



**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 EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO
HUMANO NUEVO PORVENIR _ SULLANA, 2021**

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

AUTORA

ORTIZ NAVARRO, ROSA MARIA

ORCID: 0000-0002-4811-2605

ASESORA

REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER

ORCID: 0000-0002-4722-1025

SULLANA – PERÚ

2023



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

ACTA N° 0205-092-2023 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **19:30** horas del día **10** de **Agosto** del **2023** y estando lo dispuesto en el Reglamento de Investigación (Versión Vigente) ULADECH-CATÓLICA en su Artículo 34º, los miembros del Jurado de Investigación de tesis de la Escuela Profesional de **ENFERMERÍA**, conformado por:

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

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

Presentada Por :
(0402120040) **ORTIZ NAVARRO ROSA MARIA**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **13**, 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 EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR _ SULLANA, 2021 Del (de la) estudiante ORTIZ NAVARRO ROSA MARIA, asesorado por REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 10% 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, 05 de Febrero del 2024



Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

DEDICATORIA

Mi presente trabajo se lo dedico a Dios con todo mi amor y respeto, porque me dio salud y la oportunidad de vivir junto a mi familia.

Con mucho cariño y respeto a mis Padres que me dieron la vida, a mi hermana, que han confiado en mí. Gracias por ayudarme a formar una carrera profesional para mi futuro, por creer en mí. Gracias por brindarme su apoyo durante todos estos años.

A mis docentes que confiaron en mí, por darme palabras de aliento cuando creía que no podía, pasar todos los momentos difíciles, momentos de tristeza y de alegría valió la pena, encuentro el fruto de mi esfuerzo.

AGRADECIMIENTO

A Dios quien con su bendición llena siempre mi vida, ilumina mi camino, me llena de salud y a la de toda mi familia, por no rendirme en los momentos difíciles de mi vida, gracias por no soltar mi mano.

A mis padres, David y Mary Carmen, por brindarme su apoyo en cada paso que doy, por aquellos valores y no olvidarme de mis costumbres como fui educada, haber brindado una buena educación y haber dado gran ejemplo de vida.

Mi profundo agradecimiento a mis docentes, quienes me brindaron sus conocimientos y los buenos valores, a todas las autoridades y personal de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, a mis compañeros con ellos compartí momentos inolvidables, gracias por forma parte de mí vida.

ÍNDICE GENERAL

Carátula.....	I
Acta de sustentación	II
Constancia de Originalidad.....	III
Dedicatoria	IV
Agradecimiento.....	V
Indice General	VI
Lista de tablas	VIII
Lista de figuras.....	IX
Resumen	XI
Abstract.....	XII
I. PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA.....	1
II .MARCO TEORICO	7
2.1 Antecedentes.....	7
2.2 Bases Teoricas.....	10
2.3 Hipotesis	16
III METODOLOGIA.....	17
3.1 Nivel , tipo y Diseño de Investigacion	17
3.2. Población y Muestra.....	17
3.3. Variables , Definición y operacionalización	18
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de informacion.....	20
3.5 Metodo de analisis de datos.....	26
3.6 Aspectos Eticos.....	27
IV. RESULTADOS.....	29
DISCUSIÓN.....	41
V. CONCLUSIONES.....	75
VI. RECOMENDACIONES.....	77
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	78
ANEXOS.....	93
Anexo 01 Matriz de consistencia.....	93
Anexo 02 Instrumento de recolección de información.....	94
Anexo 03 Validez del instrumento.....	107
Anexo 04 Confiabilidad del instrumento.....	109

Anexo 05 Formato de Consentimiento informado.....	111
Anexo 06 Documento de aprobación para la recolección de la información.....	112
Anexo 07 Evidencias de ejecución (Declaración jurada, base de datos)	113

LISTA DE TABLAS

TABLA 1	pág.
FACTORES SOCIODEMOGRÀFICOS EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR _SULLANA;2022.....	29
TABLA 2	
ACCIONES DE PROMOCIÒN Y PREVENCIÒN EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR _SULLANA ;2022.....	35
TABLA 3	
APOYO SOCIAL EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR _SULLANA; 2022.....	36
TABLA 4	
ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR _SULLANA;2022.....	37
TABLA 5	
RELACIÒN ENTRE FACTORES SOCIODEMOGRÀFICOS, ESTILOS DE VIDA Y EL APOYO SOCIAL EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR _SULLANA,2022.....	38
TABLA 6	
RELACIÒN ENTRE ACCIONES D EPREVENCIÒN Y PROMOCIÒN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR _SULLANA ;2022.....	39
TABLA 7	
RELACION ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÒN Y PROMOCIÒN DE LA SALUD Y APOYO SOCIAL EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR _SULLANA;2022.....	40

LISTA DE FIGURAS

FIGURA 1	Pag
SEXO EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR_SULLANA;2022.....	31
FIGURA 2	
EDAD EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR_SULLANA;2022.....	31
FIGURA 3	
GRADO DE INSTRUCCIÓN EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO _SULLANA;2022.....	PORVENIR 32
FIGURA 4	
RELIGIÓN EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR_SULLANA;2022.....	32
FIGURA 5	
ESTADO CIVIL EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR_SULLANA;2022.....	33
FIGURA 6	
OCUPACIÓN EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR_SULLANA;2022.....	33
FIGURA 7	
INGRESO ECONÓMICO EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANONUEVO PORVENIR_SULLANA;2022.....	34

FIGURA 8

SISTEMA DE SEGURO EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO
NUEVO PORVENIR_SULLANA;2022.....34

FIGURA 9

PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO
HUMANO NUEVO PORVENIR_SULLANA;2022.....35

FIGURA 10

APOYO SOCIAL EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO
PORVENIR_SULLANA;2022.....36

FIGURA 11

ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO
PORVENIR_SULLANA;2022.....37

RESUMEN

La promoción de la salud es de suma importancia para la vida, hoy en día son pocos los que lo practican tanto como mundial hasta local por eso se necesita más seguridad en la salud, en lo cual se desarrollará este tema esencial para la vida. La presente investigación tuvo el objetivo general Determinar los factores sociodemográficos, acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir_Sullana, 2021. Los estilos de vida, conjunto de factores que están relacionados a aptitudes y comportamientos que ayudan a los individuos a llevar una conducta determinada, sea individual o grupal, con el fin de satisfacer sus necesidades y lograr un desarrollo propio. El estudio fue de tipo cuantitativo, descriptivo, diseño no experimental. La muestra estuvo constituida por 150 adultos, el análisis y procesamiento de datos se realizó en el programa SPSS statistics versión 24.0 y se elaboraron tablas y gráficos. Se obtuvo los siguientes resultados y conclusiones: En factores sociodemográficos el 68% son sexo femenino, el 48,6% tienen edades entre 36 a 59 años, el 78,6% profesan la religión católica, el 99,3 % tienen adecuada prevención y promoción de la salud, el 99% si tiene apoyo social, el 99% si cuentan con estilo de vida saludable. Al aplicar la prueba Chi cuadrado si existe relación entre factores sociodemográficos y estilos de vida y apoyo social. Si existe relación entre acciones de prevención y promoción con el estilo de vida y con el apoyo social.

Palabras claves: Apoyo social, estilo de vida, factores sociodemográficos, prevención, promoción.

ABSTRACT

Health promotion is of the utmost importance for life, today there are few who practice it both globally and locally, that is why more health security is needed, in which this essential issue for life will be developed. The present investigation had the general objective of determining the sociodemographic factors, prevention and promotion actions with health behavior: lifestyles and social support in the adult of the Nuevo Porvenir_Sullana Human Settlement, 2021. Lifestyles, set of factors that They are related to aptitudes and behaviors that help individuals to carry out a certain behavior, whether individual or group, in order to satisfy their needs and achieve their own development. The study was quantitative, descriptive, non-experimental design. The sample consisted of 150 adults, the analysis and data processing was carried out in the SPSS statistics program version 24.0 and tables and graphs were prepared. The following results and conclusions were obtained: In sociodemographic factors, 68% are female, 48.6% are between 36 and 59 years old, 78.6% profess the Catholic religion, 99.3% have adequate prevention and health promotion, 99% if they have social support, 99% if they have a healthy lifestyle. When applying the Chi square test if there is a relationship between sociodemographic factors and lifestyles and social support. If there is a relationship between prevention and promotion actions with lifestyle and social support.

Keywords: Social support, lifestyle, sociodemographic factors, prevention, promotion.

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El presente trabajo de investigación tiene como finalidad determinar los factores sociodemográficos, acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir_Sullana, 2021.

La OPS Organismo especializado en salud del Sistema Interamericano y OMS Organización Mundial de la salud (1) , reporta que la “Estrategia y plan de acción sobre la promoción de la salud en el contexto de los Objetivos de Desarrollo Sostenible 2019-2030”, se plantea como objetivo el reforzar y crear nuevas medidas sobre la promoción en la salud, dichas medidas involucran acciones multidisciplinarias con el fin de mejorar los factores sociodemográficos en el cual se encuentran muchas personas, especialmente aquellas que pertenecen al tercer mundo, como son las personas de América Latina, se ha demostrado que cuentan con inequidad en salud muy visible y hasta el día de hoy sigue afectando significativamente a muchas personas; por ello es que se está trabajando para erradicar la inequidad con el objetivo de brindar oportunidades en las personas mayores, para que así puedan mejorar su salud, como también elevar su calidad de vida y modificar aquellos comportamientos que no benefician la salud .

El estilo de vida sistema de respuestas que expresa el modo habitual en que una persona interactúa con su propio cuerpo, el ambiente social y físico, definiendo estrategias para hacer frente a las demandas y desafíos que se presentan durante esta interacción. La posición de una persona en la sociedad tiene su origen en diversas circunstancias que la afectan, como los sistemas socioeconómicos, políticos y culturales. Las inequidades en la salud pueden aparecer cuando dichos sistemas dan lugar a «una distribución sistemáticamente desigual del poder, el prestigio y los recursos entre los distintos grupos que conforman la sociedad. Con frecuencia esas oportunidades están ineficientemente distribuidas, y esto se observa en las condiciones de vida de la primera infancia, la escolarización, las brechas laborales entre trabajadores formales e informales, entre quienes tienen trabajo y quienes no lo tienen, la amplia gama en el nivel de ingresos económicos, los factores psicosociales definidos por los estilos de vida de cada comunidad, entre otros (2).

Los determinantes biosocioeconomicos o estructural como también se la llama por

las inequidades en la salud, comprende condiciones del argumento social, también no se puede dejar de mencionar el contexto económico, político, la gobernanza municipal, el contexto político macroeconómica, el ambiente que genera la seguridad y la calidad de vida de los individuos, lo cual asegura una continua y mejora de calidad de vida (3).

El estilo de vida es el conjunto de hábitos y conductas que demuestra una persona ante la sociedad en su vida cotidiana en cada etapa de vida, o un factor controlable expresada de la manera como vivimos, mediante opiniones, cultura, demostrando los valores, realizando algunas actividades como el ejercicio adecuado, consumiendo alimentos balanceados que contengan los nutrientes que favorezcan para el buen funcionamiento del organismo y con una descontrolada ingesta de alimentos de una buena cantidad y calidad del producto (4).

Por lo tanto, en América Latina la promoción, es una preocupación de la salud pública, política, social y económica en la cual se da en busca constante de equidad en la salud, a fin de mejorar la calidad de vida de la población, así mismo la salud toma un interés en el individuo a través de los tiempos, también es un asunto de interés social, condiciones sociales y económicas donde deben ser analizadas como causa de enfermedad (5).

La OPS organismo especializado en salud del Sistema Interamericano en América Latina , nos indica que en la regiones y localidades el virus tiene un incremento en los adolescentes y jóvenes siendo ellos los principales a contagiar ya que ellos salen a fiestas y de regreso llevan consigo el virus , contagiando a sus familiares y a personas adultas siendo el 70% quienes se contagian , y mueren con el virus, hoy en día se habla de una segunda ola de contagios , de acuerdo a los resultados obtenidos de una encuesta , siendo los jóvenes que no toman conciencia asistiendo a lugares donde no hay distanciamiento social , playas de manera masiva y clandestina y no respetan las medidas de prevención que nos impone el gobierno para que el virus no se propague y no siga causando más muertes(6).

En España se realizó una reunión dándose a conocer temas importantes referentes a la salud , mencionando acciones de prevención para evitar enfermedades basadas en el cambio para una buena alimentación, junto a las actividades físicas , todo ello

de acuerdo a las necesidades sanitarias de cada persona, distinguiéndose los cambios de conducta , acordes con la promoción de la salud (7).

Las políticas sanitarias en Argentina están siendo modificadas para que existan un servicio mejor en la salud , todo ello se debe a las gestiones que se mejoran día a día para prevenir enfermedades y evitar riesgo en la salud , disminuyendo la tasa de mortalidad , por la cual las coberturas son mejoradas para el bienestar social de la población más vulnerable respetando los derechos de cada persona , todas las acciones se da para poder reducir las enfermedades y así favorecer el desarrollo de la comunidad (8).

En Chile, las políticas y acciones de estrategias preventivas de la salud y de la promoción de las enfermedades se vienen dando en los hospitales, centro de salud, entre otras áreas a nivel nacional, regional y local. También se trabaja en el ámbito del campo de la salud, educación y laboral, evaluando de una manera satisfactoria las oportunidades de desarrollo personal para poder tener una buena calidad de vida, trabajando aquí el personal de salud en unión de las comunidades, brindándoles nuevos conocimientos sobre la buena alimentación y hábitos de vida saludable, motivándolos a realizar la actividad física, obteniendo buenos resultados de mejoramiento y bienestar de la salud en los pobladores (9).

En el territorio Peruano se promulgó, la ley General de Salud, indicando que la protección de la salud siendo responsabilidad del estado, por ende, el numeral VI señala que el estado tiene el deber de promover la adecuada atención de los servicios de salud a la población.

Minsa preserva la dignidad de los usuarios promoviendo el bienestar mediante la promoción de prácticas saludables con el objetivo de prevenir enfermedades; la cual garantiza la atención integral de salud de las poblaciones del país. MINSA desarrolla iniciativas políticas, públicas, acuerdos con el propósito de poder enfrentar los problemas que aquejan a las personas (10).

En el Perú EsSalud, trabaja por la prevención de la salud, con el objetivo que la población tome conciencia sobre todas las enfermedades que perjudican nuestra salud y así reducir su incidencia. Nos informó que la segunda causa de muerte es el cáncer de mama , por otra parte , Es Salud de atención primaria , dio a detallar que en el transcurso de esta semana se han organizado campañas educativas como :

educaciones grupales , talleres , proyección de videos, consejerías , dirigidas a todas las trabajadoras , como público en general y asociaciones (11).

En la región de Ancash, la DIRESA está poniendo en marcha el “Plan Nacional de Reducción de la DCI y Prevención de Anemia 2016 - 2021”. En el año 2016, la anemia en gestantes ha sido de un 29,9%, a pesar de estar realizándose campañas promocionales para la reducción de anemia en gestantes se ha incrementado en un 33,8%, en el 2017, poniendo en riesgo la vida de las futuras madres y de los futuros ciudadanos (12).

La promoción de la salud de Ancash y la dirección regional de salud, realizaron campañas de prevención de la salud, con el objetivo de prevenir y disminuir el incremento de las mismas, por lo cual se han desarrollado actividades como ferias informativas, pasacalles, campañas de atención médica, entre otros. Se dio a conocer la importancia de realizar trabajos de prevención para una buena salud en la población (13).

En la Región de Piura es muy notorio los problemas de salud que tenemos, existen muchas variantes que no son corregidos hasta la actualidad, los cuales afectan de manera negativa la salud de las personas. Por ello es que se le debe de brindar mucha importancia a la salud pública, porque no solo se basa en una atención en un establecimiento de salud, sino también observa y analiza las necesidades que una persona presenta en su entorno, como, por ejemplo, servicios básicos y oportunidades a las que puedan acceder (14).

Frente a esta problemática no escapan los adultos del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir_ Sullana , cuenta con 3250 habitantes se encuentra ubicada en el distrito de Bellavista que fue creada el 14 de Noviembre de 1930 se ubica políticamente en la Provincia de Sullana, Región Piura y geográficamente se encuentra al margen izquierda del Río Chira. Se localiza a 80° 40' 48" de longitud Oeste. 04° 53' 57" y se encuentra casi más o menos a una altura de 80 metros sobre el nivel del mar. Bellavista es una ciudad pequeña pero grande en conocimientos.

El Asentamiento Humano Nuevo Porvenir cuenta con una iglesia, dos parques infantiles, un salón comunal, un centro de salud; las viviendas son unifamiliares de material noble, las habitaciones son independientes, tienen acceso a los servicios de agua, luz, y desagüe.

La mayoría de habitantes no fuma de manera habitual y el consumo de bebidas alcohólicas es ocasionalmente, descansan las 6 o 8 horas indicadas, realizan examen médico periódicamente, a veces hacen actividad física. Su alimentación es diaria consumiendo alimentos nutritivos, realizan constantes visitas al centro de salud, no existe pandillaje, cuentan con el apoyo del SIS –MINSA y el apoyo de sus familiares, no reciben pensión 65.

El centro de salud que se encuentra en el Asentamiento Humano cuenta con diferentes áreas como Triaje, Medicina, obstetricia, tóxico. Este centro recepciona a pacientes con enfermedades de colesterol, obesidad, anemia, gripe, Zika, dengue y chikungunya ,estas enfermedades son las más comunes en el Asentamiento Humano Nuevo Porvenir. Hoy en día la Covid 19 es la enfermedad que está presente en nuestras vidas afectando la salud de niños, jóvenes y adultos.

En el Perú la prevención y promoción cumple un papel importante en su accionar como generador de procesos sociales de salud, donde existe desconocimiento, por lo cual tratan de vincular con la información, educación para poder prevenir enfermedades. La promoción de la salud se organiza en proceso político, social y global donde permite incrementar su control a través de la participación social y empoderamiento del individuo.

La presente investigación es de mucha importancia para la sociedad, porque describe cada factor que se presenta en el desarrollo de la vida del adulto para que la sociedad pueda mostrar interés y de una manera satisfactoria brindar apoyo para que sea un impulso para un mejor desarrollo.

También es útil y necesario para todos los profesionales en salud porque aportan nuevos conocimientos que van a ser desempeñados en su carrera como son los factores sociodemográficos, su estilo de vida saludable, la actividad física y la alimentación ya que todos ellos se influyen de forma positiva o negativa en los adultos.

Las instituciones deben presentar nuevas estrategias de promoción de la salud y prevención de enfermedades para poder dar a conocer, los factores que causan riesgos para poder tomar medidas de solución a través de trabajos de investigación y obtener nuevos conocimientos para los futuros profesionales como fuente de apoyo.

Frente a lo expuesto se considera pertinente la ejecución de la investigación, planteando el siguiente enunciado:

¿Existe asociación entre los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir _Sullana, 2021.

Para dar respuesta al problema, se planteó el siguiente objetivo general:

Determinar la relación de factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: con apoyo social y estilo de vida en el adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir_Sullana, 2021.

Para poder conseguir el objetivo general, se planteó los siguientes objetivos específicos:

- Caracterizar los factores sociodemográficos en el adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir_Sullana.
- Caracterizar las acciones de prevención y promoción de la salud en el adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir_Sullana.
- Caracterizar el comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir_Sullana.
- Explicar la relación de los factores sociodemográficos con el comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir _ Sullana.
- Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir_Sullana.

I. MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes

2.1.1 Antecedentes Internacionales

Calpa A, Santacruz G, Álvarez M, Zambrano C, (15). En su investigación **titulada** “Promoción de Estilos de Vida Saludables: Estrategias y Escenarios; Colombia; 2019” tuvo como **objetivo** principal analizar las estrategias de promoción de la salud para el fomento de estilos de vida saludable en la persona, familia y comunidad. Su **metodología** es descriptivo dando como **resultado** que, el 37,8% tiene acciones de prevención y promoción adecuadas (realizan actividades físicas, tiene una buena alimentación y prevención de sustancias ilícitas) y el 62,1% no tiene estilo de vida saludable, **concluyendo** que, es importante desarrollar métodos que promuevan el estilo de vida saludable en el ámbito de trabajo, familia y comunidad para que la población puedan adoptar conductas y realicen acciones adecuadas en cuanto a la promoción de la salud.

Quiroga I. (16). En su estudio **titulada** "Estilos de vida de personas mayores de 65 años económicamente activas de Chillán y Valparaíso. Chile 2019". **Objetivo**, identificar cuantos si los adultos tienen un estilo de vida saludable **metodología** transversal analítico. **resultados**, muestran que realizan ejercicio físico el 59.4% en ambas ciudades, el 40.6% no ha acudido en 6 meses a consulta médica, un 12.5% presentaron licencia médica en el mismo periodo y un 35% no ingiere ningún tipo de medicamentos. La percepción de salud es buena aun cuando el 52% presenta patologías crónicas, predominando la hipertensión arterial en el 37%. **Conclusión** la mayoría se encuentran satisfechos y muy satisfechos con su vida.

Rolando E, Salazar V, Faride G, (17). En su investigación **titulada** “Promoción de la Salud mental y la prevención del comportamiento suicida en adultos jóvenes de la psicoterapia Gestalt. México 2019”. Tuvo como **objetivo** identificar cuanto efectivo es la psicoterapia Gestalt que ayuda desarrollar las habilidades en la promoción de salud y que ayuda prevenir el comportamiento suicida. La **metodología** del estudio es de corte cualitativo fenomenológico y participativo en mujeres de 20 años aplicando el test Psicodiagnóstico de la Gestalt que ayudó el grado de autorregulación y escala de desesperanza. Como **resultado** se percibió faces bloqueantes y nivel del riesgo suicida fue mínimo. **Concluyendo** que en el nivel

cualitativo se logró favorecer y desbloquear las habilidades de los problemas a estudio.

2.1.2 Antecedentes Nacionales

Cochachin M, (18). En su investigación **titulada:** “Estilo de vida y los factores Biosocioculturales en los Adultos Mayores del Distrito de Ataquero – Carhuaz, 2019”. Su **objetivo** es determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en los adultos mayores del Distrito de Ataquero – Carhuaz. Su **metodología** es cuantitativa, de corte transversal, diseño descriptivo correlacional. Como **resultados** tenemos que el 92, 5 % tiene estilo de vida no saludable, la mayoría son analfabetos profesan la religión católica y tienen un ingreso menor a 400 soles mensuales, más de la mitad son de sexo femenino, de ocupación ama de casa, y de estado civil casado. **Concluyendo** que Si existe relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales.

Mendoza R, et al, (19). En su investigación **titulada:** “Factores Sociodemográficos Asociados a la Calidad de Vida en Adultos Mayores de la Comunidad de Balcón. Distrito de Tambo_Perú, 2019”. Su **objetivo** es determinar los factores sociodemográficos asociados a la calidad de vida en adultos mayores de la Comunidad de Balcón. Distrito de Tambo. Una metodología de enfoque cuantitativo no experimental; diseño transversal, relacional. El **resultado** fue que la mayoría de adultos tiene una edad entre 60 a 69 años, la mayoría son del sexo femenino, son viudos y no tienen nivel de instrucción, la mayoría cuenta con un apoyo económico. **Concluyendo** que, el incremento en la edad de los adultos mayores de esta comunidad está asociada a la calidad de vida que presenta esta población.

Echabautis O, Yurica G, Zorrilla G, (20). En su presente investigación **titulada** “Estilos de Vida Saludable y Factores Biosocioculturales en los Adultos de la Agrupación Familiar Santa Rosa de San Juan de Lurigancho, 2019”. Su **objetivo** es determinar la relación que existe en los factores biosocioculturales y los estilos de vida saludable en los adultos que viven en la agrupación familiar santa rosa – SJL. Metodología de tipo cuantitativo, investigación aplicada, de nivel correlacional y corte trasversal. **Resultado** se 12 encontró relación estilos de vida saludable y género

($p = 0,009$); entre estilos de vida saludable y servicios básicos ($p=0,004$) estilos de vida saludable y nivel de instrucción ($p=0,049$ $9<0,05$). **Conclusión** se encontró relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida saludable, género, servicios básicos en el factor social.

2.1.3. Antecedentes Locales o Regionales

Paz G, (21). En su investigación titulada “Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Asentamiento Humano – Villa Magisterial II Etapa, Nuevo Chimbote_2019” **Objetivo** determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto. **Metodología** tipo cuantitativo, nivel correlacional – transversal, diseño no experimental. **Resultados** más de la mitad de adultos es sexo femenino, grado de instrucción secundaria, el ingreso económico entre los 850 a 1100 soles, el seguro de salud es SIS. **Conclusión** factores sociodemográficos, el estilo de vida encontramos que estadísticamente si existe relación significativa con la variable edad y con el poyo no existe relación.

Medina T, (22). En su investigación **titula** “Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la salud: Estilos de vida y Apoyo social del adulto. Pueblo joven “la unión” Sector 25 _Chimbote, 2019”. **Objetivo** determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociada al comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social del adulto. **Metodología** de tipo cuantitativo, 13 correlacional, no experimental. **Resultados** más de la mitad son de sexo femenino, ingreso económico menos de 400 nuevos soles y la mayoría cuentan con SIS. **Conclusión** la prueba del chi cuadrado las acciones de promoción y prevención, estilo de vida y el apoyo social, se encontró que si existe relación estadísticamente significativa.

Huamán S, (23). En su investigación **titulada** “Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida y Apoyo social del adulto. Asentamiento humano Ricardo _Chimbote, 2019”. **Objetivo** determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto del Asentamiento Humano Ricardo Palma asociados al comportamiento de la salud: Estilos de vida y Apoyo social. **Metodología** tipo cuantitativo, correlacional-transversal y no experimental.

Resultados la mayoría son de sexo femenino, menos de la mitad tienen grado de instrucción secundaria; tienen estilos de vida saludables. **Conclusión** no se encontró relación estadísticamente significativa en la prevención y promoción de la salud con el estilo de vida y con el apoyo social.

2.2 Bases teóricas

En el presente trabajo de investigación se ha tomado como base teórica el modelo de Determinantes de la Salud de Marc Lalonde y el modelo de promoción de la salud de Nola Pender.

Marc Lalonde presentó un modelo que manifestaba interacciones entre factores determinantes de la salud, reconociendo así el estilo de vida, el ambiente conteniendo la biología humana y a la organización de los servicios de salud, haciéndose énfasis en la gran notabilidad de los primeros en la determinación de la enfermedad, y a su vez, la menor importancia de estos observados en los presupuestos sanitarios (24).

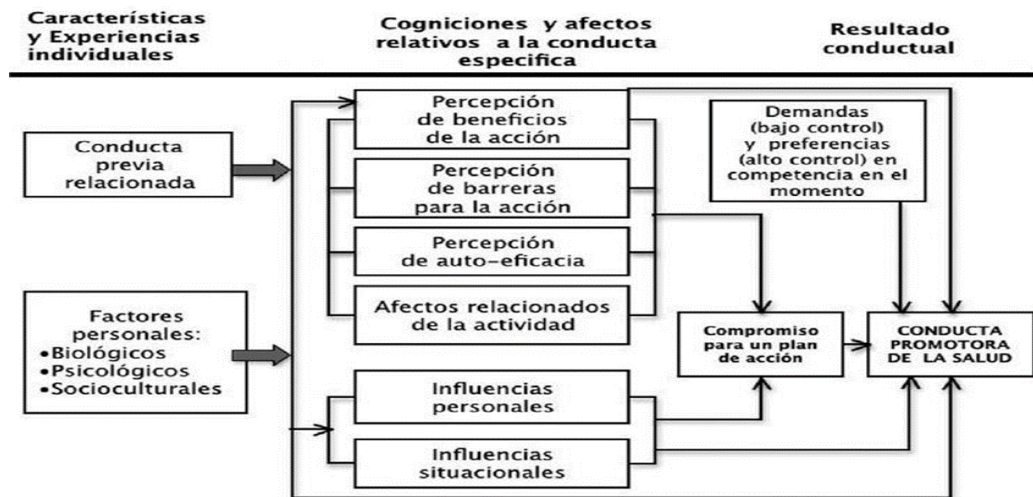
Nola Pender enfermera reconocida mundialmente por implantar su Modelo de Promoción de la Salud (MPS).

El modelo de Promoción de Salud de Nola Pender enfatiza el entorno integral que tiene cada persona, entre ellos se encuentra la relación que tiene este con su entorno social, así mismo comprende el entorno físico en el cual se desarrolla, ya sea en el trabajo, en la recreación o en cual ésta realiza sus actividades diarias, este modelo se considera multifacético por ello busca y trata de incorporar todos los aspectos y/o esferas que comprende el ser humano, también se encuentran las habilidades y comportamientos que este tiene para mantener su salud y de ellos depende si puede incrementar su calidad de vida (25).

El presente modelo demuestra las esferas que comprenden una persona, así mismo los comportamientos y conocimientos que tiene un individuo con respecto a su situación actual de salud, también se involucran las costumbres, como otros factores que serán explicados más adelante. En el presente esquema se pueden visualizar a los mecanismos por columnas de izquierda a derecha, la cual el primero nos detalla las singularidades y costumbres que presenta este

individuo, el cual se puede entender como comportamiento anticipado coherente y comportamientos propios (26).

El modelo de Promoción de Salud de Nola Pender



El comienzo del gráfico comprende los conocimientos y costumbres anteriores que una persona ha adquirido, los cuales pueden o no tener un efecto en los comportamientos de promoción y prevención de salud de dicho individuo. Continuando con la descripción del modelo, el siguiente factor son los personales, como es la esfera biológica, psicológica y sociocultural que de cierta manera causa una influencia o impacto a los comportamientos que una persona presenta y también el entorno en el cual este aplica sus comportamientos (27).

En la segunda columna ubicamos a los céntricos del prototipo que se adhieren a discernimiento y determinados del comportamiento, es decir por todas las acciones o bienes que uno puede conseguir a raíz de desenlaces efectivos; el segundo punto abarca las cogniciones y afectos relativos a las conductas específicas, aquí también se encuentran las percepciones con respecto a las acciones que ejecuta una persona para alcanzar su objetivo de salud. Es importante que una persona se valore y así mismo se impulse y celebre sus logros con el fin de aspirar a más y que sea más difícil desertar dichas acciones que contribuyen a la salud (28).

Por último, el tercer componente llega a concretarse en el resultado conductual y así mismo cada individuo puede apreciar eso porque ya los resultados son notorios para aquellos que llevan unas buenas conductas. Así

mismo el primer punto del presente componente comprende el compromiso de cada persona para seguir elaborando los planes de acciones y así mejorar su salud. El segundo punto está comprendido por demandas y las preferencias con respecto a las competencias de las personas, los cuales también están adheridos a las conductas y resultados finales. Para comprender mejor dicho diagrama, Pender estableció meta paradigmas con el fin de definir mejor ciertos enunciados y llegar a un mejor entendimiento; entre ellas tenemos (29).

Salud: Es la situación actual del estado salud en la cual se encuentra una persona, así mismo también determina el nivel de bienestar que este presenta, en la actualidad cabe resaltar que hay que cambiar la definición de esta, ya que no solo significa la ausencia de enfermedades, sino el como uno se encuentra posicionado en su propia realidad (30).

Persona: Son los individuos que gozan de consciencia y así mismo poseen una identidad propia, cada persona es responsable de su salud y así mismo dependiendo de los comportamientos y conocimientos que este adquiriera a lo largo de su vida podrá establecer su nivel de salud o bienestar además tiene la posibilidad de mantener positivamente su salud o cambiar algunos factores que estén afectando (31).

Entorno: Se considera al entorno a todo espacio en el cual una persona se desarrolla y realiza todas sus actividades. Así mismo se ha demostrado que causa un gran impacto en la salud de los individuos, puesto que ellos comprenden muchas esferas de las personas, como la esfera social, en el cual uno puede establecer relaciones con otras personas y el demográfico, puesto que dependiendo del área geográfico en la cual se encuentra contará con ciertos factores característicos que establezcan su salud (32).

Enfermería: Es el cuidado que una persona recibe y da, así mismo es considerado un arte porque muchas veces depende del ingenio de las personas para solucionar ciertos aspectos que otra persona está sufriendo, en la actualidad este término ha venido obteniendo mayor prestigio porque se ha reconocido el gran labor que una persona realizar al practicar la enfermería ya que es capaz de aumentar el nivel de bienestar de esta (33).

Para que la presente base teórica tenga un sustento más eficaz se ha buscado las dimensiones que comprenden los estilos de vida en las personas

mencionadas por Nola Pender, dichas dimensiones impulsan a que las personas adquieran mejores acciones de promoción y prevención de salud; en las cuales estas se basan en priorizan todas las acciones como intervenciones, estas son orientadas a la población ya sea de manera individual o familiar con la finalidad de mejorar las condiciones de vida y así permita mantener una adecuada salud en la persona(34).

2.2.1 Bases conceptuales de la investigación

El estudio de investigación se fundamenta también en las siguientes bases conceptuales relacionadas con las variables de estudio:

Responsabilidad de salud: Esta meta paradigma nos indica que toda persona tiene que tomar una actitud más seria, con un enfoque a mejorar la salud y en ningún momento dejar pasar las situaciones de salud por la cual puede cursar, en cambio debe de preocuparse y no bajar la guardia ante su salud (35).

Actividad física: Consiste en el conjunto de ejercicios y movimientos que una persona realiza por determinado tiempo, para ser considerada actividad física se debería de tomar en cuenta que se debe de tener total enfoque en dicha actividad, este meta paradigma representa algo muy beneficioso para la salud de las personas porque evita muchas enfermedades y promueve la salud (36).

Nutrición: La nutrición comprende el estado metabólico en relación a los alimentos de una persona, debe de haber un total equilibrio con las calorías que uno consume y con los que uno gasta, así mismo se toma en cuenta las necesidades o situaciones en la cual una persona se cursa (37).

Crecimiento espiritual: Es aquel desarrollo que una persona tiene en relación a su yo personal, así mismo es la conexión que una persona tiene consigo misma y con su entorno físico, es importante que todas las personas la tengan porque esto aumenta mucho la calidad de vida ya que los hace pensar de una manera más libre y pacífica (38).

Relaciones interpersonales: Se refiere a todas las conexiones que una persona tiene en relación a otras, esto no solo se aboca a las relaciones en cantidad que uno tiene con su entorno, sino también comprende las maneras y las herramientas que la persona tiene para lograrlas, los beneficios de formar

relaciones son sumamente positivos porque muchas veces uno obtiene ayudas o sentimientos que contribuyen a mejorar la calidad de vida (39).

Manejo de estrés: Es el conjunto de acciones que una persona realiza para controlar su nivel de estrés ante ciertas situaciones, esto es sumamente importante porque el estrés resulta ser un fenómeno que desemboca a enfermedades si es que no se logra manejar. Así mismo se puede decir que el estrés es la manera en como el cuerpo responde ya sea físicas, emocionales o mentales, por lo que para manejar el estrés es esencial la valoración del individuo para poner en práctica estrategias saludables que permitan contrarrestarlas y no pasar a mayores (40).

La prevención de enfermedades: Son las acciones o medidas que no solo se enfocan en prevenir la aparición de distintas enfermedades o de reducir los factores de riesgo de la salud del individuo, si no también se basa en detener y actuar frente a las estas. También busca disminuir las complicaciones que presenta las enfermedades, reducir los factores de riesgo y busca proteger al individuo y población en general que se encuentra en riesgo de agentes agresivos, los cuales afectan el estado de salud de la persona (41).

Etapas de la adultez: Es una de las etapas donde demanda una mayor dedicación, responsabilidad, identidad y aptitud de la persona; también se dice que el inicio de la adultez se determina por los factores sociales ya que la persona se enfrenta a nuevos retos o experiencias como pueden ser: la experiencia de su primer empleo, el llevar una vida en pareja o el matrimonio, la paternidad y una alta responsabilidad y dependencia del individuo. Además, la adultez es una etapa de trayectorias personales las cuales son distintas, mientras algunos individuos prolongan su estado de dependencia y se basan en beneficio de los familiares, otros se enfrentan y asumen nuevas tareas y roles de manera independiente para las cuales han estado formándose durante su vida, estos tienen la capacidad de ser independientes en lo personal, familiar y económicamente (42).

Promoción de la salud: La promoción de la salud son todas acciones que elevan y promueven acciones para que cada individuo mejore su situación de salud, así mismo este permite que una persona pueda prevenir enfermedades o si es que ya tiene alguna, pueda reducir las complicaciones y fomentar una recuperación más exitosa. Muchas veces depende de una intervención

multidisciplinaria para lograr los objetivos trazados y mejorar la situación de salud (43).

Prevención en salud: Son todas acciones que tienen como objetivo prevenir enfermedades o situaciones que pueden alterar el estado actual de una persona, por ejemplo, las vacunas, las cuales ayudan a que una persona prevenga enfermedades y así mantener un buen nivel de bienestar (44).

Estilos de vida: Son los comportamientos y actitudes que una persona construye a lo largo de su vida, estos pueden ser modificables, dichos comportamientos llevan a la persona a tener cierta salud, ya sea buena o negativa. También constituye una de las principales armas puesto que esta es muy relevante ya que cada persona puede ejercerla (45).

Educación para salud: Son las herramientas usadas por el personal de salud en la cual a través de actividades y talleres buscan aumentar el conocimiento en todas las personas con el fin de cambiar mentalidades y causar una responsabilidad en salud mucho mayor, lo que también les permite conocer las conductas que pueden cambiar su salud, y en función de qué tipo de ayuda saben que necesitan las personas (46).

Enfermería: Es el arte, ciencia y disciplina que permite que una persona reciba unos cuidados totalmente de calidad, así mismo también la enfermería brinda un cuidado multidimensional, como es también a la familia y a la comunidad sin distinción alguna (47).

Salud Pública: Es el cuidado que recibe tanto persona como población o un número de personas, en la actualidad ya se va más allá de ellos, ya que determina el cambio del entorno físico para que las personas se desarrollen mejor y puedan aumentar su estado de salud y bienestar, además se brinda información y destrezas necesarias que conlleven a la mejora de los servicios que en salud, por otro lado la salud pública se basa en promoción, mantenimiento y la protección de la salud de las personas para evitar enfermedades (48).

2.3. Hipótesis de la investigación

- Si, existe relación estadísticamente significativa de los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir _ Sullana, 2021.

- No, existe relación estadísticamente significativa de los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud y con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir _ Sullana, 2021.

III. METODOLOGÍA

3.1. Nivel, tipo y diseño de investigación

- 3.1.1. **Descriptivo:** Porque se describió características necesarios e importantes se observó y detallo la conducta de los adultos, específicamente de cada individuo (49).
- 3.1.2. **Cuantitativo:** Porque se cuantificó los resultados del cuestionario en números o datos estadísticos de acuerdo a las variables, los resultados se presentan en tablas estadísticas, gráficos y un análisis de acuerdo al resultado (50).
- 3.1.3 **Diseño:** Fue correlacional, no experimental, porque el investigador no cambió, manipuló e influyó en las variables de estudio dado su conexión total tal y como es la información (51).

3.2. Población y Muestra

Población

Estuvo conformado por 400 adultos del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir_Sullana.

Muestra

Estuvo conformado por 150 adultos del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir_Sullana.

Unidad de análisis

Cada adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir _Sullana 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 Nuevo Porvenir.
- Adultos del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir, que aceptaron participar en el estudio.
- Adultos del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir, 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 Nuevo Porvenir, que presentaron problemas psicológicos.
- Adultos del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir, que presentaron algún trastorno mental.
- Adultos del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir, que presentaron problemas de comunicación.

3.3. Variables. Definición y operacionalización

I.FACTORES SOCIODEMOGRÀFICOS

Indicadores utilizados para describir a las personas en términos de edad, raza/etnia, sexo, género, nivel educativo en el idioma principal, situación laboral, ingresos, profesión, estado civil, número total de personas que viven en la casa, condiciones de vida y factores similares. (52).

Sexo

Definición Operacional

Escala nominal

- Masculino
- Femenino

Grado Instrucción

Definición Operacional

Escala Ordinal

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

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

Ocupación

Definición Operacional

Escala Nominal

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

PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD

Definición conceptual:

Proceso, cuyo objeto consiste en fortalecer las habilidades y capacidades de las personas para emprender una acción, y la capacidad de los grupos o las comunidades para actuar colectivamente con el fin de ejercer control sobre los determinantes de la salud (53).

Definición operacional:

La promoción de la salud es una variable cualitativa categorizada en dos grupos, los cuales serán generados a partir de una variación estadística mediante percentiles de los puntajes reportados por el adulto (54).

- Acciones adecuadas
- Acciones inadecuadas

APOYO SOCIAL

Definición conceptual:

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, etc.) (55).

Definición operacional:

El apoyo social es una variable cualitativa categorizada en dos grupos, los cuales serán generados a partir de una variación estadística mediante percentiles de los puntajes reportados por el adulto (56).

- Si tiene apoyo social
- No tiene apoyo social

ESTILOS DE VIDA

Definición conceptual

Conjunto de patrones conductuales de un individuo que pone en práctica de manera consistente y contenida en su vida cotidiana, por el cual puede ser oportuna para el mantenimiento de su salud o en caso contrario que lo coloca en situación de riesgo para la enfermedad (57).

Definición operacional

El estilo de vida es una variable cualitativa categorizada en dos grupos, los cuales serán generados a partir de una variación estadística mediante percentiles de los puntajes reportados por el adulto (58).

- Estilo de vida saludable
- Estilo de vida no saludable

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección

Técnicas

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 Delgado R, Díaz R, Reyna E. Modificado por; Reyna Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación (Anexo N° 02).

Está constituido por 8 ítems distribuidos en 4 partes:

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

Instrumento N° 02

CUESTIONARIO SOBRE 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.

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

Asimismo, se realizará validez de contenido mediante la evaluación por juicios de expertos. (Anexo N° 02).

Control de calidad de los datos:

Evaluación Cualitativa:

Fue concluida a través de la entrevista a personas del área de Salud que actuaron como jueces; Se realizó en reuniones, con el objetivo de evaluar la propuesta del Cuestionario sobre Acciones de 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:

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

Validez de contenido: Se realizó mediante la calificación de criterios de expertos, de los cuales fueron diez, Para efectos de este análisis, se utilizó para la evaluación de la validez de contenido la fórmula de V de Aiken (Pendfield y Giaccobi , 2004)

Dónde:

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

l: Es la calificación más baja posible.

k: Es el rango de los valores posibles.

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

Confiabilidad

Confiabilidad interevaluador

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

Instrumento N°03:

CUESTONARIO MOS DE APOYO SOCIAL

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

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 utilizará el cuestionario auto administrado 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 utilizará la versión validada en español Londoño, N. et al (2012) (Anexo N° 05).

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° 4

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>

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 ($\alpha=0.88$).

3.5. Método de análisis de datos

3.5.1 Procedimientos de la recolección de datos

En cuanto a la recolección de datos del presente proyecto de investigación se consideró los siguientes aspectos:

- Se informó y se pidió consentimiento a los adultos del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir _Sullana, 2021 haciendo énfasis que los datos y resultados serán totalmente confidenciales.
- Se coordinó la disponibilidad y el tiempo de la fecha de la aplicación del instrumento para proceder a aplicar el instrumento a cada adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir _Sullana, 2021.
- Se realizó la lectura de las instrucciones de los instrumentos a los adultos del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir _Sullana, 2021
- El instrumento fue aplicado en un tiempo de 20 minutos, las respuestas fueron marcadas de manera personal y directa.

3.5.2 Análisis y procesamiento 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 utilizará el estadístico Chi cuadrado según el tipo de corresponda, presentando el valor con un nivel de confianza del 95%.

3.6 Aspectos éticos

En toda investigación que se llevará a cabo, el investigador previamente valorará los aspectos éticos de la misma, tanto por el tema elegido y por el método seguido, así también se planteará si los resultados que se han obtenido en el transcurso de la investigación son éticamente posibles, se tomó en cuenta al reglamento de Integridad Científica de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote (59).

Protección de la persona: La persona en toda investigación es el fin y no el medio, por ello necesita cierto grado de protección, el cual se determinará de acuerdo al riesgo en que incurran y la probabilidad de que obtengan un beneficio. En las investigaciones en las que se trabaja con personas, se debe respetar la dignidad humana, la identidad, la diversidad, la confidencialidad y la privacidad. Este principio no sólo implica que las personas que son sujetos de investigación participen voluntariamente y dispongan de información adecuada, sino también involucra el pleno respeto de sus derechos fundamentales, en particular, si se encuentran en situación de vulnerabilidad.

Cuidado del medio ambiente y la biodiversidad: Las investigaciones que involucran el medio ambiente, plantas y animales, deben tomar medidas para evitar daños. Las investigaciones deben respetar la dignidad de los animales y el cuidado del medio ambiente incluido las plantas, por encima de los fines científicos; para ello, deben tomar medidas para evitar daños y planificar acciones para disminuir los efectos adversos y maximizar los beneficios.

Libre participación y derecho a estar informado: Las personas que desarrollan actividades de investigación tienen el derecho a estar bien informados sobre los propósitos y finalidades de la investigación que desarrollan, o en la que participan; así como tienen la libertad de participar en ella, por voluntad propia. En toda investigación se debe contar con la manifestación de voluntad, informada, libre, inequívoca y específica; mediante la cual las personas como sujetos investigados o titular de los datos consiente el uso de la información para los fines específicos establecidos en el proyecto.

Beneficencia no maleficencia: Se debe asegurar el bienestar de las personas que participan en las investigaciones. En ese sentido, la conducta del investigador debe responder a las siguientes reglas generales: no causar daño, disminuir los posibles efectos adversos y maximizar los beneficios.

Justicia: El investigador debe ejercer un juicio razonable, ponderable y tomar las precauciones necesarias para asegurar que sus sesgos, y las limitaciones de sus capacidades y conocimiento, no den lugar o toleren prácticas injustas. Se reconoce que la equidad y la justicia otorgan a todas las personas que participan en la investigación derecho a acceder a sus resultados. El investigador está también obligado a tratar equitativamente a quienes participan en los procesos, procedimientos y servicios asociados a la investigación.

Integridad científica: La integridad o rectitud deben regir no sólo la actividad científica de un investigador, sino que debe extenderse a sus actividades de enseñanza y a su ejercicio profesional. La integridad del investigador resulta especialmente relevante cuando, en función de las normas deontológicas de su profesión, se evalúan y declaran daños, riesgos y beneficios potenciales que puedan afectar a quienes participan en una investigación. Asimismo, deberá mantenerse la integridad científica al declarar los conflictos de interés que pudieran afectar el curso de un estudio o la comunicación de sus resultados.

IV. RESULTADOS

4.1 Resultados

*Tabla 1 Factores Sociodemográficos en el adulto del Asentamiento Humano
Nuevo Porvenir _Sullana; 2022*

Sexo	n°	%
Masculino	48	32
Femenino	102	68
Total	150	100 ,0
Edad	n°	%
18-35 años	64	42,6
36-59 años	73	48,6
60 a más	13	8,8
Total	150	100,0
Grado de Instrucción	n°	%
Analfabeto	0	0
Primaria	14	9,3
Secundaria	89	59,3
Superior	47	31,3
Total	150	100,0
¿Cuál es su Religión?	n°	%
Católico	118	78,6
Evangélico	21	14
Otras	11	7,3
Total	150	100 ,0
¿Cuál es su estado civil?	n°	%
Soltero	42	28
Casado	40	26,6
Viudo	1	0,6
Conviviente	67	44,6
Separado	0	0
Total	150	100,0

¿Cuál es su ocupación?	n°	%
Obrero	13	8,6
Empleado	0	0
Ama de casa	58	38,6
Estudiante	13	8,6
Otros	66	44
Total	150	100,0

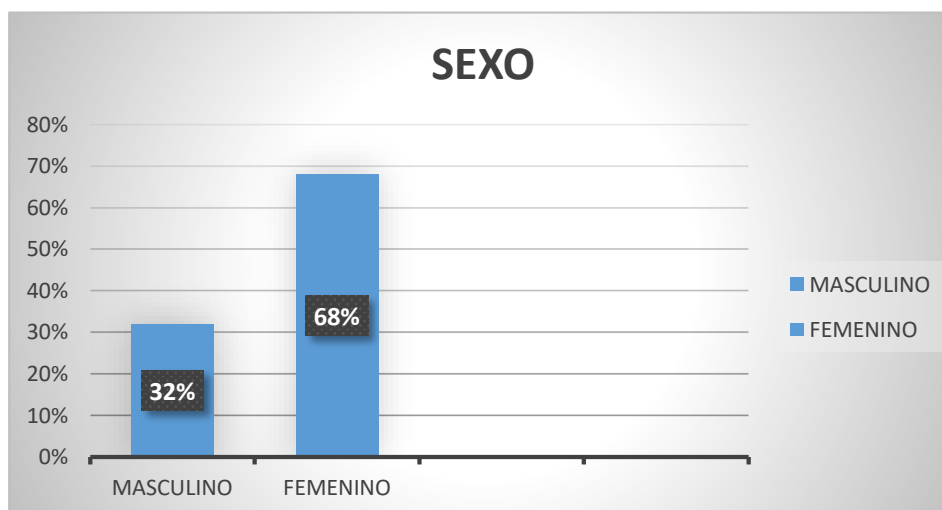
¿Cuál es su Ingreso económico?		
Menor de 400 nuevos soles	20	13,6
De 400 a 650 nuevos soles	39	26
De 650 a 850 nuevos soles	30	20
De 850 a 1100 nuevos soles	36	24
Mayor de 1100 nuevos soles	25	16,6
Total	150	100,0

¿Cuál es el Sistema de Seguro que tiene?		
Es salud	12	8
SIS	119	79,3
Otro seguro	0	0
No tiene seguro	19	12,6
Total	150	100,0

Fuente: Cuestionario Factores Sociodemográficos, elaborado por Delgado R, Díaz R, Reyna E aplicado en el adulto del asentamiento humano Nuevo Porvenir _Sullana, 2022.

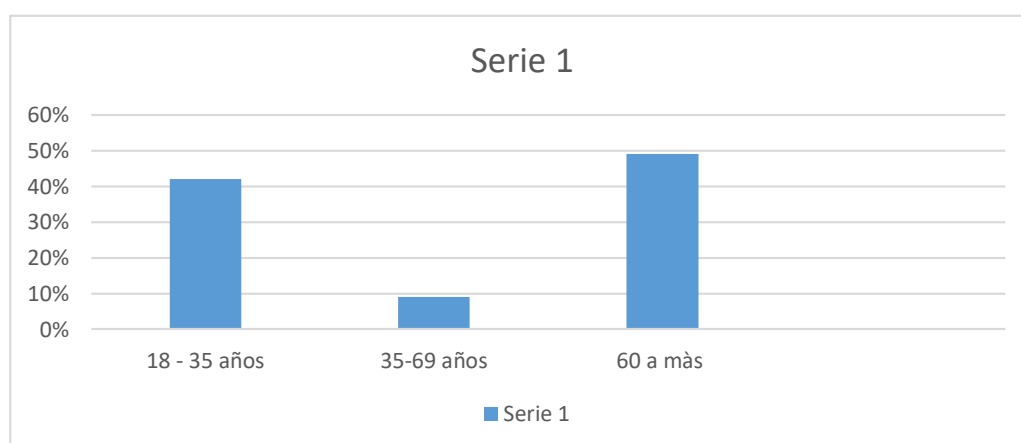
TABLA 1 FACTORES SOCIODEMOGRÀFICOS EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR _SULLANA; 2022

FIGURA 1: SEXO EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR _SULLANA; 2022



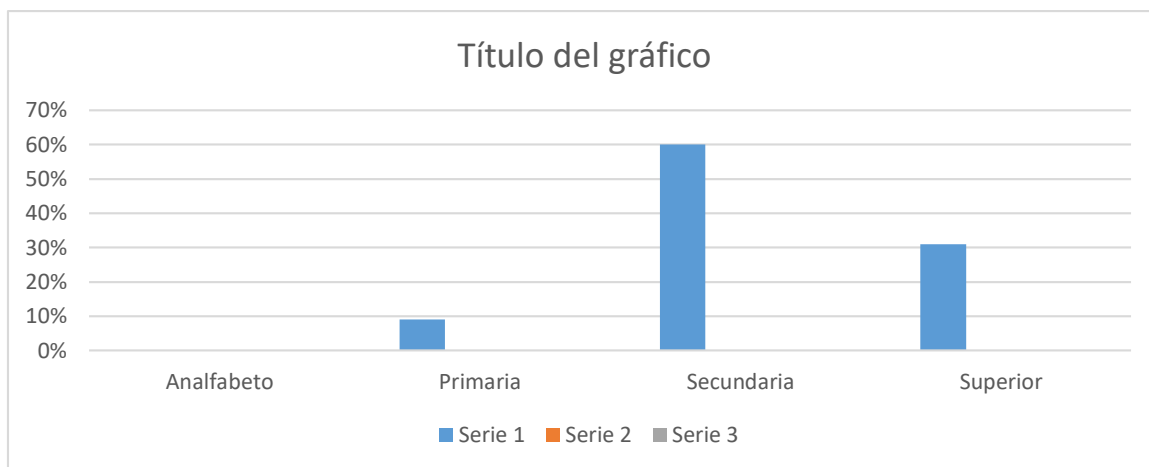
Fuente: Cuestionario Factores Sociodemográficos, elaborado por Delgado R, Díaz R, Reyna E aplicado en el adulto del asentamiento humano Nuevo Porvenir _Sullana, 2022.

FIGURA 2: EDAD EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR _BELLAVISTA _SULLANA; 2022



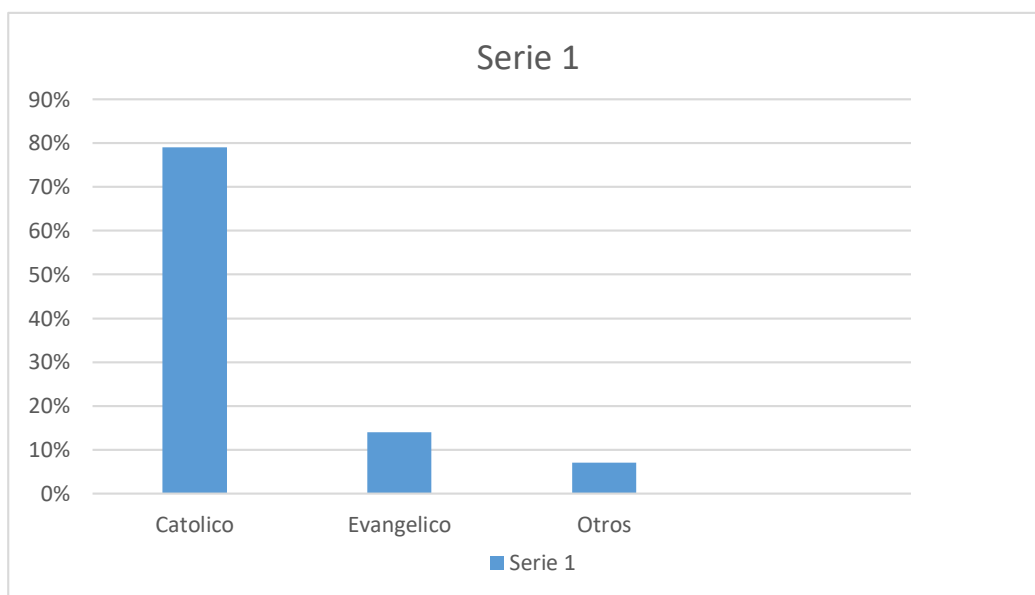
Fuente: Cuestionario Factores Sociodemográficos, elaborado por Delgado R, Díaz R, Reyna E aplicado en el adulto del asentamiento humano Nuevo Porvenir _Sullana, 2022.

FIGURA 3: GRADO DE INSTRUCCIÓN EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR _SULLANA; 2022



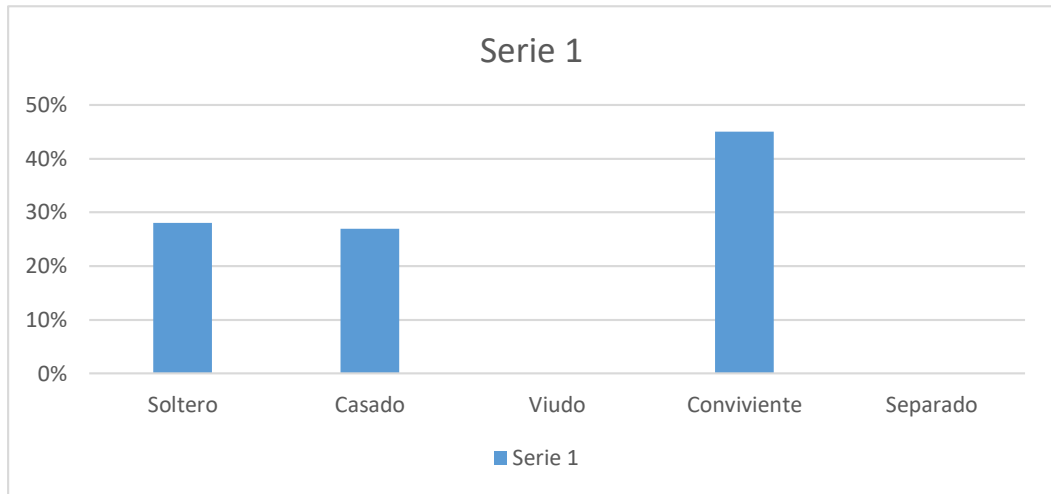
Fuente: Cuestionario Factores Sociodemográficos, elaborado por Delgado R, Díaz R , Reyna E aplicado en el adulto del asentamiento humano Nuevo Porvenir_ Sullana, 2022.

FIGURA 4: RELIGIÓN EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR _SULLANA; 2022



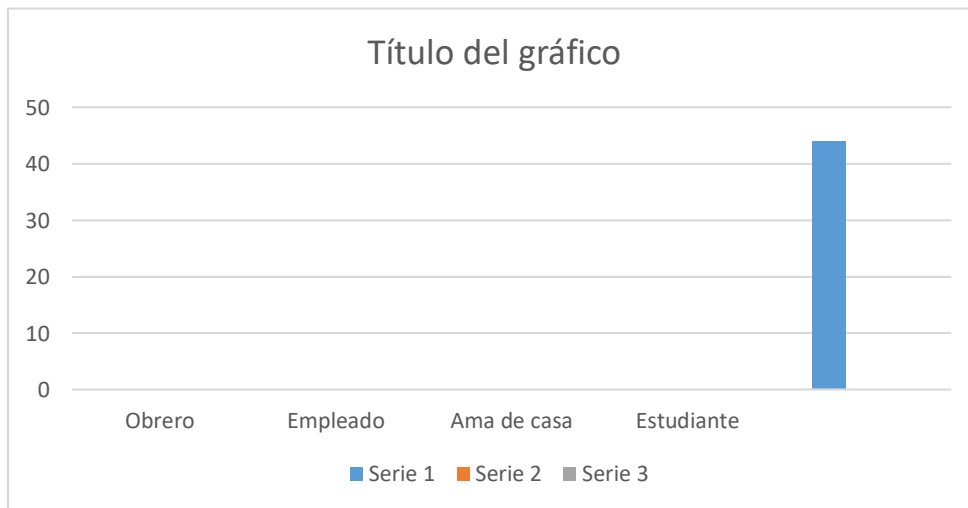
Fuente: Cuestionario Factores Sociodemográficos, elaborado por Delgado R, Díaz R , Reyna E aplicado en el adulto del asentamiento humano Nuevo Porvenir_ Sullana, 2022.

FIGURA 5: ESTADO CIVIL EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR _ SULLANA; 2022



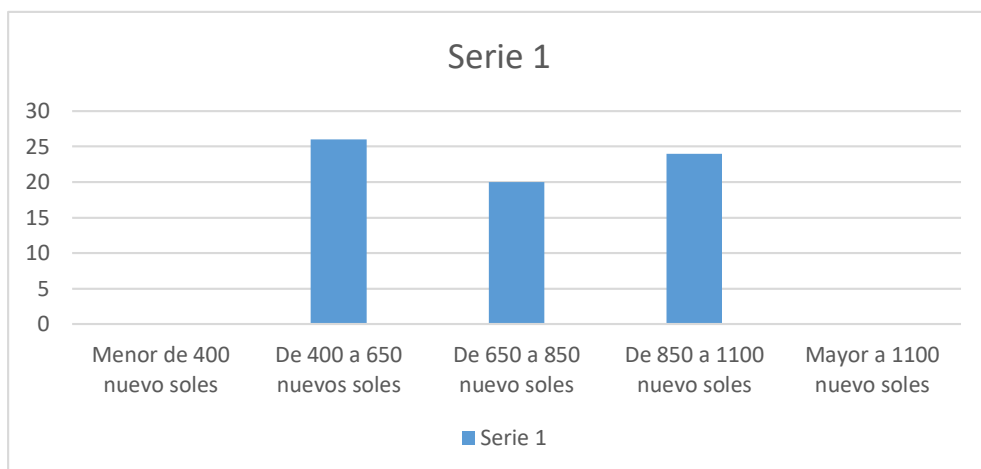
Fuente: Cuestionario Factores Sociodemográficos, elaborado por Delgado R, Díaz R , Reyna E aplicado en el adulto del asentamiento humano Nuevo Porvenir _Sullana, 2022.

FIGURA 6: OCUPACIÓN EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR _ SULLANA; 2022



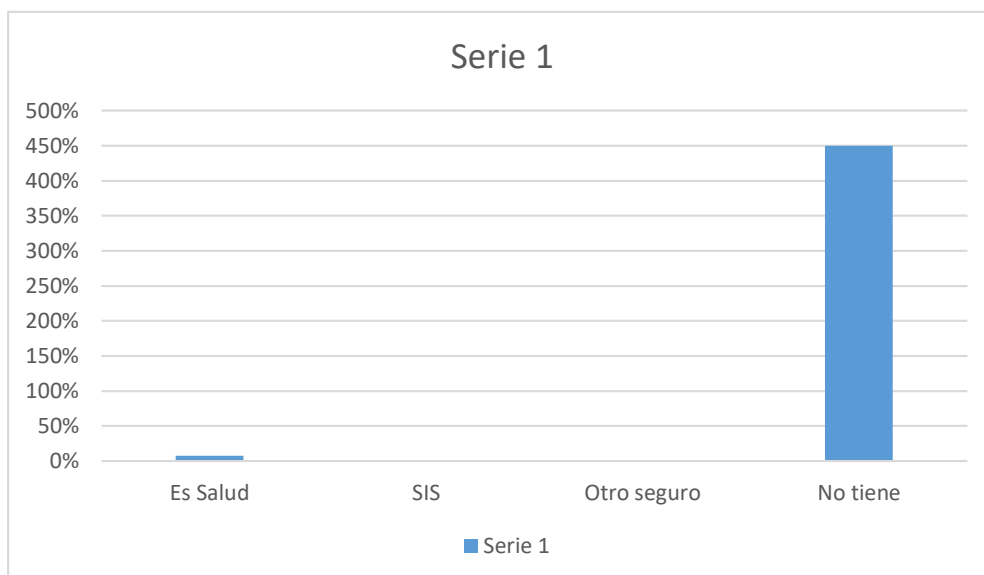
Fuente: Cuestionario Factores Sociodemográficos, elaborado por Delgado R, Díaz R, Reyna E aplicado en el adulto del asentamiento humano Nuevo Porvenir_ Sullana, 2022.

FIGURA 7: INGRESO ECONÒMICO EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR _SULLANA; 2022



Fuente: Cuestionario Factores Sociodemográficos, elaborado por Delgado R, Díaz R, Reyna E aplicado en el adulto del asentamiento humano Nuevo Porvenir _Sullana, 2022.

FIGURA 8: SISTEMA DE SEGURO EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR _SULLANA; 2022



Fuente: Cuestionario Factores Sociodemográficos, elaborado por Delgado R, Díaz R, Reyna E aplicado en el adulto del asentamiento humano Nuevo Porvenir_ Sullana, 2022.

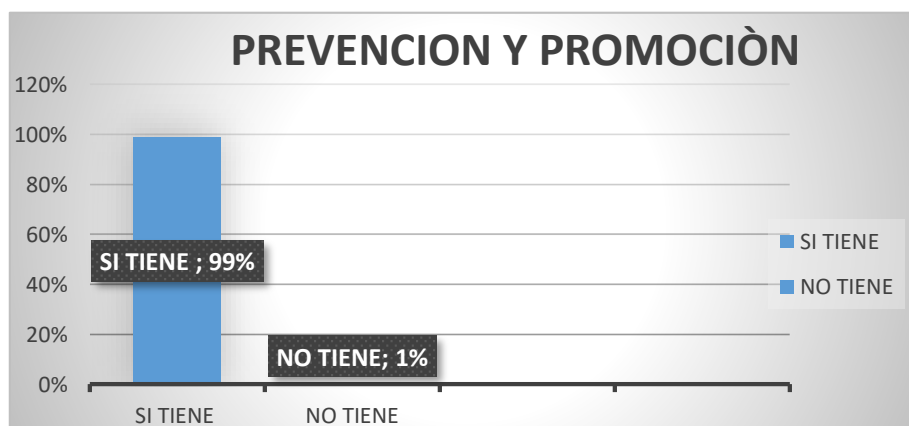
TABLA 2: *Acciones de promoción y prevención en el adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir _Sullana; 2022*

ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD	N	%
INADECUADO	1	0,6
ADECUADO	149	99,3
TOTAL	150	100,0

Fuente: Cuestionario sobre acciones de promoción y prevención de la salud, elaborado por Vílchez M, aplicado en el adulto del asentamiento humano Nuevo Porvenir _ Sullana, 2022.

TABLA 2 ACCIONES DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR _SULLANA; 2022

FIGURA 9: PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR _SULLANA; 2022



Fuente: Cuestionario sobre acciones de promoción y prevención de la salud, elaborado por Dra. Vílchez Reyes Adriana, aplicado en el adulto del asentamiento humano Nuevo Porvenir _ Sullana, 2022.

TABLA 3 : Apoyo Social en el adulto del Asentamiento Humano
Nuevo Porvenir _Sullana; 2022

	APOYO SOCIAL	N	%
0-57	No tiene	1	1
58-94	Si tiene	149	99
TOTAL		150	100,0

Fuente: Cuestionario de apoyo social adaptado de **Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I**, Validación de cuestionario MOS de apoyo social en atención primaria aplicado en el adulto del asentamiento humano Nuevo Porvenir _Sullana, 2022.

TABLA 3 : APOYO SOCIAL EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO
NUEVO PORVENIR _SULLANA; 2022

FIGURA 10: APOYO SOCIAL EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR _SULLANA; 2022



Fuente: Cuestionario de apoyo social adaptado de **Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I**, Validación de cuestionario MOS de apoyo social en atención primaria ,aplicado en el adulto del asentamiento humano Nuevo Porvenir _Sullana, 2022.

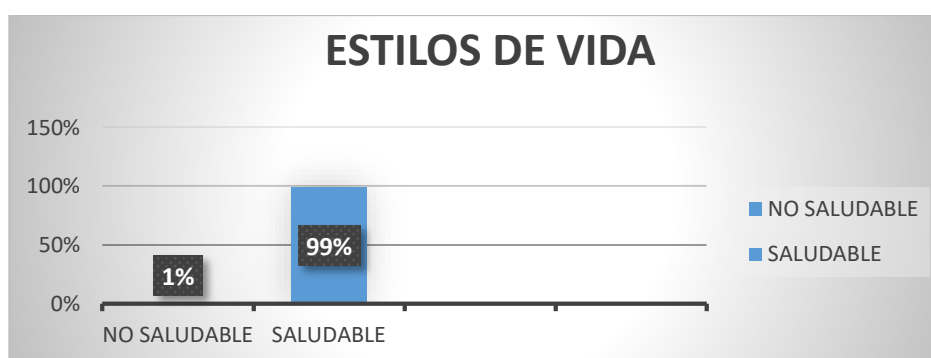
TABLA 4: *Estilo de vida en el adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir _Sullana; 2022*

ESTILOS DE VIDA	RANGO	N	%
No saludable	0-91	2	1
Saludable	92-130	148	99
TOTAL		150	100,0

Fuente: Cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano-Fernández, M. J., Boada-Grau, J., Vigil-Colet, A., & Gil- Ripoll, aplicado en el adulto del asentamiento humano Nuevo Porvenir _Sullana, 2022.

TABLA 4: ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR _SULLANA; 2022

TABLA 11: ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR _SULLANA; 2022



Fuente: Cuestionario de estilos de vida elaborado por Serrano-Fernández, M. J., Boada-Grau, J., Vigil-Colet, A., & Gil- Ripoll, aplicado en el adulto del asentamiento humano Nuevo Porvenir _Sullana, 2022.

TABLA 5: *Relación entre los Factores Sociodemográficos, estilos de vida y el apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir _ Sullana, 2022.*

Factores sociodemográficos	Estilo vida		Apoyo Social	
	X2	p-valor	X2	p-valor
Sexo	0.3018	0.5828	2.1393	0.1436
Edad	21.3617	0.000003803	1.0619	0.3028
Grado de instrucción	0.9907	0.3196	10.2548	0.001363
Religión	25.6143	0.000002741	0.2730	0.6013
Estado Civil	1.0100	0.3149	2.7959	0.09451
Ocupación	5.9293	0.01489	10.8627	0.0009812
Ingreso económico	5.7692	0.01631	2.8653	0.09051
Tipo de seguro	16.7730	0.00004213	7.1733	0.0074
TOTAL	77.750	1.249	37.426	1.242

Fuente: Cuestionario Factores Sociodemográficos, elaborado por Delgado R, Díaz R, Reyna E, cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano-Fernández, M. J., Boada-Grau, J., Vigil-Colet, A., & Gil- Ripoll, cuestionario de apoyo social adaptado de Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I, Validación de cuestionario MOS de apoyo social en atención primaria, aplicado en el adulto del asentamiento humano Nuevo Porvenir _Sullana, 2022.

TABLA 6: *Relación entre acciones de prevención y promoción de la salud y estilos de vida en el adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir _Sullana,2022.*

ACCIONES DE PREVENCIÓN				
Y				
PROMOCIÓN DE LA SALUD				
Estilos de vida	Adecuado	Inadecuado	Total	Relación de Chi cuadrado
No saludable	2	0	2	0.0136
Saludable	147	1	148	P= 0.9071
TOTAL	149	1	150	

Fuente: Cuestionario sobre acciones de promoción y prevención de la salud, elaborado por Dra. Vílchez Reyes Adriana, cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano-Fernández, M. J., Boada-Grau, J., Vigil-Colet, A., & Gil- Ripoll, aplicado en el adulto del asentamiento humano Nuevo Porvenir _Sullana, 2022.

TABLA 7 : Relación entre acciones de prevención y promoción de la salud y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir_Sullana,2022.

ACCIONES DE PREVENCIÓN				
Y				
PROMOCIÓN DE LA SALUD				
Apoyo social	Adecuado	Inadecuado	Total	Relación de Chi cuadrado
No tiene	0	1	1	150
Si tiene	149	0	149	P=0
TOTAL	149	1	150	

Fuente: Cuestionario sobre acciones de promoción y prevención de la salud, elaborado por Dra. Vílchez Reyes Adriana, cuestionario de estilo de vida elaborado por Serrano-Fernández, M. J., Boada-Grau, J., Vigil-Colet, A., & Gil- Ripoll, cuestionario de apoyo social adaptado de Revilla L, Luna J, Bailón E, Medina I, Validación de cuestionario MOS de apoyo social en atención primaria, aplicado en el adulto del asentamiento humano Nuevo Porvenir_Sullana, 2022.

DISCUSIÓN

TABLA 1

Del 100% de los adultos el 68% (102) son de sexo femenino, el 48,6% (73) tiene edades entre 36 a 59 años, el 59,3% (89) tienen grado de instrucción secundaria, el 78,6% (118) profesan la religión católica, el 44,6% (67) tienen estado civil conviviente, el 44% (66) la ocupación es otros, el 26% (39) el ingreso económico es de 400 a 650 nuevos soles, el 79,3% (119) tienen seguro SIS.

Es similar al estudio encontrado por Manrique M, (60) titulado “Determinantes de la salud de los adultos del centro poblado de Huamarín- sector- B – Huaraz – Ancash, 2018”. Manifestó que el 60% (72) son de sexo femenino, su ingreso económico el 55,8% (67) es de menos de 750 soles de los adultos.

Se asemeja al estudio encontrado por Palacios P, (61) titulado: “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. pueblo joven el porvenir “a” sector 7_chimbote, 2019”, a una población de 200 personas, concluye que el sexo femenino predomina ante el masculino con un 64% (128), y que el ingreso económico el 32% (64) oscila entre 650 a 850 soles de los adultos.

Asimismo, en el estudio realizado en el asentamiento Nuevo Porvenir _ Sullana, la mayoría son mujeres, debido a que el género se refiere a las características tanto biológicas, físicas y fisiológicas que separan a las personas y permiten así distinguirlas en masculino o femenino; estas son nuestras cualidades innatas y naturales que son universales y no se pueden cambiar. Porque también las mujeres mayoritariamente están en casa la mayor parte del día, porque no tienen posibilidad de trabajar y se dedican sólo al cuidado de los hijos, al manejo de la familia, a sus actividades diarias en los hogares y son los encargados de formarlos con buenas conductas en sus hogares.

Por consiguiente, el cuestionario tuvo una aplicación en la mañana y la mayoría de los adultos eran mujeres. Además de lo anterior, las mujeres tienden a ser muy pacientes durante la entrevista, creando un ambiente de apoyo y confianza en el que estimula la plática y así pudieron responder con sinceridad la encuesta. En diferencia

no se encontraron hombres al momento de llenar la encuesta, porque ellos suelen trabajar para mantener su hogar y no están la mayor parte del día en casa, algunos si estaban, pero explicaron que no tienen tiempo y expulsan de su hogar a otro adulto, ya sea su esposa o hijas adultas, por la misma razón, porque están impacientes o no quieren exponerse a este tipo de entrevistas.

Según los estudios realizados, personas mayores de 35 – 59 años refiriéndose como el paso a paso que rige desde el primer momento del nacimiento hasta la actual edad, y también como cualquier período evolutivo en el que transcurre la vida humana divididas por características y etapas comunes. La etapa adulta va desde los 35 hasta los 59 años, en esta etapa comienzan a crecer mentalmente, pero a partir de los 45 años comienzan a disminuir de tamaño gradualmente debido a cambios degenerativos en el cuerpo y a esta edad nueva, se desarrollan los tipos de relaciones humanas, se producen cambios psicológicos cuando se acercan a los ancianos (63).

Un adulto maduro ha alcanzado su máximo potencial, se comienza a experimentar cambios como puede ser la pérdida de fuerza muscular, agudeza visual entre otros. Su personalidad y carácter son sólidos y confiados, son independientes y responsables de su propio cuidado, que muchas veces no es importante por la carga de trabajo o por la misma razón que saben si son padre o madre, centrándose más en cuidar a sus hijos, excluyendo su salud, en lugar de permitirse una condición que amenaza a los adultos de la población.

Este paso es importante porque algunas enfermedades conocidas como son la hipertensión, obesidad, diabetes pueden ocurrir por tener estilos de vida poco saludables, por no hacer actividad física, o por falta de tiempo, se descuidan y comen alimentos en grasas, sodio y azúcar, lo cual puede causar problemas de salud en un futuro que puede derivar en problemas de salud en el futuro.

También en este grupo de edad se encontraron personas que dan información veraz durante los períodos de aplicación de los cuestionarios, así como la proporción de adultos mayores que se quedan en casa por su edad, así mismo tienen una vida independiente, se sienten mejor estando en casa que con sus familiares, aunque tiene conocimiento que por esta etapa son propensos a diversas enfermedades y accidentes.

En el estudio, más de la mitad tiene educación secundaria, es uno de los niveles educativos más altos, porque si no tienen educación completa, no tienen la oportunidad de trabajar en una empresa, ya que son requisitos indispensables para laborar en una empresa (64). Así, vemos que en el estudio los adultos obtuvieron tener la educación secundaria, porque no supieron terminar los mismos por varios factores, por ejemplo, el embarazo precoz, formando así una familia, falta de recursos económicos y por falta de apoyo de sus padres, porque no le dieron suficiente importancia a la educación superior.

Tal nivel de educación puede tener consecuencias en la vida de las personas, porque no les otorga mayores ingresos, porque puede generar desigualdad de oportunidades laborales, es decir, limita la capacidad de una persona para acceder a otros trabajos, salarios más altos y que pueden trabajar solo temporalmente o incluso estar desempleados de tal manera que no pueden mejorar su situación económica, porque como vemos, el nivel de educación de una persona permite hacer algunas propuestas más grandes para un nivel superior.

También afecta a su salud, porque tener este nivel de educación hace que los adultos vean a la salud como algo que no tiene mucho valor y por ende son indiferentes con su bienestar, lo que los hace vulnerables al riesgo de enfermarse por la falta de conocimientos adecuados sobre medidas preventivas y de salud, porque siendo la educación un factor de suma importancia en la salud y en su vida asegurando así el acceso de diferentes proyectos de vida. Pero para ello puede tener un impacto aún mayor en las personas con educación de secundaria, porque tiene como consecuencia a que muchos adultos no sean partícipes en las conversaciones por temor a ser cuestionados y, por lo tanto, no se involucren en la atención preventiva de la salud.

Por lo tanto, la mayoría de las personas pertenecen a la religión católica, que proviene del contacto de una persona hacia con un ser supremo, por ende una persona busca la oportunidad de confiar en alguien, que proviene de un sistema de creencias y prácticas la cual es considerado como divino o sagrado (65). Para ello los adultos creen en un ser supremo el cual les ayuda a alcanzar la paz consigo mismos y con los

demás, mantiene viva la esperanza y mantiene la fe ante cualquier problema porque les hace sentir seguros y en paz, por lo consiguiente es de suma importancia desarrollar valores en los hogares y crear buenos caminos en la vida de los niños.

En otras religiones, afecta el estilo de vida de los adultos porque no se permite que las personas coman ciertos alimentos que contienen un alto valor nutricional, así mismo en otras religiones prohíben la transfusión de sangre, que complica un procedimiento quirúrgico o cualquier tratamiento.

Los resultados también muestran que menos de la mitad de los adultos viven juntos, y como sabemos, el estado civil se refiere a las relaciones de las personas con otros miembros de la sociedad, la cual determina derechos y responsabilidades. Esto es relativo a que hoy en día puede tener un estado civil soltero, casado, viudo o divorciado. Por ello, la cohabitación es aquella unión afectiva entre dos personas para vivir juntas en una relación afectiva estable, la cual cumple las mismas funciones que una relación matrimonial (66). Teniendo en cuenta que ambas partes viven juntas, lo que reclamaron que es muy temprano para formar una familia, tomaron la decisión de tener más estabilidad emocional como cónyuges, lo que les permite estar más cerca de su familia, proteger a la pareja del otro y sentirse más seguros. Por ende, cumplen con sus deberes conyugales hacen las cosas juntos, se apoyan entre los dos, así mismo afrontan sus problemas y lo resuelven de una manera satisfactoria para el bien de los dos y de su familia.

Sin embargo, hay que recordar que los matrimonios sienten que los lazos amorosos son mucho más estrechos, más seguros y de futuro, desde que viven juntos, piensan que no hay proyectos de futuro, ya que solo conviven para ver cómo les va, ya que se sienten inseguros de sus cónyuges. por lo que optan por no casarse, lo que tampoco está en sus planes, como dicen algunos adultos. Aquí una persona, aunque ha vivido mucho tiempo con su pareja, no se siente bien y no es feliz, especialmente la mujer por la carga de su familia e hijos, porque muchas veces quiere salir adelante con proyectos personales. y metas a alcanzar, pero no pueden, por lo que no se sienten realizados y consiguen un espacio para sí mismos, lo que a la larga puede causar problemas familiares, pero sobre todo quieren callarse y seguir adelante con sus niños. No podemos ignorar que los conflictos entre parejas también se dan por

problemas económicos, falta de compromiso, apoyo mutuo, implicación, falta de confianza, comprensión, de uno al otro ya sea por sus deseos y necesidades, también por la falta de comunicación y sobre todo por lo engaños y mentiras.

Así, menos de la mitad tiene entre 400 y 650 generaciones de ingresos económicos al mes, lo que considera un ingreso a la suma de todos los beneficios económicos que son recibidos por una persona como recompensa de algún trabajo elaborado. A nivel familiar, puede definirse como el ingreso total de un hogar o el ingreso destinado a satisfacer sus necesidades básicas de desarrollo como alimentación, vestido, educación o vivienda (67). Por lo tanto puede estar relacionado con el nivel de educación, ya que si no terminan sus estudios, no van a tener oportunidad de trabajo, porque algunos trabajos requieren mano de obra calificada, dejando a los adultos con trabajos temporales y menores ingresos de los necesarios.

Se dice que contar con este ingreso no alcanza para cubrir el sustento familiar ,por ejemplo la disponibilidad de servicios de salud, también puede limitar la alimentación saludable, pasatiempos o no les da la oportunidad de participar en la educación de sus hijos, pues como vemos, las personas mejoran su calidad de vida solo a través de la educación, lo que a la larga puede causar disputas familiares, divorcios, estrés y poner en riesgo a todos sus futuros jóvenes ; para sustentar a todos los hogares, no bastan los aspectos que afectan a la familia, el desarrollo humano y la calidad de vida. Por lo tanto estas personas adultas no cuentan con una ocupación estable y segura, lo que puede causar daños financieros a la familia, porque pueden quedarse sin trabajo en cualquier momento, porque no tienen un trabajo estable y perjudican a las familias al privarlas de recursos económicos.

Pero hay algunos adultos cuyos ingresos económicos son superiores al salario normal, ya que cuentan con un trabajo estable y esto es porque cuentan con un alto nivel de educación, lo que les permite ingresar a diferentes trabajos con un salario más alto, lo que les da una mejor calidad de vida y una mejor estabilidad financiera. para poder sobrevivir, adelantar las necesidades básicas del hogar y asegurar una mejor educación y un mejor futuro para sus hijos.

De igual forma la ocupación es menos de la mitad, se considera una oportunidad como un grupo de deberes, responsables y obligaciones que una persona realiza en una tarea, profesión u ocupación que requiere de una determinada cantidad de tiempo del cual las personas pueden obtener un beneficio. Los adultos nos manifestaron que tienen esta profesión por que tuvieron la dicha de tener hijos y por ello sus progenitores ya no los apoyaban en el estudio, asumiendo el rol de ser madre y dedicación a la familia, pues también nos afirmaron que otros no querían estudiar por ende decidieron tomar esta profesión sin ver los problemas que se podían presentar en un futuro.

También se demostró que menos de la mitad son amas de casa, la tarea del ama de casa es todo trabajo doméstico, donde este trabajo lo realizan principalmente las mujeres para satisfacer necesidades propias o familiares (68). También puede afectar su salud ya que pueden tener enfermedades crónicas como el estrés, que puede ser causado por estar sobrecargado de acciones y encargos, solo estar en tu hogar y no hacer actividades recreativas provoca dolores de cabeza, con el tiempo también pueden presentarse dificultades en las articulaciones como artritis, artrosis y lumbalgias por acciones erróneas y encargos excesivos, así como cansancio, agotamiento e hipertensión arterial por exceso de peso.

En pequeñas oportunidades, tienden a deprimirse e tener insomnio porque se sienten solos, por lo tanto su trabajo no es apreciado por partes de sus seres queridos. Muchas veces, ser ama de hogar no acciona a progresar como individuo y carece de metas a futuro.

En la encuesta antes mencionada, la mayoría cuenta con un seguro SIS, un servicio que puede proteger a los individuos contra algún incidente perjudicial para la salud. De la misma manera, se brinda un seguro integral de salud (SIS) a personas en situación de pobreza y pobreza extrema, pero también pueden asegurarse empresarios, empresas de inversión extranjera y microempresas. Esta póliza cubre trámites, pastillas, líquidos, movilidad, inhumaciones y cirugías (69).

El uso del seguro ayuda a los mayores en situaciones de incidentes, y también ayuda a la atención médica gratis permitiendo que los adultos acudan a un chequeo médico para detectar a tiempo posibles problemas de salud y evitar futuras complicaciones.

Algunos adultos están asegurados por su trabajo regular, pero hay otros que tienen algún seguro, pero no lo usan a través del sistema de salud a su cargo, lo que impide que las personas usen su seguro porque muchos de ellos reportaron no hacerlo. No pueden ser vistos durante su estancia en la recepción, no tienen control y prefieren dedicarse a su trabajo, y en caso de problemas de salud se tratan solos o acuden a consultas privadas.

Además, existe una cantidad que no posee seguro, lo cual es una información preocupante, porque no saben cómo hacer los trámites para conseguir algún seguro o no saben que es un derecho lo cual todos podemos usarlo, pero como no lo tienen, no tienen forma de entrar a los atenciones de salud, no pueden ser atendidos con alguna enfermedad o ir a urgencias, muchas veces puede significar una gran carga económica, porque a veces las personas pueden contraer enfermedades inesperadas que necesitan tratarse, pastillas o cirugías, y el seguro de salud puede cubrirlas parcial o totalmente, pero a veces no hay suficiente dinero para cubrir sus gastos médicos.

La política favorece la salud porque pretende respaldar la salud de las personas, y se debe dar prioridad a los lugares necesitados de este que subsiste en una realidad de pobreza solucionando así la dificultad de ingreso limitado a la salud del ciudadano. Hoy, el mundo sufre una terrible enfermedad como el COVID-19, que está cobrando un precio en la vida de las personas tanto física como mentalmente. Hay muchos problemas con el nivel de educación porque las empresas no pueden mantener a todos los trabajadores, en algunos casos las personas terminaron trabajando para mantener a sus seres queridos.

Finalmente, con base en el análisis anterior, se recomienda que los adultos cuiden a su pareja, den espacio y tiempo a la familia, realicen actividades lúdicas y recreativas que fortalezcan el vínculo familiar, compartan las responsabilidades del hogar y hagan sentir especiales a los demás. Además, las autoridades de la comunidad, junto con el alcalde, deben liderar e implementar programas educativos o escuelas que brinden a las personas la oportunidad de mejorar, aumentar las oportunidades laborales y mejorar la calidad de vida, y ayudarlas a desarrollarse profesionalmente académica e intelectualmente.

El Ministerio de Trabajo aconseja dar preferencia a aquellos con familias y finanzas débiles, y los adultos deben buscar otras formas de trabajar para obtener ingresos adicionales y ayudar a pagar la vivienda. También para aquellas personas que no dispongan de un sistema de aseguramiento, los sanitarios en colaboración con el Ministerio de Sanidad pueden gestionar de esta forma este sistema de salud y ofrecerlo a toda la población que no disponga del citado seguro. accesible y disfrute de los servicios uniéndose a él. Además, es importante señalar que toda persona tiene derecho a estar asegurado, lo cual es importante desde el punto de vista de la atención de la salud y ayuda a protegerse de los altos costos al utilizar el servicio.

TABLA 2

Del 100% de los adultos el 0,6% (1) tiene una inadecuada promoción de la salud, el 99,3 % (149) tiene una adecuada prevención y promoción de la salud.

Los resultados difieren de Espinoza C, (70) 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 Jesús María _Nuevo Chimbote, 2019” se observó que 58,6% practican inadecuadamente las acciones, mientras que el 41,4% si practican adecuadamente las acciones de prevención y promoción. Así mismo se asemeja en la investigación de Palacios P, (61) en que el 56% (112) llevan una inadecuada práctica en prevención y promoción sin embargo el 44% (88) llevan prácticas adecuadas en prevención y promoción de la salud.

La promoción de la salud se considera el proceso mediante el cual las personas obtienen un mejor control sobre su salud y, por lo tanto, mejoran su confianza en sí mismas para convertirse en personas más sanas, e incluye una gama de actividades ambientales y sociales destinadas a proteger la calidad de vida y la salud.

Además de la prevención de la salud, que significa medidas o actividades para prevenir enfermedades, incluye el cambio de hábitos o comportamientos que promueven la salud, además de la detección temprana de enfermedades (71).

De igual forma, en el estudio realizado en el asentamiento Nuevo Porvenir - Sullana, se estableció que casi todos ellos toman las medidas adecuadas de promoción y

prevención de la salud, lo cual es importante porque promueven la salud, permiten la práctica de un estilo saludable y, por mejora la calidad de vida de los adultos y así evitar futuras enfermedades, y la mayoría también realizan operaciones, porque tienen el conocimiento para participar en las discusiones de los profesionales de la salud en diversas campañas de salud.

Sin embargo, el lado negativo es la insuficiente prevención y promoción de la salud, pues hay puestos de alimentos en la zona , que a su vez dan comida poco nutritiva y que llaman la atención de los adultos por sus bajos precios. , porque no hay tiempo para preparar algo saludable, para comer comida rápida, sin conocimiento que puede dañar la salud, porque al ingerir grandes cantidades de alimentos , que son mucho más de las necesidades nutricionales, los mayores empiezan a engordar uniendo grasas , la obesidad y el sobrepeso, por lo que la grasa interrumpe la circulación normal del organismo y promueve enfermedades crónico degenerativas como hipertensión, diabetes, etc, por lo que los adultos corren el riesgo de desarrollar estas enfermedades por una mala alimentación y mala calidad de vida. Todos los adultos deben seguir una alimentación adecuada y saludable, porque comer es voluntario e importante, y la nutrición también va de la mano con la alimentación, que es un conjunto de procesos que permiten conservar mucha energía necesaria para la vida (72).

Por lo consiguiente, en un porcentaje mayor de los adultos cuentan con una adecuada dieta y nutrición, nos manifestaron que comen frutas y verduras, todo ello es fundamental por que promueve y mejora la salud así mismo va a reducir la probabilidad de enfermedades en un futuro, a la vez nos comentaron que ellos toman las medidas preventivas antes y después de preparar sus alimentos, lavándose las manos antes lo mencionado.

Las personas adultas manifestaron que cuentan con servicios básicos (agua fuente fundamental para la vida, electricidad y saneamiento) que están relacionados para que las personas puedan utilizar agua potable limpia y evitar enfermedades gastrointestinales. Aquí los adultos indicaron que si saben qué cuidados deben tener

con su alimentación, qué alimentos comer, se informan porque han escuchado sobre la importancia de la nutrición a través de programas de salud o publicidad.

Para ello el buen hábito de higiene engloba a las atenciones que todo individuo realiza para así mantener su salud y por ende evitar contagios, también todo ello está relacionado con el limpiar y el bienestar individual, siendo fundamental en la vida de las personas, pues sin él se puede presentar problemas negativos para la salud del individuo (73).

De la entrevista encontramos que más de la mitad de los mayores poseen hábitos de limpieza personal, mencionan que siempre cuidan el baño, la ropa, la higiene de la vida, las prácticas de lavado de manos al manipular los alimentos, también mencionaron que si es la higiene lo importante porque los pone frente a la sociedad para verse bien y cuidarse, además recalcaron que la higiene personal y del hogar es fundamental porque evita que bacterias peligrosas entren en la piel y provoquen problemas de salud.

Es importante recalcar que la buena higiene es responsabilidad propia además de la prevención de enfermedades, ya que se trata de actividades sencillas que los adultos pueden realizar con regularidad en su vida diaria. Por lo consiguiente más de la mitad cuenta con habilidades para la vida, siendo el conjunto de habilidades la cual va a empoderar a los individuos y poblaciones para que así tomen el control debido de sus vidas en el ámbito de la salud, y de la educación, ya que son patrones de acciones que los individuos han obtenido y las usan para poder confrontar las dificultades que la vida presente (74).

Esto es fundamental por les permite conocer y enfrentar los retos que tiene la vida en todas las diferentes situaciones que se presente y así tener suficiente control sobre sus personalidades, nos dijeron recopilan información de manera convincente y escuchan a los individuos que lo rodean, también nos manifestaron que los adultos ayudan a su vecinos cuando lo necesitan, todo ello se soluciona hablando significando que tienen buenas relaciones tanto como con su familia y amigos. Por ende todo esto los conduce a tener un respectivo comportamiento adecuado, así mismo identificando sus debilidades y fortalezas, creando así un sentido de sí mismos y tomando decisiones sobre sus vidas para su propio bienestar y desarrollo.

Los resultados mostraron que la mayoría de los adultos realizan actividad física en algún momento. Según la (OMS), la actividad física se define como cualquier movimiento del cuerpo causado por la contracción del músculo esquelético que requiere energía, incluido el movimiento durante las actividades de ocio, el trabajo y los viajes. La actividad física es importante en la vida de una persona porque ayuda a prevenir enfermedades no transmisibles (75).

Pero también más de la mitad tienen buena salud sexual y reproductiva, dijeron que utilizan algún método anticonceptivo en las relaciones sexuales, por ejemplo, pastillas y ampollas, que son buenas para la salud porque protegen contra las enfermedades de transmisión sexual, también acuden al centro de salud. Hay visitas periódicas para que le den información y lleven un control de salud, destacando que más mujeres participan en la investigación.

Además, más de la mitad tienen buenos hábitos de salud bucal, informan que no consumen tabaco ni alcohol, se cepillan los dientes 3 veces al día, lo cual es bueno para su salud porque favorece el bienestar general, evita molestias, previene enfermedades bucales y ayuda a una persona a verse bien. Es una cuestión de trato personal, que debe incluir siempre, por ejemplo, el cepillado de los dientes, la higiene bucal, que mejora la respiración, que evita la formación de caries y dientes podridos, que provocan su caída, y el dolor intenso, que no permite una vida cómoda.

Con los resultados obtenidos se pudo evidenciar que más de la mitad tiene una buena salud mental y una cultura de paz, la cual se convierte en un estado de bienestar emocional, psicológico y social de una persona, se relaciona con nuestro pensar y sentir.

Por ende, ayuda a saber cómo debemos de enfrentar el problema del estrés, ya que se interactúan con otras personas, toman decisiones y son partícipes en su comunidad. En relación a una cultura de Paz, engloba los valores, actitudes y los comportamientos, para ello se previene los conflictos con el objeto de poder identificar causas y así resolver los problemas estableciendo dialogo entre individuo o grupos (76).

Los adultos dijeron que están satisfechos consigo mismos, tienen muchas razones para estar orgullosos de sí mismos y siempre se esfuerzan por ser mejores, para que su familia e hijos puedan seguir como ejemplo, tienen una actitud positiva hacia sí mismos, sienten que son útiles en su familia y comunidad, que son actitudes que promueven una buena salud mental, que son parte importante del bienestar y la calidad de vida de una persona y permiten que los adultos se relacionen bien con los demás y tener una actitud positiva ante los diversos problemas de la vida diaria.

Sin embargo, actualmente, la pandemia COVID-19 ha afectado la salud mental de los adultos, generando miedo y ansiedad por contraer la enfermedad, lo que puede conducir a la muerte y la recuperación, agregamos aquí los efectos de cambios importantes en nuestra vida diaria, como la distancia social, el desempleo, el teletrabajo, la falta de contacto físico con los seres queridos, lo que genera incertidumbre y estrés, provocando ansiedad, tristeza y soledad, que muchas veces pueden llevar a la depresión.

Respecto a la última dimensión, más de la mitad tiene una buena seguridad vial y cultura vial, definida como un conjunto de medidas y mecanismos que aseguran una circulación fluida. a través del conocimiento y las reglas de conducta; saber ser peatón, pasajero o conductor para utilizar adecuadamente la vía pública y por ende evitar accidentes de tránsito (77). Esto nos da a entender que los adultos, si cumplen correctamente las reglas, expresaron que, si se abrochan el cinturón de seguridad cuando van a algún lugar en un vehículo o conducen un automóvil, incluyendo una bicicleta o una motocicleta, usan un casco mientras conducen y cruzan la calle.

Para ello, Minsa recomienda introducir nuevas estrategias para llegar de manera efectiva a las personas para que tengan una buena promoción de la salud, colaborar con todo el personal de salud, sensibilizar a la población a través de eventos de capacitación y presentación sobre alimentación saludable y salud sexual, con énfasis en anticonceptivos, métodos. y su importancia e implementar programas de capacitación en gimnasia, informar sobre temas de seguridad vial, como las normas de tránsito. Educar a las personas sobre su salud bucal debe implicar la participación

de otros profesionales, como la odontología, y fomentar controles de salud periódicos.

Además, se alienta a las autoridades comunitarias a incluir actividades de promoción de la salud en su plan de trabajo y dotar a los trabajadores de la salud de los recursos necesarios para llevar a cabo este tipo de actividades en la comunidad. De igual forma, retroalimentar sobre estos conocimientos a quienes cuentan con las medidas adecuadas de promoción y prevención de la salud y los alienta a continuar con estas medidas para prevenir enfermedades que atenten contra su bienestar y su salud.

TABLA 3

Se muestra que el 100% (150) de los adultos que radican en el Asentamiento Humano Nuevo Porvenir – Sullana, el 1% (1) no cuentan con apoyo social, y el 99% (149) si tienen apoyo social.

Los resultados difieren de Espinoza C, (70). Se observó que el 75,9% si hay apoyo emocional, el 75,1% si hay apoyo en relaciones de ocio y distracción y el 63,3% si hay apoyo afectivo, mientras tanto la investigación de Palacios P, (61). Se evidenció que los resultados difieren con el trabajo de Espinoza C, en un 60,5% (12) no tiene apoyo emocional, el 59,5% (119) no tiene apoyo en relaciones de ocio y distracción, y el 65,0% (130) no hay apoyo afectivo en los adultos.

Un estudio similar es el de Ravello I (78) titulado “Apoyo social y satisfacción con la vida en adultos de la región de San Juan de Miraflores, 2018” donde se escribe que el 55,7% cuenta con apoyo social; según dimensiones el 67,4% es apoyo social afectivo, el 48,4% interacción social positiva; y el 58,9% tiene apoyo material, pero este es similar al apoyo emocional en un 56,8%.

Mogollón A y Revilla E (79) hicieron un estudio diferente. Sobre “Apoyo social en centro integral de adultos Granitos de Mostaza, Manzanares - Huacho, 2018”. El resultado fue que el 83% tenía una dimensión de apoyo social baja, el 78% tenía apoyo emocional y el 88% tenía apoyo emocional débil y apoyo bajo para la interacción social.

Así, el estudio realizado en el asentamiento humano Nuevo Porvenir – Sullana muestra que la mayoría cuenta con apoyo social, lo que se denomina al conjunto de recursos materiales y humanos que necesita una persona o familia para superar una crisis, por ejemplo, enfermedad, malas finanzas, ruptura familiar, recibir o no recibir apoyo tiene un impacto significativo en la salud de las personas (80).

Por lo tanto, si los adultos estudiados cuentan con apoyo social, es muy importante, porque es el mejor pilar para el bienestar físico y psicológico de los adultos, que además los hace sentir amados, valorados y apreciados, lo que les da una sensación de bienestar y salud mental, además de ayudar a afrontar los acontecimientos estresantes a lo largo de la vida, aumentar la autoestima, favorecer el cumplimiento del plan de tratamiento, mitigar las consecuencias de los trastornos mentales y seguir estilos de vida saludables.

Sin embargo, menos de la mitad también carece de apoyo social, lo que es un factor negativo porque dificulta la interacción social con los demás, y la falta de apoyo puede conducir al aislamiento y la soledad, que se asocian con un mayor riesgo. La mala salud mental, la mala salud cardiovascular y el abuso del estilo de vida, como el abuso de drogas y alcohol, también pueden conducir a un comportamiento suicida. De igual manera, el estudio muestra que la mayoría recibe apoyo material, considerando que se trata de una serie de conductas encaminadas a brindar servicios para solucionar algunos problemas en sentido material, donde esto significa un flujo de dinero, que puede ser en efectivo, donaciones. y bienes no monetarios, pagos por servicios y vestuario (81).

Donde los adultos mencionaron que, si tienen a alguien que los ayude con las tareas del hogar, los lleve al médico si es necesario y en su mayoría lo obtienen de un familiar cercano y confirmaron que brindan apoyo material si es necesario, porque sus familiares están unidos y se apoyan mutuamente.

La mayoría de los adultos cuenta con apoyo afectivo, la cual se da través de muestras de amor y afecto ya sea por parte de sus familiares o amigos, sin esperar nada a cambio (82). Por ende, los adultos a través de estas expresiones reciben este apoyo ya sea verbal, abrazos, respeto, expresiones de amor, la cual lo hacen sentirse

amados, queridos e importantes en el núcleo familiar y social que brinda bienestar, seguridad siendo la base fundamental para sus vidas.

Estos resultados son un factor positivo ya que cuando una persona recibe este apoyo, su conducta es más positiva y cooperativa, porque les ayuda a sentirse mejor, feliz, con buenos ánimos, así mismo van a creer en ellos , su autoestima va a estar más elevada , por ende el adulto va a estar preparado para comprender y alcanzar la suficiente madurez emocional.

Esto también da a luz a la importancia del apoyo emocional, pues nuestros adultos necesitan del cariño de personas importantes en su vida, su familia es de primer orden, pues es el centro donde crecieron y se formaron. Considerando que menos de la mitad no recibe apoyo emocional, donde refieren que no recibieron amor desde la infancia porque sus padres trabajan, esto marcó su vida, pues la conexión emocional que se da en la primera etapa de la vida incide en el desarrollo. de los niños y es visible en la edad adulta, lo que es un factor negativo porque complica las relaciones con sus seres queridos y puede conducir a patrones de comportamiento contradictorios, que a su vez pueden conducir a la depresión, lo que pone en peligro su salud psicosocial.

En el estudio muestra que más de la mitad recibe apoyo emocional, que es una de las dimensiones más importantes del apoyo, que son conductas que promueven el bienestar emocional, que incluyen la empatía, el cuidado, la confianza, la escucha activa y el amor, que permite que los sentimientos sean reconocidos y poder expresar lo que inquieta, dificulta o divide necesidades (83).

Los adultos reportaron tener un amigo o familiar con quien hablar, recibir consejos cuando tienen problemas, compartir sus miedos y alguien en quien confiar y compartir sus miedos, lo que les da consuelo, seguridad y paz. un factor positivo, porque saber que podemos confiar en los que nos importan, nos reconforta, evitando la tristeza y la soledad.

Por otro lado, brindar a nuestros adultos este apoyo puede aumentar su autoestima y sentido de control (paz y confianza), haciéndolos más fuertes y capaces de enfrentar lo que les espera en la vida y trabajar mejor frente al conflicto. aumentar su crecimiento personal también. También expresaron que cuando alguien los escucha,

se sienten amados, tranquilizados y comprendidos, que con solo escucharlos sienten que son el centro de atención.

Menos de la mitad no reciben apoyo emocional, nos manifestaron que no tienen con quien hablar de sus problemas o asuntos para no preocuparse y molestar a sus seres queridos, o porque no tienen tiempo para escucharlos por dudas, por su trabajo o porque sienten que no se empatiza con ellos, lo que puede derivar en emociones negativas como ansiedad, culpa, inseguridad, ira, miedo e inseguridad.

Por eso algunos adultos decían que cuando no consiguen el apoyo de otra persona, confían en Dios, sienten que es el único que los escucha y no los defrauda. Por eso, contar con este apoyo es importante porque nos suaviza, nos da confianza y paz en todas las situaciones de estrés donde solo vemos negatividad y caos, considerando que compartir nuestros sentimientos ayuda a fortalecer el sistema inmunológico.

Más de la mitad, si tienen relación entre ocio y entretenimiento, se refiere al conjunto de ocupaciones que una persona utiliza en su tiempo libre, realizando actividades libre y voluntariamente, generando satisfacción personal, caracterizada por estar con otras personas y su capacidad de utilizar los mismos para que podamos divertirnos, entretenernos y pasar tiempo juntos (84). En esta dimensión, los adultos reportan que cuando tienen interacciones sociales, confían en alguien, ya sea familiar o amigo, para divertirse, salir, entretenerse o divertirse.

También dieron a conocer que, en su tiempo libre, descansan o aprovechan el libre para hacer deporte o salir a caminar, pasear; todo ello les ayuda a entretenerse y levantar su ánimo. Pero estas sin embargo generan energía positiva ya que van a relajar su mente y cuerpo. Todas estas actividades también fortalecen las relaciones positivas con los demás, comunicarse, conocer gente nueva.

Como resultado de lo anterior, los adultos reciben apoyo social, pero aun así se recomienda que las autoridades de la respectiva comunidad incluyan en su plan de trabajo la conformación de grupos de apoyo a los necesitados y junto a los trabajadores de la salud. talleres de formación en comunicación que se centran en la salud mental y la importancia del apoyo social tal y como se da en la vida cotidiana, sensibilizando a los seres queridos de los adultos sobre el tema fundamental de

fomentar y mantener una conexión duradera con los demás. miembros de la familia porque es muy beneficioso para el bienestar físico y mental.

Del mismo modo, se ha sugerido que los adultos hagan nuevas amistades o mejoren las existentes, reciban o no apoyo o estímulo, para que puedan disfrutar de una mayor tranquilidad y sentirse menos solos. Para ello también es de suma importancia implementar programas de intervención para reducir el estrés y así lograr una mejor calidad de vida.

TABLA 4

Se muestra que del 100% (150) de los adultos que viven en el Asentamiento Humano Nuevo Porvenir-Sullana, el 1% (2) tienen un estilo de vida no saludable, el 99% (148) si llevan un estilo de vida saludable.

Los resultados difieren de Espinoza C, (70) realizaron investigaciones hacia los adultos en lo cual se estableció que el 73,3% tienen un estilo de vida saludable y el 26,7% tienen un estilo de vida no saludable, en cambio en la investigación de Palacios P, (61) difiere que el 21,5% llevan un estilo de vida saludable y el 78,5% no llevan un estilo de vida saludable.

Un estudio realizado en el asentamiento Nuevo Porvenir-Sullana arrojó que la mayoría lleva estilos de vida saludables y menos de la mitad lleva estilos de vida no saludables. Los estilos de vida saludables son comportamientos que las personas adoptan voluntariamente en su vida diaria para mantenerse en forma y saludables. Requiere bienestar físico y mental, por lo que se deben seguir ciertos hábitos y evitar actitudes nocivas para la salud humana.

Se entiende por estilos de vida poco saludables todos aquellos hábitos que repercuten negativamente en la salud de las personas, como el sedentarismo, los malos hábitos alimentarios, la falta de ejercicio, que pueden provocar enfermedades no transmisibles en las personas (85).

Más de la mitad sigue un estilo de vida saludable, lo que significa que comen una dieta equilibrada, hacen ejercicio. Estos son indicadores de que se preocupan por su salud y bienestar, lo que les permite mantener sus cuerpos y mentes saludables, en

forma y activos. Además, intervienen en la mejora de la calidad de vida, pues el estilo de vida se refiere a cómo es, siente y piensa cada persona, con lo cual adoptaría comportamientos en la vida diaria para promover una mejor salud.

Para una dimensión biológica debemos tener una alimentación saludable así también una higiene adecuada lo cual hace que la población sea sana (86). El estilo de vida de los adultos consta de responsabilidad, compromiso tanto con la familia y con él, por lo cual se debe tener en cuenta lo importante que es el consumo de verduras y frutas, porque en la población se ve en un porcentaje menor que no llevan un estilo de vida adecuada ya que consumen alimentos no perecibles y que pueden perjudicar su salud más adelante, por ende, en el estudio menos de la mitad practican llevar el estilo vida no saludable y casi la totalidad si cuenta con un estilo de vida saludable para ello la enfermera tiene que brindar información concisa y clara para que lleven el estilo de vida que tanto se desean.

Al momento de hacer actividad esto va a depender de las cualidades que tenga el adulto, para ello hay que ver el tipo de ejercicio que puede realizar, porque un joven realiza ejercicios cuando desee, en cambio en el adulto tiene que respetar la cierta edad para realizar ejercicios porque su resistencia ya no es lo mismo que antes y puede perjudicar su salud, pero el caminar lo ayuda bastante en su vida (87).

La alimentación saludable rica en proteínas, que nos permite cubrir diferentes etapas de la vida, la cual nos permite llevar una buena salud manteniéndola y previniéndola de enfermedades, ya que para ello tenemos que llevar una alimentación equilibrada junto con la realización de ejercicios, caminar y dejar de consumir alcohol y de fumar (88).

Los adultos si están practicando la alimentación saludable por lo general están llevando un estilo de vida adecuado, ya que el compromiso es lo más fundamental (89). En alimentación menos de la mitad tienen un estilo de vida inadecuado ya que el consumo excesivo de comida chatarra se apodera de su alimentación, muchas personas dejan de lado las comidas ricas en proteínas y se van por la comida chatarra ya que esto a la larga va a perjudicar su salud.

Hoy en día nuestra salud se ve afectada por el estrés, siendo este un grave problema, muchas personas se estresan porque tiene problemas en la familia u trabajo para ello

debemos de tranquilizarnos y hacer las cosas a nuestra manera sin que nadie nos esté diciendo lo que tenemos que hacer (90).

En la actualidad vivimos con la pandemia COVID- 19 pero sin embargo los estilos de vida no son saludables ya que algunas personas no continuaron laborando por lo cual no tenían ingresos para solventar a sus familias, llegando así la preocupación, el estrés en sus vidas, muchas familias se alimentan con lo que tienen en casa, porque esta enfermedad no tuvo distinción alguna.

Cabe señalar que más de la mitad, si realizan actividad física, van al gimnasio, corren y caminan por las mañanas, entre otras cosas, siguiendo siempre una dieta saludable, también señalaron que estas actividades son necesarias. mantenerse saludable, lo cual es bueno para la salud.

Para ello, si una persona adulta quiere llevar una vida saludable, lo primero que tiene que ser es practicar y así mismo adoptar un estilo de vida adecuado, evitando así el consumo excesivo de alimentos que mantengan un valor nutricional, por ende la persona debe saber elegir los alimentos, como son las frutas y verduras, junto con 2 litros de agua al día para así mantener la hidratación y el peso.

Tienen crecimiento espiritual y relaciones humanas. Considerando que el crecimiento espiritual se basa en la capacidad de saber que hay más de lo que se ve, de sentir la energía que envuelve a todos, de ser más humildes, más tolerantes y de actuar cuando es necesario. Permite pasar al nivel de madurez adquirido durante la vida, ser mejor persona y transformar el momento presente en un futuro con buenas perspectivas (91).

En cuanto a las relaciones humanas, es una forma de comunicación entre dos o más personas que juega un papel importante en el desarrollo integral de un individuo, se basa en las emociones, sentimientos, actividad social, interés, entre otros, es decir la capacidad de las personas para obtener información sobre su entorno y compartirla con otros (92).

Los adultos dicen que creen en Dios y que él es quien les da la fuerza para seguir adelante a pesar de todas las dificultades de la vida, así como su familia son los que animan a seguir adelante, lograr su propuesta, la mayoría supo triunfar con las

herramientas necesarias para convertirse en lo que es hoy, se siente satisfecha y en paz consigo misma.

En cuanto a las relaciones interpersonales nos manifestaron que con las personas que los rodean no tienen ningún problema, se ponen de acuerdo dialogando, así mismo respetan la opinión de los demás, y si es que se presenta un problema se soluciona comunicándose y buscando apoyo y orientación de las personas en las que más confían y se sienten a gusto.

Por otro lado, menos de la mitad refiere que le gustaría realizar sus metas, sueños y planes, pero por diversas razones no lo logró debido a la situación económica, y el salario base que recibía no le permitía estudiar, pero ahora su prioridad son sus hijos y darles lo mejor.

Se puede observar que la mayoría de los adultos siguen estilos de vida saludables, por lo que se les recomienda continuar con la educación y el ejercicio, la alimentación balanceada y la responsabilidad del autocuidado, y presentar a las autoridades propuestas para que sean colocados en su plan de trabajo conjuntamente coordinando para hacer actividades encaminadas a promover su estilo de vida con el centro de salud, con la finalidad de educar a los adultos de la mano con el apoyo de los profesionales así mismo implementando talleres familiares y comunitarios sobre ejercicio y nutrición y enfatizando la lectura y familiarización con las etiquetas de los productos envasados. valor nutritivo que favorece y fomenta un comportamiento saludable en los adultos y por ende una mejor calidad de vida.

TABLA 5

Al relacionar los factores sociodemográficos y estilo de vida del adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir – Sullana se encontró que si existe relación estadísticamente significativa entre sexo ($X^2= 0,3018$ y $p\text{-valor}=0,5828$); edad ($X^2= 21,3617$ y $p\text{-valor}=0,03803$); grado de instrucción ($X^2= 0,9907$ y $p\text{-valor}=0,3196$), religión ($x^2=25,61$ y $p\text{-valor}=3,630$), el estado civil ($X^2=1,01$ y $p\text{-valor}=0,3149$); ocupación ($X^2= 5,9293$ y $p\text{-valor}=0,014$), ingreso económico ($X^2= 5,7692$ y $p\text{-valor}=0,0163$) y tipo de seguro ($X^2= 16,773$ y $p\text{-valor}=0,04213$).

En el estudio realizado por Barrera A, (93). Se concluye que no existe diferencia significativa entre las personas de sexo masculino, y femenino con respecto al apoyo

social que viene por parte de las amistades y familiares, pero si existe la diferencia entre el apoyo social de los amigos según su nivel socioeconómico.

Así mismo, el estudio reveló que existe una relación estadísticamente significativa ($X^2 = 0,30$ y $p\text{-valor} = 0,58$) entre la variable género y el estilo de vida adulto, ya que tanto hombres como mujeres tienen las mismas capacidades para pensar, actuar y actuar. interesarse en su bienestar para que una persona asuma la responsabilidad de cambiar su comportamiento nocivo para la salud, cuando se dedica a la actividad física, cuando busca oportunidades para aprender sobre su propio cuidado, cuando se nutre lo suficiente, como así también tener crecimiento espiritual y por ende buenas relaciones todo ello depende del cuidado, de su salud, y del comportamiento de cada individuo valor que se considere en el mantenimiento de un estilo de vida saludable. Como puedes ver, ambos sexos son quienes deciden su propio comportamiento de acuerdo a sus hábitos de vida, pues como ahora sabemos, tanto hombres como mujeres realizan las mismas acciones que son perjudiciales para su salud.

En cuanto al factor edad, se encontró una relación estadísticamente significativa con el estilo de vida ($X^2 = 21,36$ y $p = 0,038$), pues se sabe que la actividad física es importante en la prevención de muchos problemas de salud. Escuchan actividades preventivas que fomentan la actividad física que tienen que hacer durante media hora o caminar fuera de su rutina.

En el nivel de estudios se puede observar que si existe relación con el estilo de vida ($X^2 = 0,99$ y $p\text{-valor} = 0,319$), este resultado recibe apoyo teórico de lo dicho por Fernández N (100), la cual menciona que el nivel educativo es una de las principales características que inciden significativamente en la salud de las personas, así mismo promueven mejores hábitos y estilos de vida saludables: hacer más ejercicio, comer nutritivamente, fortalecer la confianza en sí mismos, ya que a mayor nivel educativo tienen una mejor condición de salud. que las personas con bajo nivel educativo, las personas con educación superior también tienden a reconocer las señales de advertencia y, por lo tanto, buscan ayuda de los profesionales de la salud, mientras que las personas con bajo nivel educativo se comportan con indiferencia.

Entonces en el presente estudio, al existir una relación entre ambas variables, su interpretación es detallada y concisa siendo así la persona con mayor nivel educativo,

adoptan estilos de vida saludables porque tienen más información y a comparación de quienes no cuentan con estudios o por lo tanto solo cuentan con nivel educativo como educación primaria y secundaria, que solo pueden adquirir conocimientos de manera empírica, a través de experiencias, o conocimientos transmitidos de generación en generación. donde se puede concluir que el nivel cognitivo determina si la conducta es saludable o nociva para la salud y el bienestar, debido a que la educación es el proceso que se tiene con la sociedad así mismo con la cultura de las personas (aceptación y adaptación a otra cultura), por lo que se desarrollan sus capacidades mentales y capacidades físicas.

Tienen un mayor nivel de educación, tienen más opciones sociales y económicas para lograr una mejor calidad de vida, pueden buscar atención médica, también pueden desarrollar confianza en sí mismos y aprender a manejar el estrés de manera efectiva.

Menos de la mitad de los adultos tienen educación secundaria, lo que puede ser una predisposición porque no saben y no son conscientes de cómo mejorar su comportamiento para su salud o estilo de vida.

En cuanto al factor religioso encontramos que si existe una relación estadísticamente significativa con el estilo de vida ($X^2 = 25,61$ y p valor = $0,027$), profesan la fe católica porque se formó en el seno de la familia y se transmite de generación en generación. los demás, si bien es cierto, por el conocimiento dado, van a la iglesia, a misa y hacen el bien al prójimo.

Existe una relación estadística entre el estado civil y el estilo de vida ($X^2=1.01$ y p -valor= 0.31), los adultos viven solo con su pareja, debido a que aún no pueden casarse por circunstancias familiares, quieren conocerse un poco más y después crear una familia feliz.

En cuanto a la profesión, se relaciona con el estilo de vida ($X^2= 5.92$ y p -valor= 0.014), donde la profesión juega un papel de suma importancia para así lograr una vida feliz y saludable para cada una de las personas , proporcionan dinero para que así cubran las necesidades básicas. Un buen trabajo estable y salario suficiente permite a las personas obtener una buena alimentación, mejorar las condiciones de vida y una mejor calidad de vida, un trabajo adecuado con jornadas regulares y

capacitación continua para desenvolverse en un mejor ambiente laboral. su salud mental y emocional.

Por consiguiente, si hablamos de un trabajo inestable este va a generar problemas económicos y emocionales para el adulto, y muchas veces el salario no alcanza para cubrir los gastos que se presentan en la familia, la cual pueden traer problemas de estrés en la familia, obligar a otros a trabajar largas jornadas para cubrir los gastos necesarios. y cuidar de su familia.

Sin embargo, en el estudio dice que menos de la mitad son amas de casa, porque los cuestionarios se llenaron en la mañana y había más mujeres, donde ser ama de casa tiene un gran impacto en cómo hacer frente a su vida. En esta profesión, son responsables de, cocinar, limpiar la casa, porque muchas veces estar en casa puede generar estrés que hace que cada uno se olvide de sí mismo y de cómo cuidar su salud física, mental y espiritual. También se debe señalar que la ocupación brinda a los adultos una mejor salud porque están en constante movimiento, ya que existen otras ocupaciones que solo se sientan y limitan los estilos de vida saludables.

En cuanto a los ingresos financieros, se encontró una relación estadísticamente significativa con el estilo de vida ($X^2 = 5,76$ y $p\text{valor} = 0,01$), porque el dinero da muchas satisfacciones para la vida lo cual es muy necesario para poder satisfacer las necesidades de las personas, todo ello engloba a la alimentación, sus hogares , entorno familiar, vacaciones, alojamiento y realización entre otros, por lo que podemos concluir que los ingresos económicos determinan el estilo de vida, saludable o no. Un ingreso alto permite mantener la calidad de vida, brinda la oportunidad de obtener recursos útiles para la salud y obtener los servicios necesarios en caso de enfermedad. Pero los menores ingresos económicos hacen que las personas cambien sus hábitos y actitudes cotidianas, lo que repercute en su estilo de vida.

De igual forma, el ingreso de los adultos es de S/. 400S/. 650, que no alcanza para cubrir los gastos esenciales de la canasta familiar, pero hacen todo lo posible para que su alimentación sea suficiente.

También se observa que menos de la mitad de las personas adultas son amas de hogar, entonces sus ingresos son mínimos, porque el jefe de familia es el que trabaja solo

para mantener a su familia, por lo tanto, el desempleo y los escasos recursos económicos no son suficientes para cubrir las necesidades básicas, por lo que el riesgo de enfermarse aumenta a medida que aumenta la situación económica.

El seguro integral y el estilo de vida tienen una relación estadísticamente significativa ($X^2 = 16.7$ y $p\text{-valor} = 0.0042$) porque ofrece beneficios para adultos como atención médica gratuita, entrega de medicinas, traslados entre otros.

En esta tabla se muestra la relación entre el factor sociodemográfico y el apoyo social del adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir-Sullana, al relacionar los factores sociodemográficos con el apoyo social se encontró que si existe relación estadísticamente significativa con el sexo ($X^2 = 2,13$ y $p\text{-valor} = 0,1436$); edad ($X^2 = 1,061$ y $p\text{-valor} = 0,3028$), grado de instrucción ($X^2 = 10,25$ y $p\text{-valor} = 0,0013$); religión ($X^2 = 0,2730$ y $p\text{-valor} = 0,6013$); estado civil ($X^2 = 2,795$ y $p\text{-valor} = 0,094$); ocupación ($X^2 = 10,86$ y $p\text{-valor} = 0,098$); remuneración ($X^2 = 2,86$ y $p\text{-valor} = 0,090$), seguro ($X^2 = 7.17$ y $p\text{-valor} = 0,0074$).

Este estudio es similar al realizado por Ravello I (78) titulado “Apoyo Social Adulto y Satisfacción con la Vida, San Juan de Miraflores en 2018” donde menciona que, si existe relación entre el apoyo social y el estado civil y el nivel educativo, pues existieron diferencias significativas (0.05) entre ambas variables.

El apoyo social y el sexo si tiene relación estadísticamente $X^2 2.13$ y $p\text{-valor} 0,14$, porque tanto hombre como mujeres reciben el mismo apoyo en todo momento ya sean de familiares o de amistades y esto los ayuda a ser mejor cada día.

En cuanto a la edad, tiene una relación estadísticamente significativa con el apoyo social ($X^2 = 1,061$ $p\text{-valor} = 0.3028$), siendo es un factor de suma importancia en el apoyo social ya que la persona mayor ya no da el mismo apoyo que antes porque su edad ya es avanzada, no porque ya han dejado de trabajar, hacen menos actividades, tienen problemas de salud que hacen que necesiten más apoyo a medida que envejecen. Para ser útil hay que ser fuerte, alegre y optimista, porque así contagian alegría a los demás, a los que están deprimidos o solos. Un joven puede apoyar materialmente, en el ocio y en las relaciones, así como un adulto maduro puede apoyar parcialmente sentimientos, influencias y materialmente, pero un adulto mayor emocional y emocionalmente. Cabe recordar que el apoyo social es un activo que

incide de manera positiva en la salud, como también en el bienestar de las personas en todas las etapas de la vida.

En cuanto al nivel de educación y apoyo social, se puede observar que si existe una relación estadística ($X^2= 10.25$ y $p\text{-valor}=0,0013$), como suele decirse, se benefician quienes no tienen educación o tuvieron educación primaria o secundaria, la mayoría de la educación, independientemente de sus medios económicos, porque a menudo experimentaron diferentes necesidades y estas se reflejan en la necesidad de apoyo social, siendo más empáticos tratando de ayudar a los demás.

Es por ello que en religión se obtuvo una relación con el apoyo social ($X^2= 0.273$ y $p\text{-valor}=0.6013$), debido a que en su mayoría las personas que pertenecen a la religión, ya sean católicas o evangélicas, ellos forman un grupo para brindar el apoyo a las personas que más lo necesitan como es donar vestimenta, entregarles víveres, para que así poco a poco se integren a la congregación siendo los máximos responsables de apoyar a los pobres.

Porque también hay situaciones en la cual se reúnen y hacen visitas domiciliarias entregando en casa en casa, también van compartiendo la palabra de Dios, brindan consejos ya que muchas veces las personas están pasando por momentos difíciles, es aquí donde la palabra de aliento los ayuda mucho.

De acuerdo con los resultados, el estado civil encontró una relación estadísticamente significativa con el apoyo social ($X^2 2,79$ $p\text{-valor} 0,094$), esto se debe a que la mayoría de los adultos que participaron en el estudio viven juntos, obtienen ingresos propios y viven en un ambiente tranquilo, con armonía y reciben apoyo de los miembros del hogar, ya sea emocional, afectivo, material, de ocio o entretenimiento. por lo tanto, estos adultos tienen una vida más cómoda. Sin embargo, esto no significa que vivir en pareja o estar casado signifique que recibirás más apoyo que otros, sin importar cuál sea tu estado civil, ya que los adultos solteros suelen recibir menos apoyo.

Según la ocupación, si se encontró relación con el apoyo social ($X^2 10.86$, $p\text{-valor} 0.00981$), entonces las personas cuidan su casa, cuidan la salud de sus cónyuges, que tratan de mantener a sus familias.

En los ingresos económicos encontramos una relación estadísticamente significativa con el apoyo social (X² 2.86 p-valor 0.090), debido a que es importante su remuneración para poder satisfacer las necesidades básicas de la familia, por ende, es necesario ayudar a los más necesitados ya que para los adultos es una mejor oportunidad de vida. Los recursos económicos ayudan mucho en el hogar, pero a menudo en la mayoría de las redes de apoyo solo pueden ofrecer ayuda en términos materiales, pero no en dinero.

En cuanto al tipo de seguro, que tienen si se relaciona con el apoyo social (X² 7,17 p-valor 0,0074), porque el seguro brinda, garantiza y potencia el bienestar de las personas, que cubre accidentes, enfermedades, bienestar de las personas.

Como consecuencia de lo anterior, los factores sociodemográficos son importantes, pues de ellos dependen las decisiones saludables de los adultos y la implementación de hábitos saludables en la vida diaria. Toda persona, tanto hombres o mujeres, deben cuidar a su familia, pero también a sí mismos, no descuidando sus hábitos para mejorar su calidad de vida y ser responsables de su salud, como la alimentación equilibrada, el ejercicio, de los que se debe ser consciente, la información sobre los alimentos nutritivos que deben consumir según el peso o la enfermedad si la hubiere, les enseña a preparar una canasta familiar de acuerdo a sus posibilidades económicas y también les enseña sobre la importancia de la actividad física las cuales deben realizarse de acuerdo a su edad .

De igual forma, en relación a los factores sociodemográficos y de apoyo, son importantes para una vida mejor, por lo que se recomienda formar redes de apoyo para ayudar a las personas de la comunidad y alrededores que más lo necesitan porque es un trabajo de amor al prójimo donde la gente no suele juntarse por no contar con tiempo, pero igual contribuyen uniéndose a la causa.

TABLA 6

El 100% (150) de los adultos del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir – Sullana, el (149) tiene acciones de promoción y prevención de la salud adecuada y (1) inadecuadas; mientras que en el estilo de vida el (147) tienen un estilo de vida saludable y (2) no saludable. En esta tabla se dio a conocer la relación entre la promoción de la salud y el estilo de vida, dando como resultado la prueba de Chi

cuadrado $X^2= 0,0136$ y $p\text{-valor}=0,9071$ siendo significativos ($p<0.05$) por lo tanto, si existe relación entre ambas variables.

Este estudio es similar al de Canales B y Curay W (94) titulado “Estilos de vida de los adultos que visitan el centro de salud de Hualmay, 2018” teniendo como resultados fueron que el 89,9% no hace ejercicio y el 80% tiene un estilo de vida poco saludable.

Por consiguiente, también existe otro estudio diferente de Ramírez S y Borja G (95) titulado “Hábitos alimentarios y calidad de vida de adultos en dos asilos de ancianos, Lurigancho Chosica, 2018”. Encontró que no existe relación entre los hábitos alimentarios y el estilo de vida, lo cual es fundamental para la prevención y promoción de la salud.

Así, el estudio concluyó que si existe relación entre los estilos de vida y la promoción de la salud y las medidas preventivas ($X^2= 0,013$ y $p\text{-value}=0,907$), este resultado encuentra sustento teórico para la afirmación de Giraldo A. , (105) donde argumenta que la promoción de la salud es una estrategia para modificar conductas de riesgo y adoptar estilos de vida saludables en diversas áreas como la alimentación, el trabajo y el ocio, la sexualidad, la actividad y el ocio, el tabaquismo, las relaciones consigo mismo y con los demás. entre otras cosas, orienta a las personas a una mejor calidad de vida, considerando que también requieren de la intervención de los profesionales de la salud en su conjunto para llegar a los individuos como comunidades enteras.

Encontrar una relación entre ambas variables significa que el rumbo de la promoción de la salud depende del estilo de vida de la persona, pero hoy en día la mayoría de los adultos suelen tener un estilo de vida sedentario, un estrés que puede provocar trastornos como son psicológicos entre ello encontramos el sueño, la ansiedad, la mala alimentación, el consumo excesivo de alcohol, lo que incide negativamente en la promoción de estilos de vida saludables, lo que puede presentar en enfermedades crónicas a futuro, pero a pesar de que se promueve la cultura de promoción de la salud en las personas, en su mayoría no se considera. en algunos casos, no cuentan con las oportunidades necesarias para llevar a cabo dicha conducta, lo que puede verse influido en el ámbito económico, social y educativo.

Según el estudio, estas variables están interrelacionadas, y para que los adultos practiquen una alimentación saludable, actividad física, buena alimentación, crezcan espiritualmente y se responsabilicen bien de su salud, necesitan que alguien los guíe. La información, es decir para promover actividades que deben considerar para su salud. Pero los adultos del asentamiento Nuevo Porvenir-Sullana no son conscientes de esto, muchos a pesar de escuchar a través de los medios de comunicación, algunos en las instituciones de salud hablan de las acciones de promoción y prevención de la salud, si son conscientes y lo consideran importante. Por lo tanto, siguen un estilo de vida saludable.

De igual manera, los adultos también dijeron que en el establecimiento realizan alimentación saludable y promoción de la nutrición, cuidado de la higiene y salud bucal, para que reciban la información y conocimientos necesarios para un mejor estilo de vida. Por eso es importante que los adultos se eduquen y se responsabilicen de su salud, busquen formas de educarse o busquen el apoyo de los profesionales de la salud, que los lleven a tomar las acciones adecuadas con respecto a su salud y a adoptar estilos de vida saludables, siendo y previniendo muchas enfermedades que afectan a este grupo de edad, pero también aprendiendo sobre estos problemas, lo transmiten a quienes les rodean, creando una cadena de conocimiento de calidad para personas más sanas.

Dicho esto, dado que existe una relación entre ambas variables, se debe considerar que los trabajadores de la salud no solo deben cuidar de ir al campo a vacunar, sino también promover una alimentación saludable y una alimentación que permita a los adultos engordar o la obesidad, el colesterol y otras enfermedades relacionadas con la inadecuada alimentación, si además se promoviera la salud bucal, la gente sabría cómo eliminar las almorranas o microorganismos que provocan problemas periodontales, pues la misma cifra reportó tres veces que no sigue su higiene todos los días. Por falta de tiempo, porque no son conscientes de la salud bucal.

Del mismo modo, la actividad física es de suma importancia en la vida de las personas por que así va a prevenir enfermedades y mantener el cuerpo en movimiento, pero muchos adultos no son conscientes de la actividad física apropiada

para su edad y la limitan porque hay otros que no lo son, lo hacen por el simple hecho de que son flojos o porque no tienen tiempo, por lo que es importante promover esta dimensión en el habitar humano.

De igual manera, si se promoviera la salud mental, la cultura de paz y las habilidades para la vida, obtendríamos personas adultas que se preocupan por sí mismos y por el bienestar de los demás, son buenos ciudadanos y se sienten motivados a salir adelante, a vivir en un ambiente de armonía y paz consiguiendo así un equilibrio entre sociedad y estilos de vida saludables, pero como vemos, la realidad es otra.

La salud sexual y reproductiva se promueve mayoritariamente en las escuelas, pero si también se implementara en las comunidades, ya sea en barrios o jóvenes, se reducirían las enfermedades infecciosas, se evitarían embarazos no deseados, se alentaría a los adultos a tomarla regularmente y la planificación familiar. se orientaría de acuerdo a las posibilidades de cada familia.

Asimismo, se debe promover más el tránsito y la cultura vial en estos temas y se debe continuar con la capacitación de adultos para prevenir los accidentes de tránsito, que muchas veces se producen por conducir bajo los efectos del alcohol, no cruzar las líneas de peatones. Por lo tanto, estas variables son necesarias para promover la salud y prevenir los factores de riesgo de enfermedades. Una solución que brinde información precisa y oportuna sobre promoción y prevención de la salud reducirá el número de enfermedades no transmisibles en humanos, la principal causa de muerte. Además, los comportamientos adecuados que promueven la salud permiten a los adultos disfrutar de estilos de vida saludables.

Con lo mencionado anteriormente, se propone implementar estrategias encaminadas a promover la salud de los adultos, sensibilizar e informar sobre el cuidado de la salud, el autocuidado personal y la prevención de enfermedades. De la misma manera, se deben realizar talleres educativos relacionados con la nutrición y alimentación saludable, donde se ofrezcan recetas de alimentos saludables de acuerdo a la dimensión económica, y se hable de actividad física de acuerdo a la edad y condición de la persona, con el fin de evitar sesión. que daña la salud y puede causar enfermedades. Asimismo, el centro de salud al que pertenece este asentamiento

deberá mantener una comunicación activa con los vecinos para ganar su confianza y participar en las campañas o actividades sanitarias que se realicen para promover el bienestar de estas personas.

TABLA 7

El 100% (150) de los adultos que residen en el Asentamiento Humano Nuevo Porvenir – Sullana, (149 personas adultas) tienen acciones de promoción y prevención de la salud adecuadas y (1 persona adulta) tiene acciones de promoción y prevención de la salud inadecuadas, mientras que en el apoyo social (149) si tiene apoyo social y (0) no tienen apoyo social. En esta tabla se dio a conocer la relación entre la promoción de la salud y el apoyo social mediante la prueba de Chi cuadrado $X^2= 150$ y $p\text{-valor}=0$; por lo tanto, si existe relación entre ambas variables.

Este estudio es similar al de Flores C y Delgado D (96). “La relación entre apoyo social y actividades de la vida diaria para adultos en el Centro de Atención Ignacio Rodolfo de Canevaro - Lima, 2018”. En el cual encontró que no existe una relación estadísticamente significativa entre el apoyo social y las actividades diarias de los adultos ($\text{chi-cuadrado} = 2.561$, $gl\ 6$, $p\text{-valor}\ 0.862$).

Así, el estudio concluyó que existe una relación estadísticamente significativa entre el apoyo social y la promoción y prevención de la salud ($X^2=150$ y $p\text{-valor}=0$), lo que significa que el apoyo social de las personas determina dónde hay suficientes o insuficientes actividades de promoción de la salud, aunque es cierto que la familia es el núcleo inicial de la vida de las personas y el primer espacio de desarrollo, el cual tiene una mayor influencia en el curso de la vida, recibieron herramientas para aprender cómo avanzar o funcionar el apoyo social, como la promoción y prevención de la salud, primero conocieron y se adaptaron a un grupo para luego aprender sobre sí mismos.

El apoyo emocional se refiere a los sentimientos que se transmiten cuando hay amor, un vínculo fraternal o una relación con familiares o amigos porque hay otras personas adultas las cuales no reciben este apoyo por que les da vergüenza mostrar sus sentimientos por miedo a ser abandonados o rechazados, se burla de que los profesionales de la salud necesitan fortalecer este campo para que tengan una buena autoestima y sepan afrontar los retos que presenta la vida.

El apoyo material, como hemos visto, no contribuye a la promoción y prevención de la salud, que no se deriva de la falta de alimentos o de un hogar inseguro, sino que depende de las adecuadas estrategias de salud de las personas, sus esfuerzos por ser positivos en la promoción de la salud a pesar de este apoyo, porque les permite vivir cómodamente para una mejor salud y prevenir los factores de riesgo que enfrentarán cuando sean adultos, también depende de ellos, estilos de vida saludables, mostrando amor y apoyo entre los miembros de la familia. , porque es el lugar donde muchas veces se estrechan los lazos familiares porque, como dicen en las peores situaciones, ahí ves a esa persona que te apoya, ya sean amigos o familiares.

Por ende, el apoyo relacional junto con el apoyo emocional están conjuntamente relacionados con la promoción de la salud, pero también existen factores los cuales pueden afectar la salud de un adulto, aunque hay personas que son sensibles a los cambios que presenta el entorno, hoy en día los adultos priorizan y se enfocan más en su trabajo, lo cual muchas veces no tienen tiempo para ellos mismos.

Con base en lo mencionado, se recomienda que las autoridades, en conjunto con el centro de salud cercano al que pertenece la comunidad en cuestión, creen talleres sobre red de apoyo social y emociones para promover también la parte psicológica, que en gran medida se deja de lado. Además, la sensibilización e información sobre la prevención de la depresión y la ansiedad debe coordinarse con los especialistas en psicología, para que los adultos tengan una actitud positiva hacia la salud.

V. CONCLUSIONES

- La mayoría de la población está conformada por mujeres, debido a que los hombres algunas veces salen en busca de trabajo u otras oportunidades para solventar a la familia, profesan la religión católica, cuentan con seguro SIS, más de la mitad tienen estudios secundarios, menos de la mitad son adultos maduros, estado civil convivientes, amas de casa, cuentan con ingreso económico de 400 a 650 soles.
- En las acciones de prevención y promoción de la salud en el asentamiento humano Nuevo Porvenir_Sullana casi la totalidad tienen una adecuada promoción de la salud, ya que cuentan con el proceso la cual los ayuda a incrementar el control sobre su salud y así poder mejorarla.
- Casi la totalidad si tienen apoyo social, porque son escuchados por personas que le brindan confianza y los tratan con amor y cariño, lo hacen sentir seguros.
- Casi la totalidad tienen un estilo de vida saludable, los buenos hábitos de salud pueden permitirles evitar una enfermedad y así mismo mejorar su calidad de vida ya que es fundamental en la respectiva vida de las personas adultas, ya que propicia bienestar.
- Al realizar la prueba de Chi cuadrado entre factores sociodemográficos y estilos de vida se encontró que, si existe relación estadística con sexo, edad, religión, ingreso económico, tipo de seguro, grado de estudios, estado civil y ocupación. Así mismo en apoyo social se encuentra que si hay relación con sexo, religión, ocupación, edad, grado de instrucción, estado civil, ingreso económico, y tipo de seguro.
- Al realizar la prueba de Chi cuadrado de las acciones de prevención y promoción de la salud con estilo de vida si tienen relación estadísticamente, los adultos escuchan charlas dadas por el personal de salud siendo ellos mismos los que hacen efecto multiplicador con su comunidad dando encapie a la promoción tomando en cuenta la alimentación equilibrada y la actividad física. Para ello va acompañado de la promoción de la salud la cual nos permite llevar un buen control de vida, previniendo enfermedades y promocionando temas educativos que son de suma importancia.
- Así mismo al realizar la prueba de Chi cuadrado de las acciones de prevención y promoción de la salud con apoyo social si existe relación estadísticamente siendo la

promoción de la salud la que protege la salud, lo que hace que las personas tengan suficiente conocimiento de cómo cuidar nuestra salud escuchando lo que nos dicen y sobre todo poniéndolo en práctica. Estas variables inciden en la vida de las personas porque contribuyen a una mejor calidad de vida, participan en el cambio de hábitos negativos de salud y, sobre todo, a través de apoyos que les ayudan a mejorar su salud.

VI. RECOMENDACIONES

- Que el personal de enfermería del asentamiento humano Nuevo Porvenir_Sullana pueda promocionar haciendo visitas domiciliarias, charlas para que puedan capacitar a las familias de cómo prevenir y poder saber cómo llevar esta situación que están pasando sus familias en cuanto a su salud.
- Informar a las autoridades comunales de que supervisen las tiendas, que contengan alimentos ricos en proteínas y vitaminas, para así evitar que se consuman las comidas chatarras para que las personas puedan llevar una buena calidad de vida.
- Continuar con las investigaciones para poder ayudar a las personas que tienen una inadecuada prevención y promoción de la salud y que puedan mejorar su calidad de vida, así mismo las instituciones de salud implementen y desarrollen programas educativos enfocados en la promoción y prevención de la salud dirigidos a promover conductas saludables en los adultos.
- Informar al personal de salud que sigan con las sesiones educativas promocionando la alimentación saludable para así disminuir los problemas de salud de los adultos y así mismo sean conscientes y presten más atención a su salud y bienestar, mejoren su estilo de vida y educarse sobre temas relacionados con la salud buscando ayuda y/o apoyo de profesionales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. OPS/OMS Estrategia Y Plan De Acción Sobre La Promoción De La Salud En El Contexto De Los Objetivos De Desarrollo Sostenible 2019-2030 [Base de datos en línea]. Comité Regional De La OMS Para Las Américas, Washington, 2019 [Citado el 28 de marzo 2021]. Recuperado a partir de: <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/51618/CD5710s.pdf?sequence=2&isAllowed=y#:~:text=La%20promoci%C3%B3n%20de%20la%20salud%20procura%20crear%20condiciones%20en%20las,%2C%20sociales%2C%20econ%C3%B3micos%20y%20ambientales.>
2. Organización Mundial de la Salud. Estilo de vida saludable. Consultado el octubre 2019 Disponible en: https://www.fundacionbengoa.org/informacion_nutricion/alimentacion_salud_able.asp
3. De Enfermería F, Llamocca BT, Norhelia B, Yabar Chinche B, Margot J, Luján DA, et al. UNIVERSIDAD NACIONAL DE TRUJILLO [Internet]. Edu.pe. [citado el 14 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/15901/1910.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=En%20primer%20lugar%2C%20los%20determinantes,genera%20la%20gradiente%20de%20la>
4. Martín EM. Qué es el estilo de vida. Lo que dice sobre ti [Internet]. Consumoteca. 2018 [citado el 14 de octubre de 2022]. Disponible en: <https://www.consumoteca.com/bienestar-y-salud/estilo-de-vida/>
5. Nuevas estrategias y planes para mejorar la salud en las Américas son consideradas por países que integran el Comité Ejecutivo de la OPS. Pan American Health Organization. Washington-EE.UU. [Internet]. PAHO. 2016 [citado 4 diciembre 2021]. Disponible en: https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=12179:paho-executive-committee-discusses-new-strategies-and-plans-to-improve-health-in-the-americas&Itemid=135&lang=es
6. OPS. Los jóvenes son “los principales impulsores” del Covid-19 en América

- Latina [En Línea] Colombia. 2020 [Citado 05 de Octubre de 2020] URL Disponible en: <https://www.france24.com/es/20200825-jovenes-principales-impulsores-covid19-america-ops>
7. Ministerio de Sanidad. Promoción, prevención y atención a los problemas de salud. [En línea]. España: Ministerio de Sanidad; 2017. [Citado 30 de mayo de 2019]. URL Disponible en: https://www.msbs.gob.es/estadEstudios/estadisticas/sisInfSanSNS/tablasEstadisticas/InfAnualSNS2016/4Prom_Prev_Prob_salud.pdf
 8. Organización Panamericana de la Salud. Argentina renueva su estrategia de cooperación con la OPS/OMS. [En línea]. Argentina: OPS; 2017. [Citado 30 de mayo de 2019]. URL Disponible en: https://www.paho.org/arg/index.php?option=com_content&view=article&id=10164:argentina-renueva-su-estrategia-de-cooperacion-con-la-opsoms&Itemid=225
 9. Ministerio de Salud. Promoción de Salud. [En línea]. Chile: Ministerio de Salud; 2016. [Citado 30 de abril 2019]. URL Disponible en: https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2016/09/1_PROMOCIONDE-SALUD.pdf
 10. MINSA, OPS, OMS. Plan de Comunicación y Promoción de la Salud para prevenir y responder a las IRAG PUNO [En Línea]. Lima: MINSA, Oficina General de Comunicaciones; 2014 [citado 30 abril 2019] URL Disponible en: http://www.pcm.gob.pe/wpcontent/uploads/2014/05/Puno_Plan-de-Comunicaci%C3%B3n-y-matrizde-actividades-Proyecto-OPSECHO.pdf
 11. Plan de estrategia publicitaria [Internet]. Gob.pe. 2020 [citado 4 diciembre 2021]. Disponible en: https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/572013/PEP_RM_089-2020-MINSA.PDF
 12. Dirección regional de salud de Ancash [Internet]. Diresancash. 2017 [citado 4 diciembre 2021]. Disponible en: http://www.diresancash.gob.pe/doc_gestion/INDICADORES_DESEMPENO_2017.pdf

13. Cruz R. Es Salud Áncash promueve la prevención sobre el VIH Sida. Áncash [Internet]. Essalud. 2018 [citado 4 diciembre 2021]. Disponible en: <http://www.essalud.gob.pe/essalud-ancash-promuevela-prevencion-sobre-el-vih-sida/>
14. Piura en línea. Situación de la Salud Pública en Piura [Internet]. Piura: 2017 [Citado el 28 de marzo 2021]. Recuperado a partir de: <http://www.piuraenlinea.com/periodismo-escolar/30/09/2016/situacion-dela-salud-publica-de-piura>
15. Calpa A. Santacruz G. Álvarez M. Zambrano C. Hernández E. Matabanchoy S. Promoción de estilos de vida saludables: estrategias y escenarios – Colombia, 2019. Hacia promoc. Salud [Internet]. 2019 Julio [Citado 28 abril del 2019]; 24(2): 139-155. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=309162719011>
16. Quiroga I. "Estilos de vida de personas mayores de 65 años económicamente activas de Chillán y Valparaíso. Chile" consultado el 18 de setiembre del 2021; disponible en: <https://docplayer.es/72755059-Universidad-nacional-san-agustin-de-arequipa-facultad-de-enfermeria-escuela-profesional-de-enfermeria.html>
17. Rolando E, Salazar V Y Faride G. Promoción A La Salud Mental Y La Prevención Del Comportamiento Suicida En Jóvenes A Través De La Psicoterapia Gestalt, Instituto Universitario Carl Rogers Campeche México 2019.
18. Cochachin C, Estilo de vida y los factores biosocioculturales en los adultos mayores del Distrito de Ataquero – Carhuaz, 2019 [Tesis en línea] Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, Perú, 2019 [Citado el 11 de abril 2021]. Recuperado a partir de: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/14988/ADULTOS_MAYORES_ESTILOS_DE_VIDA_COCHACHIN_ALEGRE_MELINA_ROCIO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
19. Mendoza R, et al, factores sociodemográficos asociados a la calidad de vida en adultos mayores de la Comunidad de Balcón. Distrito de Tambo, Perú, 2019 [Tesis en línea] Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga, Perú, 2019 [Fecha de acceso 11 de abril del 2021] URL disponible en: [Citado el 11 de abril 2021]. Recuperado a partir

de:http://209.45.73.22/bitstream/handle/UNSCH/3815/TESIS%20EN768_Men.pdf?sequence=1&isAllowed=y

20. Echabautis O, Yurica O, Zorrilla G. <http://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/UMA/206/472019%20%28Final%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [Internet]. Uma. 2019 [citado 4 diciembre 2021]. Disponible en: <http://repositorio.uma.edu.pe/bitstream/handle/UMA/206/472019%20%28Final%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
21. Paz G. factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento Humano – Villa magisterial II etapa, Nuevo Chimbote_2019 [Internet]. Uladech . 2019 [citado 4 diciembre 2021]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/19510/ADULTO_PROMOCION_PAZ_GAMARRA_ETTY_MAYTE.pdf?sequence=1&isAllowed
22. Medina T. factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Pueblo joven “la unión” sector 25 _Chimbote, 2019 [Internet]. Uladech . 2019 [citado 4 diciembre 2021]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/21204/ADULTO_PROMOCION_MEDINA_TITO_RUTH_ELIZABETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y
23. Huamán S. factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto. Asentamiento humano Ricardo _Chimbote, 2019 [Internet]. Uladech . 2020 [citado 4 diciembre 2021]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/20012/ADULTO_FACTORES_HUAMAN_SANTIAGO_JAVES_AZUSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
24. Salud y Sociedad. Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pende. [Internet]. Cuidado colectivos. 2015 [citado 4 diciembre 2021]. Disponible en:

<https://cuidadocolectivos.blogspot.com/2015/02/21-modelo-de-promocion-de-la-salud-de.html>

25. Julcamoro B. Estilos De Vida Según La Teoría De Nola Pender En Los Estudiantes De Enfermería De La Universidad Nacional Federico Villarreal [Internet] 2018 [Citado el 11 de abril 2021]. Recuperado a partir de: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/RUNF_c1d5411a5e7406ca151db07b6df7d5dc
26. Lozano M, NOLA Pender - Resumen Introducción a la Enfermería [Internet] Universidad de Guanajuato 2019. [Citado el 11 de abril 2021]. Recuperado a partir de: <https://www.studocu.com/es-mx/document/universidad-de-guanajuato/introduccion-a-la-enfermeria/resumenes/nola-pender-resumenintroduccion-a-la-enfermeria/3136411/view>
27. Julcamoro B. Estilos De Vida Según La Teoría De Nola Pender En Los Estudiantes De Enfermería De La Universidad Nacional Federico Villarreal [Internet] 2019 [Citado el 11 de abril 2021]. Recuperado a partir de: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/RUNF_c1d5411a5e7406ca151db07b6df7d5dc
28. Julcamoro B. Estilos De Vida Según La Teoría De Nola Pender En Los Estudiantes De Enfermería De La Universidad Nacional Federico Villarreal [Internet] 2019 [Citado el 11 de abril 2021]. Recuperado a partir de: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/RUNF_c1d5411a5e7406ca151db07b6df7d5dc
29. 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. Enfermería Universitaria ENEO-UNAM. [artículo en Internet]. [acceso 14 de setiembre de 2013]; 2011; Vol.8 (No.4): [P. 1-23]. Disponible en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/enfuni/eu-2011/eu114c.pdf>
30. León R. Medicina teórica. Definición de la salud [Internet]. Perú [Consultado el 30 de abril 2021]. Recuperado a partir de: <http://www.scielo.org.pe/pdf/rmh/v7n3/v7n3e1>

31. Tintaya P. Psicología y Personalidad. Revista de Investigación Psicológica [Internet]. La Paz; 2019 [Consultado el 30 de abril 2021]; 21. Recuperado a partir de: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-30322019000100009
32. Definición de Entorno Social [Internet]. 2020 [Consultado el 30 de abril 2021]. Recuperado a partir de: <https://definicion.de/entorno-social/>
33. Del Carmen O, Suarez Z. Rol de los profesionales de enfermería en el sistema de salud colombiano [Internet]. Colombia: Facultad de Enfermería, Universidad Antonio Nariño. Bogotá, Colombia; 2018 [Consultado el 30 de abril 2021]. Recuperado a partir de: <http://www.scielo.org.co/pdf/reus/v20n2/0124-7107-reus-20-02-00171.pdf>
34. Salvador J, Gonzales B. Promoción de la salud como práctica psico-social comunitaria en la política social chilena [Tesis de investigación en internet]. Arica; 2018 [Citado el 11 de abril 2021]; 13(43). Recuperado a partir de: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S071850652018000300067
35. Salvador J, Gonzales B. Promoción de la salud como práctica psico-social comunitaria en la política social chilena [Tesis de investigación en internet]. Arica; 2018 [Citado el 11 de abril 2021]; 13(43). Recuperado a partir de: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S071850652018000300067
36. Muñoz D, Arango C, Segura A. Entornos y actividad física en enfermedades crónicas: Más allá de factores asociados [Internet]. Colombia: Escuela de Graduados, Universidad CES. Medellín, Colombia; 2018 [Consultado el 30 de abril 2021]. Recuperado a partir de: <http://www.scielo.org.co/pdf/reus/v20n2/0124-7107-reus-20-02-00183.pdf>
37. Informe de nutrición. Arrojar luz sobre la nutrición para inspirar nuevas INICIATIVAS [Internet]. 2018 [Consultado el 30 de abril 2021]. Recuperado a partir de: https://www.who.int/nutrition/globalnutritionreport/2018_Global_Nutrition_Report_Executive_Summary_sp.pdf
38. Crecimiento espiritual [Internet]. 2021 [Consultado el 30 de abril 2021]. Recuperado a partir de: <https://www.cru.org/ar/es/crecer-y-equipar/crecimientoespiritual.html>

39. Calva D, Galarza A, Sare F. Las redes sociales y las relaciones interpersonales de las nuevas generaciones de ecuatorianos. Revista Conrado [Internet] .Conrado; 2019 [Consultado el 30 de abril 2021] 15(66). Recuperado a partir de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S199086442019000100031
40. Ortiz S, Sandoval E, Adame S, Ramírez C. Manejo del estrés; resultado de dos intervenciones: cognitivo conductual y yoga, en estudiantes irregulares de medicina. Revista Investigación en educación médica [Internet]. México; 2019 [Consultado el 30 de abril 2021] 8(30). Recuperado a partir de: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S200750572019000200009&script=sci_arttext
41. Rodríguez O, Ordoñez P. Enfermedades no transmisibles: factores de riesgo y acciones para su prevención y control en Cuba. Rev. Panam Salud Publica [Investigación en internet]. Ecuador; 2018 [Consultado el 04 de mayo 2021]. Recuperado a partir de: <https://scielosp.org/article/rpsp/2018.v42/e23/>
42. Martínez T, González C, Castellón G, González B. El envejecimiento, la vejez y la calidad de vida: ¿éxito o dificultad? Revista Finlay [Internet]. Cuba; 2018 [Consultado el 04 de mayo 2021]. Recuperado a partir de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2221-24342018000100007
43. Calpa A, Santacruz G, Álvarez M. Promoción de estilos de vida saludables: estrategias y escenarios. Revista Hacia la Promoción de la Salud [Internet]. Manizales; 2019[Consultado el 30 de abril 2021] 24(2). Recuperado a partir de:http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772019000200139
44. Del Carmen O, Suarez Z. Rol de los profesionales de enfermería en el sistema de salud colombiano [Internet]. Colombia: Facultad de Enfermería, Universidad Antonio Nariño. Bogotá, Colombia; 2018 [Consultado el 30 de abril 2021]. Recuperado a partir de: <http://www.scielo.org.co/pdf/reus/v20n2/0124-7107-reus-20-02-00171.pdf>
45. Bennassar M. El estilo de vida y salud, Programa de Doctorado en Ciencias Biosociosanitarias. Instituto Universitario de Investigación en Ciencias de la Salud (IUNICS) [Internet] Palma de Mallorca, 2012 [Citado el 14 de abril de 2021] Disponible en: <https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/84136/tmbv1de1.pdf>

46. Reyna C. educación para la salud [Internet]. Argentina; 2018 [Consultado el 23 de abril 2021]; 22(67). Recuperado a partir de: <https://www.scielo.br/pdf/icse/v22n67/1807-5762-icse-1807-576220170527.pdf>
47. García J, Chávez M, Linares E. Gestión del cuidado en Enfermería y su aporte a la economía en hospital de Cabinda. Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río [Internet]. Pinar el Río; 2018 [Consultado el 23 de abril 2021]; 22(5). Recuperado a partir de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S156131942018000500014&lng=es&nrm=iso
48. Giraldo A. La salud publica en discusión. Rev. Salud Pública [Internet]. Colombia; 2019 [Consultado el 23 de abril 2021]; 22(5). Recuperado a partir de: <http://www.scielo.org.co/pdf/rfnsp/v37n1/0120-386X-rfnsp-37-01-15.pdf>
49. Universidad de Alcalá. ¿Qué es la investigación cuantitativa? 2017, acceso 18 de septiembre de 2020]. disponible en: <https://www.master-finanzas-cuantitativas.com/que-es-investigacion-cuantitativa/>
50. Tipos de investigación: Descriptiva, Exploratoria y Explicativa 2017, acceso 18 de septiembre de 2020]. disponible en: <https://noticias.universia.cr/educacion/noticia/2017/09/04/1155475/tipos-investigacion-descriptiva-exploratoria-explicativa.html>
51. Schoenbach V. Diseños de estudio analítico. [Monografía en internet]. 2004. acceso 18 setiembre de 2020] disponible en : <http://www.epidemiolog.net/es/endesarrollo/DisenosDeEstudioAna%20liticos.pdf>
52. https://www.google.com/search?q=que+son+los+factores+sociodemograficos+en+salud&rlz=1C1YTUH_esPE1002PE1002&sxsrf=AB5stBgUn_YWquCZ2n9U4bhxl2SeKtBIwg%3A1691430073169&ei=uSzRZPmACqQA5OUP0LWZ0AY&ved=0ahUKEwi5wbGFjMuAAxUqALkGHdBaBmoQ4dUDCA8&uact=5&oq=que+son+los+factores+sociodemograficos+en+salud&gs_lp=Egxnd3Mtd2l6LXNlcnAiL3F1ZSBzb24gbG9zIGZhY3RvcmluZyY2I2VZGVtb2dyYWZpY29zIGVuIHNhbHVkMgUQABiiBDIFEAAAYogRI9idQ0QNYoiVwAHgCkAEAmAG0AaABiBSqAQQwLjE4uAEDyAEA-

[AEBwgIEEAAyR8ICBxAAGA0YgATCAggQABgIGAcYHsICCBAAGAgYHhgNwgIKECEYoAEYwwQYCuIDBBgAIEGIBgGOBgg&scient=gws-wiz-serp](http://www.scielo.org/sld/cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192017000700018&lng=es)

53. Coronel J, Marzo N. La promoción de la salud: evolución y retos en América Latina. MEDISAN [Internet]. 2017, Jul [citado 2019 Jun 18]; 21(7): 926-932. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192017000700018&lng=es
54. Gallar M. Promoción de la salud y apoyo psicológico al paciente. 4.^a ed. Madrid: Thomson paraninfo; 2006.
55. Gamarra M, Rivera H, Alcalde M. Estilo de vida, autoestima y apoyo social en estudiantes. [Documento en internet]. Perú (2010). [Citado el 18 de junio del 2019]. Disponible en: <http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/UCV-SCIENTIA/article/view/451/326>
56. Bennassar M. El estilo de vida y salud, Programa de Doctorado en Ciencias Biosociosanitarias. Instituto Universitario de Investigación en Ciencias de la Salud (IUNICS) [Internet] Palma de Mallorca, 2012 [Citado el 14 de abril de 2021] Disponible en: <https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/84136/tmbv1de1.pdf>
57. De la peña A, Amezcua J. Hernández A. La promoción de estilos de vida saludable aprovechando los espacios públicos [Tesis de investigación en internet]. Villahermosa; 2017 [Consultado el 23 de abril 2021]; 16(3). Recuperado a partir de: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S200774592017000300201
58. Gamarra M, Rivera H, Alcalde M. Estilo de vida, autoestima y apoyo social en estudiantes. [Documento en internet]. Perú (2010). [Citado el 18 de junio del 2019]. Disponible en: <http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/UCV-SCIENTIA/article/view/451/326>
59. Comité Institucional de Ética en Investigación ULADECH Católica. Código De Ética Para La Investigación. 2020 [Consultado el 20 de abril 2021]. Recuperado a partir de: www.uladech.edu.p
60. MANRIQUE ORDEANO M. Determinantes de Salud de los Adultos del centro poblado de Huamarin- sector B- Huaraz. Tesis. Anchash.
61. PALACIOS PEREZ G. Factores Sociodemograficos y acciones de prevencion y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social

- del adulto, pueblo joven el porvenir "A" Sector 7 Chimbote. Tesis. Chimbote.
62. Rafael M. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos de la comunidad Unidos Venceremos- Huashao-Yungay, 2018. Tesis de Licenciada. Huaraz: ULADECH Catolica, Escuela de Enfermeria. 2018. [citado el 18 de junio del 2019]. Disponible en: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/ULAD_86cee4d2acc8c54f6dd9e6d0d7f7e980
 63. Clinica universidad de Navarra. Edad. Diccionario Medico. [Internet]; 2020. [Citado el 12 de Abril de 2021]. Disponible en: <https://www.cun.es/diccionario-medico/terminos/edad>
 64. <https://busquedas.elperuano.pe/normaslegales/ley-de-la-persona-adulta-mayor-ley-n-30490-1407242-1/>
 65. National geographic. Que es la religion. [Internet]; 2017. [Citado el 12 de abril de 2021]. Disponible en: <https://www.nationalgeographic.es/historia/que-es-la-religion>
 66. Conceptos juridicos. Estado civil. [Internet]; 2017. [Citado el 12 de abril de 2021]. Disponible en: <https://www.conceptosjuridicos.com/ar/estado-civil>
 67. Economia. Definicion de ingreso familiar. [Internet]; 2017. [Citado el 12 de abril de 2021]. Disponible en: <https://definicion.mx/ingreso-familiar/>
 68. Cano L. Definicion de profesion y ocupacion. [Internet]; 2019. Citado 12 de abril de 2021. Disponible en: <https://luciacano.wordpress.com/2012/11/22/definicion-de-profesion-y-ocupacion/>.
 69. Gobierno del Perú. Seguros de Salud del Peru. [Internet]; 2020. [Citado el 12 de abril de 2021]. Disponible en: <https://www.gob.pe/281-seguros-de-salud-del-perU>
 70. ESPINOZA COLLANTES 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 Jesus Maria, Chimbote. Tesis. Chimbote.
 71. Ministerio de sanidad, Consumo y Bienestar Social. Promocion y educacion para la salud. [Internet]; 2019. [Citado 18 de Abril de 2021]. Disponible en: <https://www.msbs.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/promocion/formacion/introduccion.htm#1.2>

72. Bengoa Alimentos saludables [ACCESO A INTERNET] Disponible en: https://www.fundacionbengoa.org/informacion_nutricion/alimentacion_saludable.asp
73. Ordaz E. Promoción de salud: Higiene Personal. HP. Hospital Psiquiatrico de la Habana. [Internet]; 2018. [Citado 2018 de abril de 2021]. Disponible en: <http://www.psiquiatricohph.sld.cu/boletines/higienepersonal.html>
74. Gutierrez M. Habilidades para la vida. Manual de conceptos basicos para facilitadores y educadores. [Internet].; 2018. [Citado 2021 de abril de 2021]. Disponible en: <http://www.cedro.org.pe/emprendimientojuvenil/images/pdf/habilidadesparalavidamanualdeconceptos16agosto.pdf>
75. Organización Mundial de la Salud. Actividad fisica. [Internet]; 2020. [Citado 18 de abril de 2021]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/physical-activity>
76. Organización Mundial de la Salud. Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. [Internet]; 2021. [Citado 18 de abril de 2021]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-healthstrengthening-our-response>
77. Fundación MAPFRE. Defincion seguridad vial. [Internet]; 2019. [Citado 18 de abril de 2021]. Disponible en: <https://www.seguridadvialenlaempresa.com/blog/definicion-seguridad-vial/>
78. Ravello I. Apoyo social y satisfacción con la vida en adultos mayores del distrito de San Juan de Miraflores, 2018. Tesis para obetener el titulo profesional. Lima: Universidad Autonoma del Perú. Escuela de Psicología. 2018. [Citado 30 de Abril de 2021]. Disponible en: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/AUTO_9dfefd49acc46490eb7dd007f9c96060
79. Mogollon A, y Revilla K. Apoyo Social en el centro integral adulto mayor “Granitos de Mostaza”. Manzanares-Huacho, 2018. Tesis para optar el titulo profesional. Huacho : Universidad Universidad Nacional Jose Faustino Sanchez Carrion. Escuela de trabajo social. 2018. [Citado 30 de Abril de 2021]. Disponible en: http://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/UNJFSC/2280/MOGOLLO_159_N%20CRUZ%20ABIGAIL%20y%20NOLE%20REVILLA.pdf?sequence=2

&isAllowed=y

80. Ortego M. Lopez S. Alvarez M. El apoyo social. Ciencias Psicosociales I. Universidad de Cantabria. [Internet].; 2018. [Citado 9 de Mayo de 2021]. Disponible en: https://ocw.unican.es/pluginfile.php/1420/course/section/1836/tema_13.pdf
81. Arriagada M. Apoyo emocional, instrumental y material hacia el adulto mayor: Una percepcion desde los hijos. Grado de Bchiller en Familia. Chile : Universidad del Bio -Bio , Ciencias Sociales. 2017. [Citado 9 de Mayo de 2021]. Disponible en: [http://repobib.ubiobio.cl/jspui/bitstream/123456789/2021/1/Arriagada Mellado_Makarena.pdf](http://repobib.ubiobio.cl/jspui/bitstream/123456789/2021/1/Arriagada_Mellado_Makarena.pdf)
82. Fachado A. Menendez M. Gonzalez L. Apoyo social: Mecanismos y modelos de influencia sobre la enfermedad cronica. Cad. Aten. Prim. 2019; 19(3). [Citado 9 de Mayo de 2021]. Disponible en: http://www.agamfec.com/pdf/CADERNOS/VOL19/vol_2/ParaSaberDe_vol_19_n2_3.pdf
83. Reyes J. Pliego E. Cuenca N. Hablemos de apoyo emocional a personas adultas con enfermedades oncohematologicas. Fundacion de Leucemia y Linfoma. [Internet].; 2017. [Citado 9 de Mayo de 2021]. Disponible en: <http://www.leucemiaylinfoma.com/resources/files/dacd9fdc-c647-4722-8df5-e16cb707103b.pdf>
84. The Education Club. Concepto de ocio y tiempo libre: Definicion y caratceristicas. [Internet]; 2020. [Citado 9 de Mayo de 2021]. Disponible en: <https://www.divulgaciondinamica.es/blog/concepto-de-ocio-y-tiempo-libre/>
85. Velasquez S. Habitos y estilos de vida saludable. Programa Institucional Actividades de Educacion para una vida saludable. Univ. Auton. Del Estado de Hidalgo. [Internet]; 2017. [Citado 30 de Abril de 2021]. Disponible en: https://www.uaeh.edu.mx/docencia/VI_Lectura/licenciatura/documentos/LECT103.pdf
86. _Guía de educación en seguridad vial <https://www.mtc.gob.pe/cnsv/documentos/Guia%20Ed.Vial%20Primaria.pdf>
87. ESPINOZA COLLANTES 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 Jesus Maria, Chimbote. Tesis. Chimbote.

- 88.** PALACIOS PEREZ G. Factores Sociodemograficos y acciones de prevencion y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto, pueblo joven el porvenir "A" Sector 7 Chimbote. Tesis. Chimbote.
- 89.** https://es.wikipedia.org/wiki/Apoyo_social
- 90.** ESPINOZA COLLANTES 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 Jesus Maria, Chimbote. Tesis. Chimbote.
- 91.** Revista Positivalia. ¿Que es el crecimiento espiritual? [Internet]; 2021. [Citado 30 de Abril de 2021]. Disponible en: <https://positivalia.com/que-es-el-crecimiento-espiritual/>
- 92.** Calle I. Las relaciones interpersonales. [Internet]; 2018. [Citado 30 de Abril de 2021]. Disponible en: <tps://www.farodevigo.es/opinion/2013/11/20/relaciones-interpersonales-17333884.html>
- 92.** Asefa salud estilos de vida saludables disponible en:
<https://www.asefasalud.es/servicios/consejos-saludables/102-estilo-de-vida-saludable>
- 93.** Salazar J. Factores biosocioculturales que influyen en el estilo de vida de los adultos usuarios de la Ruta Huaraz-Caraz, 2018. Tesis para obtener el título profesional. Huaraz: Universidad Nacional Santiago Antunez de Mayolo, Escuela de estadística e infromactica. 2019. [Citado 9 de Mayo de 2021]. Disponible en: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/RUNM_b79abde266fd0df9bc028f0de76e9a82
- 94.** Ramirez S. y Borja G. Hábitos alimentarios y calidad de vida en los adultos mayores de dos casas de reposo, Lurigancho Chosica, 2018. Tesis para obtener el título profesional. Lima:Universidad Peruana Union . Escuela de Enfermeia. Disponible en: <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/392>
- 95.** Flores C. y Delgado D. Relación del apoyo social y las actividades de la vida diaria en el adulto mayor del centro de atención residencial Geronto-Geriátrico Ignacia Rodolfo Vda. de Canevaro-Lima-2018. Perú [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería] 2018 [citado el 28 de marzo del 2021]. Disponible en:

[http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/2388/TITULO %20-%20DELGADO%20-%20FLORES.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/123456789/2388/TITULO%20-%20DELGADO%20-%20FLORES.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

ANEXOS

Anexo 01 Matriz de consistencia

TITULO	ENUNCIADO DEL PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECIFICO	METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACION
<p>Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir _Sullana, 2021.</p>	<p>¿Existe asociación entre los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir_ Sullana , 2021.</p>	<p>Determinar la relación de los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: con apoyo social y estilo de vida en el adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir _Sullana, 2021.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Caracterizar los factores sociodemográficos en el adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir_ Sullana. • Caracterizar las acciones de prevención y promoción de la salud en el adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir_ Sullana. • Caracterizar el comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir_ Sullana. • Explicar la relación de los factores sociodemográficos asociados al comportamiento de la salud: estilo de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir_ Sullana. • Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del Asentamiento Humano Nuevo Porvenir_ Sullana. 	<p>Tipo de investigación: Cuantitativo.</p> <p>Diseño de la investigación: Correlacional, No experimental</p> <p>Técnica: Entrevista- Observación.</p>



ANEXO 02

INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN



INSTRUMENTO 01

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA

SALUD ESCUELA PROFESIONAL DE

ENFERMERÍA

CUESTIONARIO SOBRE FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS

Elaborado por Delgado R, Díaz R, Reyna E. Modificado por; Reyna Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación.

DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:

A. FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS

1. ¿Marque su sexo?

a) Masculino () b) Femenino ()

2. ¿Cuál es su edad?

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

3. ¿Cuál es su grado de instrucción?

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

4. ¿Cuál es su religión?

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

5. ¿Cuál es su estado civil?

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

6. ¿Cuál es su ocupación?

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

7. ¿Cuál es su ingreso económico?

a) Menor de 400 nuevos soles b) De 400 a 650 nuevos soles

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

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

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



INSTRUMENTO 02

PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD

Desarrollado por Dra. Vílchez Reyes Adriana, Directora de la presentelínea de Investigación y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaqué.

Nº	Comportamientos del usuario	CALIFICACIÓN			
		NUNCA	AVECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
EJES TEMÁTICOS					
ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN					
01	¿Se ha elaborado un plan de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?				
02	¿Se ha designado un coordinador y/o establecido un grupo de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?				
03	¿Participan las autoridades locales en el desarrollo de medidas de promoción para una alimentación saludables en su comunidad?				
04	¿ofrecen en su comunidad alimentos y bebidas saludables? (no refrescos azucarados, comida rápida, dulces o alcohol)				
05	¿Se provee y promueve la elección de alimentos y bebidas saludables? (precios menores, muestras gratis, etc.)				
06	¿Se ofrece fruta fresca en su comunidad?				
07	¿Se provee agua potable en su comunidad?				
08	¿En los últimos 30 días con qué frecuencia se lavó las manos antes de comer?				
09	¿En los últimos 30 días comió habitualmente frutas?				
10	¿En los últimos 30 días comió habitualmente verduras?				
HIGIENE					
11	¿Se lava las manos con agua y jabón aplicando la técnica adecuada?				
12	¿Realiza el Baño corporal diariamente?				
13	¿Realiza el lavado de los dientes mínimo 3 veces en el día?				
14	¿Mantiene Higiénica y en orden su ropa?				

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

39	¿Realiza ejercicios de fuerza 2 o 3 veces por semana?				
40	¿Realiza la rutina con 10 minutos de ejercicios de estiramiento?				
41	¿Toma una buena cantidad de líquido durante el día (aproximadamente 2 litros de agua)?				
	SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA				
42	¿Tiene relaciones sexuales actualmente con protección?				
43	¿Se informa de los métodos anticonceptivos?				
44	¿Usa un método anticonceptivo?				
45	¿Se hace exámenes médicos ginecológicos?				
46	¿Usted se alimenta equilibradamente durante su vida reproductiva				
	SALUD BUCAL				
47	¿Se cepilla los dientes por lo menos dos veces al día con pasta dental con flúor?				
48	¿Usa hilo dental?				
49	¿Usa a diario un enjuague bucal con flúor?				
50	¿Tiene exámenes regulares odontológicos?				
51	¿Evita las bebidas gaseosas, los jugos artificiales y las bebidas energéticas?				
52	¿Evita el consumo de tabaco y el alcohol?				
	SALUD MENTAL Y CULTURA DE PAZ				
53	¿En general está satisfecho con usted mismo/a?				
54	¿A veces piensa que no sirve absolutamente para nada?				
55	¿Puede hacer las cosas bien como la mayoría de las personas?				
56	¿Cree que tiene muchos motivos para sentirme 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 hacía mí mismo/a ¿				
	SEGURIDAD VIAL Y CULTURA DE TRANSITO				

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

INSTRUMENTO 03

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA
SALUD ESCUELA PROFESIONAL DE
ENFERMERÍA

CUESTIONARIO MOS DE APOYO SOCIAL

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

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 nº 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	1	2	3	4	5

situación					
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.



INSTRUMENTO 04

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA
SALUD ESCUELA PROFESIONAL DE
ENFERMERÍA

CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA

Autores Serrano-Fernández, M. J., Boada-Grau, J., Vigil-Colet, A., & Gil- Ripoll,

C. (2016). Adaptación española de la escala HPLP-II con una muestra de
empleados. *Universitas Psychologica*, 15 (4).

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

CONTENIDO ÍTEMS	NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	
Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores					
F1. Responsabilidad hacia la salud, F2. Actividad física, F3. Nutrición, F4. Crecimiento Espiritual y Relaciones Interpersonales					
1.-Escojo una dieta baja en grasa, grasas saturadas y en colesterol.					
2.-Informo a un doctor (a) a otros profesionales de la salud cualquier señal inusual o síntoma extraño.					
3.-Sigo un programa de ejercicios planificados					
4.-Siento que estoy creciendo y cambiando en una forma positiva.					
5.-Elogio fácilmente 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)					
Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores.					
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					
Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores.					
23.-Leo las etiquetas nutritivas para identificar el contenido de grasas y sodio en los alimentos empacados					
24.-Asisto a programas educacionales 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

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

Asimismo, se realizará validez de contenido mediante la evaluación por juicios de expertos. (Anexo N° 02).

Control de calidad de los datos:

EVALUACIÓN CUALITATIVA:

Fue concluida a través de la entrevista a personas del área de Salud que actuaron como jueces; Se realizó en reuniones, con el objetivo de evaluar la propuesta del Cuestionario sobre Acciones de 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:

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

Validez de contenido : Se realizó mediante la calificación de criterios de expertos, de los cuales fueron diez, Para efectos de este análisis, se utilizó para la evaluación de la validez de contenido la fórmula de V de Aiken (Pendield y Giaccobi , 2004)

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.

ANEXO 04

CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

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>

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 05
FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

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

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA CONSENTIMIENTO

INFORMADO:

TÍTULO

FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA Y APOYO SOCIAL EN EL ADULTO DEL ASENTAMIENTO HUMANO NUEVO PORVENIR_ SULLANA, 2021

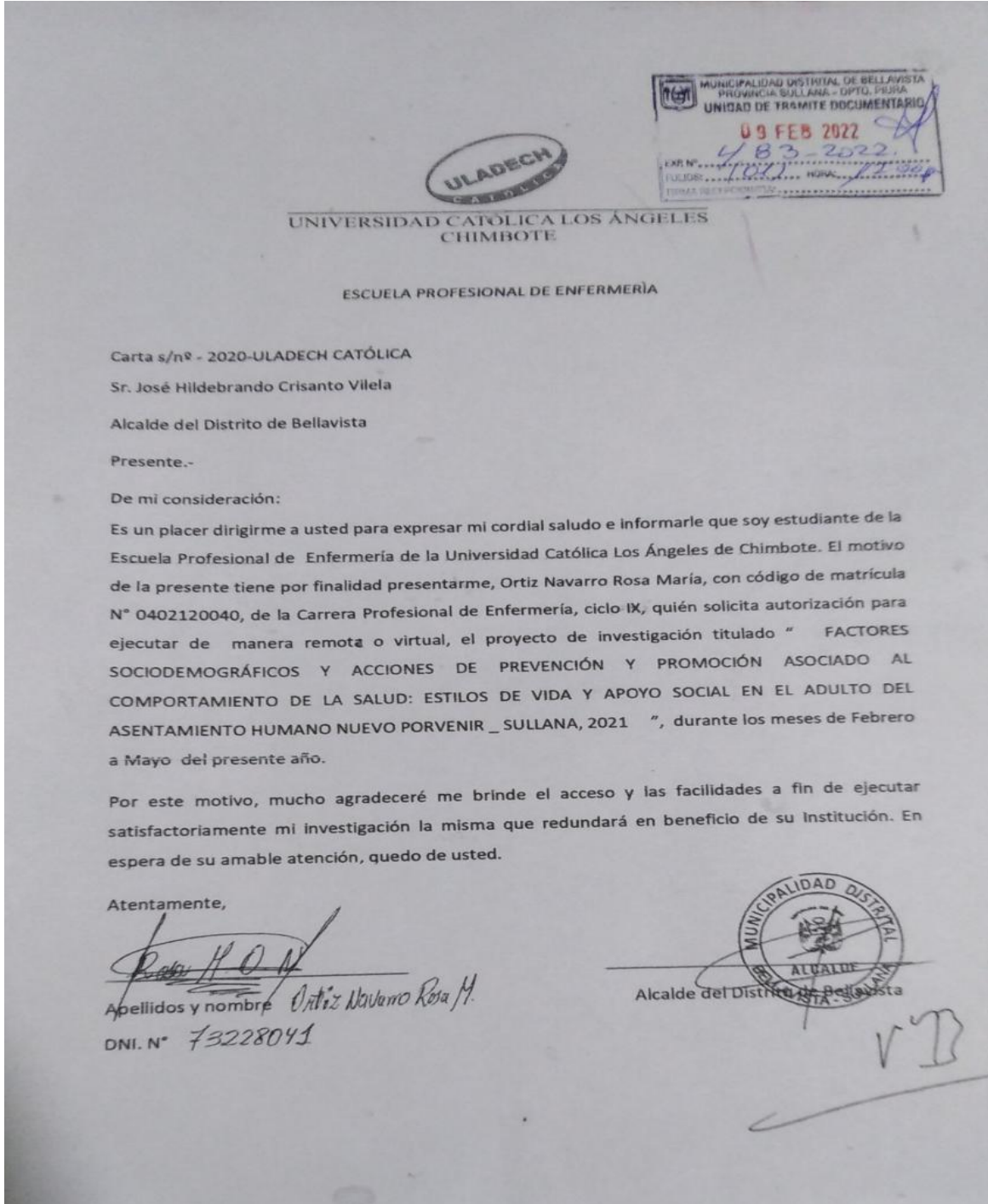
Yo,acepto participar voluntariamente en el presente estudio, Conociendo el propósito de la Investigación. Mi participación consiste en responder con franqueza y de forma oral a las preguntas planteadas.

El investigador se compromete a guardar la confidencialidad y anonimato de los datos, los resultados se informarán de modo general, guardando en reserva la identidad de las personas entrevistadas. Por lo cual autorizo mi participación firmando el presente documento.

FIRMA

.....

ANEXO 06
DOCUMENTO DE APROBACIÓN PARA LA RECOLECCIÓN DE LA
INFORMACIÓN



ANEXO 07

EVIDENCIAS DE EJECUCIÓN (DECLARACIÓN JURADA, BASE DE DATOS)

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

DECLARACIÓN JURADA

Yo, Rosa María Ortiz Navarro, identificado (a) con DNI, con domicilio real en (Calle, Av. Jr.) Miguel Grau 120, Distrito Sullana, Provincia Sullana, Departamento Piura

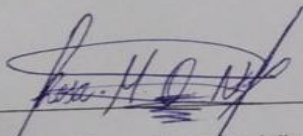
DECLARO BAJO JURAMENTO,


En mi condición de (estudiante/bachiller) _____ con código de estudiante 040212040 de la Escuela Profesional de Enfermería Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, semestre académico 2023-1:

1. Que los datos consignados en la tesis titulada Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción a favor del comportamiento de la Salud en Estudios de Vida y Apoyo Social en el Distrito de Duxiamante Piura 2023 corresponden a la ejecución de la recolección de datos, realizado por mi persona.

Doy fe que esta declaración corresponde a la verdad

Sullana, 3 de Julio de 2023.


Firma del estudiante/bachiller
DNI 73228041


Huella Digital

BASE DE DATOS

Excel interface showing a data table with the following columns:

ENCUESTADOS	¿Cual es su sexo?	¿Cual es su edad?	¿Cual es su grado de instrucción?	¿Cual es su religión?	¿Cual es su estado civil?	¿Cual es su ocupación?	¿Cual es su ingreso económico?	¿Cual es el sistema de seguro que tiene?
E1	2	1	3	1	1	5	2	2
E2	2	2	4	1	4	5	5	2
E3	1	2	3	2	4	1	4	2
E4	2	2	3	1	2	3	3	2
E5	2	2	4	1	2	5	5	2
E6	1	3	3	2	4	5	2	2
E7	2	2	3	1	2	3	3	2
E8	1	1	3	1	1	5	3	4
E9	2	1	3	1	1	3	2	2
E10	2	2	3	2	4	3	2	2
E11	1	2	4	1	1	5	5	2
E12	2	3	3	1	4	3	2	2
E13	2	1	3	2	4	3	3	2
E14	1	2	3	3	2	5	1	2
E15	1	2	4	1	2	5	5	2
E16	1	1	4	1	1	4	2	2
E17	2	1	3	1	4	3	3	2
E18	2	2	4	2	2	5	5	2
E19	1	3	3	1	1	5	1	4

Excel interface showing a data table with the following columns:

ENCUESTADOS	¿Se ha elaborado un plan de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?	¿Se ha designado un coordinador y/o establecido un grupo de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?	¿Participan las autoridades locales en el desarrollo de medidas de promoción para una alimentación saludables en su comunidad?	¿Ofrecen en su comunidad alimentos y bebidas saludables? (no refrescos azucarados, comida rápida, dulces o alcohol)	¿Se provee y promueve la elección de alimentos y bebidas saludables? (porciones menores, muestras gratis, etc.)	¿Se ofrece fruta fresca en su comunidad?	¿Se provee agua potable en su comunidad?	¿En los últimos 30 días con qué frecuencia se lavó las manos antes de comer?	¿En los últimos 30 días comió habitualmente frutas?	¿En los últimos 30 días comió habitualmente verduras?	¿Se lava las manos con agua y jabón aplicando la técnica adecuada?	¿Realiza el Baño corporal diariamente?	¿Realiza el lavado de los dientes mínimo 3 veces en el día?	¿Mantiene higiénica y en orden su ropa?	¿Lava antes de consumir?
E1	2	2	1	2	1	4	3	3	2	3	4	4	2	3	4
E2	2	1	2	2	2	3	3	4	2	3	3	4	2	4	4
E3	2	2	1	2	2	3	3	3	2	3	3	4	2	4	4
E4	2	2	2	2	1	4	3	4	2	3	4	4	2	4	4
E5	2	2	2	2	2	3	3	4	2	3	3	4	2	4	4
E6	2	2	1	2	1	4	3	3	2	3	4	4	2	3	4
E7	2	1	2	2	1	3	3	4	2	3	3	4	2	4	4
E8	2	1	2	2	2	4	3	3	2	3	4	4	2	3	4
E9	2	2	1	2	1	3	3	3	2	3	3	4	2	4	4
E10	2	2	1	2	2	4	3	4	2	3	4	4	2	4	4
E11	2	2	1	2	1	3	3	3	2	3	3	4	2	3	4
E12	2	1	1	2	2	4	3	4	2	3	4	4	2	4	4
E13	2	1	1	2	2	3	3	4	2	3	3	4	2	3	4
E14	2	1	2	2	2	4	3	3	2	3	4	4	2	4	4
E15	2	1	2	2	2	3	3	4	2	3	3	4	2	4	4
E16	2	2	2	2	2	4	3	3	2	3	4	4	2	3	4
E17	2	1	2	2	1	3	3	4	2	3	3	4	2	3	4
E18	2	1	2	2	1	4	3	3	2	3	4	4	2	4	4

ENCUESTADOS	¿Cuanta con ALGUIEN?	Que le ayude cuando tenga que estar en la cama	Con quien pueda contar cuando necesite hablar	Que le aconseje cuando tenga problemas	Que le lleve al médico cuando lo necesite	Que le muestre amor y afecto	Con quien pasar un buen rato	Que le informe y ayude a entender la situación	En quien confiar o con quien hablar de sí mismo y sus preocupaciones	Que le abraze	Con quien pueda relajarse	Que le prepare la comida si no puede hacerlo	Cuyo consejo realmente desee	Con quien hacer cosas que le sirvan para olvidar sus problemas	Que le ayude a tareas domésticas que estén enfer
E1	5	1	5	3	4	5	4	3	3	5	4	3	4	3	5
E2	5	3	4	3	4	5	4	3	5	5	3	4	4	4	3
E3	5	1	5	3	4	5	4	4	5	4	3	4	4	3	3
E4	5	3	4	3	4	5	4	3	3	5	4	4	4	3	5
E5	5	1	4	3	4	5	4	3	5	4	3	4	4	3	3
E6	5	1	5	3	4	5	4	4	3	4	4	3	4	3	5
E7	5	3	4	3	4	5	4	4	5	5	3	4	4	3	3
E8	5	1	5	3	4	5	4	3	3	4	4	3	4	3	5
E9	5	3	5	3	4	5	4	4	5	5	3	4	4	3	3
E10	5	3	4	3	4	5	4	3	3	4	4	4	4	3	5
E11	5	1	5	3	4	5	4	4	5	5	3	3	4	3	3
E12	5	3	4	3	4	5	4	3	3	4	4	4	4	3	5
E13	5	1	4	3	4	5	4	3	5	5	3	3	4	3	3
E14	5	3	5	3	4	5	4	3	3	4	4	4	4	3	5
E15	5	1	4	3	4	5	4	4	3	5	3	4	4	3	3
E16	5	3	5	3	4	5	4	3	5	4	4	3	4	3	5
E17	5	1	4	3	4	5	4	4	3	5	3	3	4	3	3
E18	5	3	5	3	4	5	4	3	5	4	4	4	4	3	5
E19	5	1	4	3	4	5	4	3	3	5	4	3	4	3	5
E20	5	3	5	3	4	5	4	3	3	4	4	4	4	3	5

ENCUESTADOS	Escojo una dieta baja en grasa, grasas saturadas y en colesterol.	Informo a un doctor (a) a otros profesionales de la salud cualquier señal inusual o sintoma extraño.	Sigo un programa de ejercicios planificados	Siento que estoy creciendo y cambiando en una forma positiva.	Elogio fácilmente a otras personas por sus éxitos.	Limito el uso de azúcares y alimentos que contienen azúcar (dulces)	Leo o veo programas de televisión acerca del mejoramiento de la salud.	Hago ejercicios vigorosos por 20 o más minutos, por lo menos tres veces a la semana (tales como caminar rápidamente, andar en bicicleta, baile aeróbico, usar la maquina escaladora)	Tomo algún tiempo para relajarme todos los días	Creo que mi vida tiene un propósito	Mantengo relaciones significativas y enriquecedoras	Hago preguntas a los profesionales de la salud para poder entender sus instrucciones.	Acepto a que cosas de mi vida que yo no puedo cambiar
E1	4	2	1	4	2	2	2	2	2	4	2	3	3
E2	3	3	2	4	3	3	4	2	3	4	3	4	3
E3	4	2	2	4	3	2	4	2	2	4	2	3	3
E4	3	2	1	4	3	3	2	2	3	4	3	3	3
E5	4	2	2	4	2	2	4	2	2	4	2	4	3
E6	3	2	1	4	3	3	2	2	3	4	3	3	3
E7	4	2	1	4	2	2	4	2	2	4	2	3	3
E8	4	3	2	4	3	3	2	2	3	4	3	3	3
E9	4	2	1	4	2	2	4	2	2	4	2	3	3
E10	4	2	2	4	3	3	2	2	3	4	3	3	3
E11	4	2	1	4	2	2	4	2	2	4	2	4	3
E12	4	2	2	4	3	3	4	2	3	4	3	3	3
E13	4	2	2	4	2	3	2	2	3	4	2	3	3
E14	3	2	2	4	3	2	2	2	2	4	3	3	3
E15	4	3	2	4	2	3	2	2	3	4	2	4	3
E16	3	2	2	4	3	2	4	2	2	4	3	4	3
E17	3	2	1	4	2	2	4	2	2	4	3	3	3
E18	3	2	1	4	3	2	4	2	2	3	4	3	3
E19	3	3	1	4	2	2	2	2	2	3	3	3	3