



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE
CHIMBOTE**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

**ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES
DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR
DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO
CHIMBOTE, 2023**

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

AUTORA

CARRION GARCIA, LINDA SHARON

ORCID: 0000-0002-8343-1054

ASESORA

REYNA MARQUEZ, ELENA ESTHER

ORCID: 0000-0002-4722-1025

CHIMBOTE – PERÚ

2024



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

ACTA N° 0012-092-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **16:20** horas del día **25** de **Enero** del **2024** 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:

VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA Presidente
ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO Miembro
JAVES AGUILAR MARIA DEL PILAR Miembro
Mgtr. REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023**

Presentada Por :
(0112172218) **CARRION GARCIA LINDA SHARON**

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:

VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA
Presidente

ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO
Miembro

JAVES AGUILAR MARIA DEL PILAR
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: ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023 Del (de la) estudiante CARRION GARCIA LINDA SHARON, asesorado por REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 15% 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, 15 de Febrero del 2024



Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

DEDICATORIA

El presente trabajo de investigación está dedicado a mis padres, Mirtha Garcia Ávila y Carlos José Carrión Benites; por inspirarme a seguir con mis metas y apoyarme incondicionalmente. Soy lo que soy debido a sus sacrificios y agradezco todo el amor que siempre han sabido brindarme.

A mis pequeños(as) en el cielo, por guiarme y ser mi soporte emocional. Nos separó la muerte, pero el amor siempre nos mantendrá unidos.

A mi abuelo materno Edilbrando Contreras Garcia; por cuidar de mí, consentirme, ser mi confidente y ayudar a convertirme en la persona que soy ahora, gracias.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a mi asesora Lic. Reyna Márquez, Elena Esther, por la ayuda constante durante el proceso de culminación de mi trabajo de investigación.

A mis padres, quienes pasan por dificultades por mí, prometo en el futuro trabajar más duro. Gracias por su esfuerzo, dedicación, sobre todo su fe en mí y espero celebrar mis logros con ustedes en los que se incluye este.

A mis mascotas que se encuentran aún conmigo: Choco, Cokita, Mascha, Leo, Yonny, Jimmy, Pitchi, Fede y mi Canelita en el cielo 22.11.23.

ÍNDICE GENERAL

	Pág.
CARÁTULA	I
ACTA DE SUSTENTACIÓN	II
CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD	III
DEDICATORIA	IV
AGRADECIMIENTO	V
ÍNDICE GENERAL	VI
LISTA DE TABLAS	VIII
LISTA DE FIGURAS	IX
RESUMEN	X
ABSTRACT	XI
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
II. MARCO TEÓRICO	6
2.1 Antecedentes	6
2.2 Bases teóricas	9
2.3 Hipótesis	14
III. METODOLOGÍA	15
3.1 Nivel, tipo y diseño de investigación	15
3.2 Población y muestra	15
3.3 Variables. Definición y operacionalización	16
3.4 Técnica e instrumentos de recolección de información	18
3.5 Método de análisis de datos	20
3.6 Aspectos éticos	21
IV. RESULTADOS	23
DISCUSIÓN	32
V. CONCLUSIONES	53

VI. RECOMENDACIONES.....	54
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	55
ANEXOS.....	66
Anexo 01 Matriz de consistencia.....	66
Anexo 02 Instrumento de recolección de información.....	67
Anexo 03 Validez del instrumento.....	71
Anexo 04 Confiabilidad del instrumento.....	72
Anexo 05 Formato de Consentimiento informado.....	73
Anexo 06 Documento de aprobación para la recolección de la información.....	74
Anexo 07 Evidencias de ejecución (Declaración jurada, base de datos).....	75

LISTA DE TABLAS

Pág.

TABLA 1: ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023.....	23
TABLA 2: FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023.....	24
TABLA 3: RELACIÓN ENTRE FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023.....	29
TABLA 4: RELACIÓN ENTRE FACTORES CULTURALES Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023.....	29
TABLA 5: RELACIÓN ENTRE FACTORES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023.....	30

LISTA DE FIGURAS

	Pág.
FIGURA 1: ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023.....	23
FIGURA 2: SEXO DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023.....	25
FIGURA 3: GRADO DE INSTRUCCIÓN DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023.....	26
FIGURA 4: RELIGIÓN DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023.....	26
FIGURA 5: ESTADO CIVIL DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023.....	27
FIGURA 6: OCUPACIÓN DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023.....	27
FIGURA 7: INGRESO ECONÓMICO DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023.....	28

RESUMEN

El presente trabajo de investigación titulado: Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, 2023. La metodología fue cuantitativa, descriptiva, corte transversal y diseño correlacional. Tuvo como objetivo general: Determinar la relación de los estilos de vida y factores biosocioculturales. La muestra estuvo conformada por 120 adultos mayores; para la recolección se empleó la entrevista y observación. La información de los datos fue procesada en la base de datos de Microsoft Excel y se exportó al software SPSS versión 25.0 y para establecer las variables se utilizó la prueba estadística CHI cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de $p < 0,05$. Llegando a obtener los siguientes resultados y conclusiones: la mayoría de los adultos mayores 65,83% (79) tienen un estilo de vida no saludable y menos de la mitad 34,17% (41) tienen estilos de vida saludables. Respecto a los factores biosocioculturales: la mayoría 63,33% (76) son de sexo masculino, el 65,83% (79) tienen grado de instrucción primaria, del 67,50% (81) su ocupación es otros; más de la mitad 55,00% (66) son de religión católica; menos de la mitad 40,83% (49) su estado civil es casado y del 47,50% (57) su ingreso económico es de 650 a 850 nuevos soles. Para establecer relación entre las variables, se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables, sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico.

Palabra clave: Adulto mayor, estilo de vida y factores biosocioculturales.

ABSTRACT

The present research work entitled: Lifestyle and biosociocultural factors of the elderly in the Popular Urbanization of Social Interest Villa San Luis II Stage_ Nuevo Chimbote, 2023. The methodology was quantitative, descriptive, cross-sectional and correlational design. Its general objective was: Determine the relationship between lifestyles and biosociocultural factors. The sample was made up of 120 older adults; Interview and observation were used for collection. The data information was processed in the Microsoft Excel database and exported to SPSS software version 25.0 and to establish the variables the CHI square statistical test was used with 95% reliability and significance of $p < 0,05$. Obtaining the following results and conclusions: the majority of older adults 65.83% (79) have an unhealthy lifestyle and less than half 34.17% (41) have healthy lifestyles. Regarding the biosociocultural factors: the majority 63.33% (76) are male, 65.83% (79) have a degree of primary education, 67.50% (81) have other occupations; more than half 55.00% (66) are of the Catholic religion; less than half 40.83% (49) have a marital status of married and 47.50% (57) have an income of 650 to 850 soles. To establish a relationship between the variables, it was found that there is no statistically significant relationship between the variables, sex, level of education, religion, marital status, occupation and economic income.

Keyword: Older adults, lifestyle and biosociocultural factors.

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Según la Organización de las Naciones Unidas (ONU) (1) la cifra de adultos mayores de 65 años se duplicará para mediados de siglo, por lo que debe ser fundamental priorizar los esfuerzos por lograr un futuro sostenible enfocándose en los derechos y bienestar, respecto a sus pensiones, sistemas de protección social y una correcta atención sanitaria, dándoles una oportunidad de envejecer con buena salud. En el año 2021, 761 millones de personas alrededor del mundo tenían 65 años a más, cifra que va en aumento de 1600 millones para el año 2050, este cambio trae desafíos y oportunidades a medida que los países intentan alcanzar objetivos de desarrollo sostenible; las desigualdades influidas por factores como los ingresos, la educación, el sexo, la etnia y vivienda existen evitando que las personas mayores gocen de excelente salud y vivan con dolencias en medio de la pobreza, estos tienden a trabajar mucho más tiempo y dependen más de sus activos acumulados que de ayuda familiar.

La Organización mundial de la Salud (OMS) (2) menciona que, alrededor del mundo unos 3600 millones de personas no cuentan con servicios básicos de salud, es decir, la mitad de la población adulta mayor del mundo hasta ahora no disfrutan de una cobertura completa de servicios básicos de salud. Los sistemas de atención sanitaria deberían de ser adecuados a la población, en el contexto y el propósito para lo que fueron principalmente diseñados, concluyendo que el reforzamiento del sistema de salud implicaría un buen fortalecimiento de: la gobernanza y la inversión en la salud, el respeto por el género, derechos humanos y la equidad; la calidad y seguridad de la persona, esto para lograr un envejecimiento saludable; los medicamentos y abastecimientos médicos; para la preparación, respuesta y recuperación ante diversas emergencias; y por último, la atención frente a problemas y enfermedades crónicas transmisibles y no transmisibles que comúnmente generan discapacidades.

Además la OMS (3) menciona que un problema común que va en aumento especialmente en la población adulta mayor es el sedentarismo; lo que los pone en riesgo de padecer enfermedades como: diabetes, obesidad, enfermedades cardíacas, hipertensión, o la demencia afectando su calidad de vida. Actualmente las enfermedades crónicas no transmisibles también se convirtieron en un difícil problema de salud dentro de este grupo etario, considerándose la principal causa de mortalidad y discapacidad en los adultos mayores. De los 56 millones de fallecimientos ocurridos, 38 millones fueron debido a enfermedades cardiovasculares, diabetes, cáncer y enfermedades respiratorias crónicas;

desafortunadamente, entre la población es cada vez más frecuente no llevar un adecuado estilo de vida y un control periódico de su salud.

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) (4) dio a conocer que los siete principales padecimientos que perjudican al adulto mayor son las enfermedades crónicas con alta prevalencia en hipertensión arterial, problemas articulares, sobrepeso, osteoporosis y trastornos cardiovasculares; todas están asociadas a malas prácticas de alimentación, falta de ejercicio, y abandono de la familia.

En España, según información obtenida de un estudio científico llamado ANIBES, dio a conocer que el 60% de adultos entre 18-64 años presentaron sobrepeso u obesidad, lo que resultó ser preocupante; siendo una de sus principales causas, los estilos de vida inadecuados. Los datos obtenidos en este estudio científico advirtieron sobre el nivel de importancia que conlleva tener buenos hábitos de vida dejando de lado los negativos (5).

Según la ONU (6), en nuestro país la esperanza de vida dentro de los años 2015-2020 fue de 75,3 años, y se calcula que entre el 2045-2050 será hasta los 82,1 años, para después aumentar en los años 2095-2100 a 88,1 años.

Por otro lado, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) (7) mencionó que en el Perú existen 4'000,598,000 personas de 60 años a más, lo cual representa el 13,6 % dentro de la población general del país; según el género, nos dice que el 52,4 % de adultos mayores son mujeres y el 47,6 % son hombres. Y también señala que actualmente en el 38,3 % de los hogares del Perú tiene entre sus miembros al menos un adulto mayor de 60 años a más. Este aumento llama a la reflexión, puesto que, involucra un incremento en las demandas socio económicas, políticas y consecuentemente un cambio en la manera en que se da la atención de salud ya que se requerirá de ofrecer un servicio más complejo y la debida atención multidisciplinaria. Esta situación va a provocar un impacto en el área de la salud, donde concierne, darle un enfoque a la necesidad de desarrollar servicios básicos de salud para lograr una atención integral a cada adulto mayor manteniéndolos en el seno familiar para su beneficio longevo.

Seguidamente, algunos adultos mayores no cuentan con acceso a la educación, esto en el ámbito de trabajo tiene efectos negativos al tratar de acceder a un empleo decente que de ingresos apropiados no sólo para subsistir, sino para aportar a la seguridad social. En consecuencia, estas condiciones dificultan obtener una pensión de jubilación que garantice la seguridad económica de la población durante su vejez. Dado que su acceso a las pensiones

es limitado, es deber del estado promover la oportunidad de un empleo tanto productivo como formal, con la intención de mejorar sus ingresos y por ende, su calidad de vida (8).

La población adulta mayor tiene conductas que ha adquirido durante el transcurso de su ciclo vital; estas conductas forman parte de su estilo de vida, repercutiendo en su salud de manera positiva o como factores de riesgo y la mayoría de las veces está influenciada por los factores socioculturales y las características personales. Incluso hay otras enfermedades que influyen en su calidad de vida, estas se dan de manera frecuente en el adulto mayor como lo son: las fracturas de cadera por caídas o los ictus que aunque se presenta de manera aguda, a largo plazo causan incapacidad crónica, dependencia o necesidad de cuidados continuos (9).

Según los resultados de la Encuesta Nacional de Hogares (ENAH) (10) demuestran que el 80,0 % de la población adulta mayor a nivel nacional sufren de problemas de salud crónico como, la hipertensión, artritis, reumatismo, TBC, colesterol, asma, diabetes, entre otros Según su sexo de adultos mayores, el 85,1 % de mujeres y el 74,2% de hombres padecen de algún problema de salud crónico.

De igual modo, en una investigación ejecutada en el distrito de Lambayeque se observó que; el 11 % de adultos mayores resultaron tener un estilo de vida saludables, mientras el 33 % presentó obesidad, el 40,6 % presentó sobrepeso. Conjuntamente, el 22 % refirió haber recibido consejería nutricional y el 6 % no podía identificar que son las enfermedades no transmisibles. En el distrito de Villa María-Lima, el 46% de los adultos mayores no asumen estilos de vida saludable y la mayoría no realizan ninguna actividad física, tampoco tienen un horario para dormir y pocas veces participan en actividades recreativas en familia (11).

De igual manera, en Lima metropolitana el 42% sufren de sobrepeso y el 19% de obesidad; más del 60% presentan hábitos inadecuados de alimentación. Así mismo, en Chimbote el 75% de adultos mayores realizan actividad física y 90% realizan actividades adecuadas de recreación. Concluyendo que el estilo de vida puede ser diferente y depende de cada individuo, grupo o familia (12).

Respecto al distrito de Nuevo Chimbote, se evidencia que la mayoría mantiene un estilo de vida no saludable, de las cuales, más de la mitad son de sexo femenino 55,1 % y menos de la mitad 31,5 % tienen un ingreso económico mínimo, aquellos son los que no podían mantener un buen estilo de vida lo cual afecta de manera directa su salud, señalando la poca fomentación de educación sanitaria mediante campañas donde se puedan abordar temas que

principalmente se encuentran alterados como lo es, el estilo de vida, para que de esa manera se pueda prevenir e informar a la población acerca de los riesgos (13).

Ante esta problemática, no son ajenos los adultos mayores de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa, ubicada en el distrito de Nuevo Chimbote, en relación al material de sus viviendas son más las de material noble, también cuentan con los servicios básicos los cuales son: agua, luz y desagüe, 1 colegio, complejo deportivo, 1 iglesia, zona recreativa llamada el Parque San Valentín el cual es utilizado como medio de distracción durante las tardes y también cuenta con un mercado cercano y tiendas que facilitan las compras (14).

Pertenecen al Centro de Salud Yugoslavia de categoría I-4 pero mayormente cuando se trata de una emergencia tienden a concurrir al Hospital Regional Eleazar Guzmán Barrón, dicho sea de paso, la pandemia hizo que los adultos mayores cambien sus estilos de vida, muchos se volvieron sedentarios, se sentían irritables y estresados, dejaron de asistir a sus chequeos médicos, dejaron de comer alimentos nutritivos debido a la decadencia económica, etc. El secretario general de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa, refirió que esta zona cuenta actualmente con 2,200 pobladores y de adultos mayores 120 (14).

Frente a lo expuesto se consideró pertinente la realización de la presente investigación con el planteamiento del siguiente enunciado:

¿Existe relación entre el estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, 2023?

Este trabajo de investigación es de suma importancia para los estudiantes de enfermería, ya que servirá como base para la realización de otros estudios que se quieran realizar en un futuro, de esta forma, tendrán como guía la estructura que deben seguir. Así mismo, se podrá comparar los resultados y de esa manera detectar la problemática encontrada en ambos trabajos y planteando soluciones que se puedan realizar en cada población.

También es importante para la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, ya que va a ayudar a aumentar la línea de investigación de la Universidad, incentivando a que los estudiantes quieran indagar más, esto va a ayudar despertando en nosotros la faceta de investigadores. Respecto a la comunidad, va a permitir que estos conozcan información actualizada respecto al estilo de vida que llevan los adultos mayores, comprendiendo el nivel internacional, nacional y local, esto va a dar a conocer la realidad en la que viven hoy en día la población en estudio ayudando a generar una conciencia más crítica.

En relación con los profesionales de Enfermería, es de suma importancia estudios similares al actual para incentivar la realización de programas estratégicos que fomenten hábitos para tener un saludable estilo de vida, desde una perspectiva educativa, preventiva y demostrativa. De igual modo, servirá como base para que el profesional de salud, autoridad local y regional propongan estrategias e intervenciones de mejora en la población, con el propósito de reducir el riesgo que ocasiona el problema existente.

Es importante seguir con la línea de estudios de investigación actual, impulsando a que los profesionales de salud busquen alternativas dando solución a la problemática presentada respecto a la salud, por medio de recomendaciones que mejoren las carencias que existen en las personas adultas mayores. Por último, contribuirá a que el Ministerio de Salud en conjunto con los establecimientos de Salud, se centren en realizar estrategias preventivas dentro de la comunidad para que los adultos mayores tengan un buen estilo de vida beneficiando su salud disminuyendo el peligro de contraer enfermedades no transmisibles.

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

Determinar la relación de los estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, 2023

Para dar respuesta al objetivo general, se plantearon los siguientes objetivos específicos:

- Identificar el estilo de vida del adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, 2023
- Identificar los factores biosocioculturales del adulto mayor del adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, 2023

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedentes internacionales

Ordoñez M. (15) en su tesis titulada “Estilos de vida en pacientes hipertensos que asisten al Centro de salud Caranqui, Ecuador, 2021”, tuvo como objetivo general establecer los estilos de vida saludables en pacientes hipertensos. La metodología, fue de tipo descriptivo, observacional y transversal, tuvo una muestra de 69 pacientes, la técnica que se utilizó para la recolección de datos fue la encuesta. Concluye que, la mayoría son femeninos 78,0 %, del 97,0 % su etnia es mestiza, 69,5 % no sabe que tiene sobrepeso, un 55,0 % menciona que consume alimentos altos en grasas, el 46,0 % no realiza actividad física y el 43,5 % ingiere bebidas alcohólicas por lo cual la razón por la que presentan sobrepeso es por no llevar un estilo de vida inadecuada.

Matos M, et al. (16) en su tesis titulada “El Estilo de Vida como condicionante de la flexibilidad del adulto mayor, hecho en la Universidad Francisco de Vitoria Madrid España 2020”, tuvo como objetivo, comparar el nivel de flexibilidad entre las personas mayores institucionalizadas y físicamente inactivas con personas mayores físicamente activas. La metodología, fue comparativa de carácter observacional, no aleatoria, longitudinal y prospectivo. Concluye que, es fundamental aumentar la práctica de ejercicios físicos en el día a día de las personas mayores, así como impulsar a que mantengan un estilo de vida activo y saludable, independientemente de su entorno geográfico donde habitan y de su género.

Sánchez L, et al. (17) en su tesis titulada “Estilos de vida y su influencia en la diabetes mellitus tipo II, en adultos mayores del Centro de Salud Aguas Frías de Medellín Ventanas, Los Ríos, octubre 2018 – abril 2019”, tuvo como objetivo, determinar los estilos de vida que influyen en la diabetes tipo II. La metodología, fue de tipo cualitativo con corte transversal, tuvo una muestra de 44 adultos mayores diagnosticados con Diabetes mellitus. Concluye que, existe un bajo conocimiento acerca del estilo de vida y el autocuidado en personas con diabetes mellitus tipo II por parte del personal de salud y pacientes.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Olivas A. (18) en su tesis titulada “Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores que acuden al Centro de salud Chilca 2021”, tuvo como objetivo determinar la asociación entre estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores que acuden al Centro de Salud Chilca 2021. La metodología, fue no experimental, descriptiva y transversal, 200 adultos mayores conformaron la muestra. Concluye que, la mayoría de los adultos mayores presentan estilos de vida saludable, siendo conscientes de que su salud se encuentra en constante riesgo de padecer enfermedades crónicas; por otro lado, no cuentan con un ingreso económico adecuado para sobrevivir, por lo que se deduce que su salud estaría predispuesta a padecer enfermedades y a una muerte temprana.

Chinchay C. (19) en su tesis titulada “Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos del centro poblado de Trigopampa_Yungar_Carhuaz, 2022”, tuvo como objetivo determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en los adultos del centro poblado Trigopampa. La metodología, estuvo constituida por 120 adultos entre varones y mujeres. Los instrumentos que se usaron fueron dos, la escala de estilos de vida y el cuestionario de factores biosocioculturales. Concluye que, la mayoría tiene estilos de vida no saludables poniendo en riesgo su salud por no tomar. Respecto a los factores biosocioculturales: la mayoría tiene grado de instrucción primaria, evangélicos, de estado civil convivientes, con un ingreso de mayor a 1100 nuevos soles y son obreros.

Reyes M. (20) en su tesis titulada “Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto, en el Asentamiento Humano Los Polvorines_Villa Piura_Veintiséis de Octubre_Piura, 2022”, tuvo como objetivo determinar la relación entre el estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto en el Asentamiento Humano los Polvorines_Villa Piura_Veintiséis de Octubre_Piura, 2022. La metodología, es de tipo cuantitativo, nivel descriptivo, diseño correlacional, estuvo constituido por 208 adultos a quienes se les aplicó el cuestionario de los estilos de vida y factores biosocioculturales. Concluye que, la mayoría tiene un estilo de vida no saludable, por lo que se debe orientar sobre la importancia de tener un estilo de vida donde cuidar la alimentación es primordial.

2.1.3. Antecedentes locales o regionales

Mendoza C. (21) en su tesis titulada “Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor del Pueblo Joven 3 de Octubre Nuevo Chimbote, 2021”, tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre estilo de vida y los factores biosocioculturales. La metodología, fue de tipo cuantitativo, de corte transversal con diseño descriptivo- correlacional. Concluye que, la mayoría de los adultos mayores tienen un estilo de vida no saludable y menos de la mitad tiene un estilo de vida saludable. En relación con los factores biosocioculturales: la mitad de los adultos mayores son féminas, amas de casa, analfabetas, de estado civil convivientes, religión católica y con un ingreso menor de 400 nuevos soles.

Vera G. (22) en su tesis titulada “Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores de la urbanización Cáceres Aramayo, Nuevo Chimbote, 2020”, tuvo como objetivo determinar la relación entre estilo de vida y los factores biosocioculturales en adultos mayores. La metodología, fue de tipo cuantitativo, corte transversal y diseño descriptivo correlacional. Concluye que, más de la mitad lleva un estilo de vida no saludable y menos de la mitad tiene estilo de vida saludable. Con relación a los factores biosocioculturales: más de la mitad son de sexo masculino, con grado de instrucción primaria, menos de la mitad son de religión católica, estado civil casado y de ingreso económico entre 650 a 850 nuevos soles.

Manco D. (23) en su tesis titulada “Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto mayor del asentamiento humano 16 de Diciembre_Chimbote, 2021”, tuvo como objetivo determinar la relación entre el estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto mayor del Asentamiento Humano 16 de Diciembre_Chimbote, 2021. La metodología, es de tipo cuantitativo, correlacional-transversal y no experimental. Concluye que, la mayoría de los adultos mayores llevan un estilo de vida saludable y menos de la mitad tienen un estilo de vida no saludable. Respecto a los factores biosocioculturales: más de la mitad son de sexo masculino, estado civil casados, tienen primaria completa y menos de la mitad cuentan con un ingreso económico de 600 a 1000.

2.2. Bases teóricas

La presente investigación se sustenta en el modelo de promoción de la salud de Nola Pender y en los determinantes de la salud de Marc Lalonde.

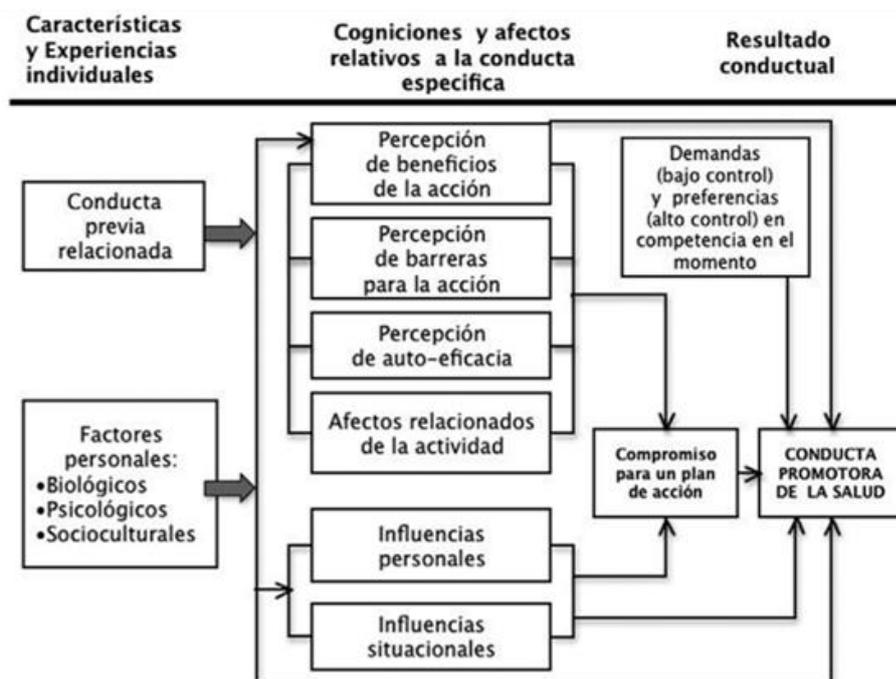
Refiriéndonos en primer lugar acerca del modelo de promoción de la salud de la autora Nola Pender, podemos mencionar que su modelo original se publicó en 1982 y posterior a esto se fueron creando otras ediciones, pero las bases que poseía en la enfermería, en crecimiento y desarrollo, en psicología y en educación; la llevaron a utilizar una perspectiva holística y psicosocial de la enfermería al aprendizaje de la teoría como bases para el modelo de la promoción de la salud. Entre algunas fuentes que le sirvieron de inspiración, tenemos la Teoría del Aprendizaje Social de Albert Bandura que nos lleva a entender la importancia de los procesos cognitivos en el cambio de la conducta (Bandura nos dice que un organismo es capaz de extraer enseñanzas a partir de la observación de lo que hace otro) en este modelo se incluyen los siguientes autoconceptos: la autoevaluación, la auto atribución y la autoeficacia.

También tuvo como inspiración el modelo de valoración de las Expectativas de la Motivación humana descritos por Feather; en donde afirma que la conducta es racional y económica (los seres humanos tendemos a realizar aquellas acciones que nos impliquen el menor esfuerzo posible) (24).

Entrando como tal en el modelo de promoción de la salud de Nola Pender; en su esquema se pueden observar tres columnas:

La primera columna se titula **Características y experiencias individuales**; trata directamente de la persona, identificando sus características para que de esa manera se pueda comprender su contexto. En el primer cuadro se encuentra la Conducta Previa Relacionada (la frecuencia de esta o similares en el pasado), también esas experiencias vividas relacionadas con esta acción ya sean positivas o negativas que van a estar aumentando la probabilidad de que el sujeto lleve a cabo una conducta saludable. En el segundo cuadro se encuentran los Factores personales como: los factores biológicos (incluyen datos como la edad, el sexo, el índice de masa corporal, si está pasando por la pubertad, menopausia y enfermedades que posea la persona), los factores psicológicos (se trata de observar al paciente, si está deprimido, cómo se auto percibe, cómo está su autoestima, su motivación) y factores socioculturales (incluyen datos como: la etnia, el estado socioeconómico, la cultura, la formación) (25).

MODELO DE PROMOCION DE LA SALUD DE PENDER



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

En la segunda columna titulada **Cogniciones y afectos específica de la conducta**; trata de datos en los que se puede influir. En el primer cuadro se encuentran los Beneficios percibidos de acción. En el segundo cuadro se encuentran las Barreras percibidas de la acción (bloqueos anticipados), las cuales son barreras que encontramos antes de realizar una acción ya sean imaginarias o reales y se empieza a ver este cambio de conducta como algo imposible. En el tercer cuadro se encuentra la Autoeficacia percibida (juicio de la capacidad personal para realizar una conducta promotora de la salud); esto habla acerca de cómo se percibe una persona al realizar una tarea, si cree que es buena o si cree que es mala.

En el cuarto cuadro se encuentra el Afecto relacionado con la actividad, se trata de los sentimientos (subjetivos) que tiene la persona sobre una actividad antes de realizarla, durante su realización y después de ella; este sentimiento va a incluir en la autoeficacia percibida. Así que si se realiza la actividad promotora de la salud y se logra que los sentimientos sean positivos se va a tener un mayor efecto positivo (25).

En el quinto cuadro se encuentran las Influencias interpersonales (familia, parejas, cuidadores, normas, apoyo, modelos) (los conocimientos acerca de las acciones, las creencias y las actitudes de los demás), incluye normas que son expectativas de las

personas más importantes, apoyo social y modelación. En el sexto y último cuadro se encuentran las Influencias situacionales; que son las percepciones y cogniciones personales de cualquier situación o contexto determinado que puedan facilitar o impedir la conducta, incluyen las percepciones de las opciones disponibles, características de la demanda y rasgos estéticos del entorno en el que se propone que se desarrollen ciertas conductas promotoras de la salud (25).

En la tercera columna titulada **Resultado conductual**; el cual nos habla del resultado que se quiere lograr realizando un compromiso con un plan de acción. Existen situaciones que pueden influir en el compromiso de acción las cuales son: Demandas y preferencias contrapuestas inmediatas, estas son aquellas conductas alternativas de las cuales los individuos tienen un bajo control porque existen contingentes del entorno como el trabajo o la responsabilidad del cuidado de la familia. Por otro lado; las preferencias contrapuestas, son conductas en las cuales el individuo tiene la decisión y puede controlarlas (25).

Además, su modelo presenta las siguientes dimensiones:

Alimentación saludable: Llevar una buena alimentación va a brindar al organismo los nutrientes necesarios para satisfacer sus necesidades, de tal manera, ayudará a prevenir enfermedades, conservar y garantizar un buen estado de salud.

Actividad y ejercicio: Esta dimensión nos habla de la práctica de diferentes actividades o deportes como lo son: el fútbol, basquetbol, vóley, atletismo, natación, manejo de bicicleta, entre otros. Si estas actividades se realizan de manera rutinaria tendrán como beneficio lograr un correcto estado de salud en la persona, ayudaría a preservar la salud y la prevención de diversas enfermedades.

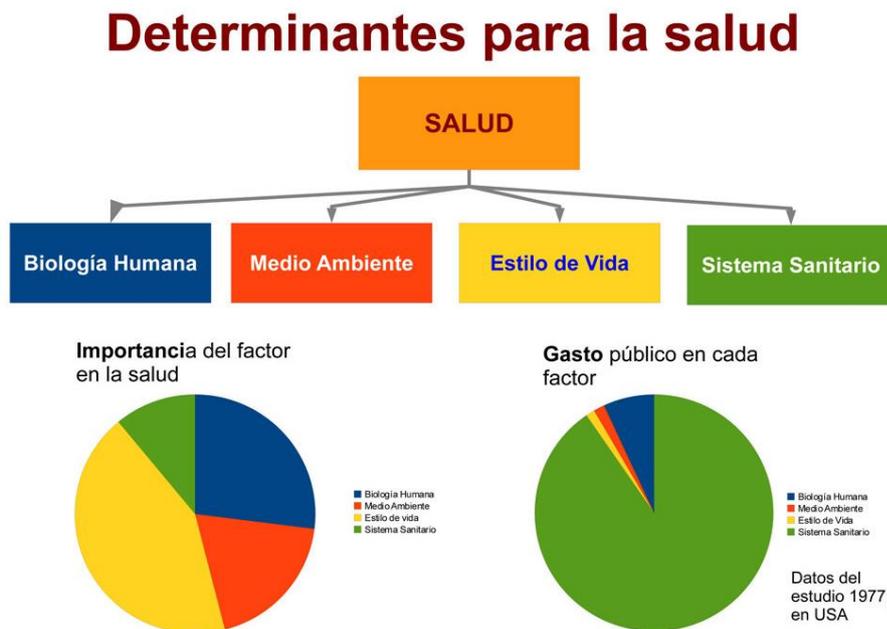
Responsabilidad en relación con la salud: Esta dimensión se basa en la disposición que un individuo toma respecto al cuidado de su salud, en otras palabras uno mismo opta por llevar un estilo de vida saludable o no saludable.

Autorrealización: En esta dimensión se habla del anhelo, expectativas o satisfacción por lograr una meta plasmada dentro de un tiempo determinado, tratando de desarrollar el máximo potencial humano.

Apoyo interpersonal: Se refiere a las relaciones que tiene un individuo con la sociedad, la integración o su pertenencia es primordial para expresar sus necesidades y emociones, para que de esa manera se pueda brindar ayuda si es que lo requiere.

Manejo del estrés: El correcto manejo del estrés es fundamental para lograr un estilo de vida saludable, con esto se logrará un equilibrio entre el cuerpo y mente generando en la persona una tranquilidad física y psicológica (26).

Entrando al segundo modelo denominado Determinantes de la salud de Marc Lalonde; podemos destacar que fue un ministro de salud de nacionalidad canadiense el cual creó el modelo de salud pública explicando los determinantes de la salud, estos determinantes se pueden modificar, porque se encuentran influenciados por factores sociales, por esa razón las acciones relacionadas a la salud pública deben dirigirse principalmente hacia esa modificación. Respecto al modelo canadiense sobre los determinantes de la salud de Marc Lalonde (1974), el consideró a la salud como el resultado de la interacción con diferentes factores que se relacionan con el individuo y logró un cambio radical en proporción a las políticas tradicionales, enfocándose en la promoción de la salud para el desarrollo de un plan detallado enfatizando en la prevención (27).



Fuente: Modelo de determinantes de la salud según Lalonde, 1974

Su teoría nos habla de cuatro principales determinantes o factores condicionantes, los cuales son: la Biología humana (factores genéticos, hereditarios, constitución, carga genética y envejecimiento celular) con un 27%, nos indica la probabilidad que existe de prevenir ciertas enfermedades que pudieron ser heredadas por algún miembro de la familia; el Medio ambiente (acceso al agua potable, contaminación física, la gestión de

residuos sólidos y la creación de espacios públicos saludables) con un 19%, indica como este condicionante influye en el estado de salud de un individuo, principalmente por el medio ambiente, pero también, por lo social, los cambios en el clima, factores biológicos y la contaminación al ambiente.

Adicionalmente los Estilos de vida (decisiones que el individuo toma voluntariamente respecto a su salud como la alimentación saludable, realización de actividad física, etcétera) con un 43%, nos habla de la forma en la que una persona conduce su estilo de vida va ser un condicionante primordial para llevar un estado de salud saludable y por último el Sistema de atención sanitaria (atención según cantidad, mala utilización de recursos, calidad, accesibilidad y gratuidad) con un 11%, este condicionante tiene influencia definitiva en la salud de un individuo y su comunidad (27).

2.2.1. Bases conceptuales

Estilo de vida

Se le conoce como un conjunto de actitudes o comportamientos cotidianos que realiza el individuo, algunas de las cuales pueden ser no saludables. También los estilos de vida están determinados por procesos sociales, conductas, tradiciones, hábitos y comportamientos de las personas y/o grupo que conlleva a la satisfacción de las necesidades humanas para alcanzar una buena calidad de vida (28).

Factores biosocioculturales

Son procesos o fenómenos relacionados con el aspecto social, biológico y cultural de un individuo, los factores son: Edad, sexo, grado de instrucción, estado civil, ocupación, religión, ingreso económico (29).

Factores Biológicos

- **Sexo:** Consiste no solo en nuestra apariencia biológica, incluyen aspectos como los genitales, características sexuales secundarias, la locación del vello corporal, la amplitud de las caderas, las líneas de cabello y la composición cromosómica (30).

Factores Culturales

- **Grado de instrucción:** Es el nivel de estudio realizado o en curso, entre los niveles se encuentran: analfabeto(a), primaria, secundaria y superior (31).

- **Religión:** Son los conjuntos de sistemas culturales, visiones y creencias del mundo, que conecta la espiritualidad y/o los valores morales con la humanidad (32).

Factores Sociales

- **Estado civil:** Se precisan como circunstancias personales que establecen la situación jurídica de un individuo y le otorgan tanto derechos como obligaciones. Se definen como: Soltero(a), conviviente, separado y viudo (33).
- **Ocupación:** Se refiere al tipo de trabajo que desarrolla una persona, con descripción del puesto de trabajo para el que se desempeña; por ejemplo: obrero(a), empleado(a), ama de casa, estudiante, entre otros (34).
- **Ingreso económico:** Se llama a la cantidad de dinero que forma parte de la economía de un individuo (35).

Adulto mayor

Etapa en la que los individuos son mayores de 60 a 74 años, estos son considerados personas de la tercera edad según la legislación nacional y los que sobrepasan los 90 años se les denomina longevos (36).

2.3. Hipótesis

H1: Existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, 2023.

H0: No existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, 2023.

III. METODOLOGÍA

3.1. Nivel, tipo y diseño de investigación

Tipo de investigación

Cuantitativo: El trabajo de investigación fue de tipo cuantitativo, con el objetivo de examinar los datos numéricamente medibles de manera científica ya que son magnitudes numéricas con la ayuda de las tablas estadísticas donde se encontró la cantidad de adultos mayores que tienen estilos de vida saludable y no saludable (37).

Descriptivo: Este método de recolección de información permitió describir el mundo tal cual es mediante el uso de criterios sistemáticos que establecen una estructura y/o el comportamiento de los fenómenos en el estudio, facilitando la información de manera sistemática y comparable (38).

Nivel de la investigación

Transversal: La investigación fue de nivel transversal, dado que se observó la población y de esa manera se recopiló la información en el transcurso de un corto tiempo (39).

Diseño de la investigación

Correlacional: Este método examinó los datos cuantitativos ayudando a establecer la relación entre dos o más variables (40).

3.2. Población y muestra

Población muestral

Estuvo constituida por 120 adultos mayores de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote.

Unidad de Análisis

Cada adulto mayor que reside en la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa formará parte de la muestra.

Criterios de Inclusión

- Adulto mayor que vive en la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa.
- Adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa que acepto participar en el estudio.
- Adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa que dispuso de tiempo para participar en el estudio.

Criterios de Exclusión

- Adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa que tuvo algún trastorno mental.
- Adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa que presento problemas para comunicarse.
- Adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa que no quiso participar.

3.3. Variables. Definición y operacionalización

VARIABLE N° 1

ESTILO DE VIDA

Definición Conceptual

El estilo de vida se refiere a los hábitos o manera de vivir que un individuo adopta sean estos saludables o no saludables, teniendo repercusión en su salud física, mental y cultural (41).

VARIABLE N° 2

FACTORES BIOSOCIOCULTURALES

Definición conceptual

Se determinan como factores que se pueden observar y modificar en el individuo. Definiendo la caracterización de los factores biosocioculturales en términos terminológicos, se entienden como los aspectos o factores sociales, biológicos y culturales en función a la etapa adulta (42).

FACTOR BIOLÓGICO

Sexo

Definición Conceptual

El sexo describe a la característica biológica (masculino o femenino), física y orgánica que diferencia a al ser humano (43).

FACTORES CULTURALES

Religión

Definición Conceptual

Se llama al conjunto de creencias religiosas o comportamientos que adopta un determinado grupo de personas y con las que el individuo siente una relación con la divinidad (44).

Grado de instrucción

Definición conceptual

El nivel de instrucción es el grado de educación que tiene una persona, indicando en qué etapa de estudio se iniciaron o si ya la completaron (45).

FACTORES SOCIALES

Estado Civil

Definición Conceptual

Se le entiende al contexto de convivencia según sus circunstancias y la legislación en la que se encuentra un individuo y se le otorga derechos y obligaciones (46).

Ocupación

Definición Conceptual

La ocupación, es el trabajo o actividad que produce bienes (remuneración o un beneficio) a cambio de prestar sus servicios (47).

Ingreso Económico

Definición Conceptual

El ingreso económico es la cantidad de dinero (rentas de arriendo, salario, ganancias obtenidas de un negocio y herencias) que se recibe y forma parte a la economía de un individuo o familia (48).

VARIABLE	DEFINICIÓN OPERATIVA	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	CATEGORÍAS O VALORACIÓN
Variable 1 Estilo de vida	Esta variable fue medida a través de la escala del estilo de vida al adulto mayor (previamente validado). Esto nos permitió conocer los estilos de vida de los adultos mayores en estudio.	Alimentación Actividad y ejercicio Manejo del estrés Apoyo interpersonal Autorrealización Responsabilidad en salud	Estilo de vida saludable: 75 - 100 puntos Estilo de vida no saludable: 25 - 74 puntos	Nominal	Nunca (N): 1 A veces (V): 2 Frecuentemente (F): 3 Siempre (S): 4
Variable 2 Factores biosocioculturales	Esta variable fue medida a través de un cuestionario al adulto mayor (previamente validado). Esto	Factores biológicos Factores culturales	Sexo Grado de instrucción	Nominal Ordinal	Masculino Femenino Analfabeto(a) Primaria Secundaria Superior

	nos permitió conocer los determinantes biosocioculturales de los adultos mayores en estudio.	Factores sociales	Religión	Nominal	Católico Evangélico Otros
			Estado civil	Nominal	Soltero(a) Casado Conviviente Separado Viudo
			Ocupación	Nominal	Obrero(a) Empleado(a) Ama de casa Estudiante Otros.
			Ingreso económico	De razón	Menos de 100 nuevos soles De 100 a 599 nuevos soles De 600 a 1,000 nuevos soles Mayor de 1000 nuevos soles

3.4. Técnica e instrumentos de recolección de información

Técnicas

En esta investigación se utilizó la técnica de la entrevista y observación para la aplicación del instrumento.

Instrumento

En el presente trabajo de investigación se utilizó 2 instrumentos para la recolección de la información que se detalla a continuación:

Instrumento N° 01

Escala del Estilo de vida

Instrumento elaborado en base al cuestionario de estilo de vida promotor de salud, elaborado por Walker, E, Sechrist, k y Pender, N, modificado por las investigadoras de línea de la escuela profesional de Enfermería ULADECH Delgado, R; Diaz, R; Reyna, E. Para fines de la presente investigación y poder medir el Estilo de vida a través de sus dimensiones como son alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud (Ver anexo N° 2).

Está constituido por 25 ítems distribuidos en seis dimensiones que son las siguientes: Alimentación saludable, actividad y ejercicio, manejo del estrés, responsabilidad en salud, apoyo interpersonal, y autorrealización. Alimentación: Ítems

1, 2, 3, 4, 5, 6 constituidas por interrogantes sobre la alimentación que consume el adulto.

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

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

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

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

Responsabilidad en Salud: 20, 21, 22, 23, 24,25 constituidas por interrogantes sobre actividades que realiza el adulto para favorecer su salud. Cada ítem tiene el siguiente criterio de calificación NUNCA: N = 1, A VECES: V = 2 FRECUENTEMENTE: F = 3 SIEMPRE: S = 4.

En el ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es N=4; V=3; F=2; S=1 Los puntajes obtenidos para la escala total resultan del promedio de las diversas respuestas a los 25 ítems, de la misma manera se procede en cada subescala.

Instrumento N° 02

Cuestionario sobre factores biosocioculturales del adulto

Elaborado por Delgado, R.; Díaz, R.; Reyna, E, modificado por; Reyna E, en Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación. (Ver anexo N°2)

Está constituido por 8 ítems distribuidos en 4 partes:

Datos de Identificación, donde se obtiene las iniciales o seudónimo de la persona entrevistada (1 ítems).

Factores Biológicos, donde se determina la edad y el sexo (2 ítems).

Factores Culturales, donde se determina la escolaridad y la religión (02 ítems)

Factores Sociales, donde se determina el estado civil, la ocupación y el ingreso económico (3 ítems).

Control de calidad de los datos:

Validez externa

Se aseguró la validez externa por juicio de expertos presentando el instrumento (escala de estilo de vida) a cuatro (4) expertos en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindaron mayor calidad y especificidad a los instrumentos.

Validez interna

Al realizar la validez interna se realizó ítem por ítem o ítem total a través de la prueba piloto a una muestra similar a la población en estudio. (Ver anexo N° 3)

Confiabilidad

Estuvo medida y garantizada mediante la prueba de Alpha de Crombach. (Ver anexo N° 4)

3.5. Método de análisis de datos

Procedimientos de la recolección de datos

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

- Se informó y se pidió el consentimiento de los adultos mayores de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa, haciendo hincapié que los datos recolectados y resultados obtenidos mediante su participación son estrictamente confidenciales.
- Se coordinó con los adultos mayores de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa, para su disponibilidad y el tiempo para la fecha de la aplicación de los dos instrumentos.
- Se aplicaron los instrumentos a cada adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa.
- Se realizó lectura del contenido o instrucciones de la escala y del cuestionario para llevar a cabo las respectivas entrevistas.
- Los instrumentos fueron aplicados en un tiempo de 20 minutos, las respuestas estuvieron marcadas de manera personal y directa.

Análisis y procesamiento de datos

Los datos fueron procesados en el paquete SPSS/Info/software versión 25.0, los resultados se presentaron en tablas simples y de doble entrada, con la elaboración de sus respectivos gráficos. Para establecer la relación entre variables de estudio se utilizó la prueba de independencia de criterios Chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de $p < 0.05$.

3.6. Aspectos éticos

El trabajo de investigación se basó en principios éticos que son considerados en el reglamento de integridad científica de acuerdo con el código de ética de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; de esta manera sirve para que el investigador científico siga las reglas y normas ya establecidas; de esa manera, al momento de elaborar un proyecto de investigación no presente un cargo legal por infringir los principios éticos (49).

Respeto y protección de los derechos de los intervinientes

En este trabajo de investigación se respetó el derecho del individuo en estudio, tratando de cuidar y proteger su dignidad como ser humano, a la vez que respetamos su privacidad y confiabilidad; es por eso que se le pidió de forma voluntaria su participación en el estudio; manteniendo el respeto a su integridad y brindándoles protección ante cualquier riesgo que pueda suscitarse durante el proceso del estudio (49).

Cuidado del medio ambiente

Se logro realizar el trabajo de investigación respetando el medio ambiente para evitar cualquier tipo de vulneración de este principio (49).

Libre participación por propia voluntad

Este trabajo de investigación buscó informar a las personas en estudio para que formen parte de la investigación y se informen acerca de su finalidad, de su propósito y de cualquier duda que tengan al respecto, se respetaron sus derechos como participantes voluntarios mediante la entrega del consentimiento informado (49). (Ver anexo N° 4)

Beneficencia, no maleficencia

A este principio se le conoce como la obligación de actuar en beneficio del prójimo, promoviendo los legítimos intereses de la persona y suprimiendo los perjuicios; es hacer y fomentar el bien, este principio a su vez está ligado al principio de la justicia. Así mismo, la no maleficencia es la abstención intencional a realizar acciones que pueden causar daño o perjudicar a la otra persona (49).

Integridad y honestidad

La presente investigación, se trabajó conforme las reglas deontológicas de la profesión de enfermería, prevaleciendo el respeto hacia las normas deontológicas y tratando de preservar la integridad del investigador durante el desarrollo (49).

Justicia

En este estudio, el principio de la justicia trató de brindar igualdad para todos, de no discriminar o excluir de manera general a las personas durante la investigación ya sea por razón de sexo, nivel de educación, estado civil, etnia, nivel social y económico, creencias, entre otras cosas (49).

IV. RESULTADOS

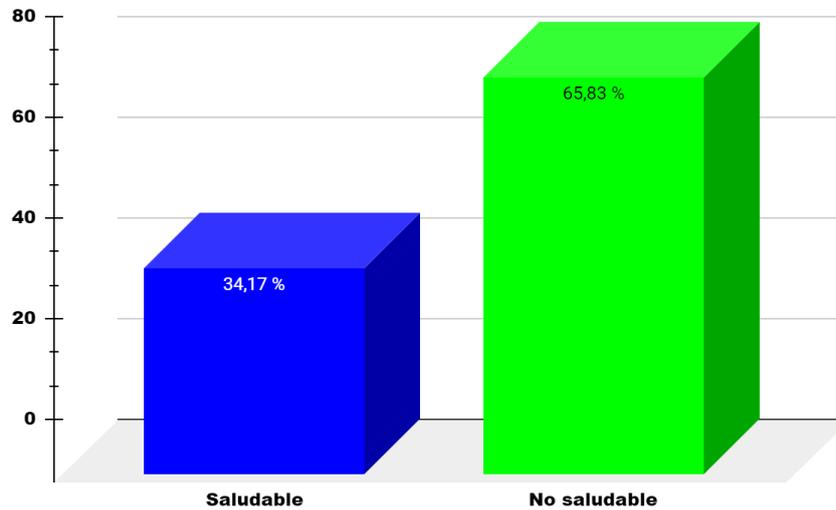
TABLA 1

ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023”

ESTILOS DE VIDA	N	%
Saludable	41	34,17
No saludable	79	65,83
Total	120	100,00

Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado al adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, 2023

FIGURA 1: ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023



Fuente: Escala de estilo de vida elaborada por Walker, Sechrist, Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R. Aplicado al adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, 2023

TABLA 2
FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO MAYOR DE LA
URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II
ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023

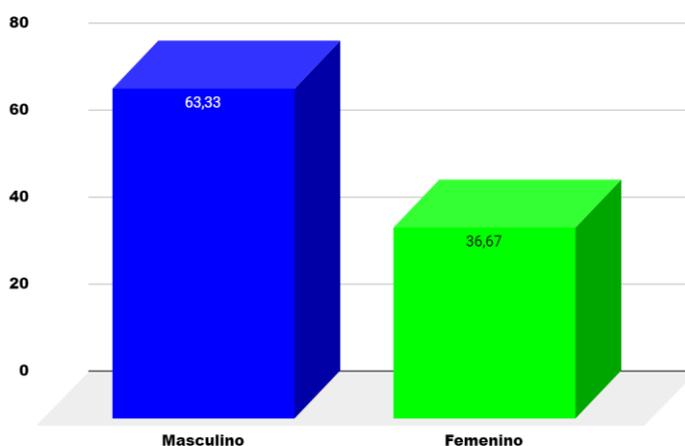
FACTOR BIOLÓGICO		
Sexo	N	%
Masculino	76	63,33
Femenino	44	36,67
Total	120	100,0
FACTORES CULTURALES		
Grado de Instrucción	N	%
Analfabeto (a)	8	6,67
Primaria	79	65,83
Secundaria	31	25,83
Superior	2	1,67
Total	120	100,0
Religión	N	%
Católica (a)	66	55,0
Evangélica	41	34,17
Otros	13	10,83
Total	120	100,0
FACTORES SOCIALES		
Estado Civil	N	%
Soltero	11	9,17
Casado	49	40,83
Viudo	30	25,0
Conviviente	18	15,0
Separado	12	10,0
Total	120	100,0
Ocupación	N	%

Obrero	8	6,67
Empleado	6	5,0
Ama de casa	25	20,83
Estudiante	0	0,0
Otros	81	67,5
Total	120	100,0

Ingreso Económico	N	%
Menos de 400 soles	22	18,33
De 400 a 650 soles	9	7,5
De 650 a 850 soles	57	47,5
De 850 a 1100 nuevos soles	12	10,0
Mayor de 1100 nuevos soles	20	16,67
Total	120	100,0

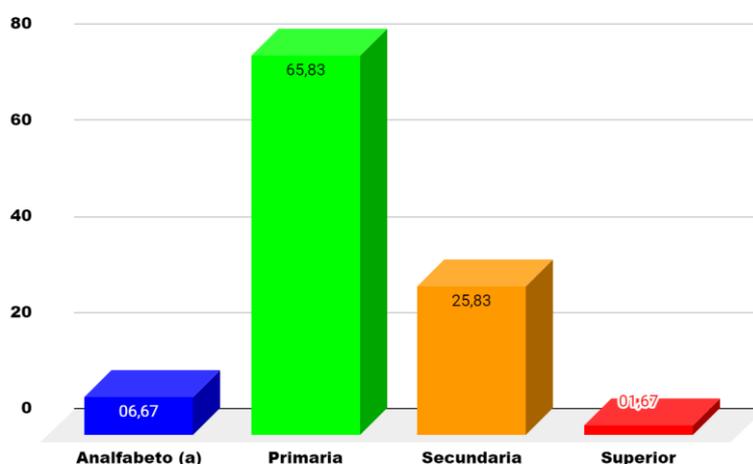
Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna E; Delgado R. Aplicado al adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, 2023

FIGURA 2: SEXO DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023



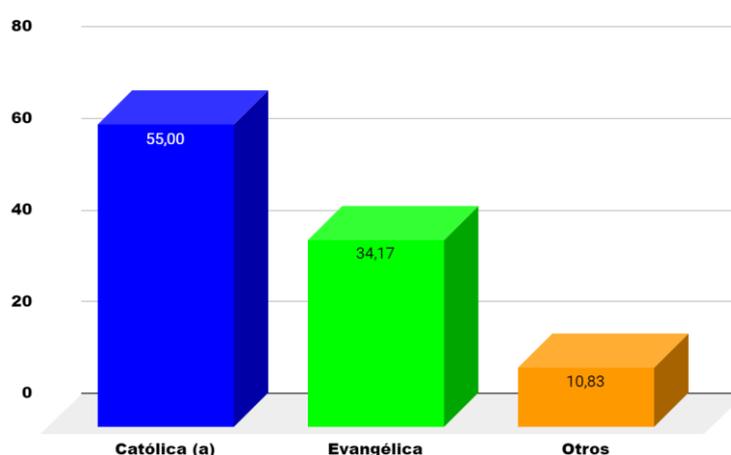
Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna E; Delgado R. Aplicado al adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, 2023

FIGURA 3: GRADO DE INSTRUCCIÓN DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023



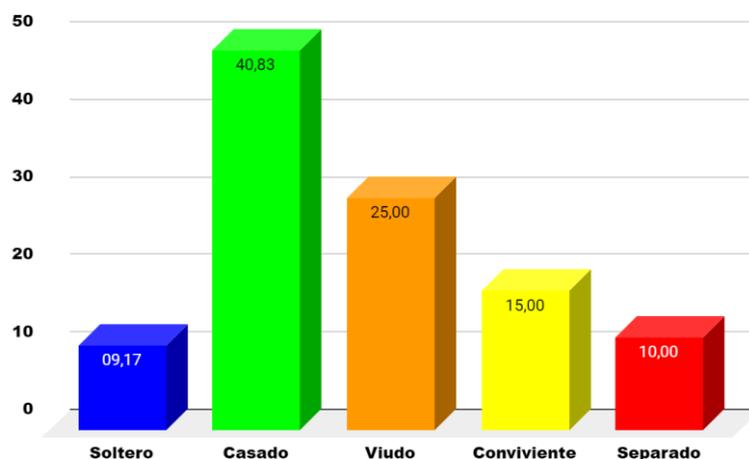
Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna E; Delgado R. Aplicado al adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, 2023

FIGURA 4: RELIGIÓN DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023



Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna E; Delgado R. Aplicado al adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, 2023

FIGURA 5: ESTADO CIVIL DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023



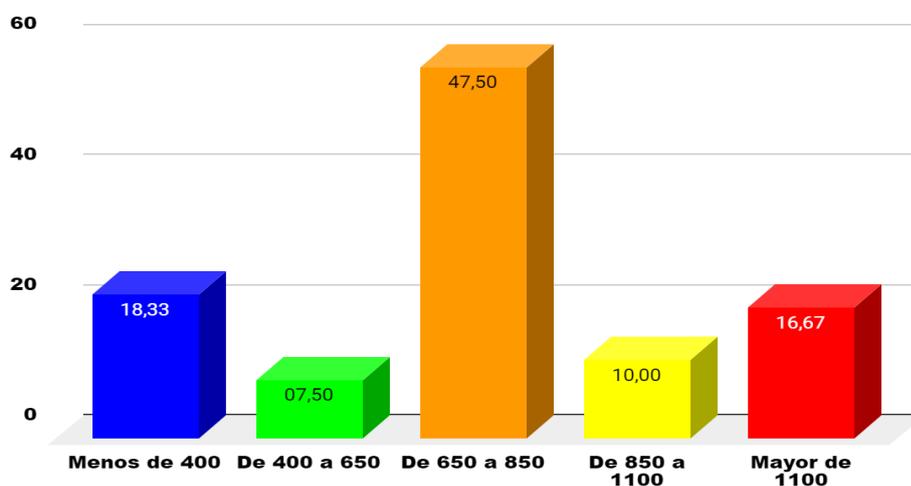
Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna E; Delgado R. Aplicado al adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, 2023

FIGURA 6: OCUPACIÓN DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023



Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna E; Delgado R. Aplicado al adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, 2023

FIGURA 7: INGRESO ECONÓMICO DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023



Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales elaborado por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna E; Delgado R. Aplicado al adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, 2023

TABLA 3

RELACIÓN ENTRE FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023

Sexo	Estilo de vida				Total		$\chi^2_c = 0,02$; 1gl p = 0,968 > 0,05
	Saludable		No saludable				
	N	%	N	%	N	%	
Masculino	25	20,8	51	42,3	76	63,3	No existe relación estadísticamente significativa entre las variables.
Femenino	16	13,3	28	23,3	44	36,7	
Total	41	34,2	79	65,8	120	100,0	

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna E; Delgado R. Aplicado al adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote,

TABLA 4

RELACIÓN ENTRE FACTORES CULTURALES Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2

Grado de Instrucción	Estilo de Vida				Total		$\chi^2_c = 0,01$; 1gl p = 0,766 > 0,05
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Analfabeto	2	1,7	6	5,0	8	6,7	No existe relación estadísticamente significativa entre las variables
Primaria	23	19,2	56	46,7	79	65,8	
Secundaria	14	11,6	17	14,2	31	25,8	
Superior	2	1,7	0	0	2	1,7	
Total	41	34,2	79	65,8	120	100,0	

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna E; Delgado R. Aplicado al adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote,

Religión	Estilo de Vida				Total		$\chi^2 = 1.213$; 2gl p 0,395 >0.05
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Católico	23	19,2	43	35,8	66	55,0	No existe relación estadísticamente significativa entre las variables
Evangelista	15	12,5	26	21,7	41	34,2	
Otras	3	2,5	10	8,3	13	10,8	
Total	41	34,2	79	65,8	120	100,0	

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna E; Delgado R. Aplicado al adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote,

TABLA 5

RELACIÓN ENTRE FACTORES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023

Estado civil	Estilo de Vida				Total		$\chi^2 = 2.181$; 4gl y p = 0,145 >0.05
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Soltero (a)	4	3,3	8	6,7	12	10	No existe relación estadísticamente significativa entre las variables.
Casado (a)	14	11,7	33	27,5	47	39,2	
Viudo (a)	8	6,7	23	19,2	31	25,8	
Conviviente	10	8,3	8	6,7	18	15	
Separado	5	4,2	7	5,8	12	10	
Total	41	34,2	79	65,8	120	100,0	
Ocupación	Estilo de Vida				Total		$\chi^2 = 1.132$; 3gl y p = 0,245 >0.05
	Saludable		No saludable				

	n	%	n	%	n	%	No existe relación estadísticamente significativa entre las variables.
Obrero	4	3,3	7	5,8	11	9,2	
Empleado	8	6,7	4	3,3	12	10	
Ama de casa	14	11,7	18	15,0	32	26,7	
Otros	15	12,5	50	41,7	65	54,1	
Total	41	34,2	79	65,8	120	100,0	
Ingreso económico	Estilo de Vida				Total		$\chi^2=5,230$; 3gl y $p=0,213>0.05$
	Saludable		No saludable				
	n	%	n	%	n	%	
Menor de 400 nuevos soles	6	5,0	16	13,3	22	18,3	No existe relación estadísticamente significativa entre las variables.
De 400 a 650 nuevos soles	2	1,7	7	5,8	9	7,5	
De 650 a 850 nuevos soles	18	15,0	39	32,5	57	47,5	
De 850 a 1100 nuevos soles	6	5,0	6	5,0	12	10,0	
Mayor de 1100 nuevos soles	9	7,5	11	9,2	20	16,7	
Total	41	34,2	79	65,8	120	100,0	

Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Diaz, R; Reyna E; Delgado R. Aplicado al adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote

DISCUSIÓN

TABLA 1:

En cuanto a los resultados de estilo de vida del adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote. Del 100 % (120) de adultos mayores encuestados; el 34,17 % (41) tienen estilos de vida saludables y un 65,83 % (79) tienen un estilo de vida no saludable.

Según lo expuesto en la investigación del adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote; se observa que, la mayoría de los adultos mayores tienen estilos de vida no saludables y menos de la mitad tienen estilos de vida saludables.

Según Nola Pender, los estilos de vida están básicamente relacionados con los conjuntos de patrones en la conducta o hábitos estrechamente relacionados con la salud, se refiere a todo aquello que va a proveer bienestar y desarrollo de la persona. Los comportamientos o conductas habituales que toman las personas frente a diversas circunstancias que se presentan cotidianamente son transmitidas por su núcleo familiar. El estilo de vida se va a ver reflejado en diferentes dimensiones como: Responsabilidad con la salud, actividad física, nutrición, relaciones interpersonales, autoactualización, y manejo del estrés, dependiendo de la persona estas pueden ser consideradas como comportamientos saludables o no saludables para la salud (50).

Los resultados son similares a la investigación de Chinchay R (51) titulada “Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto - centro poblado de Jahua – Jangas - Huaraz - Ancash, 2021”. Donde del 100 % (110); el 13.63 % (15) tienen un estilo de vida saludable y el 86.36 % (95) presentan un estilo de vida no saludable.

Otra investigación donde los resultados se asemejan es la realizada por Sandoval E (52) titulada “Estilo de vida y estado nutricional del adulto mayor en Fanupe Barrio Nuevo – Morrope 2017”. Donde de un total de 124 adultos encuestados, solo el 49,51% presentaron un estilo de vida saludable y el que 57.49% adultos llevan un estilo de vida no saludable.

Estos resultados difieren con la investigación de Ventura A, Zevallos A (53) titulada “Estilos de vida: alimentación, actividad física, descanso y sueño de los adultos mayores atendidos en establecimientos del primer nivel, Lambayeque, 2017”. Donde del 100 % (100); el 82% tienen estilos de vida saludables y el 18 % tienen estilos de vida no saludables.

Por otro lado, la práctica de hábitos alimenticios que no son saludables o estilos de vida inactivos aparte de que van en contra de la salud, en el futuro va a favorecer a la aparición de diversas enfermedades crónicas las cuales causan una mayor morbilidad y mortalidad; por eso cabe recalcar que un comportamiento saludable se debe formar desde el primer año de vida de un individuo y debe mantenerse a lo largo de su ciclo vital. Es importante que las personas se preparen para la vejez y no lleguen a este ciclo con incapacidades o padecimientos que tengan que ver con la ausencia de actividad física, como lo son las cardiovasculares, osteoarticulares, metabólicas y musculares (54).

La alimentación tiene una parte fundamental en la vida, conecta de forma directa con la socialización y el entorno en el que se desenvuelve un individuo, es un proceso en el cual se obtienen los nutrientes necesarios para conservar un buen estado, conservación y manejo del cuerpo. El ser humano va a necesitar de este proceso para realizar sus actividades de manera habitual; los nutrientes que necesita nuestro organismo se encuentran dentro de los alimentos, que al ser ingeridas el cuerpo las va a descomponer para luego utilizarlas como energía y de esa forma las células podrán realizar sus funciones sin ningún problema (55).

Respecto a la dimensión de alimentación en los adultos mayores del presente estudio, se encontró que la mayoría presentaban un estilo de vida no saludable y menos de la mitad tienen estilos de vida saludables. La mayoría menciona que consumen de preferencia alimentos que contienen harinas y comidas chatarra, no consumen mucho las frutas y verduras por su alto costo; además no suelen desayunar en casa porque prefieren ahorrar tiempo comprando en el mercado cercano a su trabajo ya que es más económico y así llegan más temprano.

Entonces el problema primordialmente yace en la falta de conocimiento por parte de la población, que cree que está bien incluir en su dieta alimentos que contienen carbohidratos y no consumen suficientes vegetales, esto va a conllevar un riesgo dado que mantener una adecuada alimentación en esta etapa va a permitir identificar y controlar las enfermedades crónicas no transmisibles, constituyendo entonces un punto importante para el control de estas. También otro punto importante para poder llevar a cabo una nutrición saludable es el tener una buena condición económica ya sea para adquirir, acceder y disponer de alimentos necesarios; dado que, al no tener una buena economía no pueden adquirir alimentos necesarios para esta edad por su alto costo, perjudicando su estado de salud. También es importante fomentar y evitar el consumo desmedido de sustancias tóxicas como lo son: el

tabaco, café, exceso de sal, alcohol y el inadecuado hábito de automedicarse, los cuales solo predisponen al grupo de estudio a que manifiesten enfermedades cardiovasculares.

En cuanto a la actividad física, esta es una fuente importante de salud que va a ayudar de manera gratificante a los adultos mayores evitando riesgos a la salud, teniendo un control del deterioro de la función fisiológica corporal e incremento de enfermedades en esta etapa de vida. Es sustancial y recomendable que los ejercicios se realicen como mínimo 150 minutos a la semana, estos deben ser practicados de forma regular en conjunto con una dieta adecuada y orientada al tipo de ejercicio específico según la edad; a pesar de que estos no garanticen una vida más larga, si va a mejorar la calidad de vida del adulto mayor, disminuyendo los riesgos de fractura vertebras o caderas y ayudando a aplazar el desgaste del estado físico causado por la edad y la inactividad (56).

En relación entre la actividad física de los adultos mayores del presente estudio, se encontró que la mayoría no realiza cualquier tipo de actividad física de al menos 15 minutos al día, esto probablemente es por cuestiones de trabajo, quehaceres del hogar o negocio propio. Estos factores son la razón principal por la que están dejando de lado la actividad física lo cual conlleva que no estén llevando un estilo de vida saludable, por ello esta población debe de tomar conciencia y al menos realizar 15 minutos de actividades físicas diariamente.

La inactividad implica la aparición de diversas patologías, ellos manifestaron que no realizan ejercicios físico o algún ejercicios relajación, debido a que no disponen del tiempo porque se concentran en trabajar o lo dedican a las labores del hogar, y el poco tiempo que tiene lo usan para salir a pasear con sus familias, cabe aclarar que no tomar la actividad física como prioridad, solo los pone en un constante riesgo tanto física como mentalmente, serán más propensos a desarrollar enfermedades como: la diabetes, hipertensión arterial, obesidad, ansiedad, gastritis, enfermedades cardiacas y ciertos tipos de cáncer, causados por los inadecuados hábitos de vida que mantienen en su día a día.

Por otra parte, la salud mental en la tercera edad se está viendo afectada principalmente por el estrés y su mal manejo, ya que los adultos mayores al sentirse susceptibles o vulnerables y no contar con el apoyo psicológico de parte de su familia y sobre todo el recurso económico necesario, no buscan tratarse con un médico especializado para recibir una buena orientación al respecto y mucho menos realizan actividades físicas o ejercicios de relajación, convirtiéndose en factores de riesgo que afectan su bienestar, salud y calidad de

vida. El estrés de por sí es un fenómeno cambiante y complejo en cuanto a la relación que la persona mantiene con su entorno, esto ocasiona que llegue a tener una percepción de descontrol sobre cómo maneja cada situación que se le presenta en su día a día, desencadenando la enfermedad (57).

En relación con la dimensión del manejo del estrés, la mayoría de los adultos mayores del presente estudio mencionaron que no tienen un buen manejo del estrés y como principal factor desencadenante está la soledad, agentes estresores por la propia rutina que ejercen a diario, ya que algunos son jefes de hogares y aunque si refieren dar cortos paseos en los parques cercanos a su comunidad, la mayoría dedica más tiempo a sus trabajos el cual necesitan para generar ingresos y sobrevivir el día a día. Es importante saber que, el no saber manejar el estrés solo contribuirá a la aparición de problemas de salud como insuficiencia cardíaca, diabetes, depresión, enfermedades crónicas, ansiedad, obesidad, entre otros.

Es recomendable que para vivir adecuadamente y tener un buen manejo del estrés; las personas deben tratar de ver la vida de una manera optimista a la vez que implementan un proyecto de vida que esté acorde a sus posibilidades, así como participar de una manera activa dentro de su comunidad y realizar actividades de interés, va a contribuir y estimular a la mejora de su autoestima.

Siguiendo con el tema; también es de mayor importancia las relaciones interpersonales ya que ser sociable es algo característico del ser humano. Para las personas de tercera edad, el interactuar y compartir con otras personas ya sean de la misma edad o no, les ayudará a mantenerse activos tanto física como mentalmente, el sentirse acompañados o disponer de una relación amistosa positiva les causa la mayor felicidad, sobrellevando sus limitaciones y disminuyendo episodios estresantes de dolor y angustia. Tener a alguien con quien conversar, visitar o participar en actividades dentro de su comunidad logrará que el adulto mayor se sienta parte de, goce de una mejor salud y logre una mayor satisfacción en su vida diaria (58).

Los adultos mayores del presente estudio mencionaron que tienen una relación saludable con su ambiente social, vecinos, familia y amigos de una manera cordial y respetuosa debido a que se conocen desde que se inició la urbanización. La mayoría se relaciona con facilidad, manteniendo buenas relaciones interpersonales, esto es importante para el adulto mayor, ya que ve en los demás un apoyo moral, asimismo es indispensable el relacionarse con los demás porque genera su desarrollo integral favoreciendo positivamente

en la adaptación de las personas que les rodea ya sea en el trabajo, con los vecinos o compañeros de trabajo.

También es fundamental sentirse autorrealizado, la autorrealización va a implicar una lucha constante para lograr a lo largo de su vida sus metas y objetivos representando su valor y el sentido de su vida, para poder alcanzarla se debe de satisfacer los impulsos y necesidades básicas, superiores, fisiológicas, sociales, de seguridad y reconocimiento. Así mismo, está asociada a un envejecimiento saludable, madurez personal, actividades físicas y el aprendizaje de comportamientos saludables; pero en sí, el concepto es mucho más amplio, sentirse autorrealizado depende más de la disposición de las personas a adquirir y asumir cambios que reflejan el crecimiento, la gratificación, logrando sus metas y objetivos personales (59).

En relación con la dimensión de autorrealización, la mayoría de los adultos mayores del presente estudio, mencionaron que se sienten frustrados y tristes, porque no lograron cumplir las metas que plantearon durante su juventud, la mayoría hubiera deseado brindarle una mejor vida para sus hijos (as). Por otro lado, una parte de los adultos mayores sí se sienten felices de lo que lograron, se encuentran satisfechos con lo que han alcanzado, con las actividades que realizaron a lo largo de su vida, porque es su esfuerzo y para ellos les hace sentir bien consigo mismo; logrando que su autoestima crezca y se fortalezca, pese a las circunstancias o condiciones que atraviese.

Para que los adultos mayores logren una vida plena deben asumir de manera voluntaria responsabilidad en lo que respecta su salud, en lo que incluye el adoptar estilos de vida saludables para prevenir la aparición de patologías y mantenerlos activos, productivos, saludables y participativos. Es importante recalcar que tomar la responsabilidad sobre el cuidado de su salud, es una conducta que se aprende desde las experiencias personales y sociales, en resumen el adulto mayor lograra su autonomía e independencia funcional. De modo que el comportamiento de salud va a depender de las acciones o formas de actuar, por ello el único responsable de su salud es el propio individuo, por medio de hábitos de vida adecuados para así mantener un estilo de vida considerable, esto se da mediante el cuidado de su higiene, dietas saludables, una mente libre de estrés, realizando actividades y ejercicios físicos (60).

Los adultos mayores no ven importante mantener un estilo de vida saludable, no asisten a sus chequeos médicos en el establecimiento de salud Yugoslavia ni en otros

cercanos al presentar alguna molestia prefiriendo automedicarse; los adultos mayores deben realizarse exámenes médicos de manera periódica para que se pueda identificar de forma precoz alguna enfermedad en desarrollo. Al aplicar este instrumento, se les preguntó si iban al establecimiento a realizarse chequeos médicos y la mayoría mencionó que no lo hacía; también mencionaron que las pocas veces que asisten al establecimiento de salud tenían que esperar mucho tiempo para su atención, y el trato del personal de salud no era cordial; concluyendo que la falta de responsabilidad respecto a su salud contribuye a que los adultos mayores presenten enfermedades crónicas no transmisibles, al no tomarse un tiempo para cuidar su salud.

Luego de analizar estos factores en los adultos mayores de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa, se concluye que la mayoría tienen estilos de vida no saludables, porque sostienen numerosos factores los cuales influyen a mantener un estilo de vida saludable, mayormente reflejados en sus malos hábitos alimenticios, teniendo una dieta alta en carbohidratos, presentando un mal manejo del estrés, siendo indiferentes ante situaciones que pone en riesgo su salud mental; también se observa en la escasez de actividad física y la falta de responsabilidad en lo que respecta su salud, no asistiendo a sus chequeos eventualmente para identificar y controlar el riesgo de la aparición de diversas enfermedades.

Estos pueden darse mayormente por motivos de trabajo o por la falta de ingresos económicos con el cual se adquieren alimentos saludables para llevar una dieta adecuada a su edad, preocupándose principalmente por tratar de subsistir de manera adecuada no pensando que la base fundamental para vivir es tener una buena salud, según forma de pensar. De tal manera que no son totalmente conscientes del precario estado de salud con el que cuentan.

Como propuesta de conclusión, se sugiere al personal del Establecimiento de Salud Yugoslavia se dedique a realizar constantes visitas a la comunidad, sensibilizando a los adultos mayores con la finalidad de educar y potenciar a que mejoren no solo sus hábitos para el buen manejo de su estilo de vida y actividad física, sino también en lo que respecta la salud mental y la importancia de tener responsabilidad con su salud, dado que estas se complementan entre sí, y un buen manejo de ellos contribuirá al logro de un equilibrio en el estado de salud de los adultos mayores; explicando las consecuencias que conlleva el tener un estilo de vida no saludable y la importancia de los factores de riesgo los cuales desencadenan otras patologías; así mismo, no menos importante el incentivo a que el

personal de salud logre tener un trato más cordial con empatía hacia los pacientes en este caso las personas de la tercera edad.

TABLA 2:

Respecto a los resultados de los factores biosocioculturales del adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote. Del 100 % (120) de adultos mayores encuestados: En cuanto al factor biológico, el 63.33 % (76) son de sexo masculino; en los factores culturales, el 65,83 % (79) tienen grado de instrucción primaria, el 55,00 % (66) son de religión católica y por último en los factores sociales, del 40,83 % (49) su estado civil es casado, del 67,50 % (81) su ocupación es otros y del 47,50 % (57) sus ingresos económicos son de 650 a 850 nuevos soles.

Según lo expuesto, al analizar los factores biosocioculturales del adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, se observa que la mayoría de los adultos mayores son de sexo masculino, tienen grado de instrucción primaria, su ocupación es otros; más de la mitad son de religión católica; menos de la mitad su estado civil es casado y sus ingresos económicos son de 650 a 850 nuevos soles.

Los factores biosocioculturales son un conjunto o colectivos que conllevan al hábito que adquiere un individuo a lo largo de la vida para hacer referencia al proceso o fenómeno relacionados con los aspectos biológicos, sociales y culturales; los cuales están conformados por la edad, sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico y cada uno de estos factores va a determinar los hábitos o estilos de vida que adquiera la persona de los cuales pueden ser modificables o no modificables (61).

Los resultados son similares a la investigación de Villanueva J (62) titulada Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor del comedor popular "Madre Bienaventurada" _Santa Anita_Lima, 2022. Donde respecto a los factores biosocioculturales: Se identificó que un 55% es de sexo masculino, con grado de instrucción primaria un 52%, en religión un 66% es católica, estado civil casados con un 41%, de ocupación otros con un 43% y con ingreso económico de 550 a 850 nuevos soles un 39%.

Por otro lado; los resultados difieren con la investigación de Tarazona L (63) titulada Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos, centro poblado de Paria – Independencia - Huaraz, 2021. Donde respecto a los factores biosocioculturales: Se identificó que el 67,7 % (60) son de sexo femenino, el 46,4 % (43) tienen como ocupación

ama de casa, el 27,9 % (26) tienen grado de instrucción primaria, el 38,7 % (36) son casados y el 35,4 % (33) tiene un ingreso económico entre 100 a 500 nuevos soles.

Según la Organización Mundial de la Salud (64), el sexo es asignado al nacer, es una condición orgánica que caracteriza y define a los seres humanos, estos son: masculino y femenino. Se diferencian mediante características fisiológicas y biológicas, en caso del sexo femenino se destacan por los senos, la vagina, el útero y en caso del sexo masculino, el pene, testículos y próstata; también se define en los términos de las actividades, sentimientos, las preferencias entre otros, como son los factores que delimitan el ser una mujer o un varón. Por otra parte, el sexo masculino se define por un individuo que nace con cromosomas Xy, el cual contiene 60 mega bases y hormonas llamadas testosteronas y andrógenos.

En cuanto a los resultados relacionados al factor biológico, sexo; se encontró que la mayoría de los adultos mayores del presente estudio son de sexo masculino. Esto es debido a que al momento de la ejecución del trabajo de investigación por medio de las encuestas, los hombres fueron los que más disponibilidad tenían para responder dado a que las mujeres se mantenían ocupadas con las tareas del hogar, entre otras cosas.

Por consiguiente; sabiendo que la mayoría son hombres, se puede evidenciar que estos son los más sociables y quienes se prestan a ayudar a la comunidad en lo que necesiten, aparte de ser quienes trabajan para llevar el pan al hogar, cumplen su rol de proveer y afrontar las situaciones que se presenten en su hogar, y como la mayoría de las mujeres se dedican a ser amas de casa, el hombre es quien tiene que tomar un papel fuerte dentro de su familia ya que es el único que trae ingresos a casa, para hacerse cargo financieramente de su esposa e hijos. A la larga esta responsabilidad va a repercutir de manera negativa en su salud física y mental, ya que prestan más atención a sus trabajos que a su propio bienestar y dejan de lado anhelos y sueños que se plantearon en su juventud con tal de cumplir los de sus hijos.

El grado de instrucción es el nivel educativo que un individuo ha alcanzado asegurando su desarrollo íntegro; dependiendo del nivel llegan buenos beneficios como acceder a tener mejores oportunidades en el ámbito laboral. Si no se llegase a tener un nivel de estudio completo, no les permitirá adquirir un buen trabajo y mucho menos recibir un sueldo adecuado, influyendo negativamente en ciertos aspectos necesarios y básicos para vivir (65).

En cuanto a los resultados relacionados al factor cultural, grado de instrucción; se encontró que la mayoría de los adultos mayores del presente estudio tuvieron el nivel de instrucción primaria, es importante mencionar que un bajo nivel de educación influye de

manera significativa con sus estilos de vida, ya que sin estudios es probable a que tengan un bajo conocimiento en lo que respecta su salud, promoción y prevención de enfermedades o dietas necesarias para su edad. Entre las causas del porque no terminaron sus estudios, se encuentra el hecho de que muchos se convirtieron en padres jóvenes y debido a la falta de apoyo por parte de su familia puesto que estos se dedicaban al trabajo en campo, ganaban un sueldo bajo con el cual no podían hacerse cargo de ellos.

Dada la necesidad del dinero tuvieron que dejar de lado los estudios para dedicarse a trabajar, ganando un sueldo mínimo el cual no es suficiente ingreso para el hogar incrementando más la necesidad por trabajar y por ende más esfuerzo; poniéndolos en riesgo de padecer enfermedades como: Gastritis, lumbalgia, estrés, ansiedad, enfermedades cardiacas, cardiovasculares y cerebrovasculares. He ahí la implicancia de que el país desarrolle estrategias de las diferentes reformas analizando a fondo por qué son más las personas que dejan sus estudios, repercutiendo en la sociedad y en el acrecentamiento de educación peruana.

La religión se le considera un término más institucional y estructurado donde se realizan actividades, prácticas, rituales y tradiciones. Ayuda a los adultos mayores de manera saludable a mejorar su salud física y psicológica, beneficiándose en el ámbito espiritual mediante el estímulo a practicar hábitos saludables; de tal manera, que la religión son un conjunto de sistemas culturales, creencias y visiones del mundo, que relaciona y une a la humanidad, con lo espiritualidad y valores (66).

En cuanto a los resultados relacionados al factor cultural, religión; se encontró que la más de la mitad de los adultos mayores del presente estudio son de religión católica; la razón principal es que esta es transmitida o es un patrimonio espiritual de sus antepasados y también porque la religión católica les brinda muchos beneficios como darle un sentido o propósito, llegando a ver la vida de una manera más positiva. También porque así lo deciden; es que esta religión no tiene muchas prohibiciones en cuanto a las reglas, la vestimenta, alimentación y salud, las personas pueden desenvolverse con normalidad sin desplazar sus costumbres y valores, a diferencia de la evangélica y otras las cuales constan de reglas y prohíben diferentes actos como lo son, vestirse, interfieren en las costumbres y limitan su personalidad, muy aparte de que tienen que contribuir con diezmos, afectando no solo a su autoestima sino también a sus ingresos económicos.

El estado civil se define como el sistema, condición o situación de una persona respecto a su relación sentimental conforme a los criterios de la ley; entre los tipos se encuentran: Soltero, casado, conviviente, divorciado o separado. Además; la mayoría prefiere consolidar su amor a través del matrimonio donde se unen de manera voluntaria ante la ley, este vínculo conyugal es con el fin de mantener una relación más estable, crear una red de apoyo entre ambos, vivan juntos para toda la vida además de que crean una familia (67).

En los resultados relacionados al factor social, estado civil; se encontró que menos de la mitad de los adultos mayores del presente estudio son casados, se sabe que el matrimonio es una decisión muy importante, basada en el amor y respeto entre un hombre y una mujer.

En nuestro país; un alto porcentaje de parejas concreta su matrimonio después de la convivencia o el nacimiento no planificado de un hijo es bien sabido que la mayoría se casa solo porque esperan un bebe y aunque no estaba dentro de sus planes, tomaron la responsabilidad de afrontar un nuevo comienzo juntos consolidando su amor. Al ser Perú un país conservador es comúnmente mal visto tener hijos fuera del matrimonio; por lo que para esta comunidad y otras, es de carácter obligatorio por presión de ambas familias concretar una boda, ya sea para guardar apariencias, darle al bebe un ambiente de unión o el sentimiento de culpa debido a la sorpresiva situación.

La ocupación toma un papel importante para el adulto mayor; es la actividad a la que una persona se dedica y al realizarla recibe un pago como compensación; las personas que tienen una profesión y la practican en sus diferentes etapas de vida, teniendo la oportunidad de generar ingresos durante sus años de servicio. Para los adultos de la tercera edad, esta etapa les trae una disminución en su capacidad física, social y cognitiva, por lo que es fundamental mantenerlos activos en el ámbito laboral o recreativo, esto mantendrá su autonomía, funcionalidad e independencia, aparte de evitar riesgos de deterioro (68).

En cuanto a los resultados relacionados al factor social, ocupación; se encontró que la mayoría de los adultos mayores del presente estudio eligieron la opción otros, cabe enfatizar que a pesar de que ya superaron el límite de edad establecida para su jubilación, ellos siguen realizando diversos trabajos eventuales para tener ingresos para subsistir, esto debido a que por tema cultural el hombre siempre será visto como el que provee para asegurar la comodidad de su familia, aun en su vejez.

Un reducido porcentaje de adultos mayores se dedican al hogar, cierta parte la ocupan más las mujeres aunque también hay casos de hombres, este papel conlleva una carga pesada

y satisfactoria a la vez; ya que dedican la mayor parte del tiempo a contribuir en casa, realizando con quehaceres, las compras al mercado, cuidar de los hijos y siendo el soporte de sus parejas sin recibir un sol, pero si recibiendo el respeto y la satisfacción de contribuir en el bienestar de su hogar a cambio. Pero esto también repercute a su salud ya que mayor parte de las mujeres y hombres no asisten a sus chequeos médicos poniendo como siempre más atención al día a día y no en el futuro.

Aunque existen adultos mayores a los cuales tener una ocupación les ayuda de manera significativa a mantenerse activos ayudando a la promoción de su salud y bienestar físico, social y cognitivo, facilitando que practiquen un estilo de vida saludable, previniendo la aparición de patologías.

El ingreso económico son las ganancias, salarios y beneficios personales que recibe un individuo por su trabajo ejercido ya sea en entidades públicas o privadas. Estos ingresos pueden venir por ser un empleado, trabajador independiente, jubilado y otros por medio de donaciones, manutenciones o propinas de parte de sus familiares (69)

En cuanto a los resultados relacionados al factor social, de ingresos económicos; se encontró que menos de la mitad de los adultos mayores del presente estudio tienen un ingreso de 650 a 850 nuevos soles, el cual teniendo en cuenta que el salario mínimo de Perú es de S/ 1.025 no les resulta suficiente para satisfacer y cubrir sus necesidades básicas, tomando en cuenta que algunos adultos mayores tienen otras cargas sociales, entre ellas la responsabilidad de cuidar a sus nietos. Para esta población estudiada, es importante recibir un mayor ingreso para vivir adecuadamente puesto que el costo de vida es cada vez más alto y peor aun cuando es el jefe de hogar o proveedor y se encuentra mal de salud, se vuelve más difícil la situación.

Así mismo; en el estudio se puede observar que existe un mínimo de adultos mayores que reciben un ingreso mayor a 1100, dando a entender que estos logran subsistir de una manera adecuada, debido a que este porcentaje cuenta con estudios superiores o se encuentran jubilados. Brindan a su hogar la protección debida para ir mejorando su calidad de vida, accediendo y adoptando conductas saludables de vida gracias a la mayor cantidad de ingresos que reciben.

Como propuesta de conclusión respecto a los factores biosocioculturales en las que se encuentran los factores biológicos, culturales y sociales los cuales influyen directa e indirectamente en los hábitos, conductas y estilos de vida de la persona; se sugiere que los

profesionales de la salud comunitaria sensibilicen a la población en cuanto a temas específicos de salud: Alimentación adecuada, actividad física y también temas de emprendimiento para hombres y mujeres para que puedan mantenerse activos y de paso generen ingresos adquirir una mejor condición de vida.

También, se propone al personal de salud del Centro Yugoslavia, a realizar servicios comunitarios con la principal finalidad de acceder a los adultos mayores y concientizar acerca de la importancia de llevar un estilo saludable, consumiendo alimentos ricos en vitaminas y proteínas, no solo para mejorar el bienestar de la persona sino de toda su familia.

TABLA 3:

En cuanto al factor biológico del adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, tenemos que el 42,3 % (51) son de sexo masculino con estilo de vida no saludable y el 20,8 % (25) también son de sexo masculino pero tienen un estilo de vida saludable.

En la presente investigación, con relación al factor biológico sexo con el estilo de vida del adulto mayor, se demostró que no existe relación estadísticamente significativa de Chi cuadrado de dependencia de criterios al obtener la siguiente relación: $\chi^2 = 0,02$; $1gl$ $p = 0,968 > 0,05$.

Los resultados muestran que no existe una relación estadísticamente significativa entre las variables sexo y estilo de vida de los adultos mayores del presente estudio. Estos resultados se deben principalmente a que cada individuo es un ser pensante, racional y consciente de sí mismo y de su entorno, por lo que posee control de sí mismo para la toma de decisiones, prácticas o hábitos en lo que respecta su salud, y solo él sabrá qué camino seguir, independientemente de si es hombre o mujer. Además, se pudo observar durante el proceso de realización de la investigación, la falta de interés de los adultos mayores para adoptar cambios en sus malos hábitos de salud, comportamientos y aptitudes las cuales solo alteran su bienestar físico y mental, teniendo en cuenta que el sexo no tiene relevancia frente a la situación de vivir mejor, eso solo dependerá de cada uno.

Estos resultados son similares a la investigación de Pérez Y (70) titulada Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto de Villa Viviate_sector Conchal_Paita_Piura, 2022. Donde: Al realizar la prueba de chi cuadrado al 95% de confianza, se obtiene un $p = 0,501 > 0,05$, lo cual significa que no existe relación significativa entre el sexo y los estilos de vida.

Así mismo, estos resultados son similares con la investigación de Ramos C (71) titulada Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto. Sector VI. Chonta. Santa Maria 2016. Donde: Al realizar la prueba de chi cuadrado al 95% de confianza, se obtiene que no existe relación estadísticamente significativa entre el sexo y el estilo de vida, haciendo uso del Chi cuadrado ($X^2=1,895$, $P=0,169 > 0,05$).

Por otro lado; los resultados difieren con la investigación de Aniceto Z (72) titulada Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Distrito de Caraz – Ancash, 2020. Donde: Al realizar la prueba de chi cuadrado al 95% de confianza, se obtiene ($X^2=6,106$ $GL=1$ y $p=0,013$) lo cual significa que si existe relación significativa entre el sexo y los estilos de vida.

Los estilos de vida se interpretan como una serie de hábitos que van a contribuir para que la persona logre un bienestar físico, mental y social, estos hábitos están expresados en principalmente en las vivencias, costumbres y como se relaciona con su entorno o con sus relaciones interpersonales. Por otra parte, por el factor biológico sexo sabemos que, el hombre tiene los cromosomas XY, mientras que la mujer tiene dos cromosomas X. Es decir, la mujer tiene dos copias del mismo cromosoma, lo que significa que tendrá una vida más larga, ya que al tener “la copia de un gen” en caso de la aparición de una enfermedad, va a permitir que el cuerpo lo pueda usar, eliminando el que no funciona. Por otro lado, el hombre, está más expuesto a padecer de enfermedades de carácter genético que puede afectar su esperanza de vida (73).

Es importante considerar también a la edad porque en esta población es un factor de riesgo, la testosterona en el hombre sufre un descenso sostenido en los años, mientras que la mujer durante la menopausia, los estrógenos y la progesterona van a sufrir un declive más brusco contribuyendo al envejecimiento de la mujer. Entonces las personas al envejecer están más propensas a la aparición de distintas enfermedades como hipertensión arterial, cáncer, diabetes mellitus o enfermedades coronarias, o contar ya con una; dado que según estimaciones del estudio nacional de salud y envejecimiento indica que más del 77 % de adultos mayores padecen de al menos una condición crónica.

En lo que respecta la prevención, a esta edad la responsabilidad con su salud se encuentra a cargo de sus familiares teniendo en cuenta que algunos se vuelven dependientes por presentar problemas que requieran de cuidados continuos como la pérdida de la función cognitiva, discapacidad o demencia; por lo tanto, los hijos son a quienes se les debe de educar

y proporcionar la información necesaria para que puedan brindar una buena calidad de vida a sus padres.

Sin embargo al tratarse de como el sexo masculino y femenino maneja sus estilos de vida, se enfatiza en que cada uno va a percibir de forma diferente lo que es beneficioso o no para su salud. A pesar de que el hombre y la mujer tienen las mismas capacidades físicas y emocional; no obstante las diferencias en sus estilos de vida responden a una diferencia en su práctica cultural, donde los hombres cumplen un papel determinado y diferente al de la mujer, esta se puede observar en su alimentación, actividades físicas, manera de relacionarse con su entorno, actuar ante situaciones estresantes, actividades recreativas, entre otras. Dando a entender que, tanto hombres y mujeres tienen responsabilidad con su salud y cada uno adopta conductas que creen beneficiosas para sí mismos, concluyendo que en la actualidad ambos están en riesgo de tener estilos de vida inadecuados los cuales ponen en riesgo su salud (74).

Luego de analizar la relación de ambas variables, sexo y estilo de vida del adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote; se encontró que no tienen una relación estadísticamente significativa entre ambas variables, por ende los estilos de vida no dependen del factor biológico sexo. Ya que el sexo de cada persona se vive y expresa por medio de las siguientes dimensiones: creencias, pensamientos, prácticas, actitudes, relaciones interpersonales, valores, entre otros; pero cada individuo no se expresa o vive de la misma manera en cada dimensión. Por lo tanto; los estilos de vida que adquiere cada persona en el transcurso de su vida estarían relacionados a factores como: desinformación, poca responsabilidad e interés de mejorar su salud y un bajo nivel económico. Resaltando que adoptar un adecuado estilo de vida no depende del género, sino del cuidado, conductas y valor que le de cada uno a su estado de salud.

Entonces, si bien ambos sexos pueden tener la misma capacidad física o cognitiva; no obstante, las prácticas individuales en torno a su salud dependerán de cada uno, estas prácticas aprendidas desde su infancia identificarán si tienen un estilo de vida saludable o no saludable. Por ejemplo, las mujeres amas de casa tienen un instinto protector cuando se trata de su familia, por lo que hacen lo imposible por adecuar el ingreso económico de su pareja para así brindarles lo mejor y más sano posible; por lo tanto al intentar cuidar de los demás o sobrevivir el día a día ignoran los posibles problemas de salud a los que están predispuestos según su edad.

Por consiguiente, es importante que logren concientizarse y decidan por optar modificar poco a poco diversas malas conductas y hábitos en su estilo de vida, eso permitirá no solo identificar, prevenir y tratar las enfermedades crónicas no transmisibles sino también enseñar y dar un buen ejemplo a sus hijos para que logren adquirir buenas conductas. De ese modo, podrán gozar de un adecuado estado de salud y llevar un estilo de vida saludable.

Como propuesta de conclusión, se sugiere al Establecimiento de Salud Yugoslavia, realizar constantemente la promoción de la salud en los adultos mayores de ambos sexos; de esa manera, contribuirá a promover que las personas asistan periódicamente a sus chequeos médicos de prevención, a realizar más actividad física como parte de su vida y el consumo de alimentos balanceados; también dando a conocer enfermedades que se pueden prevenir mediante el autocuidado. De este modo, el personal de salud contribuirá a que los adultos mayores del presente estudio cambien sus conductas de riesgo por el bien de su salud, mediante la educación, orientación, visitas domiciliarias, brindando una atención más humana y de calidad, basada en los conocimientos científicos.

TABLA 4:

Con respecto a los factores culturales y el estilo de vida del adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote. Referente al grado de instrucción; el 65,8 % (79) tienen primaria donde el 46,7 % (56) de ellos tienen un estilo de vida no saludable y el 19,2 % (23) tienen un estilo de vida saludable; respecto a la religión el 55,0 % (66) profesan la religión católica donde el 35,8 % (43) de ellos tienen un estilo de vida no saludable y el 19,2 % (23) tienen un estilo de vida saludable.

De acuerdo con la relación de los factores culturales y el estilo de vida del presente estudio; al relacionarlo con grado de instrucción, haciendo uso del estadístico chi cuadrado se obtuvo la siguiente relación: $\chi^2 = 0,01$; 1gl $p = 0,766 > 0,05$ demostrando que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables. Así mismo; al relacionarlo con la religión, se obtuvo la siguiente relación: $\chi^2 = 1.213$; 2gl $p = 0,395 > 0,05$ demostrando que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables.

El modelo de promoción de la salud según Nola Pender, ayuda a identificar por medio de conceptos relevantes, las conductas para promover la salud e integrar los hallazgos de una investigación de modo que facilite la generación de hipótesis que se puedan comparar. Esta teoría aún continúa siendo perfeccionada y ampliada en cuanto a su capacidad para poder

explicar las relaciones entre los factores que influyen en las modificaciones de la conducta sanitaria de cada persona (75).

Los resultados obtenidos son similares a la investigación de Moreno E (76) titulada Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Asentamiento Humano Casuarinas del Sur - Nuevo Chimbote, 2019. Donde: Al analizar la relación con la prueba chi-cuadrado se encontró que más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5, por lo cual no cumple la condición para aplicar la prueba de chi cuadrado entre los estilos de vida y los factores culturales: Grado de instrucción y religión.

También los resultados son similares a la investigación de Llontop M (77) titulada Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto. Asentamiento Humano Costa Verde - Nuevo Chimbote, 2016. Donde: Al analizar la relación con la prueba chi-cuadrado se encontró que más del 20% de frecuencias esperadas son inferiores a 5, por lo cual no cumple la condición para aplicar la prueba de chi cuadrado entre los estilos de vida y los factores culturales: Grado de instrucción y religión.

Por otro lado; los resultados difieren con la investigación de Morales A (78) titulada Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor. Asentamiento Humano Fraternidad _Chimbote, 2020. Donde: Se puede observar que si existe relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y el factor grado de instrucción al realizar la prueba estadística del chi cuadrado de criterios ($X^2 = 23,738$; 3gl. $p = 0,000 < 0,05$). Así mismo, se puede observar que si existe relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y el factor religión al realizar la prueba estadística del chi cuadrado de criterios ($X^2 = 0,066$; 1gl. $P = 0,797 > 0,05$).

Entre las causas del inadecuado estilo de vida en los adultos mayores se puede encontrar el que no cuentan con el suficiente conocimiento sobre cómo manejar adecuados hábitos de salud o actividades de vivencia para fortalecer sus hábitos alimenticios tratando de prevenir los riesgos para su salud. A pesar de su edad, muchos creen que no deben preocuparse por su salud y le dan importancia al trabajo pero lo que no saben es que la salud va de la mano con el trabajo, a esto ellos no están conscientes de que tener estilos de vida saludable los ayudará en todo ámbito y a llevar una vida plena (79).

Si bien es cierto el grado de instrucción es un factor cultural que influye en la salud, no es obligatorio que una persona porque cuente con una profesión superior tendrá una mejor vida que uno que no decidió estudiar, cada uno en base a como maneje su vida elijara si

quiere llevar un estilo de vida saludable o no saludable. Hoy en día hay muchas formas de informarse y adquirir conocimiento, en los que se encuentran las diferentes campañas de salud que se realizan en la comunidad, de esa forma se permite a que el adulto mayor ponga en práctica todas las recomendaciones, orientaciones brindadas por el personal de salud y se pueda prevenir las diferentes enfermedades que se dan en esta etapa.

Así mismo; se encuentra como un factor cultural, la religión, la cual abarca un conjunto de prácticas y creencias, donde cada persona elige una de las distintas religiones que existen en el mundo para poner su fe en ella mostrando respeto y siguiendo sus reglas. Por consiguiente, la variable religión en relación con el estilo de vida, no determina qué tipo de estilo de vida va a llevar una persona, ya que las distintas creencias y religiones que pueden tener los adultos mayores no influye o tiene impacto en las conductas y hábitos que elija tener.

Entonces se puede deducir que las variables culturales; grado instrucción y religión con los estilos de vida de los adultos mayores, en general tienen indirectamente una estrecha relación pero no en esta población estudiada, dado que cada persona tiene conductas, tradiciones, costumbres, valores y culturas que aprendieron, asimilaron y heredaron de generación en generación a lo largo de su vida, todas ellas repercutirán e influirán en el individuo de la manera en cómo adoptan conductas que lo lleven a tener un estilo de vida saludable o no saludable.

Se llegó a la conclusión de que las variables, grado de instrucción, religión y estilos de vida de los adultos mayores de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote; no tienen una relación estadísticamente significativa entre ambas variables, por ende los estilos de vida no dependen de los factores culturales grado de instrucción y religión; puesto que más de la mitad tienen un nivel de educación primaria y un significativo porcentaje son analfabetos, dominando los estilos de vida no saludables.

Además, el grado de instrucción no va a garantizar que las personas opten por un estilo de vida adecuado, debido a que se basa en los comportamientos y hábitos individuales de la persona para practicar un adecuado estilo de vida. Del mismo modo, la religión no es un factor ya que este mismo; permite dentro de la doctrina, libertad en el comportamiento cotidiano como hábitos tóxicos en los que se encuentran el ir a fiestas, tomar, fumar y bailar; entonces la religión tampoco garantiza que los adultos mayores tengan un estilo de vida saludable o no saludable.

Como propuesta de mejora se sugiere que el secretario general de la mano con su directiva, realice visitas a la comunidad, para que identifiquen las conductas que ponen en riesgo la salud de la población, y reportarlo al establecimiento de salud Yugoslavia; a todo esto, también deberían realizarse visitas a la Parroquia de las Hermanas Franciscanas, y entablar conversaciones con la secretaria, de esa manera hallar la forma de acercar a los adultos mayores para que los ayuden a cambiar sus conductas de vida no saludables, y también para que se realicen actividades, como la venta o concursos de platos saludables, de esta manera se estaría incentivando a que mantengan un estado de salud óptimo.

TABLA 5:

Con respecto a los factores sociales y estilo de vida del adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote. Referente al estado civil; el 39,2 % (47) están casados donde el 27,5 % (33) de ellos tienen un estilo de vida no saludable y el 11,7 % (14) tienen un estilo de vida saludable; respecto a la ocupación, el 54,1 % (65) tienen como ocupación otros donde el 41,7 % (50) de ellos tienen un estilo de vida no saludable y el 12,5 % (15) tienen un estilo de vida saludable y por último respecto al ingreso económico; el 47,5 % (57) tienen un ingreso de 650 a 850 nuevos soles donde el 32,5 % (39) de ellos tienen un estilo de vida no saludable y el 15,0 % (18) tienen un estilo de vida saludable.

De acuerdo con la relación de los factores sociales y el estilo de vida del presente estudio; al relacionarlo con estado civil, haciendo uso del estadístico chi cuadrado se obtuvo la siguiente relación: $\chi^2 = 2.181$; 4gl y $p = 0,145 > 0.05$ demostrando que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables. Así mismo; al relacionarlo con ocupación, se obtuvo la siguiente relación: $\chi^2 = 1.132$; 3gl y $p = 0,245 > 0.05$ demostrando que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables. Y por último; al relacionarlo con ingreso económico, se obtuvo la siguiente relación: $\chi^2 = 5,230$; 3gl y $p = 0,213 > 0.05$ demostrando que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables.

Los resultados son similares a la investigación de Henostroza D (80) titulada Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor del pueblo de Cajacay_ Bolognesi_ Ancash, 2022. Donde: Se puede observar que no existe relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y el factor estado civil al realizar la prueba estadística del chi cuadrado de criterios ($X^2 = 10.24$; Gl = 4 $P = 9.49 > 0,05$). Así mismo, se puede observar que no existe relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y el

factor ocupación al realizar la prueba estadística del chi cuadrado de criterios ($X^2 = 6.16$; $Gf=4$ $P= 9.488 > 0,05$). Por último; se puede observar que no existe relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y el ingreso económico al realizar la prueba estadística del chi cuadrado de criterios ($X^2 = 10.2$; $Gf= 3gl$ $P= 7.82 > 0,05$).

Por otro lado; los resultados difieren con la investigación de Baylon J, Cosme J (81) titulada Estilo de vida relacionado con los factores biosocioculturales y estado nutricional del adulto de la localidad de Tarmatambo 2021. Donde: Se puede observar que si existe relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y el factor estado civil al realizar la prueba estadística del chi cuadrado de criterios ($X^2 = 0,214$ y p valor = $0,041$). Así mismo, se puede observar que si existe relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y el factor ocupación al realizar la prueba estadística del chi cuadrado de criterios ($X^2 = 0,203$ y p valor = $0,050$). Por último; se puede observar que si existe relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y el ingreso económico al realizar la prueba estadística del chi cuadrado de criterios ($X^2 = 0,269$ y p valor = $0,009$).

El factor social se refiere a la influencia que tiene la sociedad hacia un individuo, este tema se encuentra inmerso la crisis económica, desigualdad social, como también el crecimiento demográfico descontrolado que se da en un país y ello conlleva a que las personas a consecuencia de la falta de trabajo, economía y la existencia de pobreza, la cual ello se da por la falta de estrategias públicas y esto se ve reflejado en el estilo de vida de la persona. Así mismo; los factores sociales de estado civil, ocupación e ingreso económico son condiciones en las que vive, aprende y trabaja una persona, estas van a influir en la salud y bienestar de la comunidad (82).

Además estos factores pueden afectar la capacidad de participación referente a un saludable comportamiento que afecte su salud, como por ejemplo, la cantidad de ganancias que ganes de acuerdo con la ocupación que tengas, influye también en tu salud, las personas que tienen buenos ingresos viven más tiempo a diferencia de los que ganan menos, esto porque tienen más posibilidades de tener acceso a una vivienda segura, alimentos más saludables y otras actividades (82).

El estado civil es un concepto que se refiere a la situación legal en las que se encuentra un individuo dentro de una sociedad y de acuerdo con sus derechos que le compete derivadas de acontecimientos, atributos o situaciones, tales como el nacimiento, el nombre la filiación, la adopción, la emancipación, el matrimonio, el divorcio y el fallecimiento, que en suma

contribuyen a conformar su identidad. Así mismo; tiene un impacto en la capacidad de obrar de una persona, es decir, en las acciones legales que pueden realizar y las consecuencias legales que están sujetas (83).

Con respecto a los resultados obtenidos tenemos que el estado civil con el estilo de vida no tiene una relación significativa, quiere decir que el estar soltero, casado, conviviente, divorciado o viudo, no va a repercutir en las conductas que elija una persona para lograr un estado de completo bienestar. Primero porque el estado civil no es un factor para que los individuos quieran optar por llevar un estilo de vida no saludable, mostrando que el estar en un matrimonio o ser conviviente, no tiene relación con llevar hábitos inadecuados respecto a la salud. Entonces, se deduce que el estado civil no es un factor determinante para que las personas de esta población, opte por tener estilos de vida no saludables, dando a entender que el hecho de estar casados o vivir en convivencia, no tiene mucha relevancia ni está ligado para que adopten hábitos o conductas inadecuados respecto a su salud.

La ocupación influye pero no de manera directa puesto que cuando se cuenta con un alto ingreso económico se puede llegar a satisfacer las necesidades básicas y el acceso a una buena atención de salud previniendo la aparición de enfermedades. Pero que no influye de manera directa ya que algunos a pesar de obtener buenas ganancias solo se dedican a optar por malas conductas como el consumo de comida chatarra, automedicarse e insuficiente actividad física generando que su salud esté en constante peligro por eso que probablemente el ingreso económico, entonces ninguno de los factores va a determinar el estilo de vida (84).

Con respecto a los resultados obtenidos tenemos que la ocupación con el estilo de vida no tiene una relación significativa, puesto que mientras una persona cuente con una ocupación o trabajo, ya sea como empleado, obrero o empresario y logre obtener ingresos altos o bajos no está directamente vinculado para que tengan estilos de vida saludables, sino que basta con que la persona mantenga un estilo de vida equilibrado usando sus ingresos de manera razonable.

Los ingresos económicos, son las ganancias que se consiguen del presupuesto de un negocio o empresa, de forma individual o colectivo; es decir, es un elemento fundamental para la supervivencia humana, dado que se usa la ganancia monetaria para la satisfacción de las necesidades básicas de cada individuo o familia, el cual se realiza a través de un círculo de consumo, ganancia (85).

Con respecto a los resultados obtenidos tenemos que los ingresos económicos con el estilo de vida no tienen una relación significativa, ya que el no tener ingresos suficientes, no va a significar que las personas no opten por un estilo de vida saludable, todo está relacionado a las costumbres, hábitos y la forma en que vive una persona, no va a depender solo del dinero, ya que existen personas que aun teniendo un nivel socioeconómico alto no presentaba estilos de vida saludables, en cambio las de bajo nivel, a pesar de no tener mucho utilizan su dinero de manera equilibrada respondiendo a un adecuado estilo de vida.

Luego de analizar que no existe relación significativa entre los factores sociales; estado civil, ocupación e ingreso económico con el estilo de vida, esto es debido a que los adultos mayores ya sean casados, o tengan la ocupación que elijan tener y el ingreso económico que perciban de sus trabajos, no son factores directamente conectados al momento de establecer conductas favorables o desfavorables para su salud.

Se llegó a la conclusión de que las variables, estado civil, ocupación e ingreso económico con los estilos de vida de los adultos mayores de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote; no tienen una relación estadísticamente significativa entre ambas variables, por ende los estilos de vida no dependen de los factores sociales, estado civil, ocupación e ingreso económico; esto debido a que fuera de que los adultos mayores están casados o sean convivientes, tengan una ocupación y el ingreso económico no son factores modificantes cuando se trata de tomar conductas saludables o no saludables respecto a su salud. Lo único que podría influir en sus estilos de vida son las costumbres, y actitudes que por voluntad propia tome cada uno para el bienestar de su salud, el estilo de vida va a estar constituido por los hábitos, conductas que la persona aprenda en el seno familiar y en el entorno.

Como propuesta de conclusión, se sugiere a las autoridades de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa, a que efectúen ayuda social a la población, a través de la entrega de concursos donde se entreguen canastas con víveres saludables, para ayudar con algo a los adultos mayores junto a sus familias; igualmente, sugerir que cuando se realicen obras de construcción en las pistas y veredas de la urbanización, incluyan algún trabajo no tan demandante a los adultos mayores, ya que les ayudara a mantenerse activos y contribuir con su comunidad, con esto tendrían ayudaría a mejorar su calidad de vida ya que tendrían los recursos necesarios para alimentarse debidamente o satisfacer otras necesidades que tengan.

V. CONCLUSIONES

- Se identificó en los estilos de vida de los adultos mayores de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_Nuevo Chimbote que, la mayoría tienen un estilo de vida no saludable y menos de la mitad tienen estilos de vida saludables. Por eso, es importante que la población se informe y tome responsabilidad sobre su salud, de ese modo adoptaran conductas saludables y lograrán tener una mejor calidad de vida.
- Se identificó en los factores biosocioculturales de los adultos mayores de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_Nuevo Chimbote que, la mayoría son de sexo masculino, tienen grado de instrucción primaria, tienen de ocupación otros; más de la mitad son de religión católica; menos de la mitad son de estado civil casado y su ingreso económico es de 650 a 850 nuevos soles. Se puede resaltar que, el tener un adecuado estilo de vida, dependerá principalmente del grado de instrucción, y sus ingresos económicos, ya que ambos son necesarios para poder satisfacer las necesidades primordiales de esta población.
- Al realizar la prueba Chi cuadrado entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre estilo de vida y los factores biosocioculturales: Sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico. Entonces, al no influir estos factores en la población con relación a sus estilos de vida, se puede interpretar que la responsabilidad respecto a su salud solo dependerá de cada uno y como estos se relacionan con su entorno.

VI. RECOMENDACIONES

- Dar a conocer los resultados con las autoridades pertinentes, Municipio, Establecimiento de Salud y Junta directiva de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_Nuevo Chimbote, con la finalidad de que tengan conocimiento acerca de la problemática que se encontró respecto a los adultos mayores y puedan buscar formular estrategias adecuadas para su solución; recalando siempre la importancia que llevar un estilo de vida saludable contribuirá a un estado de salud apropiado que les ayudará previniendo enfermedades que se dan en la tercera edad.
- Recomendar al personal de salud, concientizar a los adultos mayores acerca de lo que un adecuado estilo de vida y conductas positivas conlleva, a través de la promoción y prevención de la salud mediante actividades de educación, talleres o campañas de vacunación; para que de esta manera, esta población tenga los conocimientos adecuados para disminuir el riesgo de adquirir alguna enfermedad volviéndolos responsables de su autocuidado y logrando así un envejecimiento activo y saludable.
- Se sugiere a la comunidad universitaria continuar con la investigación sirviendo de base el presente estudio, teniendo en cuenta los resultados que se obtuvieron, y buscar nuevos factores de riesgo que influyan en el estilo de vida de los adultos mayores.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización de las Naciones Unidas. Una población que envejece exige más pensiones y más salud. [Internet] 2023; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://news.un.org/es/story/2023/01/1517857#:~:text=En%202021%2C%20761%20millones%20de,Gobiernos%20a%20adoptar%20medidas%20concretas>.
2. Organización Mundial de la Salud. Envejecimiento y salud. [Internet] 2022; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/ageing-and-health>
3. Organización Mundial de la Salud. Cada movimiento cuenta para mejorar la salud. [Internet] 2020; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/25-11-2020-every-move-counts-towards-better-health-says-who>
4. Organización Panamericana de la Salud. Crecimiento acelerado de la población adulta de 60 años y más. [Internet] 2011; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en [URL:http://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=2796&Itemid=1914&lang=es](http://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=2796&Itemid=1914&lang=es)
5. Antropometría, Ingesta y Balance Energético en España (ANIBES). Patrones de estilos de vida y datos de peso en adultos españoles. [Internet] 2019; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://www.fen.org.es/anibes/es/patrones-estilos-vida>
6. Organización de las Naciones Unidas. Análisis común de las naciones unidas en el Perú. [Internet] 2022; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: chrome-extension://efaidnbmninnibpcapjpcgkclefindmkaj/https://peru.un.org/sites/default/files/2023-03/CCA%20-%20Actualizacio%CC%81n%20Peru%202022%20final_0.pdf
7. Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). Población Adulta Mayor. [Internet] 2023; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://m.inei.gob.pe/biblioteca-virtual/boletines/ninez-y-adulto-mayor/1/#lista>
8. El peruano. Educación para el adulto mayor. [Internet] 2020; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://elperuano.pe/noticia/108045-educacion-para-el-adulto-mayor>
9. Blouin C, Tirado E, Mamani F. La situación de la población adulta mayor en el Perú: Camino a una nueva política. Universidad Católica del Perú [Internet]. Perú 2018;

- [citado el 24 de octubre del 2023] 1 (4): 100-122. URL disponible en: <http://repositorio.pucp.edu.pe/index/handle/123456789/133591>
10. Encuesta Nacional de Hogares (ENAHOG). Más de 4 millones 500 mil adultos mayores conmemoran su día este 26 de agosto. [Internet] 2023; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/inei/noticias/824582-mas-de-4-millones-500-mil-adultos-mayores-conmemoran-su-dia-este-26-de-agosto>
 11. Cruz F, Sánchez F. Hábitos alimentarios, estado nutricional y su asociación con el nivel socioeconómico del adulto mayor que asiste al Programa Municipal de Lima Metropolitana, 2011 [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Nutrición], Lima, Perú: Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2011 [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/3435>
 12. Pardo Y, Rodríguez Y. Estilo de vida y estado nutricional del adulto mayor del pueblo joven la Unión, Chimbote, 2014 [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería], Chimbote, Perú: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2014 [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/REVULADECH_8dbf34b3eb72543b8988227bc2ff06aa
 13. Vera G. Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores de la urbanización Cáceres Aramayo, Nuevo Chimbote, 2020 [Tesis para optar el título profesional de Licenciada en Enfermería], Chimbote, Perú: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2020 [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/19156?show=full>
 14. Red de Salud Pacífico Sur. Establecimiento de Salud Yugoslavia [Internet] [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://www.establecimientosdesalud.info/ancash/centro-de-salud-yugoslavia-nuevo-chimbote/>
 15. Ordoñez M. Estilos de vida en pacientes hipertensos que asisten al centro de salud Caranqui, 2021 [Tesis para optar título profesional de enfermería], Ibarra, Ecuador: Universidad Técnica del Norte; 2021 [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/11801>
 16. Matos M, Martínez V, Sanz I, Berlanga L. El Estilo de Vida como condicionante de la flexibilidad del adulto mayor, realizado en la Universidad Francisco de Vitoria, 2022

- [Tesis para optar título profesional de enfermería], Madrid, España: Universidad Autónoma de Madrid; 2022 [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://doi.org/10.47197/retos.v43i0.88752>
17. Sánchez L, Onofre M. Estilos de vida y su influencia en la diabetes mellitus tipo II, en adultos mayores del Centro de Salud Aguas Frías de Medellín Ventanas, Los Ríos, octubre 2018 – abril 2019 [Tesis para optar título profesional de enfermería], Los ríos, Ecuador: Universidad Técnica de Babahoyo; 2019 [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <http://dspace.utb.edu.ec/handle/49000/5852>
 18. Olivas A. Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores que acuden al Centro de salud Chilca, 2021 [Tesis para optar título profesional de enfermería], Lima, Perú: Universidad Peruana del Centro; 2021 [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3336220>
 19. Chinchay C. Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos del centro poblado de Trigopampa_Yungar_Carhuaz, 2022 [Tesis para optar título profesional de enfermería], Piura, Perú: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2022 [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/29949>
 20. Reyes M. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto, en el Asentamiento Humano Los Polvorines_Villa Piura_Veintiséis de Octubre_Piura, 2022 [Tesis para optar título profesional de enfermería], Piura, Perú: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2022 [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.13032/31784>
 21. Mendoza C. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor del Pueblo Joven 3 de Octubre Nuevo Chimbote, 2021 Universidad Católica de Trujillo; 2021 [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://repositorio.uct.edu.pe/handle/123456789/1872>
 22. Vera G. Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores de la urbanización Cáceres Aramayo, Nuevo Chimbote, 2020 [Tesis para optar título profesional de enfermería], Nuevo Chimbote, Perú: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2020 [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/19156?show=full>
 23. Manco D. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto mayor del asentamiento humano 16 de Diciembre_Chimbote, 2021 [Tesis para optar título

- profesional de enfermería], Nuevo Chimbote, Perú: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2023 [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.13032/34578>
24. Aristizábal G, Blanco D, Sánchez A, Ostiguín R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender: Una reflexión en torno a su comprensión. *Enferm. Univ* [Internet]. México 2011; [citado el 24 de octubre del 2023] 8(4): 16-23. URL disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003&lng=es.
 25. Cajal A. Nola Pender: biografía y teoría de la promoción de la salud. [Internet] 2020; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://www.lifeder.com/nola-pender/>
 26. Cardoso R, et al. Modelo de promoción de envejecimiento saludable referido en la teoría Nola Pender. [Internet] 2022; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0373>.
 27. Organización Panamericana de la Salud. El Honorable Marc Lalonde. Héroes de la Salud Pública. [Internet] 2020; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://www.paho.org/es/heroes-salud-publica/honorable-marc-lalonde>
 28. Sarabia M, Vázquez L, Nápoles N. Estilos saludables de vida y su relevancia en la salud del individuo. [Internet] 2005; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202005000200006&lng=es.
 29. Romero M, Querevalu M. Factores biosocioculturales y estilo de vida de los usuarios del programa del adulto mayor del Centro de Salud San Pedro Piura, 2018 [Tesis para optar título profesional de enfermería], Callao, Perú: Universidad Nacional del Callao; 2018 [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://repositorio.unac.edu.pe/handle/20.500.12952/3796>
 30. Shirin H, Thomas F, De Castro P, Sera T, Mirjam C. Equidad, sexo y género en la investigación. [Internet] 2019; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://www.scielosp.org/article/gs/2019.v33n2/203-210/#>
 31. Bustamante N. Factores biosocioculturales y estilos de vida del adulto mayor del Asentamiento Humano Santo Toribio de Mogrovejo, Chachapoyas, 2015 [Tesis para optar título profesional de enfermería], Chachapoyas, Perú: Universidad Nacional

- Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas; 2015 [citado el 24 de octubre del 2023]
URL disponible en: <https://repositorio.untrm.edu.pe/handle/20.500.14077/176>
32. National Geographic. ¿Qué es la religión?. [Internet] 2023; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://www.nationalgeographic.es/historia/que-es-la-religion>
 33. Eustat. Estado civil legal. [Internet] 2023; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: https://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_159/elem_4569/definicion.html
 34. Issuu. ¿Qué es una ocupación?. [Internet] 2023; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: https://issuu.com/mmprofuturetrainings.l/docs/mcm_io1_guide_all_v4.0_sp/s/14158089
 35. Taype Á, Luna L, Mendoza O. El ingreso económico: explorando los números. Salud pública Méx [Internet]. México 2016; [citado el 24 de octubre del 2023] 58 (3): 337-338. URL disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342016000300337&lng=es.](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342016000300337&lng=es)
 36. Defensoría del Pueblo. Adulto mayor. [Internet] 2023; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: https://www.defensoria.gob.pe/grupos_de_proteccion/adultos-mayores/
 37. Universidad de Colima. Enfoques de investigaciones. [Internet] 2015; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://recursos.ucol.mx/tesis/investigacion.php>
 38. Tesis y Masters. ¿Qué es una investigación descriptiva?. [Internet] 2023; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://tesisymasters.com.ar/investigacion-descriptiva-ejemplos/>
 39. Cvetkovic A, Maguiña J, Soto A, Lama J, López L. Estudios transversales. Rev. Fac. Med. Hum [Internet]. Perú 2021; [citado el 24 de octubre del 2023] 21(1): 179-185. URL disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2308-05312021000100179&lng=es.](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2308-05312021000100179&lng=es)
 40. Tesis y Masters. ¿Qué es una investigación correlacional?. [Internet] 2023; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://tesisymasters.com.co/investigacion-correlacional/>

41. Guerrero L, León A. Estilo de vida y salud. [Internet] 2010; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/356/35616720002.pdf>
42. Echabautis A, Gomez Y, Zorrilla A. Estilos de vida saludable y factores biosocioculturales en los adultos de la agrupación familiar Santa Rosa de San Juan de Lurigancho, 2019 [Tesis para optar título profesional de enfermería], Lima Chimbote, Perú: Universidad María Auxiliadora; 2019 [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://repositorio.uma.edu.pe/handle/20.500.12970/206>
43. Lamas M. Diferencias de sexo, género y diferencia sexual. [Internet] 2000; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <http://repositorio.ciem.ucr.ac.cr/jspui/handle/123456789/157>
44. Camarena M, Tunal G. La religión como una dimensión de la cultura. Nómadas. [Internet]. España 2009; [citado el 24 de octubre del 2023] 22(2): 1-15. URL disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/181/18111430003.pdf>
45. Eustat. Nivel de instrucción. [Internet] 2023; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: https://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_395/elem_2376/definicion.html#:~:text=El%20nivel%20de%20instrucci%C3%B3n%20de,Primarios%20y%20menos.
46. Software del Sol. Estado civil. [Internet] 2023; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://www.sdelsol.com/glosario/estado-civil/>
47. Ilostat. Trabajo y la ocupación. [Internet] 2019; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://ilostat.ilo.org/es/work-and-employment-are-not-synonyms/>
48. Euroinnova. Que es un ingreso económico. [Internet] 2023; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://www.euroinnova.pe/blog/que-es-un-ingreso-economico>
49. Reglamento de Integridad Científica en la Investigación - Resolución N°0304-2023-CU- ULADECH. <https://www.uladech.edu.pe/wp-content/uploads/erpuniversity/downloads/transparencia-universitaria/estatuto-el-texto-unico-de-procedimientos-administrativos-tupa-el-plan-estrategico-institucional-reglamento-de-la-universidad-y-otras-normativas/reglamentos-de-la-universidad/reglamento-de-integridad-cientifica-en-la-investigacion-v001.pdf>
50. Aristizábal G, Blanco D, Sánchez A, Ostiguín R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender: Una reflexión en torno a su comprensión. Enferm. univ [Internet]. México 2011; [citado el 24 de octubre del 2023] 8(4): 16-23. URL disponible en:

[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003&lng=es.](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003&lng=es)

51. Chinchay R. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto - centro poblado de Jahua – Jangas - Huaraz - Ancash, 2021 [Tesis para optar título profesional de enfermería], Huaraz, Perú: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2023 [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.13032/32095>
52. Sandoval E. Estilo de vida y estado nutricional del adulto mayor en Fanupe Barrio Nuevo – Morrope 2017 [Tesis para optar título profesional de enfermería], Pimentel, Perú: Universidad señor de Sipán; 2018 [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/5918?show=full>
53. Ventura A, Zevallo A. Estilos de vida: alimentación, actividad física, descanso y sueño de los adultos mayores atendidos en establecimientos del primer nivel, lambayeque, 2018 [Tesis para optar título profesional de enfermería], Lambayeque, Perú: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo; 2018 [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://revistas.usat.edu.pe/index.php/cietna/article/view/218/1627>
54. Plaza-Torres JF, Martínez-Sánchez JA, Navarro-Suay R. Hábitos alimenticios, estilos de vida y riesgos para la salud. Estudio en una población militar. Sanid. Mil. [Internet]. España 2022; [citado el 24 de octubre del 2023] 78(2): 74-81. URL disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1887-85712022000200004&lng=es.](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1887-85712022000200004&lng=es)
55. Restrepo S, Morales R, Ramírez M, López M, Varela L. Los Hábitos Alimentarios en el Adulto Mayor y su Relación con los Procesos Protectores y Deteriorantes en Salud. Rev. chil. nutr [Internet]. Chile 2006; [citado el 24 de octubre del 2023] 33(3): 500-510. URL disponible en: [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182006000500006&lng=es.](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182006000500006&lng=es)
56. Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades CDC. ¿Cuánta actividad física necesitan los adultos mayores?. [Internet] 2023; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://www.cdc.gov/physicalactivity/basics/spanish/cuanta-actividad-fisica-necesitan-los-adultos-mayores.htm>
57. Rodríguez B, Tejera J. Tratamiento del estrés en el adulto mayor. Universidad y Sociedad. [Internet]. México 2020; [citado el 24 de octubre del 2023] 12 (3): 135-140.

URL disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202020000300135

58. Instituto de Políticas Públicas en salud. Tercera edad y la importancia de las relaciones interpersonales. [Internet] 2018; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://ipsuss.cl/columnas-de-opinion/eduardo-sandoval/tercera-edad-y-la-importancia-de-las-relaciones-interpersonales>
59. Sandoval M, Barrera W. Mejoramiento de la afectividad del adulto mayor buscando la autorrealización personal en el grupo de edad de oro, Caloto- Cauca, 2009 [Tesis para optar título profesional de psicología], Cauca, Colombia: Universidad Abierta y a distancia- UNAD; 2009 [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://repository.unad.edu.co/bitstream/10596/20236/1/MEJORAMIENTO%20DE%20LA%20AFECTIVIDAD%20DEL%20ADULTO%20MAYOR%20BUSCANDO%20LA%20AUTORREALIZACION%20PERSO.pdf>
60. Ministerio de la mujer y desarrollo social. promoción de la salud y el autocuidado de las personas adultas mayores. [Internet] 2018; [citado el 24 de octubre del 2023] URL disponible en: <https://www.mimp.gob.pe/adultomayor/cartillas/cartilla2.pdf>
61. Bustamante N. Factores biosocioculturales y estilos de vida del adulto mayor del Asentamiento Humano Santo Toribio De Mogrovejo- Chachapoyas – 2015 [Tesis para optar título profesional de enfermería], Chachapoyas, Perú: Universidad Nacional Toribio Rodríguez De Mendoza De Amazonas; 2015 [citado el 08 de enero del 2024] URL disponible en: <https://repositorio.untrm.edu.pe/handle/20.500.14077/176>
62. Villanueva J. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor del comedor popular "Madre Bienaventurada"_Santa Anita_Lima, 2022 [Tesis para optar título profesional de enfermería], Lima, Perú: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2023 [citado el 08 de enero del 2024] URL disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/33725>
63. Tarazona L. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos, centro poblado de Paria – Independencia - Huaraz, 2021 [Tesis para optar título profesional de enfermería], Huaraz, Perú: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2023 [citado el 08 de enero del 2024] URL disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.13032/34810>
64. Instituto Nacional de Estadística. Sexo masculino. [Internet] 2020; [citado el 08 de enero del 2024] URL disponible en: <https://www.ine.es/DEFIne/es/concepto.htm?c=4484>

65. Instituto Vasco de Estadística (EUSTAT). Nivel de instrucción. [Internet] 2021; [citado el 08 de enero del 2024] URL disponible en: https://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_303/elem_11188/definicion.html#:~:text=El%20nivel%20de%20instrucci%C3%B3n%20de,est%C3%A1n%20provisional%20o%20definitivamente%20incompletos.
66. British Broadcasting Corporation. ¿Cuál es el origen de las religiones y cómo evolucionaron?. [Internet] 2019; [citado el 08 de enero del 2024] URL disponible en: <https://www.bbc.com/mundo/vert-fut-48624547>
67. Conceptos Jurídicos. Estado Civil. [Internet] 2020; [citado el 08 de enero del 2024] URL disponible en: <https://www.conceptosjuridicos.com/pe/estado-civil/>
68. Instituto Nacional de Estadística. Ocupación. [Internet] 2020; [citado el 08 de enero del 2024] URL disponible en: <https://www.ine.es/DEFIne/es/concepto.htm?txt=C38Dndices20de20ocupaciC3B3n&c=4614&p=1&n=20>
69. Tributi. ¿Qué son los ingresos económicos?. [Internet] 2022; [citado el 08 de enero del 2024] URL disponible en: <https://www.tributi.com/mis-finanzas-personales/que-son-los-ingresos-en-mis-finanzas-personales-y-familiares#:~:text=Los%20ingresos%20econ%C3%B3micos%20son%20los,por%20medio%20de%20su%20salario.>
70. Perez Y. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto de Villa Viviate_sector Conchal_Paita_Piura, 2022 [Tesis para optar título profesional de enfermería], Piura, Perú: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2023 [citado el 08 de enero del 2024] URL disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.13032/30138>
71. Ramos C. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto. Sector VI. Chonta. Santa Maria 2016 [Tesis para optar título profesional de enfermería], Chimbote, Perú: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2016 [citado el 08 de enero del 2024] URL disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/1263>
72. Aniceto Z. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Distrito de Caraz – Ancash, 2020 [Tesis para optar título profesional de enfermería], Caraz, Perú: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2023 [citado el 08 de enero del 2024] URL disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/19047>
73. Parravicini J. Relación entre factores biosocioculturales y estilos de vida en trabajadores del Centro de Salud Santiago. Ica, junio 2018 [Tesis para optar título profesional de

- enfermería], Ica, Perú: Universidad César Vallejo; 2018 [citado el 08 de enero del 2024]
URL disponible en:
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/28165/parravicini_vj.pdf?sequence=1&isAllowed=y
74. Familydoctor. Factores sociales y culturales que pueden influir en su salud. [Internet] 2023; [citado el 08 de enero del 2024] URL disponible en:
<https://es.familydoctor.org/factores-sociales-y-culturales-que-pueden-influir-en-su-salud/>
75. Bustamante C, Franco N, Gómez M. Promoción de la salud bajo la perspectiva de Nola Pender en una comunidad urbana de Pereira [Tesis para optar título profesional de enfermería], Pereira, Colombia: Fundación Universitaria del Areandina; 2023 [citado el 08 de enero del 2024] URL disponible en:
<https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/4967/Trabajo%20de%20grado.pdf?sequence=1>
76. Moreno E. Estilo de vida y factores biosocioculturales en el adulto maduro. Asentamiento Humano Casuarinas del Sur - Nuevo Chimbote, 2019 [Tesis para optar título profesional de enfermería], Nuevo Chimbote, Perú: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2019 [citado el 08 de enero del 2024] URL disponible en:
<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/15357>
77. Llontop M. Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales Del Adulto. Asentamiento Humano Costa Verde - Nuevo Chimbote, 2016 [Tesis para optar grado de maestría en Enfermería], Nuevo, Chimbote, Perú: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2018 [citado el 08 de enero del 2024] URL disponible en:
<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/8562>
78. Morales A. Estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor. asentamiento humano fraternidad _chimbote, 2020 [Tesis para optar título profesional de enfermería], Chimbote, Perú: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2022 [citado el 08 de enero del 2024] URL disponible en:
<https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/20327>
79. Cardozo J. Incidencia de factores sociales en los estilos de vida saludables. . [Internet] 2018; [citado el 08 de enero del 2023] URL disponible en:
<https://www.academica.org/000-122/188.pdf>

- 80.** Henostroza D. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor del pueblo de Cajacay_ Bolognesi_ Ancash, 2022 [Tesis para optar título profesional de enfermería], Chimbote, Perú: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; 2023 [citado el 08 de enero del 2024] URL disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/30584>
- 81.** Baylon J, Cosme J. Estilo de vida relacionado con los factores biosocioculturales y estado nutricional del adulto de la localidad de Tarmatambo 2021 [Tesis para optar título profesional de enfermería], Tarmatambo, Perú: Universidad Nacional Daniel Alcides Carrion; 2023 [citado el 08 de enero del 2024] URL disponible en: <http://repositorio.undac.edu.pe/handle/undac/3340>
- 82.** Vital Seguro. Factores que influyen en la salud: Conócelos todos. [Internet] 2020; [citado el 08 de enero del 2024] URL disponible en: <https://www.vitalseguro.com/blog/salud/factores-que-influyen-en-la-salud/>
- 83.** Del sol Software. Estado Civil. [Internet] 2020; [citado el 08 de enero del 2024] URL disponible en: <https://www.sdelsol.com/glosario/estado-civil/>
- 84.** De conceptos. Concepto de Ocupación. [Internet] 2016; [citado el 08 de enero del 2024]. URL disponible en: <https://deconceptos.com/ciencias-sociales/ocupacion>
- 85.** Díaz L. Ingresos económicos y satisfacción de necesidades básicas. Revista Tendencias & Retos [Internet]. Brasil 2013; [citado el 08 de enero del 2024] 18 (2): 173-190. URL disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4929323>

ANEXOS

ANEXO 01

Matriz de consistencia

Título: Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, 2023

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
¿Existe relación entre el estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, 2023?	<p>Objetivo general</p> <p>Determinar la relación de los estilos de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, 2023</p> <p>Objetivos específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Identificar el estilo de vida del adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, 2023 ● Identificar los factores biosocioculturales del adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, 2023 	<p>Ha.</p> <p>Existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, 2023</p> <p>Ho.</p> <p>No existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, 2023</p>	<p>Variable 1</p> <p>Estilo de vida</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Estilo de vida saludable ▪ Estilo de vida no saludable <p>Variable 2</p> <p>Factores biosocioculturales</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Sexo ▪ Grado de instrucción ▪ Religión ▪ Estado civil ▪ Ocupación ▪ Ingreso económico 	<p>Tipo: Cuantitativo, Descriptivo</p> <p>Nivel: Transversal</p> <p>Diseño: Correlacional</p> <p>Universo muestral: Está constituida por 120 adultos mayores de la Urbanización Popular de Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote.</p> <p>Técnica: Entrevista, observación</p> <p>Instrumento: Escala del estilo de vida y cuestionario sobre factores biosocioculturales</p>

ANEXO 02

Instrumento de recolección de información



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

AUTOR: Walker, Sechrist, Pender

Modificado Por: Díaz R., Reyna E., Delgado R. (2019)



N°		CRITERIOS			
		N	V	F	S
ALIMENTACIÓN					
01	Come usted tres veces al día: desayuno, almuerzo y comida				
02	Todos los días, Ud. Consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos.				
03	Consume de 4 a 8 vasos de agua al día.				
04	Incluye entre comidas el consumo de frutas.				
05	Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales o químicos para conservar la comida.				
06	Lee Ud. las etiquetas de las comidas empaquetadas, enlatadas o conservas para identificar los ingredientes				
ACTIVIDAD Y EJERCICIO		N	V	F	S
07	Hace Ud., ejercicio por 20 a 30 minutos al menos tres veces a la semana.				
08	Diariamente Ud. realiza actividades que incluyan el movimiento de todo su cuerpo.				
MANEJO DEL ESTRÉS		N	V	F	S
09	Usted identifica las situaciones que le causan tensión o preocupación en su vida.				
10	Expresa sus sentimientos de tensión o preocupación.				
11	Ud. plantea alternativas de solución frente a la tensión o preocupación.				
12	Realiza alguna de las siguientes actividades de relajación tales como: tomar siesta, pensar en cosas agradables, pasear, ejercicios de respiración				

APOYO INTERPERSONAL		N	V	F	S
13	Se relaciona con los demás.				
14	Mantiene buenas relaciones interpersonales con los demás.				
15	Comenta sus deseos e inquietudes con las demás personas.				
16	Cuando enfrenta situaciones difíciles recibe apoyo de los demás.				
AUTORREALIZACIÓN		N	V	F	S
17	Se encuentra satisfecho con lo que ha realizado durante su vida.				
18	Se encuentra satisfecho con las actividades que actualmente realiza.				
19	Realiza actividades que fomenten su desarrollo personal.				
RESPONSABILIDAD EN SALUD		N	V	F	S
20	Acude por lo menos una vez al año a un establecimiento de salud para una revisión médica.				
21	Cuando presenta una molestia acude al establecimiento de salud.				
22	Toma medicamentos solo prescritos por el médico.				
23	Toma en cuenta las recomendaciones que le brinda el personal de salud.				
24	Participa en actividades que fomentan su salud: sesiones educativas, campañas de salud, lectura de libros de salud.				
25	Consume sustancias nocivas: cigarro, alcohol y/o drogas.				

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:

NUNCA: N = 1

A VECES: V = 2

FRECUENTEMENTE: F = 3

SIEMPRE: S = 4

PUNTAJE MÁXIMO: 100 puntos

75 a 100 puntos saludable

25 a 74 a menos puntos no saludables

Instrumento de recolección de información



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



CUESTIONARIO SOBRE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LA PERSONA

ADULTA AUTOR: Reyna E Reyna E (2013)

DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:

A) FACTORES BIOLÓGICOS

1. Marque su sexo

- a) Masculino
- b) Femenino

B) FACTORES CULTURALES:

3. ¿Cuál es su grado de instrucción?

- a) Analfabeto
- b) Primaria
- c) Secundaria
- d) Superior

4. ¿Cuál es su religión?

- a) católico (a)
- b) Evangélico
- c) Otras

B) FACTORES SOCIALES:

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

ANEXO 03

Validez del instrumento

VALIDEZ INTERNA DE LA ESCALA ESTILO DE VIDA

Para la validez de la Escala del Estilo de Vida, se aplicó la fórmula R de Pearson en cada uno de los ítems; obteniéndose:

$$I = \frac{N \sum Xy - \sum X \sum Y}{\sqrt{[N\sum x^2 - (\sum x)^2] [N\sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

R- Pearson		
Ítems 1	0.35	
Ítems 2	0.41	
Ítems 3	0.44	
Ítems 4	0.10	(*)
Ítems 5	0.56	
Ítems 6	0.53	
Ítems 7	0.54	
Ítems 8	0.59	
Ítems 9	0.35	
Ítems 10	0.37	
Ítems 11	0.40	
Ítems 12	0.18	(*)
Ítems 13	0.19	(*)
Ítems 14	0.40	
Ítems 15	0.44	
Ítems 16	0.29	
Ítems 17	0.43	
Ítems 18	0.40	
Ítems 19	0.20	
Ítems 20	0.57	
Ítems 21	0.54	
Ítems 22	0.36	
Ítems 23	0.51	
Ítems 24	0.60	
Ítems 25	0.04	(*)

Si $r > 0.20$ el instrumento es válido. (*) Se creyó conveniente dejar ítems por su importancia en el estudio.

ANEXO 04

Confiabilidad del instrumento

CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

Resumen del procesamiento de los casos

	N°	%
Casos válidos	27	93.1
Excluido (a)	2	6.9
Total	29	100

A. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Alfa de Cronbach	N° de elementos
0.794	25

ANEXO 05

Formato de consentimiento informado



Consentimiento informado para entrevistas (Ciencias Médicas y de la Salud)

Estimado/a participante

Le pedimos su apoyo en la realización de una investigación conducida por **Linda Sharon Carrion Garcia** que es parte de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. La investigación, denominada

ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERES SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023

La entrevista durará aproximadamente 5 minutos y todo lo que usted diga será tratado de manera anónima.

La información brindada será grabada (si fuera necesario) y utilizada para esta investigación. Su participación es totalmente voluntaria. Usted puede detener su participación en cualquier momento si se siente afectado; así como dejar de responder alguna interrogante que le incomode. Si tiene alguna pregunta sobre la investigación, puede hacerla en el momento que mejor le parezca.

Si tiene alguna consulta sobre la investigación o quiere saber sobre los resultados obtenidos, puede comunicarse al siguiente correo electrónico: lindacarrion36@gmail.com o al número 956408813. Así como con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad, al correo electrónico ciei@uladech.edu.pe. Complete la siguiente información en caso desee participar:

Nombre completo:	
Firma del participante:	
Firma del investigador:	
Fecha:	

ANEXO 06

Documento de aprobación para la recolección de la información



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES
CHIMBOTE

VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN
COORDINACIÓN DE GESTIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

“Año de la unidad, la paz y el desarrollo”

Chimbote 30 de noviembre 2023

CARTA N° 226-2023-2023-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA

Señor/a:

Sr. Jhonny Sánchez Miguel

Secretario general de UPIS Villa San Luis II Etapa

Presente:

A través del presente, reciba el cordial saludo en nombre del Vicerrectorado de Investigación de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, a la vez solicito su autorización formal para llevar a cabo una investigación titulada ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023, que involucra la recolección de información/datos en pobladores, a cargo de Linda Sharon Carrion Garcia, con DNI N° 71792488, cuyo asesor es el/la docente Reyna Marquez Elena Esther.

La investigación se llevará a cabo siguiendo altos estándares éticos y de confidencialidad, y todos los datos recopilados serán utilizados únicamente para los fines de la investigación.

Es propicia la oportunidad, para reiterarle las muestras de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente.


Dr. Willy Valle Salvatierra
Coordinador de Gestión de Investigación


Jhonny Sánchez
SECRETARIO GENERAL
San Luis 2da. Etapa

ANEXO 07

Evidencias de ejecución (Declaración jurada, base de datos)

DECLARACIÓN JURADA

Yo, Linda Sharon Carrion Garcia, identificado (a) con DNI N° 71792488, con domicilio real en UPIS Villa San Luis II Etapa Mz. B Lt. 25, Distrito de Nuevo Chimbote, Provincia del Santa, Departamento de Ancash,

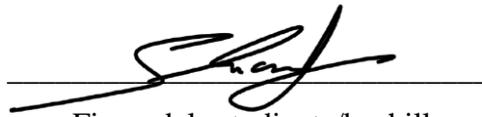
DECLARO BAJO JURAMENTO,

En mi condición de bachiller con código de estudiante 0112172218 de la Escuela Profesional de Enfermería Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, semestre académico 2023-2:

- Que los datos consignados en la tesis titulada **ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DEL ADULTO MAYOR DE LA URBANIZACIÓN POPULAR DE INTERÉS SOCIAL VILLA SAN LUIS II ETAPA_ NUEVO CHIMBOTE, 2023.** Corresponden a la ejecución de la recolección de datos, realizada por mi persona.

Doy fe que esta declaración corresponde a la verdad

Viernes, 1 de diciembre de 2023



Firma del estudiante/bachiller

DNI N° 71792488

Base de datos de recolección de información

	A	B	C	D	E	F	G
1	N° DE ENCUESTA	SEXO	GRADO INSTRUCCIÓN	RELIGIÓN	ESTADO CIVIL	OCCUPACIÓN	INGRESO ECONÓMICO
2	Encuesta 1	1	3	3	1	1	1
3	Encuesta 2	2	1	3	3	1	4
4	Encuesta 3	1	2	2	3	3	4
5	Encuesta 4	2	3	1	2	2	3
6	Encuesta 5	1	2	1	2	5	3
7	Encuesta 6	1	4	1	5	5	1
8	Encuesta 7	1	2	1	2	3	1
9	Encuesta 8	1	3	1	2	3	1
10	Encuesta 9	2	2	2	2	3	1
11	Encuesta 10	1	2	1	3	5	1
12	Encuesta 11	2	2	1	2	5	5
13	Encuesta 12	2	2	2	1	2	3
14	Encuesta 13	1	3	1	1	5	4
15	Encuesta 14	1	2	1	3	5	3
16	Encuesta 15	2	2	3	2	5	5
17	Encuesta 16	2	1	3	4	1	4
18	Encuesta 17	1	1	3	3	3	3
19	Encuesta 18	1	3	2	2	5	2
20	Encuesta 19	1	2	2	5	5	1
21	Encuesta 20	1	2	2	3	3	4
22	Encuesta 21	1	3	2	4	5	5
23	Encuesta 22	2	2	1	2	5	1
24	Encuesta 23	2	2	1	2	5	1
25	Encuesta 24	1	2	1	2	5	3
26	Encuesta 25	2	3	3	4	5	4
27	Encuesta 26	1	3	2	5	2	2
28	Encuesta 27	1	2	2	3	1	5
29	Encuesta 28	2	2	2	2	1	1
30	Encuesta 29	2	3	1	1	1	1
31	Encuesta 30	1	3	1	4	5	1
32	Encuesta 31	1	2	2	2	3	4
33	Encuesta 32	2	2	1	2	3	1
34	Encuesta 33	1	3	1	2	3	3
35	Encuesta 34	1	4	1	3	5	3
36	Encuesta 35	2	2	1	4	5	3
37	Encuesta 36	1	3	2	4	5	3

+ ≡ **FACTORES BIOSOCIOCULTURALES** ▼ **ESTILO DE VIDA** ▼

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	
1	Encuesta 1	Item 1	Item 2	Item 3	Item 4	Item 5	Item 6	Item 7	Item 8	Item 9	Item 10	Item 11	Item 12	Item 13	Item 14	Item 15	Item 16	Item 17	Item 18	Item 19	Item 20	Item 21	Item 22	Item 23	Item 24	Item 25	
2	Encuesta 1	1	1	2	1	4	2	2	4	1	4	1	4	2	3	3	1	1	1	3	3	4	4	4	1	3	
3	Encuesta 2	1	4	2	3	2	1	4	1	3	2	4	3	1	1	3	1	4	4	1	2	3	3	3	4	4	
4	Encuesta 3	2	2	1	3	3	2	2	2	2	3	2	3	4	2	2	3	3	2	1	2	3	1	1	2	3	
5	Encuesta 4	1	3	4	1	2	2	3	3	1	4	1	2	3	2	3	2	3	1	4	3	2	4	2	3	4	
6	Encuesta 5	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	4	1	1	4	4	2	3	2	4	4	3	4	4	3	
7	Encuesta 6	1	2	2	3	4	3	4	2	1	2	1	3	4	3	3	4	4	1	3	3	2	1	2	2	2	
8	Encuesta 7	3	2	2	2	2	3	1	3	3	2	2	4	1	4	4	1	2	2	4	3	3	2	4	4	2	3
9	Encuesta 8	1	3	3	4	2	1	3	2	1	2	1	2	1	4	3	2	3	1	3	2	1	3	4	1	4	
10	Encuesta 9	1	4	4	1	2	2	1	4	1	4	3	4	3	3	2	1	3	4	4	4	1	3	4	3	4	
11	Encuesta 10	2	2	3	4	3	3	1	1	2	3	2	3	1	1	2	2	4	2	3	2	4	1	1	3	3	
12	Encuesta 11	2	4	3	2	3	4	4	2	3	1	4	3	2	4	1	4	1	2	4	2	4	2	4	2	4	
13	Encuesta 12	1	4	2	2	3	2	2	2	1	3	1	3	1	4	3	1	2	1	3	3	1	4	2	2	4	
14	Encuesta 13	3	3	4	3	4	3	3	2	4	4	4	2	1	2	4	3	1	4	4	3	2	3	2	2	3	
15	Encuesta 14	4	4	2	1	2	4	4	3	4	2	3	4	2	4	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	
16	Encuesta 15	1	4	4	4	2	3	1	1	4	3	3	1	4	4	2	3	3	3	3	3	2	4	2	2	2	
17	Encuesta 16	1	1	3	2	4	4	4	4	1	4	2	1	3	3	3	1	3	2	2	3	1	3	3	4	4	
18	Encuesta 17	4	4	3	1	3	3	3	1	4	3	4	4	4	1	4	3	1	4	4	3	2	4	1	2	3	
19	Encuesta 18	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	4	4	3	2	4	4	
20	Encuesta 19	2	3	3	1	1	3	3	2	1	3	1	4	2	2	1	4	3	4	2	2	4	1	3	3	3	
21	Encuesta 20	1	4	3	2	2	1	4	1	1	2	1	2	3	2	4	3	2	1	2	4	2	3	3	2	2	
22	Encuesta 21	4	2	3	1	1	4	3	2	4	2	4	3	1	3	3	4	2	4	4	4	1	3	3	3	4	
23	Encuesta 22	3	2	4	3	3	3	3	3	1	4	1	3	4	1	2	1	4	3	2	3	2	2	2	1	3	
24	Encuesta 23	1	1	2	2	1	1	2	2	1	3	2	1	1	3	4	1	3	2	4	2	3	4	4	1	1	
25	Encuesta 24	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	1	4	3	1	3	4	3	1	3	4	2	3	4	1	4	
26	Encuesta 25	1	3	4	1	3	2	3	1	1	4	2	4	4	2	1	3	2	2	4	1	4	2	3	3	3	
27	Encuesta 26	1	4	2	4	2	1	4	4	4	3	3	3	4	1	3	3	1	3	4	3	1	2	3	1	1	
28	Encuesta 27	3	2	2	3	4	3	2	2	3	1	3	3	2	3	3	4	1	3	3	2	4	4	4	3	2	
29	Encuesta 28	1	2	4	3	4	4	4	2	1	2	1	2	2	3	2	2	4	1	1	4	2	3	3	3	3	
30	Encuesta 29	3	3	4	2	1	4	3	3	3	4	2	3	3	2	3	1	2	2	4	4	1	4	1	4	1	
31	Encuesta 30	1	2	3	4	2	3	4	1	1	2	4	4	1	4	4	1	1	4	3	2	3	3	2	3	1	
32	Encuesta 31	1	4	2	2	2	1	3	4	1	4	2	3	1	4	3	3	3	2	1	4	1	2	4	4	4	
33	Encuesta 32	2	2	4	3	2	2	2	2	2	4	2	4	4	2	4	2	1	2	2	2	2	4	2	3	4	
34	Encuesta 33	1	4	4	1	1	4	4	2	1	3	1	3	2	3	3	4	2	1	3	3	1	3	4	2	3	
35	Encuesta 34	3	3	2	4	1	2	3	3	3	1	3	3	1	3	3	4	1	3	1	2	3	1	4	1	3	
36	Encuesta 35	4	2	4	4	3	4	1	1	4	2	3	2	4	1	2	1	3	3	1	4	2	4	3	2	2	
37	Encuesta 36	2	3	2	2	3	4	4	4	2	2	4	3	2	4	2	2	2	4	3	1	3	1	1	1	3	
38	Encuesta 37	4	1	3	1	2	3	3	2	4	1	3	1	2	1	2	2	1	4	3	1	1	2	4	4	4	

+ ≡ **FACTORES BIOSOCIOCULTURALES** ▼ **ESTILO DE VIDA** ▼