOZA_%20COLLANTES_%20MILAGROS_%20STEFANY.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
17. Sudario C, Caldas M. Estilos de vida de los estudiantes de trabajo social en la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, Huacho 2019 [Tesis para optar el título de licenciada de enfermería]. Huacho – Perú, 2020. Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión [Citado el 29 de septiembre del 2021] URL disponible en: <http://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/UNJFSC/4076/CALDAS%20ORDO%c3%91EZ%20y%20SUDARIO%20CALIXTO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
  18. Ramírez 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 [Tesis para optar el título de licenciada de enfermería]. Chimbote – Perú, 2022. Universidad Nacional del Altiplano [Citado el 11 de mayo del 2022] URL disponible en: [http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/13644/Coronel\\_Lazo\\_Jenyfer\\_Virginia.pdf?sequence=3&isAllowed=y](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/13644/Coronel_Lazo_Jenyfer_Virginia.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
  19. Ramos J. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo joven la Unión sector 24 \_Chimbote, 2019 [Tesis para optar el título de licenciada de enfermería] Chimbote – Perú, 2020. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote [Citado el 04 de octubre del 2021] URL disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19287/ADULTO\\_FACTORES\\_RAMOS\\_ECHEVARRIA\\_JEANETTE\\_ISABEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19287/ADULTO_FACTORES_RAMOS_ECHEVARRIA_JEANETTE_ISABEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
  20. 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 [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería] Chimbote – Perú, 2020. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote [Citado el 04 de octubre del 2021] URL disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19242/ADULTOS\\_FAC](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19242/ADULTOS_FAC)

TORES MEDINA CARRASCO ROSALVINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

21. Huamán J. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento humano Ricardo Palma\_ Chimbote, 2019. [Tesis para optar el título profesional de licenciada en enfermería] Chimbote – Perú, 2020. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote [Citado el 04 de octubre del 2021] URL disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/20012/ADULTO\\_FACTORES\\_HUAMAN\\_SANTIAGO\\_JAVES\\_AZUSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/20012/ADULTO_FACTORES_HUAMAN_SANTIAGO_JAVES_AZUSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
22. Aristizábal G, Blando D, Sánchez A, Ostiguín R. El Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender: Una reflexión en torno a su comprensión. México. 141 Enfermería Universitaria ENEO-UNAM. [artículo en Internet]. [Acceso a Internet el 04 de octubre del 2021]; 2011; Vol.8 (No.4): [P. 1-23]. Disponible en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/enfuni/eu-2011/eu114c.pdf>
23. Meiriño J, Vasquez M, Simonetti C, Palacio M. El Cuidado. 2012 [Citado el 11 de octubre del 2021] disponible en: <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/nola-pender.html>
24. Natalia, V. Enfermería. [Internet]. [citado el 04 de octubre del 2021]. Disponible en: <https://nataliaarv.blogspot.com/2014/10/nola-jpender.html>
25. Colectividad: Salud y Sociedad. Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender. 2015. [Acceso a Internet el 04 de octubre del 2021]. Disponible en: <https://cuidadocolectivos.blogspot.com/2015/02/21-modelo-de-promocion-dela-salud-de.html>
26. Ministerio Integral de Salud-Dirección General de Promoción de la Salud - Documento Técnico Modelo de Abordaje de Promoción de la Salud en el Perú- Lima 2006(Internet), [Acceso a Internet el 04 de octubre del 2021] disponible desde: [http://bvs.minsa.gob.pe/local/promocion/203\\_prom30.pdf](http://bvs.minsa.gob.pe/local/promocion/203_prom30.pdf) 35.
27. Solano A. La promoción de la salud. Promoción de la salud y prevención de enfermedades. Costa Rica. [Acceso a internet el 04 de octubre del 2021]. Disponible en: <https://www.binasss.sa.cr/revistas/ts/63/art2.htm>
28. Buss P. Promoción de la salud e igualdad de vida. (Promoción de la salud y calidad de vida). Cien Saude Colet 2000; 5(1): 163-177. [Acceso a Internet el 04 de octubre del 2021]. Disponible en: <http://www.scielo.br/pdf/csc/v5n1/7087.pdf>
29. Kickbusch I. The contribution of the World Health Organization to a new public health

- and health promotion. *Am J Public Health*. 2003; 93(3): 383-388. [Acceso a Internet el 04 de octubre del 2021]. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1447748/pdf/0930383.pdf>
30. Días S, Gama A. Promoción da saúde: Evolução de um paradigma e desafios contemporâneos. *Rev. salud pública* [Internet]. 2014 Mar [citado el 04 de octubre del 2021]; 16 (2): 307-317. Available from: <http://dx.doi.org/10.15446/rsap.v16n2.36932>
  31. Naranjo-Hernández Ydalsys. Modelos meta paradigmáticos de Dorothea Elizabeth Orem. *AMC* [Internet]. 2019 Dic [citado 04 octubre 2022]; 23( 6 ): 814-825. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1025-02552019000600814&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552019000600814&lng=es). Epub 19-Nov-2019.
  32. Sarmiento M. Enseñanza y Aprendizaje. ISBN [artículo en Internet]. [Acceso a Internet el 04 de octubre del 2021]; 2007, Cap. 2. Disponible en: [https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/8927/D-TESIS\\_CAPITULO\\_2.pdf](https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/8927/D-TESIS_CAPITULO_2.pdf)
  33. Soler J, Aparicio L, Aparicio O, Escolano E, Rodríguez A. Inteligencia emocional y bienestar II. Ediciones Universidad San Jorge 1.ª edición, 2016
  34. Pacheco G. Aspectos que configuran la salud mental. *Medwave*, 2018 [Acceso a Internet el 04 de octubre del 2021] Disponible en: <https://www.medwave.cl/link.cgi/Medwave/Enfermeria/Sept2003/2774>
  35. Mesa J. Inteligencia Emocional, Rasgos de Personalidad e Inteligencia Psicométrica en Adolescentes [Tesis doctoral], [Universidad de Murcia], 2015. [Citado el 10 de octubre del 2021] disponible en: <https://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/310420/TJRMJ.pdf>
  36. Martínez, C. Parco, Y. Yalli, A. Factores Sociodemográficos Que Condicionan La Sobrecarga En El Cuidador Primario Del Paciente Pediátrico Con Leucemia En Un Instituto Especializado – 2018 [Trabajo Académico para optar el Título de Especialista en Enfermería en Cuidado Enfermero en Oncología] Lima - Perú, 2018. Universidad Peruana Cayetano Heredia. [Citado el 04 de octubre del 2021] URL disponible en: [https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/3969/Factores\\_Martinez\\_Fierro\\_Cinthia.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=10-.Factores%20sociodemogr%C3%A1ficos,de%20la%20poblaci%C3%B3n%20\(14\).](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/3969/Factores_Martinez_Fierro_Cinthia.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=10-.Factores%20sociodemogr%C3%A1ficos,de%20la%20poblaci%C3%B3n%20(14).)
  37. Guiselle, M. Garbanzo E. Desarrollo organizacional y los procesos de cambio en las instituciones educativas, un reto de la gestión de la educación. *Revista Educación*, 2015; vol. 40, núm. 01, pp. 67-87, [Citado el 10 de octubre del 2021] disponible en:

- <https://www.redalyc.org/jatsRepo/440/44043204005/html/index.html>
38. Quintero, M. La salud de los adultos mayores Una visión compartida OPS 2ª Edición. 2015 [Citado el 10 de octubre del 2021] disponible en: [https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/51598/9789275332504\\_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/51598/9789275332504_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
39. Organización Panamericana de la Salud. El personal de enfermería es esencial para avanzar hacia la salud universal, 2019 [Citado el 10 de octubre del 2021] disponible en: [https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=article&id=15138:nursing-staff-are-vital-for-making-progress-towards-universal-health&Itemid=0&lang=es#gsc.tab=0](https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=15138:nursing-staff-are-vital-for-making-progress-towards-universal-health&Itemid=0&lang=es#gsc.tab=0)
40. Giraldo A, Toro M, Macías, Valencia ESTRATEGIA PARA EL FOMENTO DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLES. Revista Hacia la Promoción de la Salud, 2010; vol. 15, núm. 1, pp. 128-143. [Citado el 10 de octubre del 2021] disponible en: <http://teoriasenenfermeria.blogspot.com/>
41. Ministerio Integral de Salud. Modelo de Cuidado Integral de Salud por Curso de Vida, 2018. [Citado el 10 de octubre del 2021] disponible en: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/12/1050369/mci.pdf>
42. Alan D, Cortez L. Procesos y Fundamentos de la Investigación Científica UTMACH, Ecuador 2018. 125 pág. <http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/14232/1/Cap.4-Investigaci%C3%B3n%20cuantitativa%20y%20cualitativa.pdf>
43. Anargerí, S. Promoción de la Salud. Costa Rica. [Citado el 16 de mayo del 2022] disponible en: <https://www.binasss.sa.cr/revistas/ts/63/art2.htm>
44. OMINT. Prevención en Salud. [Citado el 16 de mayo del 2022] disponible en: <https://www.omint.com.ar/Website2/Default.aspx?tabid=3627>
45. Aduldez. [Citado el 16 de mayo del 2022] disponible en: <https://www.significados.com/aduldez/>
46. Martín, E. Estilo de vida [Citado el 16 de mayo del 2022] disponible en: <https://www.consumoteca.com/bienestar-y-salud/estilo-de-vida/>
47. Institutos Nacionales de Salud. Apoyo social. [Citado el 16 de mayo del 2022] disponible en: <https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/apoyo-social>
48. Marco Metodológico. [Citado el 19 de octubre del 2021] disponible en:

<http://virtual.urbe.edu/tesispub/0088963/cap03.pdf>

49. Descriptores en Ciencias de la Salud. Factores sociodemográficos. 2018 [Citado el 03 de julio del 2023] Disponible en: <https://decs.bvsalud.org/es/ths/resource/?id=59890#:~:text=Indicadores%20utilizados%20para%20describir%20a,de%20vida%20y%20factores%20similares.>
50. Promoción y prevención de la salud, 2021 [Citado el 10 de octubre del 2021] disponible en: <http://eps.coomeva.com.co/publicaciones.php?id=9663>
51. Institutos Nacionales de Salud. Apoyo social. 2021 [Citado el 10 de octubre del 2021] disponible en: <https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/apoyo-social>
52. Estilo de Vida, 2021 [Citado el 10 de octubre del 2021] disponible en: <https://concepto.de/estilo-de-vida/>
53. Universidad Católica Los Ángeles De Chimbote. Reglamento de integridad científica en la investigación. [En línea] Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2023. [Consultado el 23 de junio del 2023.]. Disponible desde el Url: <https://www.uladech.edu.pe/wp-content/uploads/erpuniversity/downloads/transparencia-universitaria/estatuto-el-texto-unico-de-procedimientos-administrativos-tupa-el-plan-estrategico-institucional-reglamento-de-la-universidad-y-otras-normativas/reglamentos-de-la-universidad/reglamento-de-integridad-cientifica-en-la-investigacion-v001>
54. Alorda, C. Adultez. [Citado el 03 de mayo de 2022] disponible en: [https://www.infermeravirtual.com/esp/situaciones\\_de\\_vida/adultez](https://www.infermeravirtual.com/esp/situaciones_de_vida/adultez)
55. Herencia y Sexo. [Citado el 03 de mayo de 2022] disponible en: <http://www.juntadeandalucia.es/averroes/centros-tic/29000694/helvia/aula/archivos/repositorio/0/10/html/herenciasexo.html>
56. Nivel de Instrucción. [Citado el 03 de mayo de 2022] disponible en: [https://www.eustat.eus/documentos/opt\\_0/tema\\_395/elem\\_2376/definicion.html#:~:text=El%20nivel%20de%20instrucci%C3%B3n%20de,est%C3%A1n%20provisional%20o%20definitivamente%20incompletos.](https://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_395/elem_2376/definicion.html#:~:text=El%20nivel%20de%20instrucci%C3%B3n%20de,est%C3%A1n%20provisional%20o%20definitivamente%20incompletos.)
57. Marín, E. Religión [Citado el 03 de mayo de 2022] disponible en: <https://economipedia.com/definiciones/religion.html#:~:text=La%20religi%C3%B3n%20es%20un%20conjunto,mal%20y%20qu%C3%A9%20objetivos%20persigue.>
58. Ingreso Económico, [Citado el 03 de mayo de 2022] disponible en

- <http://www.economia.unam.mx/secss/docs/tesisfe/yvbsp/1.pdf>
59. Marisa. Trabajo. [Citado el 03 de mayo de 2022], 2022. disponible en: <https://economia.org/trabajo.php>
60. Ministerio integral de Salud. Seguro de Salud, 2020, [Citado el 03 de mayo de 2022] disponible en <https://www.gob.pe/sis>
61. Haro, M. factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción de salud asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto Asentamiento Humano Villa el Sol sector1 \_ Chimbote, 2019. [Tesis Para Optar El Titulo De Enfermería] Chimbote- Perú, 2020. [Citado el 09 de mayo del 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)
62. La Organización Mundial de la Salud. Promoción de la Salud [Citado el 03 de mayo de 2022], 2022. disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>
63. Redondo, P. Prevención de la Enfermedad. 2014 [Citado el 03 de mayo de 2022] disponible en: [https://montevideo.gub.uy/sites/default/files/concurso/materiales/anexo\\_07\\_-\\_niveles\\_de\\_preencion.pdf](https://montevideo.gub.uy/sites/default/files/concurso/materiales/anexo_07_-_niveles_de_preencion.pdf)
64. Sociedad Española de medicina Interna. Salud y Enfermedad. 2020 [Citado el 03 de mayo de 2022] disponible en: <https://www.fesemi.org/informacion-pacientes/hemeroteca-salud/enfermedades/salud-y-enfermedad-que-son>
65. Ministerio Integral de Salud. Promoción de la Salud. [Citado el 03 de mayo de 2022], 2018. disponible en: <file:///C:/Users/Usuario/Documents/III%20CICLO/PDF%20FINAL-Promocion%20de%20la%20Salud.pdf>
66. Alimentación y Nutrición. [Citado el 03 de mayo de 2022], 2018. disponible <https://www.uv.es/hort/alimentacion/alimentacion.html>
67. La higiene [Citado el 03 de mayo de 2022], 2020. disponible en: <https://www.dibosch.com/blog/es/la-importancia-de-la-higiene-para-la-salud-de-todos/>
68. Habilidades Físicas [Citado el 03 de mayo de 2022], 2020. disponible en: <https://habilidades.top/habilidades-fisicas/>
69. Fondo de las Naciones Unidas. Salud Sexual y reproductiva [Citado el 03 de mayo de 2022], 2022. disponible en: <https://www.unfpa.org/es/salud-sexual-y-reproductiva#readmore-expand>

70. Mayo Clinic. Salud Bucal. [Citado el 03 de mayo de 2022], 2021. disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/adult-health/in-depth/dental/art-20047475>
71. Ministerio Integral de Salud. Seguridad Vial [Citado el 03 de mayo de 2022], 2008. disponible en: <https://www.mtc.gob.pe/cnsv/documentos/Guia%20Ed.Vial%20Primaria.pdf>
72. 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 [Tesis Para Optar El Titulo De Enfermería] Chimbote- Perú, 2020. [Citado el 09 de mayo del 2022] disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20958/ADOLESCENTES\\_ESTILO\\_DE\\_VIDA\\_GALLOSO\\_GARAY\\_MARIANA\\_THELMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20958/ADOLESCENTES_ESTILO_DE_VIDA_GALLOSO_GARAY_MARIANA_THELMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
73. Como conseguir un estilo de vida Saludable [Citado el 03 de mayo de 2022] disponible en: <https://schoolnurses.es/que-es-un-estilo-de-vida-saludable-y-como-conseguir-adoptarlo/>
74. Aquae Fundación. 10 grandes beneficios para tomar agua para el cuerpo. 2022 [Citado el 05 de junio del 2022] <https://www.fundacionaquae.org/wiki/10-grandes-beneficios-del-agua-para-nuestro-organismo/> 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 [Tesis Para Optar El Titulo De Enfermería] Chimbote- Perú, 2022 [Citado el 03 de mayo de 2022] disponible en: [http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25798/ADULTO\\_ES\\_TILOS\\_PALACIOS\\_PEREZ\\_GINA\\_NAOMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25798/ADULTO_ES_TILOS_PALACIOS_PEREZ_GINA_NAOMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
75. Acero, R. Estilo De Vida Y Factores Biosocioculturales De La Mujer Adulta. Pariacoto, 2015 [Tesis Para Optar El grado de maestra en ciencias de enfermería] Chimbote- Perú, 2018 [Citado el 03 de mayo de 2022] disponible en: <http://repositorio.uns.edu.pe/bitstream/handle/UNS/3297/48969.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
76. Alfonso F, Rodríguez, M. Apoyo social: Mecanismos y modelos de influencia sobre la enfermedad crónica [Citado el 03 de mayo de 2022] 2013. disponible en: [https://www.agamfec.com/pdf/CADERNOS/VOL19/vol\\_2/ParaSaberDe\\_vol19\\_n2\\_3.p](https://www.agamfec.com/pdf/CADERNOS/VOL19/vol_2/ParaSaberDe_vol19_n2_3.p)

df

77. Apoyo material [Citado el 03 de mayo de 2022]. disponible en:  
<https://diccionario.reverso.net/espanol-definiciones/apoyo+material>
78. La actividad de Ocio. [Citado el 03 de mayo de 2022] disponible en:  
<https://www.efdeportes.com/efd47/bien.htm>
79. Organización Mundial de la Salud. Salud Mental [Citado el 03 de mayo de 2022], 2018.  
disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
80. Sapag, M. Poblete, F. Promoción de la Salud. [Citado el 03 de mayo de 2022], 2020  
disponible en: [http://medicinafamiliar.uc.cl/html/promocion\\_salud.html](http://medicinafamiliar.uc.cl/html/promocion_salud.html)
81. La prevención en salud: Posibilidad y Realidad [Citado el 03 de mayo de 2022], 2011.  
Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1561-30032011000100015](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-30032011000100015)

## ANEXO

### Anexo 01 Matriz de consistencia

**TÍTULO:** Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud y estilos de vida y apoyo social del adulto en el Asentamiento Humano Los Constructores \_ Nuevo Chimbote, 2021.

FORMULACION DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>¿Existe asociación entre los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud y estilos de vida y apoyo social del adulto del Asentamiento Humano Los Constructores _ Nuevo Chimbote, 2021?</p>	<p><b>Objetivo general</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto en el Asentamiento Humano Los Constructores _ Nuevo Chimbote, 2021.</li> </ul> <p><b>Objetivos específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracterizar los factores sociodemográficos del adulto en el Asentamiento Humano Los Constructores_ Nuevo Chimbote, 2021.</li> <li>• Caracterizar las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto en el Asentamiento Humano Los Constructores_ Nuevo Chimbote, 2021.</li> </ul>	<p><b>Ha.</b> Si existe relación estadísticamente entre factores sociodemográficos, estilos de vida, y apoyo social del adulto en el Asentamiento humano “Los Constructores” _ Nuevo Chimbote, 2021.</p> <p><b>Ho.</b> No existe relación estadísticamente entre las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto del Asentamiento Humano los Constructores _Nuevo Chimbote, 2021.</p>	<p><b>Factores sociodemográficos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Sexo</li> <li>✓ Edad</li> <li>✓ Grado de Instrucción</li> <li>✓ Ingreso Económico</li> <li>✓ Ocupación</li> </ul> <p><b>Acciones de promoción y prevención de la salud</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Adecuada</li> <li>✓ Inadecuada</li> </ul> <p><b>Apoyo Social</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Tiene apoyo social</li> <li>✓ No tiene apoyo social</li> </ul> <p><b>Estilo de Vida</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Saludable</li> <li>✓ No saludable</li> </ul>	<p><b>Tipo de investigación:</b> Cuantitativa y descriptiva.</p> <p><b>Nivel de investigación:</b> No experimental</p> <p><b>Diseño de la investigación:</b> Diseño no experimental.</p> <p><b>Población Muestral:</b> Estuvo constituida por 1000 personas adultas del A.H Los Constructores, Nuevo Chimbote.</p> <p><b>Muestra:</b> La muestra estuvo constituida por 169 personas adultas debido a la coyuntura por la pandemia.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracterizar el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto en el Asentamiento Humano Los Constructores_ Nuevo Chimbote, 2021</li> <li>• Explicar la relación de los factores sociodemográficos asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto en el Asentamiento Humano Los Constructores_ Nuevo Chimbote, 2021</li> <li>• Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto en el Asentamiento Humano Los Constructores_ Nuevo Chimbote, 2021.</li> </ul>			<p><b>Técnica e instrumento</b></p> <p>Observación y entrevista, se usó como instrumentos cuatro cuestionarios los cuales son: Factores sociodemográficos, acciones de prevención y promoción de la Salud, apoyo social y estilo de vida.</p>
--	--	--	--	---



## PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD

N°	Comportamientos del usuario	CALIFICACIÓN			
		NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
<b>EJES TEMÁTICOS</b>					
<b>ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN</b>					
1	¿Se ha elaborado un plan de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?				
2	¿Se ha designado un coordinador y/o establecido un grupo de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?				
3	¿Participan las autoridades locales en el desarrollo de medidas de promoción para una alimentación saludables en su comunidad?				
4	¿ofrecen en su comunidad alimentos y bebidas saludables? (no refrescos azucarados, comida rápida, dulces o alcohol)				
5	¿Se provee y promueve la elección de alimentos y bebidas saludables? (precios menores, muestras gratis, etc.)				
6	¿Se ofrece fruta fresca en su comunidad?				
7	¿Se provee agua potable en su comunidad?				
8	¿En los últimos 30 días con qué frecuencia se lavó las manos antes de comer?				
9	¿En los últimos 30 días comió habitualmente frutas?				
10	¿En los últimos 30 días comió habitualmente verduras?				
<b>HIGIENE</b>					
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?				
<b>HABILIDADES PARA LA VIDA</b>					
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?				
<b>ACTIVIDAD FISICA</b>					
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 (aproximadamente 2 litros de agua)?				
<b>SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA</b>					
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?				
<b>SALUD BUCAL</b>					
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?				
<b>SALUD MENTAL Y CULTURA DE PAZ</b>					
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 orgulloso/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?				
<b>SEGURIDAD VIAL Y CULTURA DE TRÁNSITO</b>					
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?				

## CUESTIONARIO DE APOYO SOCIAL

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

1. Aproximadamente, ¿Cuántos amigos íntimos o familiares cercanos tienen 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 le informe y ayude a entender la Situación.	1	2	3	4	5
9. En quien confiar o con quién hablar de sí mismo y sus Preocupaciones	1	2	3	4	5
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 quién 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 tabla2. 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 concluyendo que es válido el instrumento para 4 dimensiones

## CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA

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

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

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

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

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

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

### ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN

#### *EVALUACIÓN CUALITATIVA:*

La evaluación cualitativa fue concluida a través de la entrevista a personas del área de Salud que actuaran como jueces; Se realizará en reuniones, con el objetivo de evaluarla propuesta del Cuestionario sobre Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida del adulto en el asentamiento humano Los Constructores, Nuevo Chimbote Perú. 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 permitirán realizar ajustes necesarios a los enunciados y categorías de respuestas de las preguntas relacionadas a la promoción y prevención de la salud en los adultos.

#### *EVALUACIÓN CUANTITATIVA:*

**Validez de contenido:** Se exploró mediante la calificación por medio de criterio de expertos, diez en total, acerca de la pertinencia de los reactivos en relación al constructo evaluado por dimensiones. Para efectos de este análisis, se utilizó para la evaluación de la validez de contenido la fórmula de V de Aiken (Penfield y Giacobbi, 2000)

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

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.

Procedimiento llevado a cabo para la validez:

1. Se solicitó la participación de un grupo 10 jueces expertos del área de Salud.
2. Se alcanzó a cada uno de los expertos la ficha de validación del cuestionario sobre Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida del adulto en el asentamiento humano Houston\_ Nuevo Chimbote, 2021
3. Cada experto para cada ítem del cuestionario respondió a la siguiente pregunta: ¿El conocimiento medido por esta pregunta es esencial, útil pero no esencial o no necesaria?
4. Una vez llenas las fichas de validación, se anotó la calificación que brindaron cada uno de los expertos a las preguntas.
5. Luego se procedió a calcular el coeficiente V de Aiken para cada una de las preguntas y el coeficiente V de Aiken total.
6. Se evaluó que preguntas cumplían con el valor mínimo (0,75) requerido teniendo en cuenta que fueron 10 expertos que evaluaron la validez del contenido. De la evaluación se obtuvieron valores de V de Aiken de 0,998.

### **APOYO SOCIAL**

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).

### **ESTILO DE VIDA**

La validez de consistencia interna mediante el Análisis Factorial Exploratorio con método Promin, el cual reporto 4 dimensiones y 48 ítems (ya que excluyo 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 04 Confiabilidad del instrumento**

### **Instrumento N° 02**

#### **Confiabilidad interevaluador**

Se evaluó 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.

### **Instrumento N°03**

**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 validada en español Londoño, N. et al (2012) (Anexo N° 03).

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 ( $\alpha= 0.74$ ).

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°04**

#### **ESTILOS DE VIDA**

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

**Anexo 05 Formato de Consentimiento informado**



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE**

**FACULTAD DE CIENCIAS**

**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA**

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Se le comunica que el objetivo del presente estudio es Factores Sociodemográficos Y Acciones De Prevención Y Promoción Asociado Al Comportamiento De La Salud: Estilos De Vida Y Apoyo Social Del Adulto En El Asentamiento Humano Los Constructores\_ Nuevo Chimbote, 2021, el presente estudio está conducido por Ingrid Jackelin Rodríguez Bazán estudiante de la escuela de enfermería de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Si accede participar en este estudio, deberá responder dos cuestionarios mediante la entrevista, que tomará como promedio 20 minutos. Su participación será voluntaria. La información que se recoja será estrictamente confidencial y no se podrá utilizar para ningún otro propósito que no esté contemplado en esta investigación. Las entrevistas serán anónimas, por ello serán codificadas utilizando un número de identificación. Si la naturaleza del estudio requiriera de su identificación, ello solo será posible si da su consentimiento. Si tuviera alguna duda con relación al desarrollo del proyecto, es libre de formular las preguntas que considere pertinentes. Si sintiera incomodidad, frente a alguna de las preguntas, puede ponerlo en conocimiento a la investigadora y abstenerse de responder. Gracias por su participación.

Yo, \_\_\_\_\_ DNI\_\_\_\_\_ doy mi consentimiento para participar en el estudio y soy consciente de que mi participación es enteramente voluntaria. He recibido información en forma verbal y escrita, sobre el estudio mencionado y he comprendido la información y las explicaciones alcanzadas por el investigador. He tenido la oportunidad de preguntar y hacer preguntas. Al firmar este consentimiento estoy de acuerdo con que mis datos personales, podrían ser usados según lo descrito en la hoja de información que detalla la investigación en la que estoy participando. Entiendo que puedo finalizar mi participación en el estudio en cualquier momento, sin que esto represente algún perjuicio para mí. Entiendo que recibiré una copia de este formulario de consentimiento y que puedo pedir información sobre los resultados de este estudio cuando haya concluido. Para esto puedo comunicarme al celular.....

Como prueba de consentimiento voluntario para participar en este estudio, firmo a continuación:

.....

**Firma del participante**

.....

**Fecha**

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



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

### ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

Carta s/n° - 2022-ULADECH CATÓLICA

Sr.

Mario Agreda Collantes

Secretario general del A.H "Los constructores"

**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, Rodríguez Bazán Ingrid Jackelin, con código de matrícula N° 0112172220 , 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 del adulto en el Asentamiento humano los Constructores\_ Nuevo Chimbote, 2021**", durante los meses de febrero y marzo del presente año.

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

Atentamente,

Rodríguez Bazán Ingrid

DNI. N° 73471988

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

**DECLARACIÓN JURADA**

Yo, Rodríguez Bazán Ingrid Jackelin, identificado (a) con DNI 73471988, con domicilio real en PJ. Las Brisas MZ E lote 23 tiwinza, Distrito Nuevo Chimbote, Provincia Santa, Departamento Ancash,

**DECLARO BAJO JURAMENTO,**

En mi condición de egresada con código de estudiante 0112172220 de la Escuela Profesional de Enfermería Facultad de ciencias de la Salud de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, semestre académico 2023-1:

Que los datos consignados en la tesis titulada FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO LOS CONSTRUCTORES\_ NUEVO CHIMBOTE, 2021.

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

Doy fe que esta declaración corresponde a la verdad

Chimbote, 23 de junio del 2023



---

Firma del estudiante/bachiller

DNI 73471988



APOYO SOCIAL																			
	1= Nunca	2= Pocas veces	3= Algunas veces	4= La mayoría de las veces	5= Siempre														
ID	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19
1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5
3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4
5	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2
6	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4
7	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
8	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
9	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3
10	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
11	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	4	3	3	4	3	3	2	3	3
12	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
13	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
14	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3
15	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	3	4	3	4
16	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	4
17	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3
18	5	4	4	5	4	4	4	3	4	3	5	3	3	5	3	4	3	3	4

ESTILO DE VIDA																												
	Nunca=1	A veces=2	Casi siempre=3	Siempre=4																								
ID	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28
1	2	2	1	3	3	1	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	1	2	3	4	4	
2	3	2	2	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	4	4	
3	2	2	1	2	4	4	2	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	2	2	2	2	
4	1	2	3	3	4	4	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	2	2	3	3	3	
5	1	2	1	2	4	1	1	1	2	3	1	2	3	3	1	2	2	1	3	2	3	2	1	1	1	2	4	3
6	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	1	2	4	3	
7	2	2	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	
8	2	2	1	2	3	2	1	1	1	3	3	3	3	3	2	3	2	1	3	2	3	3	2	1	1	2	4	3
9	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	1	2	2	4	3
10	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	4	3
11	1	2	2	3	3	2	1	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	1	2	2	4	4
12	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	2	2	4	4
13	1	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	3
14	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	1	4	3
15	4	4	4	4	4	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3
16	1	2	2	3	3	3	2	4	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	3	4
17	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	4	1	1	1	3	3
18	1	2	1	2	3	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	3	2
19	4	2	4	4	4	2	4	4	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	1	1	2	3	4	3