

**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE
CHIMBOTE**

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

**FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ESTILO DE VIDA DE
LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE
OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023**

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

AUTORA

**PRETELL CASTILLO JASMIN LUCERO
ORCID: 0000-0003-4565-9231**

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° 0010-092-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **19:40** horas del día **26** 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: **FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023**

Presentada Por :
(0112171222) **PRETELL CASTILLO JASMIN LUCERO**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **14**, 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: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023 Del (de la) estudiante PRETELL CASTILLO JASMIN LUCERO , asesorado por REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 0% 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, 13 de Marzo del 2024



Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

Dedicatoria

El presente trabajo de investigación lo dedico principalmente a Dios, por ser el inspirador, darme fuerza y permitirme haber llegado hasta este momento tan importante de mi formación profesional.

A mis padres, por su amor, consejos, dedicación, trabajo y sacrificio en todos estos años, gracias a ustedes he logrado llegar hasta aquí y convertirme en lo que soy. También a mis hermanos por estar presentes, acompañándome y brindándome apoyo moral.

JASMIN PRETELL

Agradecimiento

Agradecer a Dios por bendecirme a en la vida, por guiarme a lo largo de mi existencia, por brindarme salud y fortaleza en aquellos momentos de dificultad y debilidad en el trayecto de mi carrera universitaria.

A mis padres por darme el amor, la confianza y el apoyo que necesité en todo momento, por enseñarme a superarme día a día para ser mejor persona y confiar en que llegaré a ser una gran profesional

A la docente de investigación quien ha guiado con su paciencia, y compromiso, ayudando y orientando, compartiendo sus conocimientos para que pueda cumplir con mi meta.

JASMIN PRETELL

Índice General

	Pag.
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 (español)	X
Abstract (inglés)	XI
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	1
II. MARCO TEÓRICO.....	8
2.1. Antecedentes.....	8
2.2. Bases teóricas.....	11
2.3. Hipótesis.....	17
III. METODOLOGÍA.....	18
3.1. Nivel, tipo y diseño de investigación.....	18
3.2. Población y muestra.....	18
3.3. Variables. Definición y operacionalización.....	19
3.4. Técnica e instrumentos de recolección de información.....	22
3.5. Método de análisis de datos.....	23
3.6. Aspectos éticos.....	24
IV. RESULTADOS.....	25
DISCUSIÓN.....	34
V. CONCLUSIONES	54
VI. RECOMENDACIONES.....	55
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	56

ANEXOS.....	66
Anexo 01 Cálculo de la muestra.....	66
Anexo 02 Matriz de consistencia.....	67
Anexo 03 Instrumento de recolección de información.....	69
Anexo 04 Validez del instrumento.....	72
Anexo 05 Confiabilidad del instrumento.....	73
Anexo 06 Formato de Consentimiento informado.....	74
Anexo 07 Documento de aprobación para la recolección de la información.....	75
Anexo 08 Evidencias de ejecución	76

Lista de Tablas

	Pág.
TABLA 1: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023.....	25
TABLA 2: ESTILO DE VIDA DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023.....	31
TABLA 3: RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ESTILO DE VIDA DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023	32

Lista de figuras

	Pág.
FIGURA 1: SEXO DE LOS ADULTOS EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023	27
FIGURA 2: EDAD DE LOS ADULTOS EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023	27
FIGURA 3: GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS ADULTOS EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023	28
FIGURA 4: RELIGIÓN DE LOS ADULTOS EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023	28
FIGURA 5: ESTADO CIVIL DE LOS ADULTOS EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023	29
FIGURA 6: OCUPACIÓN DE LOS ADULTOS EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023	29
FIGURA 7: INGRESO ECONÓMICO DE LOS ADULTOS EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023	30
FIGURA 8: SISTEMA DE SEGURO DE LOS ADULTOS EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023	30
FIGURA 9: ESTILO DE VIDA DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023	31

Resumen

El presente trabajo de investigación tiene como objetivo general: Determinar la relación entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida de los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023. De tipo cuantitativo, diseño no experimental. Con una muestra de 350 adultos. Utilizó los cuestionarios de Factores Sociodemográficos y Escala de estilo de vida, utilizando la entrevista y observación. Los datos fueron procesados en una base de datos software estadístico IBM y exportados a una base de datos software SPSS Statistics 24.0. Resultados: el 52,6% (184) son de sexo femenino, el 50.6% (177) tienen grado de instrucción secundaria, del 47.1% (165) su estado civil es casado y el 61.4% (215) tienen SIS. El 68.6% (240) tienen un estilo de vida no saludable. Conclusiones: En los factores sociodemográficos la mayoría cuentan con SIS, más de la mitad son de sexo femenino, tienen grado de instrucción secundaria y profesan religión católica, menos de la mitad tienen entre 36-59 años, son casados, empleados y tienen un ingreso económico mayor a 1100 nuevos soles. La mayoría tienen un estilo de vida no saludable. Al ejecutar la prueba de Chi cuadrado se encontró que, no existe relación respecto a las variables sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ingreso económico, y sistema de seguro con el estilo de vida, mientras que con la variable ocupación si existe relación con el estilo de vida.

Palabras clave: Adultos, Estilo de vida, Factores Sociodemográficos.

Abstract

The general objective of this research work is: Determine the relationship between sociodemographic factors and the lifestyle of adults in the Human Settlement 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023. Quantitative, non-experimental design. With a sample of 350 adults. It used the Sociodemographic Factors and Lifestyle Scale questionnaires, using interview and observation. The data were processed in an IBM statistical software database and exported to a SPSS Statistics 24.0 software database. Results: 52.6% (184) are female, 50.6% (177) have a secondary education degree, 47.1% (165) are married and 61.4% (215) have SIS. 68.6% (240) have an unhealthy lifestyle. Conclusions: In sociodemographic factors, the majority have SIS, more than half are female, have a secondary education level and profess the Catholic religion, less than half are between 36-59 years old, are married, employed and have an income economical greater than 1100 nuevos soles. Most of them have an unhealthy lifestyle. When executing the Chi square test, it was found that there is no relationship with respect to the variables sex, age, level of education, religion, marital status, economic income, and insurance system with lifestyle, while with the occupation variable If there is a relationship with lifestyle.

Keywords: Adults, Lifestyle, Sociodemographic Factors.

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El concepto de salud se ha modificado con el paso del tiempo, desde el año 1948 cuando la Organización Mundial de la Salud (OMS) (1) la define como un estado de absoluto bienestar físico, mental y social, mencionando que no solamente es la ausencia de enfermedades o afecciones. Siendo una definición posteriormente cuestionada intentándose superar en muchas oportunidades, la última realizada en el año 2023, donde Corcho Mejía define la salud en un proyecto de ley como “la capacidad y la potencialidad física y mental de las personas para desarrollar sus proyectos de vida en las condiciones materiales y sociales más favorables cuyo resultado es el bienestar, el buen vivir y la dignidad humana, individual y colectiva.” Con ello se comprende que es mucho más importante el proceso y el buen vivir de las personas que el resultado (bienestar).

En la actualidad las personas viven más tiempo que antes, a nivel mundial la mayoría de la población tiene una esperanza de vida mayor a los 60 años. No obstante, es muy importante la salud de las personas para que puedan tener un envejecimiento saludable. Cuando las personas pueden vivir esos años adicionales con una salud adecuada y en un entorno apropiado, su capacidad para hacer lo que desean apenas se diferencia de la que tiene una persona más joven. Por otro lado, si hay un descenso de la capacidad física y/o mental, las repercusiones para las personas y para la sociedad se vuelven desfavorables (2).

Pese a que, la genética influye mucho en la alteración de salud de las personas, existen diversos factores que repercuten como el entorno físico y social, al igual que el lugar de vivienda, el vecindario o comunidad, además de características personales como el sexo o el nivel socioeconómico. El entorno en el que se vive en la infancia, en combinación con las características personales, tiene efectos con el tiempo; por esa razón, es importante mantener hábitos saludables a lo largo de la vida, especialmente tener una dieta equilibrada, realizar actividad física de manera regular y abstenerse de hábitos nocivos como el consumo de tabaco, ayuda a mejorar la capacidad física y mental, disminuye el riesgo de padecer enfermedades no transmisibles (ENT) y retrasar la dependencia de los cuidados (2).

Las circunstancias de la nutrición y la seguridad alimentaria son preocupantes en todo el mundo, hay muchos lugares del mundo que se enfrentan a crisis alimentarias cada vez más

graves. La cantidad de personas con hambre pasó de 613 millones en el año 2019 a 735 millones en el 2023. En solo cuatro años, han aumentado significativamente el número de personas atormentadas por el hambre debido a la pandemia, la crisis climática y la guerra en Ucrania. África sigue siendo el territorio más perjudicado, en donde 1 de cada 5 personas padece de hambre, siendo más del doble de la media mundial. El problema de inseguridad alimentaria perjudica más a los adultos que viven en las zonas rurales en un 33% de manera moderada o grave; mientras que, a los adultos que viven en zonas urbanas les afecta en un 26%. Por otro lado, el sobrepeso es levemente superior en zonas urbanas con un 5,4% comparado con las zonas rurales con un 3,5% (3).

Por un lado, en el mundo todavía están padeciendo hambre alrededor de 700 millones de personas, mientras que por otro encontramos que el sobrepeso y la obesidad junto con su vinculación a ENT como diabetes, problemas cardiovasculares e incluso cáncer, sigue avanzando de manera preocupante. La obesidad y el sobrepeso, alguna vez considerados problemas de países de ingresos altos, están aumentando extraordinariamente en los países de ingresos bajos y medianos, especialmente en las zonas urbanas (4).

Por un lado, encontramos que casi el 70% de defunciones en el mundo están compuestas por ENT, tales como: cardiopatías coronarias, accidentes cerebrovasculares, cáncer, diabetes y enfermedades pulmonares crónicas. Se sabe que las enfermedades cardiovasculares conforman 17.9 millones a nivel mundial, diabetes 1.6 millones, enfermedades respiratorias 3.9 millones y cáncer con 9.0 millones. Según estudios de la OMS (5) estas enfermedades conforman el 80% de muertes prematuras anuales y se dan en países de altos y bajos ingresos. El aumento de las enfermedades se vio más frecuente por cinco factores de riesgo importantes: la inactividad física, excesivo consumo de tabaco, consumo frecuente de bebidas alcohólicas, contaminación del aire, dietas malsanas, tratamiento y atención para las enfermedades.

En México, los adultos entre 30 y 59 años de edad conforman el 74.1% que padecen de sobrepeso u obesidad, lo cual se justifica teniendo en cuenta los hábitos alimenticios que mantienen. El consumo de bebidas con azúcar en dicho país es casi similar al consumo de agua, lo que resulta preocupante; además de que la ingesta de frutas y verduras es muy inferior a lo relativamente correcto, con limitadamente la mitad de los adultos. (6).

En España, la principal causa de las muertes y hospitalizaciones, son por enfermedades cardiovasculares, aun por encima del cáncer. Los estudios demuestran que 1 de cada 3 muertes en el país es atribuido a este tipo de patologías, sin embargo, la mayoría de habitantes no contribuyen a evitar la situación. Las enfermedades afectan a un 25% de la población lo que conforma 11 millones de personas, de las cuales 120 mil fallecen cada año. Además, se calcula que la prevalencia de actividad física insuficiente es del 31% en los europeos mayores de 18 años, siendo mayor en mujeres que en varones (7).

En Chile, los estudios realizados por el ministerio de salud muestran que el mayor problema de sanidad pública es la obesidad, la cual está estimada en el 74% de población adulta. Esta cifra sitúa al país como uno con mayor Obesidad en toda Latinoamérica y el Caribe. La OMS (8) afirma que las cifras mostradas la ubican entre uno de los diez primeros países con problemas de obesidad. Además, la prevalencia del consumo de tabaco entre las personas de 15 años o más para el 2023 fue de 27.2%.

Según datos del Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) (9) en el Perú, la población total en el año 2023 alcanzó las 33 millones 726 mil personas, en donde el 50,4 % son mujeres y el 49,6% son hombres. En el año 2022, el 36,8% educación universitaria, el 57,3% de la población de 15 a 29 años estudió educación secundaria y el 5,9% no logró estudiar ningún nivel de educación; en donde, el nivel de educación alcanzado en educación secundaria, fue mayor en hombres que en mujeres.

La pobreza en el Perú aumentó a 27.5% en el año 2022, mostrando 7.3 puntos porcentuales por arriba de la cifra del 2019. La pobreza extrema en el país percibió un acrecentamiento considerable, pasando de 2.9% en 2019 a 5.0% en 2022. La pobreza del año 2022 fue levemente menor que la registrada en el 2021 con 21.9%. En Áncash, la tasa de pobreza ascendió a 21.5% en el 2022, 3.9% más que en el 2019. Estas cifras muestran que aproximadamente 44,400 ancashinos se encuentran en situación de pobreza extrema. Para seguir en la lucha contra la pobreza es imprescindible que las autoridades nacionales y subnacionales guíen sus esfuerzos en ampliar las oportunidades laborales de la población a través de un mayor crecimiento económico y tomen medidas que impulsen la inversión para el suministro de servicios básicos en adecuadas condiciones (10).

Las muertes a consecuencia de ENT aumentó más de un 60% en los últimos veinte años; en donde, las muertes por cáncer a la tráquea, pulmón y bronquios se registraron con cifras de 2 millones; además de otros males como Alzheimer y diabetes. Hace más de 20 años, el país se encuentra en un proceso de transición epidemiológica, en el cuál, las enfermedades crónicas están relegando a las enfermedades infectocontagiosas (11).

El Perú, es considerado el tercer país con altos índices de sobrepeso en Latinoamérica, por ello es necesario controlar estas cifras, se requiere promover el cambio de hábitos alimentarios. La obesidad es una problemática de asunto público, pues 7 de cada 10 personas sufren de sobrepeso. El 62% de la población es afectada por el sobrepeso o la obesidad, lo que equivale a un aproximado de 15 millones de peruanos. Del número total, 300,000 sufren de obesidad mórbida, siendo una cifra de preocupación. Además, el 26% de adultos mayores realiza deporte para evitar el sedentarismo (12).

Las regiones más afectadas con problemas de sobrepeso son: Pasco 40.9%, Áncash con 40.2%, Lambayeque 39.2% Madre de Dios 39.6%, y Moquegua con 38.9%. Por otro lado, la obesidad presentándose en un 21.4.2% de hombres mayores de 15 años y en el 30% de mujeres mayores de 15 años, siendo las regiones más afectadas: Lima 31.1%, Madre de Dios 31.9% Tacna 35%, y Moquegua 34.8% (13).

La diabetes es una de las enfermedades que más afecta a la población, donde; 1.3 millones de personas entre 20-79 años, padecen algún tipo de diabetes, el 95% tiene Diabetes tipo 2 y el 5% de los peruanos tiene Diabetes tipo 1. El incremento de obesidad está muy relacionado al estilo de vida no saludable; además de la limitación de recursos y el desinterés de información de tratamientos disponibles impiden un manejo adecuado de la diabetes (14).

Durante los primeros meses del 2022, más de 9 mil casos de diabetes fueron diagnosticados en el Perú, En este contexto, hasta el 30 de junio del 2022 se registraron 9,586 casos de diabetes, en donde el 37% fueron varones y el 63% fueron mujeres. Siendo el 98% de los casos registrados correspondiente a diabetes tipo 2. Este tipo de diabetes está condicionado por el estilo de vida, alimentación inadecuada y factores genéticos (15).

De acuerdo a la coordinadora de Prevención y Control de Daños No Transmisibles de la Red de Salud Pacífico Sur (16), se reportaron 1932 casos de diabetes en los adultos mayores de

30 años; donde se reportaron 300 casos de diabetes en Casma, 400 en Huarney y 932 en nuevo Chimbote. Además, se mencionó que la población ha tenido una vida sedentaria, en donde no han tenido hábitos adecuados con el cuidado de su salud, siendo este el principal problema

La Red de Salud Pacífico Norte y Sur y La Dirección Regional de Salud de Áncash (DIRESA) (17), han realizado variadas actividades con el fin de sensibilizar a la población sobre la importancia de promover y reforzar las prácticas de estilos de vida saludables con el fin fortalecer acciones de prevención, concientizar a la población en general respecto a las acciones para la prevención, buscando promover estilos de vida y alimentación saludable para reducir el riesgo a contraer enfermedades como obesidad, hipertensión arterial, diabetes y salud ocular, ya que son muy habituales en nuestra sociedad

En esta problemática y realidad definida no son ajenos los pobladores del Asentamiento Humano 3 de Octubre, ubicado en el distrito de Nuevo Chimbote, perteneciente al departamento de Ancash. Este Asentamiento Humano surgió producto de una invasión que se realizó en el año 1960 al margen izquierdo del río Lacramarca. Las principales vías de acceso de este Asentamiento Humano son cuatro, que son: la Av. Pardo, Av. Miguel Grau, Av. Buenos Aires y la Av. Fe y Alegría. Los medios de transporte más representativos dentro de la zona son los automóviles, camionetas, motos de transporte público, entre otros; en donde un determinado porcentaje de los pobladores hacen uso de ellos, mientras el resto de la población hace uso de las empresas de colectivos que pasan por las principales vías de acceso. El Asentamiento Humano cuenta con áreas verdes, parques y lozas para que los pobladores puedan recrearse y realizar deportes además cuentan con un colegio en la zona, que es la Institución Educativa Fe y Alegría N° 14, en donde estudian alumnos en el nivel de primaria y secundaria.

Actualmente se observa la mayoría de viviendas construidas con material noble, respecto al saneamiento básico, cuentan con conexión domiciliaria de agua potable, energía eléctrica y desagüe. Los pobladores cuentan con señal de televisión y tienen conexión a internet a través de Wi-Fi. Además, tienen al alcance una buena cobertura en cuanto a salud; pues dentro de la zona se encuentra ubicado el puesto de salud 3 de Octubre que cuenta con una infraestructura moderna en donde los pobladores acuden para la atención de sus enfermedades en primera instancia, donde las más prevalentes son la diabetes, las enfermedades cardiovasculares y las enfermedades pulmonares, y otra parte de la población del Asentamiento Humano acude para

realizarse análisis cada cierto tiempo para la detección de enfermedades, este puesto de salud cuenta con áreas de atención de medicina, obstetricia, odontología, psicología, crecimiento y desarrollo (CRED), inmunología y tóxico, por ello, solo en casos de emergencia o en casos más complejos la población se tiene que trasladar a centros hospitalarios.

Según lo antes mencionado se formuló el siguiente problema de investigación:

¿Cuál es la relación entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida de los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023?

La presente investigación se justifica debido a que los factores sociodemográficos y el estilo de vida afectan la salud de la población adulta de manera positiva o negativa y en los últimos años el Perú ha enfrentado dificultades con respecto a la salud, debido a que hay un aumento significativo en los casos de enfermedades que afectan a la población y el gobierno no se preocupa lo suficiente por controlar la situación actual del país y mucho menos se enfoca en garantizar una adecuada salud de la población para el futuro. Por ello, la presente investigación busca ampliar el conocimiento sobre la población, atribuyendo a conocer las características y resultados de la investigación se podrá dar un alcance sobre la problemática existente, además de proponer alternativas de solución que puedan influir en una mejora en su calidad de vida. Además, los resultados servirán de conocimiento para las autoridades y con ello podrán tener una perspectiva más clara sobre la problemática que afecta la salud de la población, con los datos verídicos de los diferentes factores que afectan la salud y calidad de vida de la población.

Esta investigación es primordial porque permitirá conocer la relación entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida de los adultos y como afecta en su salud, permitirá obtener una base de datos organizada con la información de los adultos del Asentamiento Humano; además, mediante el uso de dos instrumentos validados por la universidad que se aplicarán mediante una entrevista a los adultos para lograr la recolección de datos, nos permitirá obtener información verídica sobre como influyen estos factores en la población. Además, los resultados de esta investigación podrán posibilitar la identificación de necesidades de salud en la población de adultos y con ello guiar el desarrollo de políticas y programas de salud pública que promuevan estilos de vida saludables.

En conclusión, esta investigación es importante porque permitirá que los estudiantes de los diversos distintos institutos y universidades que instruyen a profesionales de la salud puedan observar los datos y resultados obtenidos sobre la problemática de la población; esperando que, puedan cambiar su perspectiva, su forma de pensar al respecto y así mejorar las estrategias que empleen a futuro para tratar los problemas de salud de la población. Esta investigación elevará el espíritu investigador en los estudiantes de la salud, influenciando su curiosidad en este tema y fomentando la mejora en salud de la población. Además, es necesaria para los distintos centros de salud porque los datos obtenidos, las conclusiones y las recomendaciones planteadas podrán ayudar en dar a conocer los factores de riesgo y ayudarán a concientizar sobre la problemática de salud que se presentan y con ello se podrán realizar programas de salud pública que promuevan estilos de vida saludables, teniendo en cuenta que si se logra una corrección de los factores de riesgo se tendrá una prolongación y mejora en los periodos de vida en las personas.

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

- Determinar la relación entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida de los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023

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

- Caracterizar los factores sociodemográficos de los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023
- Caracterizar el estilo de vida de los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023
- Establecer la relación de los factores sociodemográficos y el estilo de vida de los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedentes Internacionales

Suárez D, (18) en su tesis titulada factores que influyen en el estilo de vida de los adultos mayores en la ciudadela Virgen del Carmen - Santa Elena 2021, tuvo como **objetivo** Determinar los factores que influyen en el estilo de vida de los adultos mayores en la ciudadela Virgen Del Carmen. **La metodología**, fue una investigación no experimental de corte trasversal, con diseño descriptivo y con método de investigación hipotético, deductivo y analítico; destinada a 45 adultos mayores a quienes se aplicó el instrumento de la escala del estilo de vida, realizada a través de la técnica de la encuesta. **Los resultados** indican que el 78% tiene un estilo de vida no saludable y el 22% mantiene estilos de vida saludables. **Concluye** que varios factores citados en la investigación influyen en los estilos de vida de los adultos mayores; que incluyen las variables de alimentación inadecuada, inactividad física, el vínculo social y las condiciones del medio que los rodea, no son suficientes para vivir saludablemente

Castro J, (19) en su tesis **titulada** estilos de vida y factores de riesgo relacionados con la enfermedad cardiovascular en estudiantes universitarios del año 2021, con el **objetivo** conocer los estilos de vida y factores de riesgo relacionados con la enfermedad cardiovascular en una población universitaria. **La metodología** fue descriptivo, observacional, de corte trasversal en 685 universitarios. **Resultados** el 29,2% eran fumadores. El 85,1% consumía alcohol, con una mayor frecuencia de consumo en los hombres ($p=0,007$) y en los fumadores ($p<0,001$). El 32,3% de la población universitaria no realizaba ejercicio. **Concluye** el consumo de tabaco y alcohol está muy extendido en la población universitaria. Los universitarios tienen una pobre adherencia a la dieta mediterránea y la tercera parte no realiza ejercicio. El consumo de tabaco se asocia con un mayor consumo de alcohol y menor práctica de ejercicio, mientras que una mayor actividad física se asocia con una mayor adherencia a la dieta mediterránea.

Castro R, (20) en su investigación **titulada** estilos y calidad de vida de los Adultos Mayores de la comunidad Patuco, Cantón Céllica- Ecuador, Septiembre 2018 - Agosto 2019. Con el **objetivo** de conocer los estilos y calidad de vida del Adulto Mayor. Con

una **metodología** de tipo cuantitativo, descriptivo, de corte transversal. Para recolección de información utilizó encuesta para precisar los datos sociodemográficos, los estilos y la calidad de vida. En los **resultados** más de la mitad de encuestados tiene edades entre 65 y 75 años, según el estado civil en similar proporción están casados, y 100% tiene nivel de escolaridad primaria y un gran porcentaje vive con sus hijos y conyugue. **Concluye** que los estilos de vida que tienen los adultos mayores relacionados con actividad física, alimentación, consumo de sustancias psicoactivas, ocio, sueño y autocuidado en mayoría serían saludable. La mayoría tiene una buena calidad de vida, principalmente de 65 a 75 años y sexo femenino.

2.1.2. Antecedentes nacionales:

Bautista O, (21) en su tesis **titulada** factores socioculturales y estilos de vida de los adultos del Centro Poblado Ñunya Jalca - Amazonas, 2022, cuyo **objetivo** fue determinar la relación entre los Factores socioculturales y estilos de vida de los adultos del Centro Poblado Ñunya Jalca – Amazonas, 2022. **Metodología** de tipo cuantitativo, diseño no experimental de corte transversal y de alcance correlacional. La muestra fue 194 adultos a quienes se aplicó los instrumentos de escala de estilo de vida y cuestionario de factores socioculturales. Según los **resultados** el 67% presentan estilos de vida no saludables y el 33% estilos de vida saludables. Por otro lado, más del 71.1 % de la población estudiada, el estado civil, la ocupación, los ingresos económicos y el grado de instrucción se encuentran estrechamente vinculados con los estilos de vida. **Concluyendo** que existe una relación significativa entre los factores socioculturales y los estilos de vida de los adultos que pertenecen al centro poblado de Ñunya Jalca.

Tarazona L, (22) en su investigación **titulada** estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos, Centro Poblado de Paria – Independencia - Huaraz, 2021. Con el **objetivo** determinar la relación entre estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos del centro poblado de Paria. La **metodología** fue de tipo cuantitativo, de corte transversal; diseño de doble casilla, la muestra de 93 adultos. **Resultado** el 75,3 (70) tienen estilos de vida no saludable, el 67,74% (60) son de sexo femenino, el 46,27 (43) son amas de casa. **Concluyendo** que la mayoría de los adultos tienen estilos de vida no saludable y menos de la mitad tienen estilo de vida saludable,

respecto a los factores biosocioculturales se identificó que más de la mitad son de sexo femenino, con ocupación ama de casa y son adultos maduros; menos de la mitad tienen grado de instrucción primaria incompleta, son casados y con un ingreso económico entre 100 a 500 nuevos soles; la mayoría profesa la religión católica.

Soriano A, (23) en su investigación **titulada** estilos de vida y factores biosocioculturales de los Adultos del Centro Poblado de Shiqui – Cátac, Áncash 2020. Cuyo **objetivo** fue determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos. Con una **metodología** de tipo cuantitativo de corte transversal, con diseño descriptivo correlacional. Como **resultado** la mayoría de adultos manifiesta un estilo de vida adecuado, en cuanto a los factores biosocioculturales, más de la mitad tienen un estado civil de conviviente, son adultos analfabetos, como ocupación son obreros, un ingreso económico mensual menor de 500 soles, la mayoría son de sexo masculino y son católicos. **Concluyendo** se encontró relación entre los estilos de vida y factores biosocioculturales: grado de instrucción, edad, sexo, ingreso económico y religión

2.1.3. Antecedentes locales:

Dominguez J, (24) en su investigación **titulada** factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del Pueblo Joven San Juan "Jirón San Marcos" _Chimbote, 2021. Cuyo **objetivo** fue determinar los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: Estilos de vida en el adulto del Pueblo Joven San Juan "Jirón San Marcos" _Chimbote, 2021. Una **metodología** de tipo correlacional, cuantitativa, no experimental, la muestra de 108 adultos. En los **resultados** el 62% fue sexo femenino, 67% adultos maduros, 59% con secundaria completa, 60% ingreso económico de 650 a 850 soles, el 46% tiene estilos de vida saludables. **Concluyó** que sí existe relación entre los factores sociodemográficos: la edad con estilo de vida, pero no existe relación entre los factores; sexo, grado de instrucción, ingreso económico, estado civil y ocupación, con el estilo de vida.

Carrillo C, (25) en su tesis **titulada** factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el

adulto del Asentamiento Humano Juan Bautista Álvarez Vera_Nuevo Chimbote, 2021. Tuvo como **objetivo** determinar la relación de los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del Asentamiento Humano Juan Bautista Álvarez Vera. **Metodología** de tipo cuantitativo, correlacional-transversal, no experimental, la población muestral 185 adultos. **En los resultados** el 61,1% son sexo femenino; 56,8% adultos maduros; 66,5% tienen grado instrucción secundaria; 46,5% ingreso económico de 850 a 1100 nuevos soles. **En conclusiones** menos de la mitad tienen trabajos independientes, más de la mitad son adultos maduros 36 a 59 años, mayoría sexo femenino, tienen SIS, grado de instrucción secundaria. Más de la mitad tuvo estilo de vida no saludable.

Carrión D, (26) en su investigación **titulada** estilo de vida y factores biosocioculturales del Adulto joven. Asentamiento humano Santa Rosa del Sur Nuevo Chimbote, 2020. Cuyo **objetivo** fue determinar la relación entre estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto joven. Una **metodología** de tipo cuantitativo, de corte transversal con diseño descriptivo. **En los resultados** la mayoría de adultos jóvenes mantiene un estilo de vida no saludable y un porcentaje mínimo si muestran un estilo de vida saludable. De acuerdo a los factores biosocioculturales, la mayoría tiene grado de instrucción secundaria y religión católica, más de la mitad son de sexo femenino, ama de casa y convivientes, presentando un ingreso económico menor de los 400 soles. **Concluyó** que existe relación significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: religión e ingreso económico.

2.2. Bases teóricas

La presente investigación se fundamenta según el modelo de promoción de la salud de Nola Pender que es uno de los modelos más completo utilizado por los profesionales de enfermería, este permite explicar el comportamiento saludable de las personas, partiendo del papel de la experiencia en el desarrollo del comportamiento y el modelo de Marc Lalonde puesto que explica los principales factores que determinan la salud. Las causas, circunstancias y condiciones que determinan la salud que ha sido un tema de preocupación intentándose explicar desde la antigüedad cómo influye en la salud de los individuos (27).

El término Promoción de la Salud se usó por primera vez en 1945, cuando Henry

Sigerist (28), considerado como el mayor historiador de Salud Pública, definió las cuatro grandes tareas de la Medicina: la promoción de la salud, la prevención de la enfermedad, el restablecimiento del enfermo y la rehabilitación. Sigerist decía que "la salud se promueve cuando se facilita un nivel de vida decente, buenas condiciones de trabajo, educación, cultura física y medios de descanso y recreación".

La OMS (1) define a la promoción de la salud como "el proceso que permite a las personas incrementar el control sobre su salud". Este concepto es puesto en práctica utilizando enfoques participativos, las organizaciones, los individuos, las instituciones y las comunidades contribuyen a crear condiciones que aseguren la salud y el bienestar para todos. Es decir, promueve cambios en el ambiente que ayudan a proteger la salud. Estos cambios incorporan modificaciones en las comunidades y los sistemas, esto implica una particular manera de colaborar que se basa en la población, de manera intersectorial, participativa, sensible al contexto e interviniendo en diversos niveles.

Nola Pender nació en Michigan en el año 1941, el primer acercamiento que tuvo con enfermería fue a la edad de siete años, cuando observó el cuidado enfermero que le brindaron a su tía cuando estuvo hospitalizada. En el año de 1962 recibió un diploma de la escuela de enfermería de West Suburban Hospital de Oak Park. En el año 1964 obtuvo su título en la Universidad de Michigan. Luego de su trabajo de doctorado respecto a los cambios evolutivos en los procesos de codificación de la memoria de niños, surgió su interés por extender sus aprendizajes sobre la optimización de la salud humana, que posteriormente dio origen al Modelo de Promoción de la Salud (MPS) (29).

El modelo de Nola Pender integra enfoques de enfermería y ciencias del comportamiento, tiene el objetivo principal de ayudar a las personas a alcanzar los niveles más altos en salud y bienestar, así como identificar los componentes que afectan los comportamientos que promueven la salud. Este modelo expone de forma extendida los aspectos importantes que intervienen en la modificación de la conducta de las personas, las actitudes y motivaciones hacia las acciones que promoverán su salud. Se inspiró en dos sustentos teóricos, en la teoría del aprendizaje social de Albert Bandura y en el modelo de valoración de expectativas de la motivación humana de Feather (30).

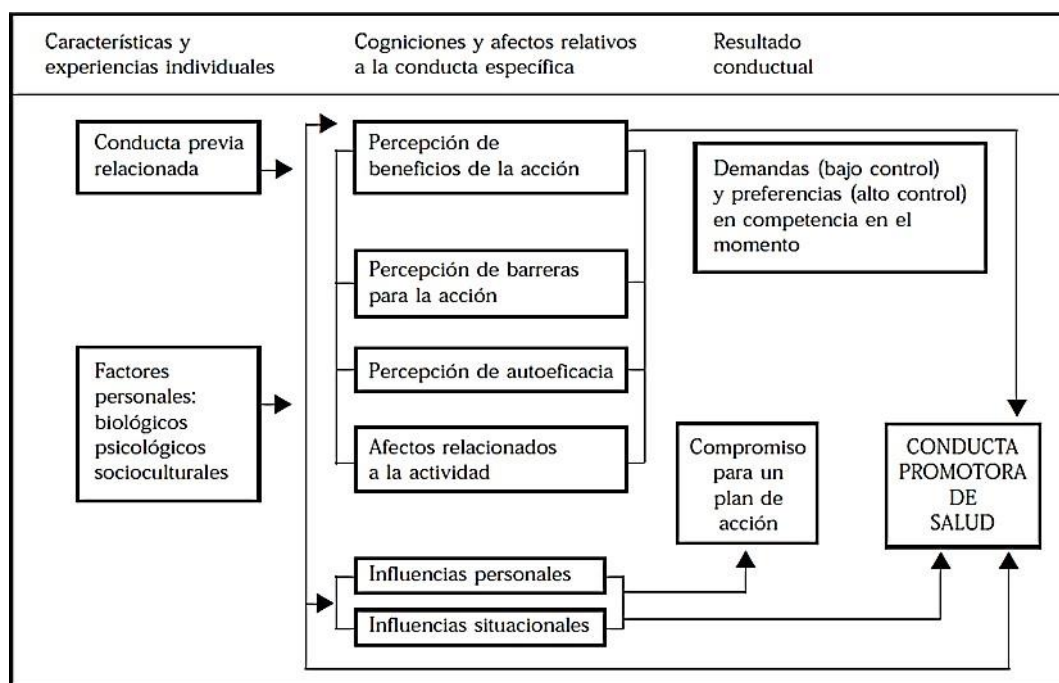
El primer sustento, afirma la importancia del proceso cognitivo en los cambios de

conducta e incorpora aspectos del aprendizaje cognitivo y conductual, además reconoce que los diversos factores psicológicos contribuyen en el comportamiento de las personas. Por ello señala cuatro requisitos para que aprendan y modelen su comportamiento que son la atención, la retención, reproducción y la motivación (30).

El segundo sustento, asegura que la conducta es racional, por ello considera que el componente motivacional clave para conseguir un logro es la intencionalidad. De acuerdo con esto, cuando hay una intención clara, concreta y definida para lograr una meta, aumenta la posibilidad de lograr el objetivo (30).

La promoción de la salud comprende un carácter de acción enfocado a causar un efecto positivo para lograr el bienestar general de las personas, centrándose en la promoción de una salud positiva y así lograr contribuir en la prevención de diversas enfermedades. Plantea estrategias de acción, empezando por lo ambiental, siguiendo lo gubernamental, luego lo organizacional, posteriormente lo comunitario y finalmente lo individual, abarcando todo ello en la formulación de políticas públicas, el fortalecimiento de accionar comunitario y el crecimiento individual (31).

Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender. 1996.



Fuente: Modelo de Promoción de la Salud de J. Pender.

Este modelo se basa en tres elementos, en el primero contiene las características y experiencias individuales que poseen las personas y lo componen dos conceptos, que son la conducta previa relacionada y diversos factores personales. Haciendo alusión a las experiencias que sucedieron con anterioridad y que afectan la conducta promotora de salud (31).

Luego, en el segundo elemento, se mencionan las cogniciones y afectos relativos a la conducta específica, en donde se describen los problemas de los individuos, sean físicos, psicológicos o socioculturales, este comprende seis conceptos, el primer concepto es sobre la percepción de los beneficios de acción, que son aquellos efectos beneficiosos que se crean como manifestación de la conducta de salud de la persona; el segundo concepto es la percepción de barreras para la acción que son valoraciones de la desventaja de las personas que pueden obstaculizar una acción, el tercer concepto es la percepción de auto eficacia que actúa de manera positiva sobre las barreras de salud (32).

El cuarto concepto son los afectos que se relacionan con el comportamiento, son respuestas relacionados directamente con los pensamientos positivos o negativos sobre una conducta, en el quinto concepto se menciona las influencias personales, se considera más probable que los usuarios se adopten conductas de promoción de la salud si las personas cercanas a ellos influyen para lograrlo, por último el sexto concepto se refiere a las influencias situacionales, se refiere que en el ambiente disminuyen o aumentan la cooperación y obligación sobre los actos para la promoción de la salud (33).

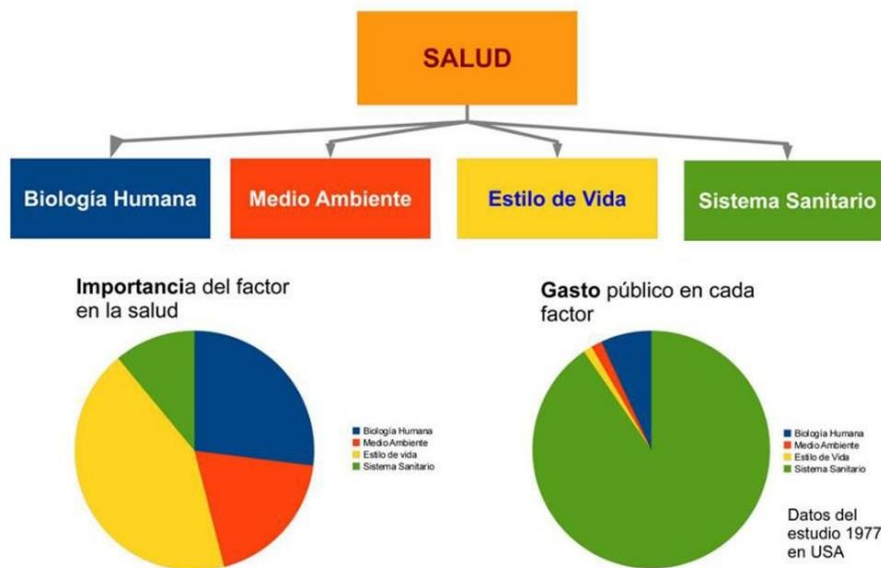
Todos estos conceptos antes mencionados influyen en el compromiso para un plan de acción, formando el precedente para el resultado conductual deseado. Este modelo contribuirá a generar o modificar las conductas promotoras de salud, este será el objetivo al que estarán dirigidos los resultados de la salud positivos (33).

La promoción de la salud se basa en conceder a las personas los recursos necesarios para mejorar su salud y desempeñar un mayor control sobre la misma. Para conseguir un buen estado de bienestar mental, físico y social las personas deben ser capaces de determinar y llevar a cabo sus aspiraciones, satisfacer sus necesidades y adaptarse al medio ambiente (34).

Muchos modelos intentaron explicar la producción y/o pérdida en la salud y sus determinantes. Entre esos modelos, uno llega a tener especial importancia, el modelo holístico de Laframbroise (1973), que posteriormente fue desarrollado por Marc Lalonde (1974), ministro en sanidad de Canadá, en el documento Nuevas Perspectivas de la Salud de los canadienses, documento conocido como el informe Lalonde. El informe tuvo un efecto modificador en la forma que el mundo considera la salud (35).

El informe Lalonde se realizó como resultado de la preocupación, iniciando la década de los 70, por el aumento del costo de atención de salud y el suceso que la situación de salud de los individuos no evidenciaba mejoras de manera proporcional al aumento del costo en servicios de salud. Pero, además de las conclusiones y controversias provocadas, planteó un sistema para lograr analizar el nivel en la salud de los individuos al momento de establecer cuatro "campos de la salud" que son los estilos de vida, el sistema sanitario, el medio ambiente y, además, la biología humana (35).

Modelo de Determinantes de la Salud de Marc Lalonde



Fuente: Manrique J. Determinantes Sociales, Epidemiología y Programas De Salud

Plantea un marco conceptual para una comprensión holística de salud como resultado de la interacción de cuatro grupos de factores que son:

La biología humana en donde se integran todos los aspectos que conforman el cuerpo humano, incluyendo aspectos tanto físicos como mentales, así como la herencia genética,

maduración y envejecimiento, además las diferentes características de los sistemas del cuerpo humano como el sistema nervioso, el sistema endocrino y el sistema digestivo. Se menciona que influye mucho en la mortalidad y en una gran variedad de problemas en la salud, como pueden ser las enfermedades crónicas, los trastornos genéticos, retraso mental y malformaciones congénitas. También menciona que estos problemas de salud relacionados con la biología de las personas, ocasionarían problemas económicos, debido a los altos gastos que se tienen al realizar un tratamiento (36).

Los estilos de vida que representan las decisiones que asume la persona con relación a su salud. A partir de una perspectiva de salud, los hábitos dañinos y las malas decisiones implican riesgos que trascienden la persona. En el momento que aquellos riesgos tienen de resultado enfermedad o muerte, se concluye que el estilo de vida que tuvo la persona influyó en ello. Los hábitos de vida perjudiciales como por ejemplo el consumo de drogas, llevar una mala alimentación y el sedentarismo tendrá efectos peligrosos para la salud (36).

El Medio Ambiente donde se encuentran los componentes que afectan los diferentes entornos de las personas, alterando definitivamente su salud y de acuerdo a los recientes resultados de diversas investigaciones, son los que tienen mayor impacto al respecto. Este abarca la totalidad de aspectos que no pertenecen al propio cuerpo, en donde el individuo no tendrá o será limitada su capacidad de control y tendrá consecuencias para su salud. En este grupo se reconocen componentes que pertenecen al ambiente natural y componentes del ambiente social. En el natural, la mayor importancia sobre la salud se origina de la contaminación por diferentes factores, ya sean biológicos, físicos o químicos; mientras que, en los componentes sociales predominan las condiciones de vivienda, condiciones de trabajo, el nivel escolar, los ingresos económicos y las costumbres culturales (37).

Los servicios sanitarios lo conforman el grupo de centros, medios económicos, recursos humanos, recursos materiales, etc., siendo restringido por variables como la eficacia, efectividad y accesibilidad, recursos, cobertura, y otros. En lugares desarrollados el aumento del sector ha sido apreciable en los últimos años teniendo poder definitivo en niveles de salud de los pobladores (37).

Bases Conceptuales

Factores sociodemográficos: se refieren a las características sociales, demográficas y económicas de un lugar, donde incorporan datos del entorno, el número de población, edades, género, estado civil, creencias religiosas, niveles de educación, acceso a servicios públicos y de salud, calidad y tipo de vivienda, entre otros (38).

Estilos de Vida: Los estilos de vida se refieren a la manera de vivir de las personas, en el cual se involucran las variables sociales, económicas, culturales y psicológicas relacionadas con la salud. Los estilos de vida pueden ser saludables o no saludables, y están asociados con un grupo de patrones de conducta y comportamientos como la alimentación, la actividad física, el estrés y el consumo de sustancias como el tabaco o el alcohol. Los estilos de vida saludables pueden ser un factor protector asociado a una mejora en el bienestar y la salud, mientras que los estilos de vida no saludables son un factor de riesgo que se relaciona con la morbilidad y con enfermedades (39).

Adulto: Según Nassar y Abarca por adulto se entiende a un ser humano quien desde un punto de vista biológico se encuentra orgánicamente desarrollado; quien, desde un enfoque económico, tiene independencia de sus padres y solvencia económica; desde una perspectiva psicológica, es capaz de responsabilizarse por sus actos y de producir o realizar un aporte al medio social en el que se desarrolla, al tiempo que presenta cualidades psicológicas con independencia de criterio. Dicho concepto va mucho más allá de la creencia actual en la cual todo adolescente mayor de 18 años se considera un adulto y adulta, tras la adquisición de su ciudadanía al cumplir la mayoría de edad, acontecimiento el cual trae consigo derechos y responsabilidades específicas (40).

2.3. Hipótesis

Ha: Existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida de los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre

Ho: No existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida de los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre

III. METODOLOGÍA

3.1. Nivel, Tipo y Diseño de Investigación

Nivel: Descriptivo - Correlacional que se encarga de brindar una buena percepción del funcionamiento del sujeto de estudio y de las maneras en que se comportan las variables, elementos o factores que lo componen, precisando las características de la población y, además, describir relaciones entre dos o más variables en un momento determinado (41).

Tipo: Cuantitativo que tiene como fin evaluar los datos numéricamente medibles, relacionado con cuentas y números, explicando la realidad social enfocándose en lo externo y en lo objetivo; las mediciones tienen que ser exactas y también los indicadores sociales, todo tiene que tener una relación (42)

Diseño: No experimental en donde el investigador no manipula o influye en las variables de estudio, reportándolas en su contexto natural tal y como son (43).

3.2. Población y Muestra

Población: Conformada por 3800 adultos que residen Asentamiento Humano 3 de Octubre.

Muestra: El tamaño de muestra se determinó con un nivel de confianza del 95% y un margen de error permisible del 5% aplicando la técnica de muestreo aleatoria simple se obtuvo una muestra de 350 adultos que residen en el Asentamiento Humano 3 de Octubre (Anexo 01).

Unidad de análisis: Cada adulto del Asentamiento Humano 3 de octubre que forman parte de la muestra y cumplen con los criterios de inclusión de la investigación.

Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de Inclusión:

- Adultos que viven más de 3 años en el Asentamiento Humano 3 de Octubre.
- Adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre que aceptaron participar en el estudio.
- Adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre, que estuvieron aptos para participar como informantes sin importar nivel de escolarización, sexo y condición socioeconómica.

Criterio de Exclusión:

- Adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre, que presentaron algún trastorno mental.
- Adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre, que presentaron problemas de comunicación.

3.3. Variables. Definición y Operacionalización

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS

Definición Conceptual: Rasgos y características que identifican a los integrantes de un grupo de personas y además brindan información sobre la situación social en la que viven desde una perspectiva estadística (44).

ESTILO DE VIDA

Definición Conceptual: Conjunto de hábitos que se han formado y se pueden clasificar en saludables si fomentan el mantenimiento de conductas que mejoren la calidad de vida de las personas o no saludables si suponen un riesgo para su bienestar (45).

VARIABLES	DEFINICIÓN OPERATIVA	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	CATEGORÍAS O VALORACIÓN
Variable 1 Factores Sociodemográficos	La variable fue medida con un cuestionario constituido por 8 ítems aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre para conocer	Factores Sociodemográficos	- Sexo	Escala nominal	1. Sexo a) Masculino b) Femenino 2. Edad a) 18-35 años b) 36-59 años c) 60 a más 3. Grado de instrucción a) Analfabeto
			- Edad	Escala de razón	
			- Grado de instrucción	Escala Ordinal	
			- Religión	Escala Nominal	

los diferentes factores sociodemográficos	- Estado civil	Escala Nominal	b) Primaria c) Secundaria d). Superior
	- Ocupación	Escala Nominal	4. Religión a) Católico b) Evangélico c) Otras
	- Ingreso económico	Escala de razón	5. Estado civil a) Soltero b) Casado c) Viudo d) Conviviente e) Separado
	- Sistema de seguro	Escala Nominal	6. Ocupación a) Obrero b) Empleado c) Ama de casa d) Estudiante e) Otros 7. Ingreso económico a) Menor de 400 nuevos soles b) De 400 a 650 nuevos

					soles c) De 650 a 850 nuevos soles d) De 850 a 1100 nuevos soles e) Mayor de 1100 nuevos soles 8. Sistema de seguro a) Es Salud b) SIS c) Otro seguro d) No tiene seguro
Variable 2 Estilo de vida	La variable fue medida con un instrumento constituido por 25 ítems distribuidos en seis dimensiones aplicado a los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre	<ul style="list-style-type: none"> • Alimentación • Actividad y ejercicio • Manejo del estrés • Apoyo interpersonal • Autorrealización • Responsabilidad en salud 	<ul style="list-style-type: none"> • Estilo de vida saludable • Estilo de vida no saludable 	Escala Nominal	<ul style="list-style-type: none"> • Estilo de vida saludable: 75 – 100 puntos • Estilo de vida no saludable: 25 - 74 puntos

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de información

Técnicas: En esta investigación se utilizó la técnica de la entrevista y observación.

Instrumentos: Se realizó la recolección de datos utilizando 2 instrumentos que se detallan a continuación

Instrumento 01: Cuestionario sobre factores sociodemográficos

Elaborado por la Dra. María Adriana Vílchez Reyes, en la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación (Anexo 03).

Estuvo constituido por 9 ítems distribuidos en 2 partes:

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

Instrumento 02: Escala de estilo de vida

Instrumento elaborado en base al cuestionario de estilo de vida promotor de salud, de Walker E, Sechrist K y Pender N, modificado por Delgado, R; Díaz, R; Reyna, E., para medir el estilo de vida a través de dimensiones: alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud. (Anexo 03)

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 los adultos

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

Los puntajes conseguidos para la escala total resultan del promedio de las diversas respuestas a los 25 ítems; de la misma forma, se procede en cada subescala.

Puntaje máximo: 100 puntos

75 a 100 puntos saludable

74 a menos puntos no saludable

Control de calidad de los datos:

Validez externa:

Se aseguró la validez externa por juicio de expertos presentando el instrumento a cuatro (4) expertos en el área a investigar, quienes con sus recomendaciones proporcionaron mayor calidad y particularidad al instrumento (46).

Validez Interna

Para la validez interna del instrumento se aplicó la fórmula R de Pearson en cada uno de los ítems. Donde, se obtuvo $r > 0.20$ indicó que el instrumento es válido (47) (Anexo 04).

Confiabilidad

Se realizó encuestas a nivel piloto para medir la confiabilidad del instrumento, obteniendo un índice de confiabilidad Alfa de Cronbach mayor a 0.70, lo cual indicó que es confiable (47) (Anexo 05).

3.5 Método de análisis de datos

Procedimiento para la recolección de datos

Para la recolección de datos de la siguiente investigación se consideró lo siguiente:

- Se informó y solicitó el consentimiento a cada adulto haciendo énfasis que los datos y resultados serán totalmente confidenciales.
- Se coordinó la disponibilidad y el tiempo para la fecha de aplicación del instrumento.
- Se realizó la aplicación del instrumento.

- Se desarrolló la lectura del contenido e instrucciones del instrumento a cada adulto.
- El instrumento se aplicó en un tiempo como máximo de 20 minutos.

Análisis y procesamiento de los datos

Para la presente investigación se realizó un análisis descriptivo mediante tabla de frecuencia-porcentaje y promedio-desviación estándar con sus respectivos gráficos según el tipo de variables. De tal manera para el análisis correlacional cuyo fin es que cada variable pertenezca a los factores asociados con el comportamiento de la salud. Donde se utilizó el Chi cuadrado según el tipo que corresponda, presentando el valor con un nivel de confianza del 95%. Asimismo, para el procesamiento y análisis de datos que serán ingresados a una base de datos software estadístico IBM para ser exportados a una base de datos en el software SPSS v. 24.0. y se presentarán en tablas simples, frecuencia y porcentajes para su respectivo análisis.

3.6 Aspectos Éticos

En toda la investigación a realizar, el investigador previamente valoró los aspectos éticos de la misma, además de plantearse si los resultados que se pudieran obtener fueran éticamente posibles, para todas las actividades de investigación realizadas en la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote los principios éticos que las rigen son los establecidos en el reglamento de integridad científica (48).

Respeto y protección de los derechos de los intervinientes: su dignidad, privacidad y diversidad cultural.

Libre participación por propia voluntad: estuvieron informados de los propósitos y finalidades de la investigación en la que participaron, de tal manera que se expresó de forma inequívoca su voluntad libre y específica.

Beneficencia, no maleficencia: durante la investigación y con los hallazgos encontrados, se aseguró el bienestar de los participantes a través de la aplicación de los preceptos de no causar daño, reducir efectos adversos posibles y maximizar los beneficios.

Integridad y honestidad: permitió la objetividad imparcialidad y transparencia en la difusión responsable de la investigación.

Justicia: a través de un juicio razonable y ponderable que permitió la toma de precauciones y limite los sesgos, así también, el trato equitativo con todos los participantes.

IV. RESULTADOS

4.1. FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS

TABLA 1

FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023

Sexo	Nº	%
Masculino	166	47.4%
Femenino	184	52,6%
Total	350	100,0%
Edad (años)	Nº	%
18-35 Años	148	42.3%
36-59 Años	149	42.6%
60 a más Años	53	15.1%
Total	350	100,0%
Grado de instrucción	Nº	%
Analfabeto (a)	0	00,0%
Primaria	32	9.1%
Secundaria	177	50.6%
Superior	141	40.3%
Total	350	100,0%
Religión	Nº	%
Católico	199	56.9%
Evangélico	93	26.6%
Otras	58	16.6%
Total	350	100,0%
Estado Civil	Nº	%
Soltero	96	27.4%
Casado	165	47.1%
Viudo	31	8.9%
Conviviente	58	16.6%
Separado	0	00,0%
Total	350	100,0%

Continúa...

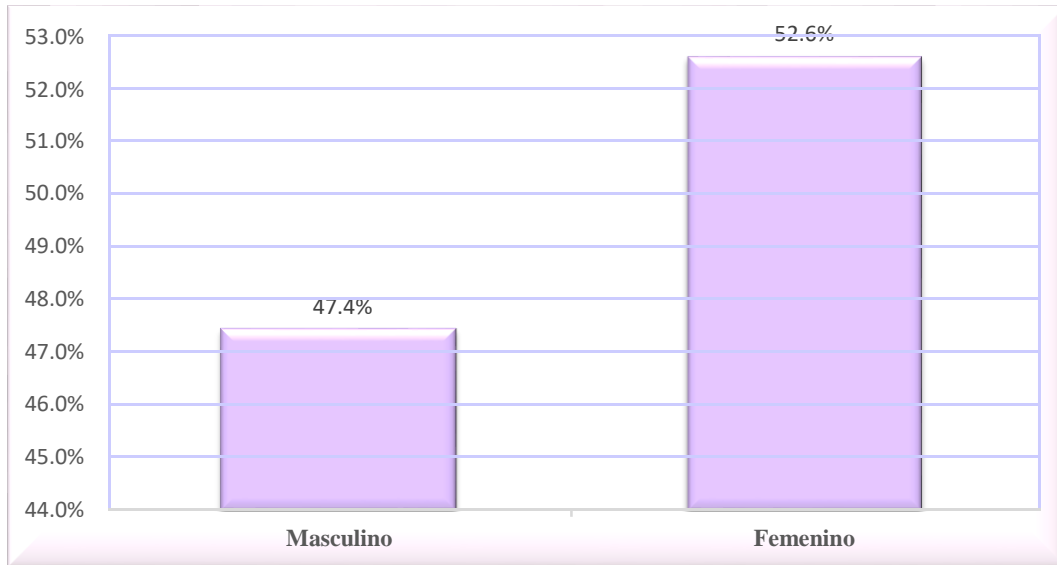
Ocupación	N°	%
Obrero	41	11.7%
Empleado	127	36.3%
Ama de casa	102	29.1%
Estudiante	30	8.6%
Otros	50	14.3%
Total	350	100,0%

Ingreso económico	n	%
Menos de 400 soles	26	7.4%
De 400 a 650 soles	40	11.4%
De 650 a 850 soles	61	17.4%
De 850 a 1100 soles	96	27.4%
Mayor a 1100 nuevos soles	127	36.3%
Total	350	100,0%

Sistema de seguro	n	%
ESSALUD	76	21.7%
SIS	215	61.4%
Otro seguro	11	3.1%
No tiene seguro	48	13.7%
Total	350	100,0%

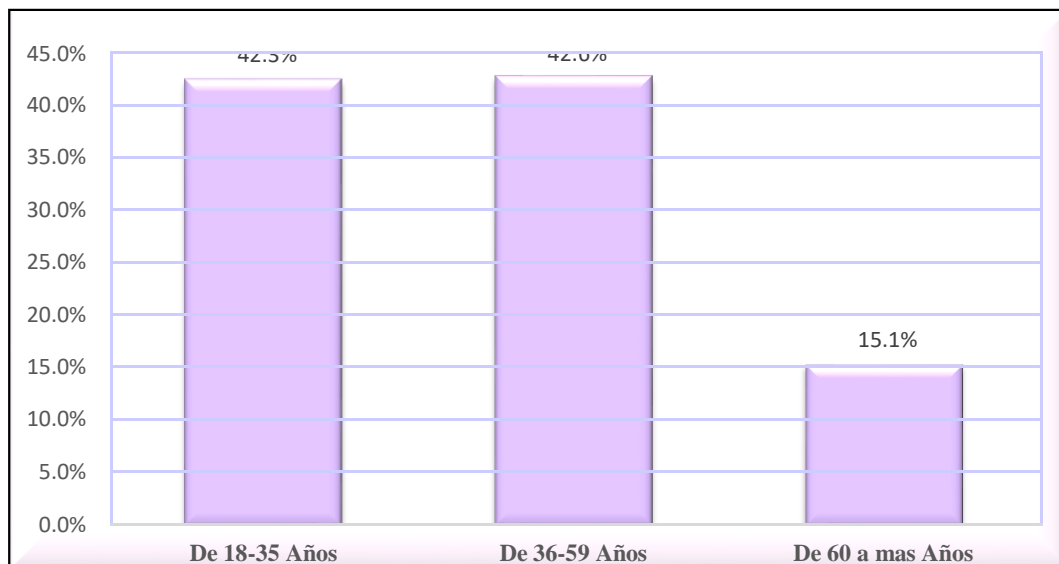
Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos elaborado por Vélchez M. Aplicado a los adultos en el Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023.

FIGURA 1: SEXO DE LOS ADULTOS EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023



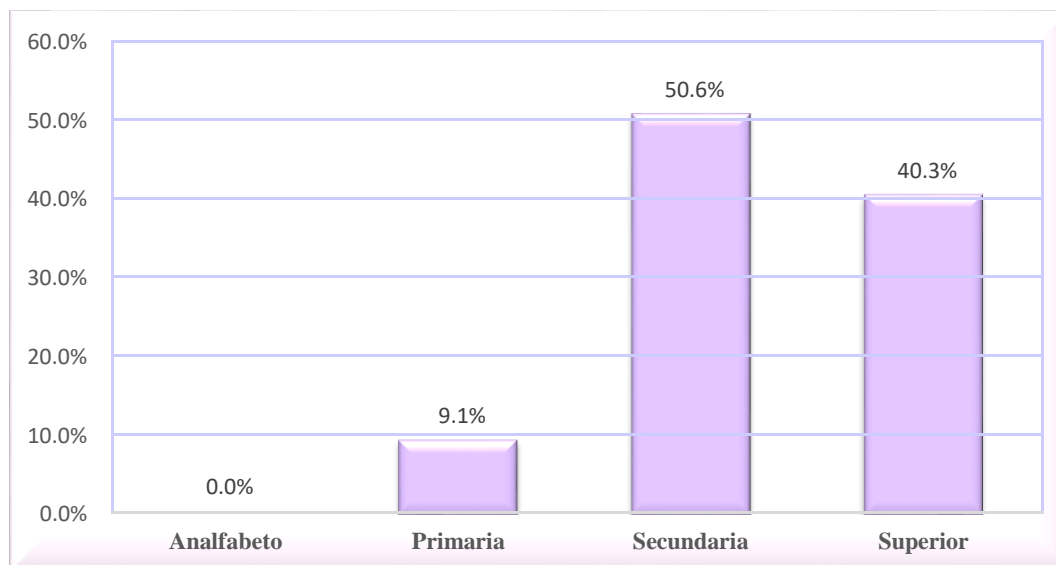
Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos elaborado por Vílchez M. Aplicado a los adultos en el Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023.

FIGURA 2: EDAD DE LOS ADULTOS EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023



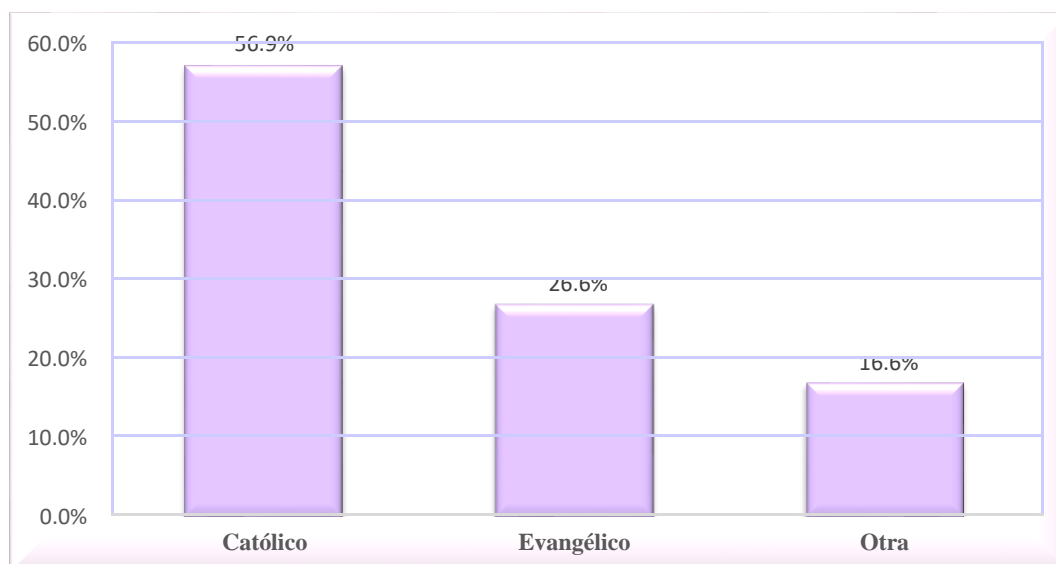
Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos elaborado por Vílchez M. Aplicado a los adultos en el Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023.

FIGURA 3: GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS ADULTOS EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023



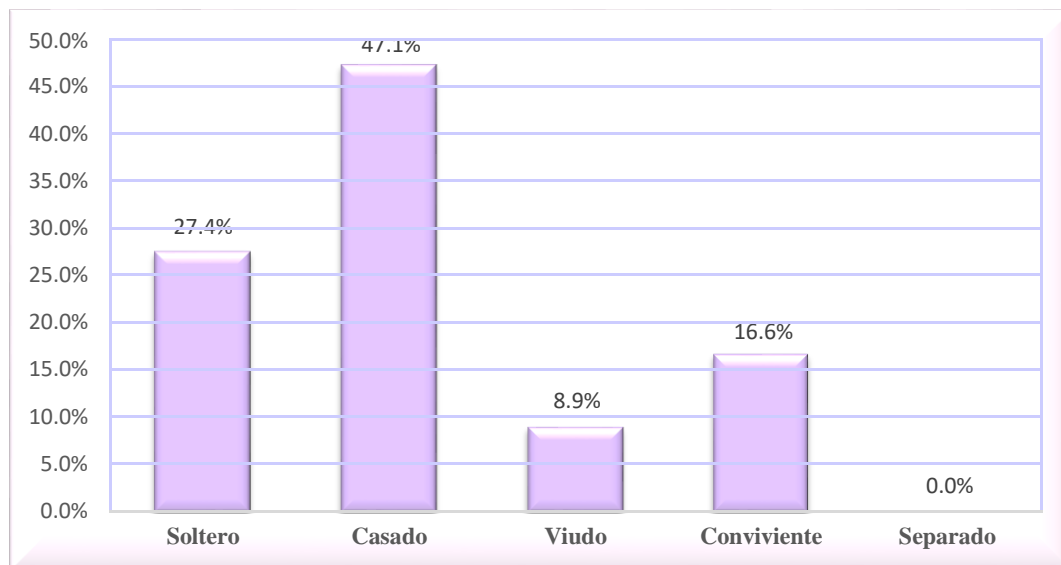
Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos elaborado por Vílchez M. Aplicado a los adultos en el Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023.

FIGURA 4: RELIGIÓN DE LOS ADULTOS EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023



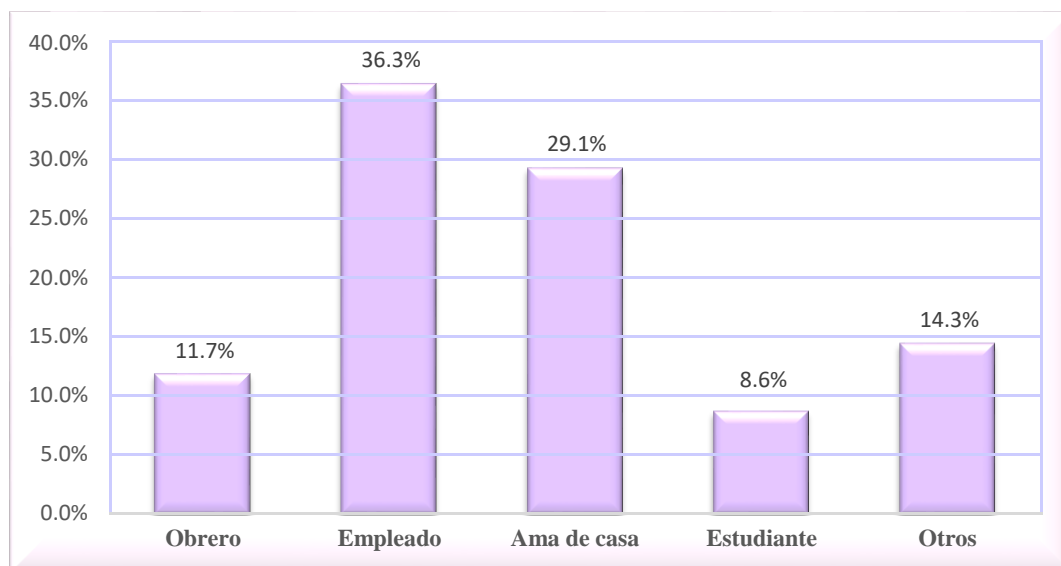
Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos elaborado por Vílchez M. Aplicado a los adultos en el Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023.

FIGURA 5: ESTADO CIVIL DE LOS ADULTOS EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023



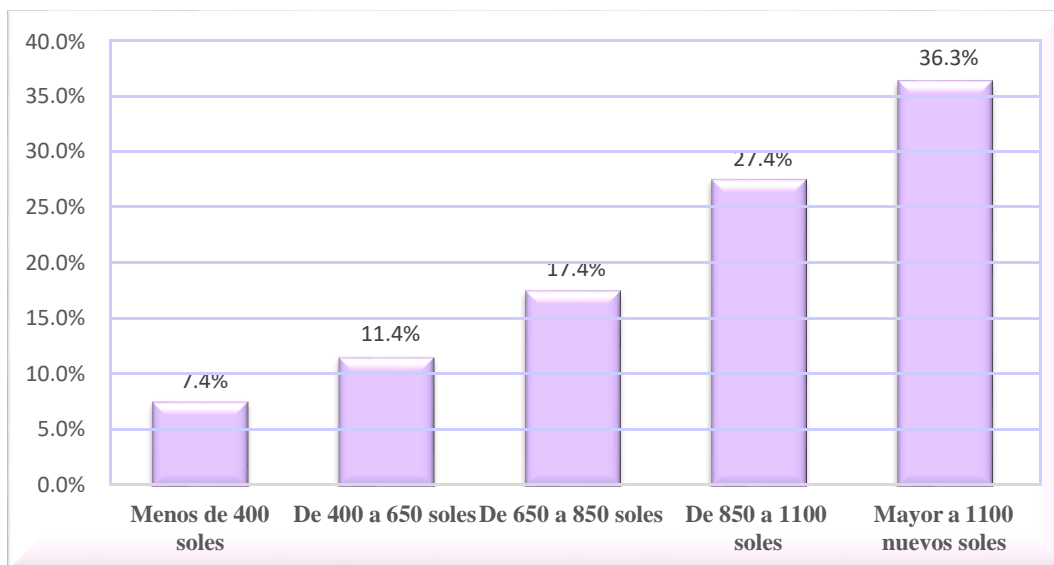
Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos elaborado por Vílchez M. Aplicado a los adultos en el Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023.

FIGURA 6: OCUPACIÓN DE LOS ADULTOS EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023



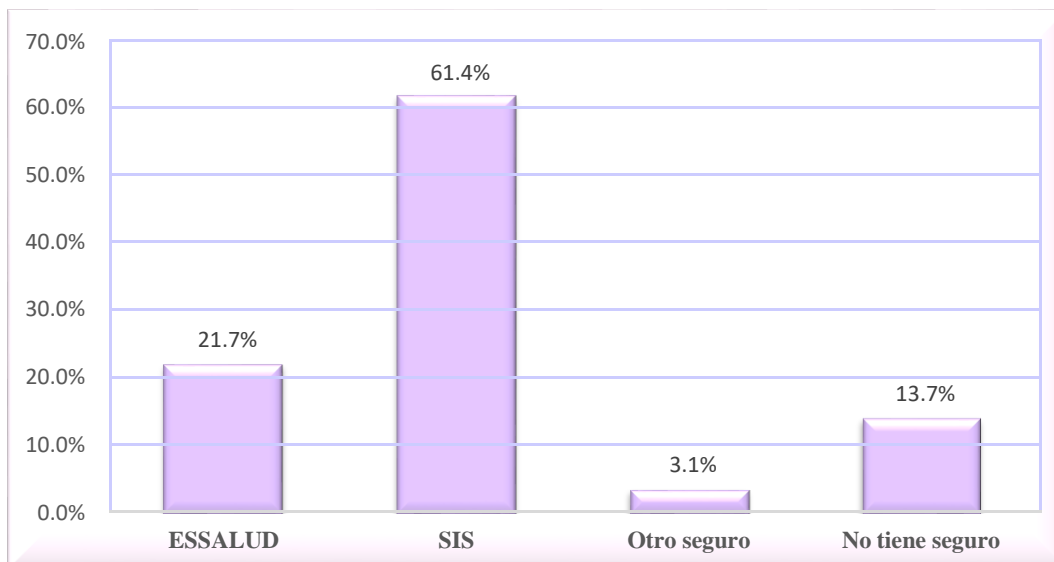
Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos elaborado por Vílchez M. Aplicado a los adultos en el Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023.

FIGURA 7: INGRESO ECONÓMICO DE LOS ADULTOS EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023



Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos elaborado por Vílchez M. Aplicado a los adultos en el Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023.

FIGURA 8: SISTEMA DE SEGURO DE LOS ADULTOS EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023



Fuente: Cuestionario de Factores Sociodemográficos elaborado por Vílchez M. Aplicado a los adultos en el Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023.

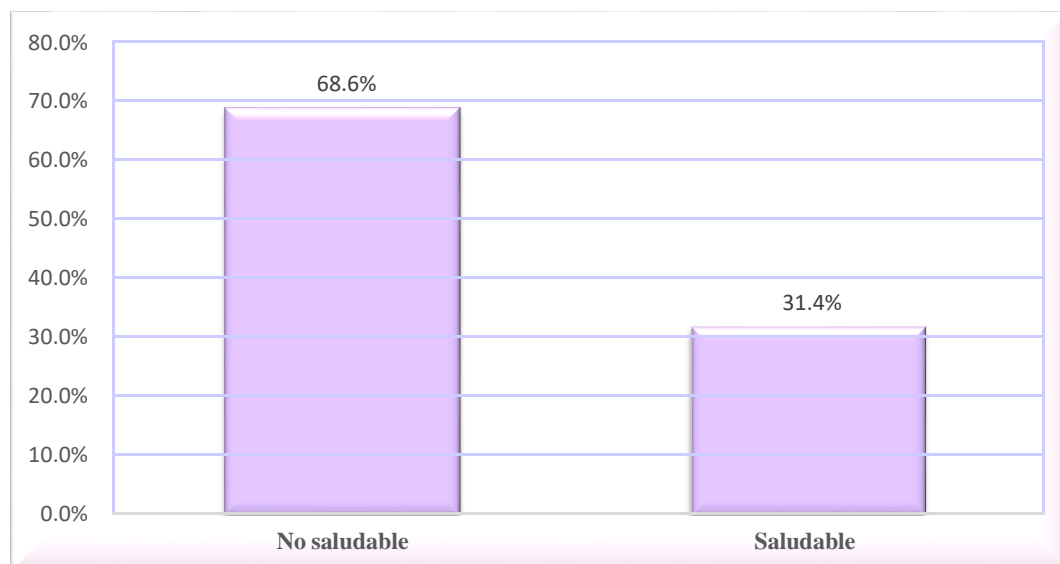
4.2. ESTILOS DE VIDA

TABLA 2
ESTILO DE VIDA DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE
OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023

ESTILO DE VIDA	N°	%
Saludable	110	31.4%
No saludable	240	68.6%
TOTAL	350	100,0%

Fuente: Cuestionario de escala de estilo de vida elaborado por Delgado R, Reyna E, Díaz R. Aplicado a los adultos en el Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023.

FIGURA 9: ESTILO DE VIDA DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE
OCTUBRE_NUEVO CHIMBOTE, 2023



Fuente: Cuestionario de escala de estilo de vida elaborado por Delgado R, Reyna E, Díaz R. Aplicado a los adultos en el Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023.

TABLA 3
RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ESTILO DE VIDA
DEL ADULTO EN EL ASENTAMIENTO HUMANO 3 DE OCTUBRE_NUEVO
CHIMBOTE, 2023

FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS		ESTILO DE VIDA						CHI CUADRADO
		No saludable		Saludable		TOTAL		
		n	%	n	%	n	%	
Sexo	Masculino	117	33.4%	49	14%	166	47.4%	x ² = 0.5348 gl= 1 P= 0.0391 > 0.05
	Femenino	123	35.1%	61	17.4%	184	52.6%	
	TOTAL	240	68.6%	110	31.4%	350	100.0%	No existe relación
Edad	De 18-35 Años	104	29.7%	44	12.6%	148	42.3%	x ² = 1.1979 gl= 2 P= 0.0585 > 0.05
	De 36-59 Años	103	29.4%	46	13.1%	149	42.6%	
	De 60 a más	33	9.4%	20	5.7%	53	15.1%	
	TOTAL	240	68.6%	110	31.4%	350	100.0%	No existe relación
Grado de instrucción	Analfabeto	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	x ² = 0.7272 gl=3 P= 0.0456 > 0.05
	Primaria	20	5.7%	12	3.4%	32	9.1%	
	Secundaria	121	34.6%	56	16.0%	177	50.6%	
	Superior	99	28.3%	42	12.0%	141	40.3%	
	TOTAL	240	68.6%	110	31.4%	350	100.0%	No existe relación
Religión	Católico	131	37.4%	68	19.4%	199	56.9%	x ² = 1.2145 gl= 2 P= 0.0589 > 0.05
	Evangélico	67	19.1%	26	7.4%	93	26.6%	
	Otra	42	12.0%	16	4.6%	58	16.6%	
	TOTAL	240	68.6%	110	31.4%	350	100.0%	No existe relación

Continua...

	Soltero	64	18.3%	32	9.1%	96	27.4%	
	Casado	120	34.3%	45	12.9%	165	47.1%	
Estado civil	Viudo	17	4.9%	14	4.0%	31	8.9%	x ² = 4.2443 gl=4 P= 0.1101 > 0.05
	Conviviente	39	11.1%	19	5.4%	58	16.6%	
	Separado	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	
	TOTAL	240	68.6%	110	31.4%	350	100.0%	
	Obrero	21	6.0%	20	5.7%	41	11.7%	
	Empleado	91	26.0%	36	10.3%	127	36.3%	
Ocupación	Ama de casa	65	18.6%	37	10.6%	102	29.1%	x ² = 11.7131 gl=4 P= 0.1829 > 0.05
	Estudiante	25	7.1%	5	1.4%	30	8.6%	
	Otro	38	10.9%	12	3.4%	50	14.3%	
	TOTAL	240	68.6%	110	31.4%	350	100.0%	Existe relación
	Menor de 400 nuevos soles	21	6.0%	5	1.4%	26	7.4%	
	De 400 a 650 nuevos soles	24	6.9%	16	4.6%	40	11.4%	
Ingreso económico	De 650 a 850 nuevos soles	38	10.9%	23	6.6%	61	17.4%	x ² = 6.4071 gl=4 P= 0.1353 > 0.05
	De 850 a 1100 nuevos soles	63	18.0%	33	9.4%	96	27.4%	
	Mayor a 1100 nuevos soles	94	26.9%	33	9.4%	127	36.3%	
	TOTAL	240	68.6%	110	31.4%	350	100.0%	No existe relación
	ESSALUD	56	16.0%	20	5.7%	76	21.7%	
Sistema de seguro	SIS	145	41.4%	70	20.0%	215	61.4%	x ² = 1.4915 gl=3 P= 0.0653 > 0.05
	Otro seguro	8	2.3%	3	0.9%	11	3.1%	
	No tiene seguro	31	8.9%	17	4.9%	48	13.7%	
	TOTAL	240	68.6%	110	31.4%	350	100.0%	No existe relación

DISCUSIÓN

Tabla 1: Del 100,0% (350) de adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre, el 52,6% (184) son de sexo femenino, el 42.6% (149) tienen entre 36-59 años, el 50.6% (177) tienen grado de instrucción secundaria, el 56.9% (199) tienen religión católica, del 47.1% (165) su estado civil es casado, el 36.3% (127) son empleados, el 36.3% (127) tienen un ingreso económico mayor a 1100 nuevos soles y el 61.4% (215) tienen SIS.

En el Asentamiento Humano 3 de octubre, más de la mitad de adultos son de sexo femenino, puede ser debido a que al momento de recolectar la información muchas mujeres estuvieron en casa, quizá porque la población total de mujeres es mayor o porque se dedican al cuidado del hogar y deben estar en casa más tiempo además por el cuidado de los hijos, mientras que sus parejas se dedican al sustento del hogar, pero en la actualidad, las mujeres cada vez están ganando un mayor campo en el ambiente laboral, preparándose y buscando igualdad en ese aspecto. Las mujeres padecen diversas enfermedades predisuestas por factores biológicos como las diferencias hormonales, genéticas y fisiológicas, además de los factores socioculturales como diferencias en la posición social, comportamiento, estilo de vida, acceso a recursos, estos factores influyen positiva o negativamente en la salud de las mujeres, por ejemplo, los puestos de trabajo pueden llegar a ser un factor de riesgo para su salud.

El sexo de una persona nos define desde que nacemos como masculino o femenino y se registra en el certificado de nacimiento, diferenciando a hombres de mujeres por las hormonas, los cromosomas y genitales. En el Perú, la población conformada por varones y mujeres tiene una ligera ventaja en el sexo femenino, siendo que, en el año 2021, las mujeres representaron el 50,4% de la población total y los hombres el 49,6%, con un índice de masculinidad del 98,5%, es decir que por cada 100 mujeres había 98 varones (49,50).

En el Asentamiento Humano menos de la mitad tienen entre 36-59 años, siendo adultos maduros, de acuerdo con el factor biológico de la variable edad es un enfoque que significará un beneficio o vulnerabilidad del desarrollo humano a lo largo de la vida, siendo el envejecimiento parte del ciclo vital en donde las personas adultas pasan a ser adultos mayores, pero dependerá de diversos factores como se vea afectada su salud en esta etapa.

En la edad adulta se evidencian con el paso del tiempo ciertos cambios a nivel físico,

psicológico, y cognitivo. Además, algunas funciones vitales comienzan a deteriorarse y causan diversos problemas, que pueden ser más o menos graves en función del estilo de vida, hábitos y genética de cada individuo. Diversos hábitos como la falta de ejercicio físico, una dieta poco saludable y el consumo de sustancias nocivas puede traer consecuencias graves como, diabetes, enfermedades cardiovasculares, cáncer, etc (51).

En el Asentamiento Humano 3 de Octubre más de la mitad de adultos tienen grado de instrucción secundaria esto puede ser por la falta de economía, en el caso de las mujeres quizá por un embarazo no planificado no pudieron seguir estudiando por tener la responsabilidad de cuidar a sus hijos, en caso de los hombres quizá porque prefirieron trabajar y ganar dinero antes que estudiar, este porcentaje de adultos puede que no tenga la formación y conocimiento suficiente para llevar un estilo de vida saludable y puede afectar su salud con el paso del tiempo. Por otro lado, un porcentaje de adultos refirió que tiene estudios superiores, en ese caso esas personas estarán mejor preparadas y tendrán mayores oportunidades al momento de postular a un puesto de trabajo, ya que el nivel de educación es muy importante e influirá en la calidad de vida que tengan las personas.

Respecto a la religión, más de la mitad de adultos profesan la religión católica, en el Asentamiento Humano 3 de Octubre se encuentra ubicada la Parroquia Santísima Trinidad, una iglesia católica donde los adultos pueden asistir a misa. La religión tiene influencia en las personas, de manera política, social y cultural, además influye moralmente de los adultos, se enfocan mayormente en fomentar actos de solidaridad, fraternidad y perdón en la sociedad. Las creencias religiosas influyen en las conductas como la alimentación, los vínculos sociales, la manera de vestir o actuar, esto puede aumentar o disminuir las conductas de riesgo que afecten la salud.

La religión es un conjunto de costumbres y creencias establecidas con la suficiencia de dirigir la vida de las personas, a través de sus sagradas escrituras, establecen sus principios morales y deciden lo que está bien o mal y determina los objetivos que persigue. Es uno de los pilares más importantes en la cultura de un país, tienen un gran impacto en la sociedad proporcionan principios éticos y morales a quienes la siguen, buscando un buen comportamiento en la vida según las creencias de cada religión (52).

Respecto al estado civil de los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre, menos de la mitad tienen estado civil casado, esto muestra que la familia convive en un buen ambiente familiar, además si en el matrimonio hay hijos de por medio es muy importante que sientan que existe una buena relación de sus padres para que sientan la seguridad del hogar, ya que el divorcio o separación de los padres puede crear inestabilidad emocional en los hijos, un matrimonio en armonía genera seguridad e influye en la calidad de vida de la pareja.

En los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre, menos de la mitad son empleados y tienen ingreso económico mayor a 1100 soles esto significa que tienen una buena economía y esto es importante ya que no solo servirá para cumplir con las necesidades básicas, sino la familia podrá tener un mejor bienestar. Los adultos podrán cubrir sus necesidades y vivir cómodamente, además este aspecto es importante porque influye en la alimentación, al tener una buena economía la familia puede consumir los alimentos adecuados y cuidar su alimentación sin preocuparse por el costo de los productos, pueden brindar a sus hijos una mejor educación, lo que influirá en su futuro. Además, si ocurriera algún accidente o problema médico de algún miembro, la familia tendría la oportunidad de sustentar los gastos.

Por otro lado, un porcentaje de los adultos de este Asentamiento Humano tiene un ingreso económico menor de 400 soles, esto puede ser porque son adultos jóvenes, que recién alcanzaron la mayoría de edad, quizá algunos solo cuentan con trabajos eventuales o de medio tiempo para sustentar sus gastos, algunos son estudiantes, en ese caso también les resta tiempo para generar ingresos y por ello aún dependen de sus padres para cubrir sus gastos. También hay adultos mayores, que no tienen las fuerzas para seguir trabajando, solo algunos pueden trabajar en trabajos livianos, pero en su mayoría dependen de organizaciones como pensión 65 y de sus familiares, en especial los hijos, para poder sustentar sus gastos. Esto puede ser un problema, ya que al depender de alguien económicamente no tienen las mismas facilidades que los otros adultos, si se presenta alguna situación imprevista como un accidente o enfermedad también dependerían de otra persona para solucionarlo.

El ingreso económico son las entradas monetarias que se adquieren producto de una actividad laboral, ya sea comercial o profesional, mediante un salario. Los ingresos sirven para cubrir las necesidades básicas y determinan significativamente el bienestar económico familiar y personal, influyendo en la calidad de vida de una persona, pudiéndose decir que mientras las

personas tengan un buen ingreso económico, influirá positivamente en su salud y estilo de vida (53).

En los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre, la mayoría cuentan con SIS, quizá por la facilidad que existe actualmente de obtener el seguro gratuito, con solo presentar los datos de identificación y recibo de agua o luz pueden obtener seguro los miembros de la familia, tener seguro es muy importante ya que el adulto es propenso a sufrir diversas enfermedades y debería realizarse constantes chequeos médicos para prevenir esas enfermedades y además es de ayuda por si la persona padece de alguna enfermedad pueda controlarla. El Asentamiento Humano cuenta con un Puesto de salud en donde los adultos acuden para realizarse chequeos médicos, análisis, recibir medicinas y tratar diversas enfermedades, con su seguro si sufren de alguna emergencia o en algunas situaciones más graves la posta lo deriva al hospital para el tratamiento.

El Seguro Integral de Salud (SIS) está destinado a personas que no cuenten con un seguro de salud y estén en condición de pobreza, madres gestantes, menores de cinco años, entre otros. El SIS busca que los residentes en el territorio peruano puedan atenderse de manera gratuita en todos los establecimientos de salud públicos del Ministerio de Salud y de los gobiernos regionales. Según el MINSA (54), en los últimos cuatro años, ha permitido que más de 25 millones de residentes en el país cuenten con cobertura para la atención en salud, cerca del 70% de la población en el país, buscando un aseguramiento universal en salud.

Por otro lado, existe un porcentaje de adultos que no cuenta con seguro de salud, eso es un problema, ya que los adultos no tendrán un seguro si ocurre un accidente o enfermedad, además, en los adultos conforme pasa el tiempo se empiezan a presentar diversos problemas de salud, es por ello que son muy importantes las consultas y chequeos médicos para prevenir o detectar a tiempo diversas enfermedades crónicas en su mayoría que se dan en los adultos. Además, es importante asistir a los puestos de salud para orientarse en diversos temas preventivo promocionales, y las personas que no tienen seguro en su mayoría no asisten a los puestos de salud por el costo que implica la atención, por ello siguen con las conductas inadecuadas que afectan su salud hasta que se presenta alguna enfermedad y recién acuden a consulta, esto también afecta la economía, ya que los gastos médicos son elevados.

De acuerdo con los resultados obtenidos, se puede realizar un análisis en base al sustento

teórico del modelo de promoción de la salud de Nola Pender (27) este modelo permite comprender los comportamientos de las personas y su relación con la salud, buscando la formación de conductas saludables. Existen diversos factores que influyen en la salud de las personas pudiendo ser psicológicos, biológicos y socioculturales, además la conducta previa y las características heredadas y adquiridas condicionan las creencias y permiten la conducta de promoción de la salud. Es decir, Pender señala que cada persona tiene características y experiencias personales que afectan sus acciones posteriores y eso influirá positiva o negativamente en su salud.

Los resultados obtenidos se asemejan a los encontrados por Depaz M, (55) en su investigación titulada “Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven Primavera Baja_Chimbote, 2019”, en donde, del 100% (198) de adultos, el 61,6% (122) son sexo femenino, 42,4% (84) son adultos maduros y el 71,2% (141) tienen SIS.

Los resultados guardan relación con la investigación realizada por Medina R, (56) en su investigación “Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven Porvenir “B” Sector 12 _ Chimbote, 2019”. En donde, del 100% (240) de los adultos del Pueblo Joven Porvenir “B” Sector 12, el 51,0% (123) es femenino, el 55,0% (132) tienen edades de 36 a 59 años, el 45,0% (107) tiene grado de instrucción secundaria, el 64,0% (154) profesan la religión católica, el 36,0% (87) son casados, el 31,0% (74) son empleados, y el 47,0% (112) tienen SIS.

En otros lugares con características similares a la investigación realizada también se presenta la misma problemática, por ello el Ministerio de salud debe considerar los resultados obtenidos y así puedan evitar factores de riesgos que más adelante puedan influir o afectar de manera negativa en la salud de los adultos del Asentamiento Humano, actuar al respecto para mejorar su entorno y puedan tener una mejor calidad de vida.

Como propuesta de mejora, es importante que los agentes de la comunidad en coordinación con el municipio puedan identificar las necesidades que atraviesan los adultos como el nivel de educación inferior, los bajos ingresos económicos, ausencia de un trabajo estable. Considerando

que la municipalidad debe facilitar a los adultos la culminación de sus estudios, crear programas educativos, dando las facilidades, ya que al ser personas adultas también tienen carga familiar y deben trabajar, por ello muchos no se dan el tiempo de concluir sus estudios y algunos solo cuentan con grado de instrucción primaria, la municipalidad además debe implementar programas de trabajo, creando oportunidades laborales en donde puedan tener un mejor ingreso económico para sustentar los gastos en sus hogares y tener una mejor calidad de vida. Además, el puesto de salud debe concientizar a los pobladores sobre la importancia de los chequeos médicos para la prevención y la detección oportuna de enfermedades y explicando las facilidades que existen en la actualidad para obtener un seguro de salud.

Se concluye que más de la mitad de los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre son de sexo femenino, menos de la mitad tienen entre 36-59 años y tienen grado de instrucción secundaria, más de la mitad profesan religión católica, además, menos de la mitad su estado civil es casado, son empleados y tienen un ingreso económico mayor a 1100 nuevos soles y la mayoría tienen SIS.

Y por último se puede concluir que los indicadores encontrados pueden influir de manera indirecta a la salud de los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre, como sería con el hecho que, más de la mitad de adultos son de sexo femenino, ya que las mujeres corren el riesgo y se exponen a diversas enfermedades que solo afecta a su sexo, además menos de la mitad tienen grado de instrucción secundaria, siendo una desventaja para los adultos al no tener una carrera superior ya sea técnica o profesional que pueda darles las facilidades al momento de buscar trabajo, pudiendo con ello mejorar su economía, tener una mejor calidad de vida y brindarles la economía para solventar cualquier problema de salud que se pueda presentar.

Tabla 2: Del 100% (350) de adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre el 68.6% (240) tienen un estilo de vida no saludable y el 31.4% (110) tienen un estilo de vida saludable.

En los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre, la mayoría tienen un estilo de vida no saludable, los adultos que no tienen estilos de vida adecuados tienen mayor riesgo de sufrir enfermedades no transmisibles que afectarán su calidad de vida y bienestar en general. Refieren que no brindan la atención necesaria a la información dada por el personal de salud, no participan actividades que promuevan su salud como campañas de concientización, asimismo

refirieron consumir sustancias nocivas, por este motivo es fundamental educar en beneficio de los adultos. Además, se observa en el Asentamiento humano que los adultos acuden al puesto de salud por enfermedades como diabetes e hipertensión que son enfermedades no transmisibles en donde tiene gran influencia el estilo de vida no saludable de las personas.

Según los resultados la mayoría tienen un estilo de vida no saludable, en donde no se alimentan de manera adecuada, no realizan actividad física o quizá no están orientados al respecto, es por ello que el personal de salud se debe enfocar en orientar a los adultos sobre los adecuados estilos de vida, respecto a una adecuada alimentación, hábitos de sueño y orientar sobre los hábitos inadecuados que afectarán su salud futura. Los adultos deben ser conscientes sobre la importancia de los estilos de vida en su salud, esto podría ayudar a que vivan más años, y no solo eso, sino que vivirán con una mayor calidad de vida. Los adultos deben tener en cuenta reducir la ingesta de grasas saturadas, aumentar el consumo de frutas y verduras y realizar actividad física para mantener un peso acorde a su estatura y edad, además deben tener cuidado al consumir alimentos envasados por su alto contenido de grasas trans, calorías, azúcares entre otros que son perjudiciales para su salud, pero los adultos no lo tienen en cuenta.

Los estilos de vida saludable son fundamentales para lograr el completo bienestar de las personas, físico y mental, teniendo hábitos adecuados para el cuidado de nuestra salud. Esto implica reducir en su mayoría los factores de riesgo presentes que puedan afectar negativamente la salud, refiriéndose a la actividad física, alimentación y consumo de sustancias nocivas. Son actitudes para mantener cuerpo y mente sanos para satisfacer las necesidades diarias, además influye en el logro de metas, aumenta la autoestima y mejora la forma de ver la vida (57).

Un estilo de vida saludable favorece mucho el funcionamiento del cuerpo, la mente y ayuda en la prevención de diversas enfermedades no transmisibles, mejoran la calidad de vida y previenen de obesidad, diabetes, enfermedades respiratorias y cardiovasculares. En donde los hábitos como realizar ejercicio físico, dormir las horas adecuadas de acuerdo a la edad y seguir una alimentación equilibrada mejorará el bienestar de las personas (58). Por ende, es de suma importancia que el personal del Puesto de Salud continúe concientizando a los adultos con campañas de salud brindando sesiones educativas con los temas principales para el cuidado adecuado de su salud, donde puedan mejorar su conducta o hábitos y puedan tener un estilo de vida saludable y lograr su bienestar.

Es necesario indicar que menos de la mitad de adultos del Asentamiento Humano tienen un estilo de vida saludable, indicaron conocer sobre las conductas saludables que pueden generar un bienestar en su salud, en lo que determina a su alimentación, son conscientes en consumir alimentos balanceados y nutritivos, realizan actividad física periódicamente y cuidan su salud, sin embargo, el personal de salud debe proporcionar a una mayor cantidad de adultos la información y los medios para su autocuidado con la finalidad de no contraer enfermedades crónicas o degenerativas y así puedan tener una mejor calidad de vida.

Se puede decir que la alimentación de los adultos del Asentamiento Humano estará determinada por las características personales de los mismos como el sexo, la edad, los hábitos de vida, la actividad física, la cultura, los alimentos disponibles y hábitos alimentarios. Además, las preferencias y creencias individuales influirán en la elección de los alimentos a consumir y los ingresos económicos, siendo que los precios de los alimentos afectarán la asequibilidad de alimentos saludables. Por ello, se debe fomentar un entorno alimentario saludable, promoviendo una dieta equilibrada, diversificada y sana.

La alimentación es uno de los pilares más importantes para tener un estilo de vida saludable, ya que podría evitar el desarrollo de diversas enfermedades crónicas no transmisibles. Por ello cada vez es más importante tener en cuenta las recomendaciones de los profesionales sanitarios sobre la alimentación, siendo una parte primordial en la prevención y promoción de la salud. Aun así, la alimentación es solo un aspecto del estilo de vida, siendo que otros determinantes, como puede ser el sedentarismo o el estrés, deben ser también tenidos en cuenta (59). Respecto a la alimentación de los adultos del Asentamiento Humano, se puede decir que influyen mucho sus costumbres, la crianza que tuvieron desde niños y lo que se les inculcó, usualmente se alimentan 3 veces al día, siendo su desayuno almuerzo y cena, pero muchos no incluyen alimentos balanceados en su vida diaria como frutas, vegetales y legumbres, además no ingieren la cantidad suficiente de agua que su cuerpo necesita, manifiestan consumir gran cantidad de productos procesados y mencionan también que no identifican las etiquetas de las comidas empaquetadas antes de consumirlas, ello puede causar un daño en su organismo y aumentar el riesgo de contraer enfermedades crónicas degenerativas como lo son la diabetes, hipertensión arterial u otras.

Según la OMS (60) una dieta saludable ayuda a protegernos de la malnutrición, así como de las enfermedades no transmisibles, entre ellas la diabetes, las cardiopatías, los accidentes cerebrovasculares y el cáncer. Sin embargo, el aumento de la producción de alimentos procesados, el aumento de la urbanización y el cambio en los estilos de vida han dado lugar a un cambio en los hábitos alimentarios. Actualmente, las personas consumen más grasas, alimentos hipercalóricos, sal/sodio y azúcares libres; por otra parte, muchas personas no consumen suficiente fibra dietética frutas y/o verduras.

La actividad física es muy importante en los adultos del Asentamiento Humano, para mantener su salud y prevenir enfermedades, ya que se ha descubierto que su práctica regular prolonga la esperanza de vida por medio de la obtención de todos sus beneficios, sin embargo, la prevalencia del sedentarismo sigue presente y en aumento, los adultos manifiestan no realizar actividad física debido a la falta de tiempo ya sea por la demanda del trabajo, por otras obligaciones del hogar o por la falta de motivación aún conociendo que será beneficioso para su salud, por ende, la inactividad física aumenta el riesgo de padecer obesidad y enfermedades crónicas no transmisibles, lo cual perjudicaría su bienestar. Aun así, indican que realizan actividades diarias que incluyan el movimiento del cuerpo como caminar, subir escaleras y otras actividades similares, por ello es fundamental que la población en mención opte por conocimientos con el fin de realizar acciones que favorezcan su bienestar físico y mental, además así, evitar problemas de estrés ya que podría ser detonante de diversos padecimientos como migrañas, ansiedad o depresión.

La OMS (61) define la actividad física como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, cuando produce un consumo de energía. Está demostrado que la actividad física regular ayuda a prevenir y controlar enfermedades no transmisibles, como los accidentes cerebrovasculares, la diabetes, las enfermedades cardíacas y varios tipos de cáncer. También ayuda a mantener un peso corporal adecuado, prevenir la hipertensión y puede ayudar a mejorar la salud mental y la calidad de vida.

Referente al manejo del estrés, los adultos del Asentamiento Humano pueden tener problemas de estrés por diversas causas, entre las que podríamos mencionar las dificultades personales, por ejemplo, problemas familiares, falta de ingresos, soledad, preocupación por el futuro u otros, también los problemas laborales o la existencia de problemas en la comunidad o

entorno. Por ello, es relevante destacar la importancia de educar a la población sobre el manejo del estrés con métodos sencillos de aprender y realizar, tal vez realizando estrategias de distracción o relajación los cuales se pueden emplear en diferentes situaciones. Las intervenciones educativas son esenciales, ya que permiten que las personas reciban información precisa y herramientas de utilidad, que permitan tener una información adecuada y así mejorar su salud física y mental.

El manejo del estrés es donde la persona puede reducir, controlar o enfrentar los problemas que tiene a diario, el estrés afecta tanto a la mente como al cuerpo, cuando el estrés pasa a ser excesivo tiene consecuencias físicas y psíquicas, ya que los niveles de estrés recurrentes o elevados no tratados pueden afectar el estado emocional, la salud física o las relaciones interpersonales, causando insomnio, hipertensión, baja autoestima, entre otros. Sin embargo, podemos aprender a lidiar con él para sentirnos menos abrumados y mejorar nuestro bienestar físico y mental (62).

Las relaciones interpersonales son importantes porque ayudan a las personas a reconocerse a sí mismas y a construir su identidad, reconocer principios y valores propios para desenvolverse de manera adecuada en la sociedad. Es importante para los adultos del Asentamiento Humano hacer nuevos amigos y mantener sus amistades, compartir experiencias y empatizar con otros, ya que si no tienen adecuadas relaciones interpersonales pueden sentirse solos, ocasionando un padecimiento psicológico que les afectará negativamente. Por ello deben ser capaces de conservar relaciones interpersonales que les aporten positivamente, pero a la vez ser capaz de terminar aquellas negativas que bloqueen su crecimiento personal.

Las relaciones interpersonales son un modo de vincularse que existe entre dos o más personas basado en sentimientos, emociones, intereses, etc, creando así vínculos y grupos sociales que constituyen la sociedad por completo. Desarrollan un papel clave en el desarrollo de una persona, están presentes desde el nacimiento hasta el fin y permiten sentirnos competentes ante diversas situaciones y obtener una gratificación social que aportará equilibrio y felicidad (63).

Con respecto a la autorrealización algunos adultos pueden sentirse insatisfechos al respecto, ya que muchos no lograron tener estudios superiores o incluso no lograron terminar la educación

básica regular, lo que les impide de alguna manera desenvolverse en alguna carrera que hubieran deseado, privándoles de un mejor trabajo y un mejor salario, por otro lado, en el caso de las mujeres muchas son amas de casa, solo se dedican al cuidado del hogar e hijos y aunque quieren a su familia sienten que podrían ser capaces de realizar muchas cosas más con sus capacidades si tuvieran la oportunidad y el tiempo necesario para ello.

La autorrealización no es un concepto asociado al éxito, tal como se puede entender a veces, pues, para ello no se necesita contar con la aprobación de los demás. Sino implica el dejar huellas en el mundo por medio de nuestros dones, capacidades y talentos, persiguiendo nuestra vocación. La autorrealización guarda una estrecha relación con las fortalezas humanas, debido a que consiste en concretar la expresión de las propias capacidades, en función de aspiraciones y metas para el provecho, no solo de la persona a nivel individual, sino también en su dimensión social (64).

En cuanto a la responsabilidad en salud, los adultos del Asentamiento Humano se atienden en el puesto de salud 3 de Octubre, ahí realizan el control de sus ENT y les dan la medicina para su tratamiento. Muchos de los adultos padecen enfermedades como diabetes e hipertensión y deben llevar un control periódico por ello, la mayoría cuenta con SIS, eso les facilita y no tienen que hacer gastos adicionales. Por otro lado, algunos adultos que no cuentan con un seguro de salud y eso es un problema si llegan a padecer alguna enfermedad. Hay adultos que no pasan consulta medica cuando es por algún dolor leve, resfrío o enfermedades comunes, por el hecho que deben madrugar para sacar ticket de atención en el Puesto de Salud y prefieren solo automedicarse comprando en alguna farmacia cercana u optan por el consumo de medicina natural o alternativa por la falta de tiempo, además que no se realizan sus chequeos preventivos como mínimo una vez al año, lo que es importante para poder detectar de manera oportuna factores de riesgo o enfermedades crónicas que perjudiquen su salud.

Es importante incentivar a la población su participación en campañas de salud, con la finalidad de que estén informados sobre temas para mejorar su salud y bienestar, además para que tengan el conocimiento sobre el consumo de sustancias nocivas, ya que en ocasiones debido a la falta de conocimiento sobre el riesgo que ocasionan estas sustancias a largo plazo muchas personas consumen sin restricción y sin pensar en su salud futura, por ello es importante que tomen conciencia y mejoren su comportamiento, evitando los hábitos perjudiciales para su

salud.

En cuanto a la responsabilidad en salud define la capacidad de disfrutar un bienestar saludable más allá de lo físico la cual llega a un grado de bienestar mental y social saludable que permite como personas tener una vida plena y tener consciencia de los efectos potenciales peligrosos hacia los hábitos que lleva la persona son aquellas acciones que velan por el bienestar de la salud física y mental, son hábitos que incorporamos en nuestra rutina diaria y nos ayudan a garantizar una mejor calidad de vida mientras envejecemos (65).

El estilo de vida puede ser saludable o no saludable, estando asociado con un conjunto de comportamientos y patrones de conducta como la actividad física, la alimentación, el manejo del estrés y la responsabilidad en salud. Nola pender (66) define al estilo de vida como un grupo de hábitos de la conducta que mantiene una estrecha relación con la salud de una forma más extensa, es decir con aquel que brinde bienestar y desarrollo en el individuo. Los compartimentos de cada persona que se originan mediante la percepción de salud y situaciones que se presentan en la vida cotidiana, evidenciando el estilo de vida en distintas dimensiones. Con respecto a la teoría de promoción de la salud, se puede decir que por medio de esta teoría se puede llegar a comprender la manera en cómo se comportan las personas y cómo podemos ayudar para que tengan estilos de vida saludable.

Existen diversos determinantes afectan la vida y salud de los adultos, por ello, Marc Lalonde (67) en su modelo de determinantes de salud, explica la importancia de todos aquellos determinantes, en donde, el estilo de vida es el que más influye y afecta la salud de las personas, este se refiere al conjunto de hábitos y conductas que intervienen en la vida diaria. Por ende, las decisiones que los adultos realizan día a día, su manera de actuar y la relación que tiene con el entorno físico y social influye directamente en su estado de salud, por ello, es de suma importancia tener un estilo de vida saludable ya que de lo contrario puede ser perjudicial.

Los resultados son similares a los obtenidos por Palacios G, (68) en su investigación “Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven El Porvenir “A” Sector 7_Chimbote, 2019”. En donde, del 100% (200) de adultos del Pueblo Joven el Porvenir “A” sector 7, respecto a los factores de estilos de vida, el 78,5% (157) no tiene un

estilo de vida saludable y el 21,5% (43) de adultos tienen un estilo de vida saludable.

Los resultados se asemejan a los obtenidos por Morales S, (69) en su investigación titulada “Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor en el Asentamiento Humano Chiclayito Castilla- Piura, 2021”. En donde, del 100% (120) de adultos, el 63,0% (76) tienen un estilo de vida no saludable y el 37,0% (44) tienen un estilo de vida saludable.

Los resultados difieren a los encontrados por Ramos J, (33) en su investigación que tituló: “Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven La Unión Sector 24 _Chimbote, 2019”. Donde, del 100% (178) de adultos del Pueblo Joven la Unión Sector 24, el 78,1% (139) llevan un estilo de vida saludable, mientras que el 21,9% (39) tienen un estilo de vida no saludable.

Existen diversos estudios que se asemejan a la investigación realizada en donde la mayoría de adultos tienen un estilo de vida no saludable, esto en un futuro puede ocasionar problemas de salud como son las enfermedades crónicas no transmisibles en las cuales influye mucho el estilo de vida que tengan las personas. Puede deberse a diversos factores como el estilo de crianza, a sus costumbres, al lugar donde viven, la pobreza, la falta de información, entre otros, que no lleven un estilo de vida saludable. Por ello es muy importante incentivar a los adultos y que tomen conciencia sobre los hábitos de vida que tienen que tener para llevar un estilo de vida saludable y puedan mejorar su calidad de vida.

Ante el problema existente, como propuesta de mejora es importante que los adultos tomen conciencia de la importancia de un estilo de vida saludable y lo que conlleva para su futuro, las autoridades deberían realizar campañas preventivo – promocionales de salud en coordinación con el Puesto de Salud 3 de Octubre para que los adultos del Asentamiento Humano tengan mayor conocimiento sobre el tema y puedan tomar decisiones que mejoren su estilo de vida, además informarles sobre las diversas enfermedades que provocan a futuro los estilos de vida no saludables, como prevenirlas y la importancia de un tratamiento oportuno.

Concluyendo con el análisis, los adultos del Asentamiento Humano en su mayoría tienen un estilo de vida no saludable por las mismas prácticas de acciones inadecuadas, no llevan una alimentación adecuada, no realizan actividad física, tienen problemas para el manejo del estrés

y no son responsables con su salud, ya sea por consumo de sustancias nocivas, consumo de medicamentos sin prescripción médica etc. lo que les puede ocasionar diversos problemas de salud en el futuro. Aparentemente los adultos están sanos, pero al tener un estilo de vida no saludable puede que tengan problemas de salud actualmente que aún no se manifiestan con síntomas que les genere una alarma y que al no acudir al centro de salud y realizarse los análisis correspondientes no pueden averiguarlo, esto en un futuro puede seguir empeorando y causar problemas mayores si no mejoran su estilo de vida. Por ello es importante que el Puesto de Salud y las autoridades realicen estrategias como campañas de salud brindando información sobre la importancia del estilo de vida y como afecta la salud de las personas, con la finalidad de crear conciencia en la población y evitar los problemas que contrae como las enfermedades crónicas que afectan principalmente a los adultos.

Tabla 3:

Del 100,0% (350) de adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre, el 68.6% (240) tienen estilo de vida no saludable y el 31.4% (110) tienen estilo de vida saludable. Al analizar la relación entre los factores sociodemográficos y estilo de vida del adulto en el Asentamiento Humano 3 de Octubre, se encontró que no existe relación respecto a las variables sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ingreso económico, y sistema de seguro con el estilo de vida, mientras que con la variable ocupación si existe relación con el estilo de vida.

La mayoría de variables no guardan relación con el estilo de vida de los adultos del Asentamiento Humano, según Pender (27) las dimensiones y relaciones que generan o modifican la conducta promotora de la salud está dirigida a resultados de salud positivos buscando un bienestar óptimo, su teoría menciona que los estilos de vida están definidos como un conjunto de hábitos o conductas rutinarios que ejecutan las personas en respuesta a un proceso de adecuación y se asocian a comportamientos, tradiciones y procesos sociales de la población que conlleva a alcanzar una buena calidad de vida. Es decir, la promoción de la salud está motivada por el deseo de aumentar el bienestar personal, en donde la familia, los amigos y los profesionales de la salud son fuente importante de influencia que consiguen aumentar o reducir la responsabilidad y la participación en la conducta promotora de salud de las personas.

En los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre, el 52.6% (184) son de sexo

femenino en donde el 35.1% (123) tienen estilo de vida no saludable y el 17.4% (61) tienen estilo de vida saludable y no existe relación estadísticamente significativa respecto a la variable sexo con estilo de vida siendo $X^2 = 0.5348$ y $P = 0.0391$. En este caso el hecho de ser hombre o mujer no influye en el estilo de vida de las personas, si tienen o no un estilo de vida saludable no está predispuesto por el sexo, en todo caso para llevar un estilo de vida saludable influyen otros factores como las decisiones que tome cada persona. En la actualidad muchas mujeres cumplen con el rol de padre y madre en el hogar ya que sufrieron una separación y tienen niños a su cuidado lo que les deja poco tiempo para su cuidado personal, eso puede influir negativamente en el cuidado de su salud, al tener un estilo de vida no saludable con el tiempo pueden sufrir de ENT como algunos casos en donde refirieron que padecen hipertensión y sobrepeso por lo cual están expuestas a padecer diabetes mellitus o enfermedades cardiovasculares.

De acuerdo a la variable edad en los adultos, el 42.6% (149) tienen edades entre 36-59 años, en donde, el 29.4% (103) tienen estilo de vida no saludable y el 13.1% (46) tienen estilo de vida saludable. No existe relación estadísticamente significativa respecto a la variable edad con el estilo de vida siendo $X^2 = 1.1979$ y $P = 0.0585$, en donde menos de la mitad son adultos maduros, pero esto no se relaciona con las actitudes que tengan para llevar su estilo de vida, al ser adultos maduros se esperaría que tengan una mayor responsabilidad con el cuidado de su salud ya que pueden realizar actividad física, tienen la madurez al actuar y tienen oportunidades por su edad al momento de realizar sus actividades diarias, pero los comportamientos que realizan en su estilo de vida no tienen que ver con la edad que tienen.

De acuerdo a la variable grado de instrucción en los adultos, el 50.6% (177) tienen grado de instrucción secundaria, en donde, el 34.6% (121) tienen estilo de vida no saludable y el 16.0% (56) tienen estilo de vida saludable. Relacionando la variable grado de instrucción con estilo de vida no existe relación estadísticamente significativa siendo $X^2 = 0.7272$ y $P = 0.0456$, más de la mitad de adultos tienen grado de instrucción secundaria, muchos no son profesionales, pero tienen negocios o trabajos para poder sustentar sus gastos, pero según el estudio el grado de instrucción no guarda relación con el estilo de vida de esta población y al tener este nivel de estudios no quiere decir que sus estilos de vida son saludables, esto depende más de los hábitos que han ido adquiriendo en el transcurso de su vida.

Los adultos del Asentamiento Humano no ponen su estilo de vida como prioridad, el grado de instrucción no garantiza que la persona opte por un estilo de vida saludable y tenga comportamientos o acciones propios para tener una mejor calidad de vida. Es por ello que la importancia de la teoría de Nola Pender radica en su enfoque en la promoción de la salud, la prevención de enfermedades, fortalecer las habilidades y capacidades de las personas para tomar decisiones adecuadas y mejorar el control de los determinantes que afectan su salud.

De acuerdo a la variable religión en los adultos, el 56.9% (199) profesan la religión católica, en donde, el 37.4% (131) tienen estilo de vida no saludable y el 19.4% (68) tienen estilo de vida saludable. Al relacionar la variable religión con estilo de vida se encontró que no existe relación estadísticamente significativa siendo $X^2= 1.2145$ y $P= 0.0589$, los adultos tienen diversas religiones cada uno elige que religión seguir, más de la mitad de adultos son de religión católica y desarrollan sus costumbres y creencias sin influir en su estilo de vida, es decir, un estilo de vida saludable o no saludable no dependerá de la religión que profesen.

Por ende, existen católicos que tienen un estilo de vida no saludable, que realizan conductas inadecuadas para mantener su salud, como el consumo de alcohol, alimentos poco saludables y en cantidades desmedidas, la falta de ejercicio. Por otro lado, se evidencia una cantidad minoritaria de adultos que son católicos con un estilo de vida saludable, la formación en el sentido de vivir, las conductas morales lo afianzaron a su manera de ser, generando en ellos conductas que promueven su salud, como consumir alimentos balanceados, ejercicio de manera constante, disminuyendo la probabilidad de padecer enfermedades.

De acuerdo a la variable estado civil en los adultos, el 47.1% (165) tiene estado civil casado, en donde, el 34.3% (120) tienen estilo de vida no saludable y el 12.9% (45) tienen estilo de vida saludable. En la variable estado civil con estilo de vida no existe relación estadísticamente significativa siendo $X^2= 4.2443$ y $P= 0.1101$, menos de la mitad de los adultos están casados, tienen un compromiso con su familia, en donde el estilo de vida no estaría influenciado por este aspecto. La persona se adapta y se desarrolla dentro de su entorno formando actitudes frente al cuidado de su salud independientemente de cuál sea su estado civil.

Nola Pender (70) dentro de su modelo no describe el estado civil como tal, pero es influyente en la adopción de un estilo de vida adecuado, en donde la salud mental de la persona influirá en

un estilo de vida saludable o no saludable. Una persona con estado civil casado se puede decir que tiene una sensación de bienestar, superación, felicidad por la compañía de la pareja a comparación de una persona sola, divorciada o que haya tenido una pérdida, ya que cuando se tiene una pérdida hay riesgo de sufrir ansiedad, depresión, sensación de soledad, aislamiento, generando en la persona un descuido en su salud, por ende, la parte emocional juega un papel importante para tener un estado de bienestar.

De acuerdo a la variable ocupación en los adultos, el 36.3% (127) son empleados, en donde, el 26.0% (91) tienen estilo de vida no saludable y el 10.3% (36) tienen estilo de vida saludable. Respecto a la variable ocupación con estilo de vida si existe relación estadísticamente significativa siendo $X^2= 0.1101$ y $P= 9.487729$, es decir la ocupación de los adultos tiene relación con el estilo de vida, es decir, el trabajo que tengan determinará si tienen un estilo de vida saludable o no, influyendo los horarios de trabajo en los hábitos de sueño y horario de alimentación. Los adultos son empleados, su ocupación va a influir en su salud ya sea de manera positiva o negativa, en muchas ocasiones los adultos no se alimentan de manera balanceada porque al ir a trabajar se levantan temprano y a veces no toman desayuno o no consumen un desayuno adecuado y esta clase de conductas puede traerles problemas en su salud, es un factor importante ya que va a determinar algunas conductas, como no hacer ejercicios por la falta de tiempo o cansancio y/o alimentación inadecuada por priorizar el trabajo descuidando su salud.

Nola Pender (70) dentro de su modelo no describe específicamente la variable ocupación como tal, pero sí acerca del compromiso para la adquisición de una conducta en salud. Se aplicará a la generación de una conducta en salud referido a la ocupación, llevando a la persona que tome ciertas actitudes sean estas beneficiosas o no en su salud, si el adulto se mantiene en un ambiente laboral hostil, padece de sobrecarga laboral o problemas en los horarios de trabajo puede generar crisis afectando tanto la parte psicológica como física. Por ello dependerá de las actitudes que tome frente a esta situación el estilo de vida que tenga. De acuerdo a la ocupación que desempeñe influirá en su estilo de vida, siendo que si es un trabajo en donde tenga que mantenerse sentado la mayor parte del día descuidará su salud por no realizar actividad física generando posteriormente sobrepeso y posiblemente el riesgo de contraer alguna enfermedad.

De acuerdo a la variable ingreso económico en los adultos, el 36.3% (127) tienen un ingreso económico mayor a 1100 nuevos soles, en donde, el 26.9% (94) tienen estilo de vida no

saludable y el 9.4% (33) tienen estilo de vida saludable. En relación de la variable ingreso económico con estilo de vida no existe relación estadísticamente significativa siendo $X^2=6.4071$ y $P=0.1353$, menos de la mitad de los adultos tienen un ingreso económico mayor de 1100 soles, pero ello no conlleva a tener un estilo de vida saludable, es decir, los adultos a pesar de tener los recursos económicos para comprar alimentos adecuados, solventar sus gastos y comprar cosas necesarias para mejorar su calidad de vida no lo realizan, siendo que compran alimentos procesados o gastan sus recursos comprando bebidas alcohólicas, generando en ellos malos hábitos para el cuidado de su salud

Nola Pender (70) describe dentro de los factores socioculturales al ingreso económico, siendo este importante para el logro de un estilo de vida saludable directa o indirectamente, protegerá tanto el desarrollo personal y el profesional, con la intención de ser precavidos ante enfermedades o malestares en el futuro, pudiendo estos causar algún desbalance económico por los costosos tratamientos que existen, además, las personas con un ingreso económico más bajo pueden enfrentar barreras o problemas para acceder a opciones de alimentos saludables. El tener hábitos saludables servirá para mantener una salud adecuada, aminorando los gastos innecesarios que se originen.

De acuerdo a la variable sistema de seguro en los adultos, el 61.4% (215) tienen SIS., en donde, el 41.4% (145) tienen estilo de vida no saludable y el 20.0% (70) tienen estilo de vida saludable. Con respecto al sistema de seguro con estilos de vida no existe relación estadísticamente significativa siendo $X^2=1.4915$ y $P=0.0653$, los adultos aunque cuentan con un sistema de seguro no realizan acciones adecuadas para mantener un estilo de vida saludable, ya que deberían asistir a consultas preventivas, la mayoría de adultos cuentan con el SIS, este seguro les permite asistir a la posta del Asentamiento Humano en donde realizan el control y tratamiento de diversas enfermedades, además les ayuda para detectar a tiempo posibles enfermedades que podrían tener.

Nola Pender (71) menciona que los estilos de vida o hábitos de vida están definidos como un conjunto de conductas que realizan las personas en respuesta a un proceso de adaptación, y están asociados a tradiciones, procesos sociales y comportamientos de las personas y grupos de población que llevarán a la satisfacción de sus necesidades humanas para alcanzar una adecuada calidad de vida. Asociando esto con la variable sistema de seguro se puede decir que la mayoría

cuenta con SIS, pero aun así no tienen un estilo de vida saludable, no tienen conductas adecuadas para el cuidado de su salud, los adultos no se realizan chequeos preventivos, se automedican por no asistir al Puesto de Salud o realizan otras acciones perjudiciales para su salud, frente a ello el Puesto de Salud debe implementar estrategias preventivo - promocionales en donde fomente e inculque los estilos de vida saludables en la población.

Los resultados obtenidos difieren con el estudio de Huamán J, (32) titulado “Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Asentamiento Humano Ricardo Palma_Chimbote, 2019”, en donde, al relacionar los factores sociodemográficos con el estilo de vida se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre el sexo y el estilo de vida, pero el estilo de vida si tiene relación con la edad ($X^2=11,36$ y $P\text{-valor}=0,003$), con el grado de instrucción ($X^2=15,94$ y $P\text{-valor}=0,001$), con el estado civil ($X^2=23,55$ y $P\text{-valor}=0,000$), con la ocupación ($X^2=17,69$ y $P\text{-valor}=0,001$), también tiene relación con el ingreso económico ($X^2=16,05$ y $P\text{-valor}=0,002$) y por último el estilo de vida si tiene relación con el tipo de seguro ($X^2=10,47$ y $P\text{-valor}=0,014$).

Los resultados obtenidos se asemejan a la investigación realizada por Trujillo L. (72) que tituló “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del Centro Poblado De Machac_Chavín De Huántar, 2021.”, en donde, al relacionar los factores sociodemográficos con el estilo de vida se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre los factores sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ingreso económico y tipo de seguro; pero si existe relación con el factor sexo y ocupación.

Existen otras investigaciones que se asemejan con la presente investigación, en donde el estilo de vida no guarda relación con la mayoría de factores, siendo que, el estilo de vida se da producto también de las tradiciones, los procesos sociales y el comportamiento propio de las personas, es decir, las decisiones que tomen las personas frente al cuidado de su salud no estarán directamente vinculadas a estos factores sociodemográficos, aun así es importante recalcar la importancia de estas investigaciones para obtener conocimiento sobre el tema y comparar los resultados y conclusiones obtenidos respecto a su estilo de vida siendo otro espacio geográfico.

Como propuesta de mejora es necesario realizar campañas por parte del personal del establecimiento de salud con la finalidad de brindar la consejería respectiva sobre los diversos factores que influyen en la salud de los adultos del Asentamiento Humano, brindando sesiones demostrativas sobre los alimentos que son beneficiosos para su salud y mencionando los factores de riesgos que pueden perjudicar su salud, así podrán mejorar sus hábitos. Se debe incentivar en los adultos a llevar una alimentación saludable, realizar actividad física y se realicen chequeos médicos con la finalidad de que tomen conciencia y contribuyan en el cuidado de su salud implementando los estilos de vida saludables en su vida diaria. Además, se sugiere que los adultos que no hayan terminado sus estudios puedan inscribirse en cursos que les ayuden a tener un mejor empleo y así tengan mejores ingresos económicos para solventar su hogar, de tal manera tendrán la oportunidad de mejorar su calidad de vida. Otro punto relevante sería generar puestos de trabajo con mayor rentabilidad y de tal manera puedan mejorar su condición de vida.

Se concluye que en la mayoría de factores no existe relación con el estilo de vida como lo es en el caso de la edad lo que quiere decir que para tener hábitos de vida saludable la edad no tiene influencia, tampoco con el grado de instrucción, en donde los adultos cuentan con nivel secundario y esto se evidencia en los conocimientos que tienen para la formación de una conducta favorable en salud. Además, no existe relación con el estado civil ya que cada adulto es autónomo, decidiendo de manera independiente sus hábitos de salud. La ocupación es el único factor que tiene relación, ya que los adultos tanto hombres como mujeres trabajan, muchos son empleados y esto influirá en su estilo de vida ya que el inadecuado uso del tiempo puede llevarlos a descuidar su salud. Hay un número considerable de adultos que no tienen estilo de vida saludable, por ello es necesario orientar y concientizar a las personas en diversos temas como lo son el consumo de alimentos saludables, la actividad física diaria, la importancia de las actividades recreativas para disminución del estrés, importancia de los chequeos periódicos, etc.

V. CONCLUSIONES

- Se caracterizó los los factores sociodemográficos de los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre encontrándose que más de la mitad son de sexo femenino, menos de la mitad tienen entre 36-59 años y tienen grado de instrucción secundaria, más de la mitad profesan religión católica, además, menos de la mitad su estado civil es casado, son empleados y tienen un ingreso económico mayor a 1100 nuevos soles y la mayoría tienen SIS. Por lo tanto, se espera que las autoridades locales se enfoquen, inviertan y ejecuten acciones y medidas para mejorar la calidad de vida de los adultos teniendo en cuenta los factores afectados y las necesidades que atraviesan los adultos como el nivel de educación inferior, los bajos ingresos económicos o la ausencia de un trabajo estable, considerando que deben posibilitar a los adultos la culminación de sus estudios, brindando oportunidades con el fin que puedan mejorar esos aspectos.
- Se caracterizó el estilo de vida de los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre encontrándose que la mayoría tienen un estilo de vida no saludable y menos de la mitad tiene un estilo de vida saludable. Se puede decir que este grupo poblacional por el estilo de vida que tiene actualmente padece el riesgo de presentar enfermedades en un futuro. Por ello se deberían realizar campañas informativas de salud para dar a conocer a los adultos sobre la importancia de un estilo de vida saludable y de esta manera pueden prevenir diversas enfermedades a futuro y así puedan tener una mejor calidad de vida.
- Se explicó la relación de los factores sociodemográficos con el estilo de vida, mostrando que no existe relación estadísticamente significativa respecto a los indicadores sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ingreso económico, y sistema de seguro con el estilo de vida, mientras que con el indicador de ocupación si existe relación estadísticamente significativa con el estilo de vida. Por ello se deben tener en cuenta los diferentes factores, como las condiciones biológicas, económicas y sociales porque afectan directa o indirectamente la salud de los adultos e influyen en su estilo de vida, actuando de manera oportuna para evitar problemas futuros en la salud de los adultos.

VI. RECOMENDACIONES

- Dar a conocer los resultados de la presente investigación a las autoridades municipales respecto a los factores sociodemográficos que afectan a los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre así como también al centro de salud de la comunidad, esperando que se elaboren y ejecuten acciones para lograr la sensibilización y concientización a través de programas preventivo - promocionales acerca de los diversos factores que influyen en la salud de los adultos buscando su bienestar.
- Los profesionales del puesto de salud deben concientizar a los pobladores sobre la importancia de los estilos de vida saludables, informando sobre la importancia de los chequeos médicos para la prevención y la detección oportuna de enfermedades, explicando las facilidades que existen en la actualidad para obtener un seguro de salud y así los adultos del Asentamiento Humano puedan ser atendidos de forma oportuna.
- Los profesionales en ciencias de la salud deberán observar los resultados obtenidos en esta investigación, las conclusiones y las recomendaciones planteadas, realizar investigaciones similares buscando analizar la situación de salud de los adultos y plantear alternativas de solución para mejorar su situación.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Olivero I. Dualidades del Concepto de Salud. Educación y Salud Boletín Científico Instituto de Ciencias de la Salud Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo [Revista en Internet]. 2023 [citado 20 octubre 2023]; 11 (22): 92 - 104. Disponible en: <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ICSA/article/view/10853/10248>
2. Organización Mundial de la Salud. Envejecimiento y salud [Internet]. OMS: 2022 [citado 20 octubre 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
3. Naciones Unidas para Europa Occidental. Más de 122 millones de personas en todo el mundo se han sumado a las filas del hambre desde 2019 [Internet]. 2023 [citado 20 octubre 2023]. Disponible en: <https://unic.org/es/el-estado-de-la-seguridad-alimentaria-y-la-nutricion-en-el-mundo/>
4. Organización Mundial de la Salud. Obesidad [Internet]. OMS: 2023 [citado 20 octubre 2023]. Disponible en: https://www.who.int/es/health-topics/obesity#tab=tab_1
5. Organización Mundial de la Salud. Enfermedades no transmisibles [Internet]. 2019 [citado 20 octubre 2023]. Disponible en: https://www.who.int/es/health-topics/noncommunicable-diseases#tab=tab_1
6. Gobierno de México. El sobrepeso y la obesidad se ha incrementado en todo el mundo durante las últimas tres décadas [Internet]. 2023 [citado 20 octubre 2023]. Disponible en: <https://www.gob.mx/siap/es/articulos/el-sobrepeso-y-la-obesidad-se-ha-incrementado-en-todo-el-mundo-durante-las-ultimas-tres-decadas>
7. Guillén J. Esta es la primera causa de muerte en España (y se puede prevenir). [Internet]. 2023 [citado 20 octubre 2023]. Disponible en: <https://cuidateplus.marca.com/bienestar/2023/06/15/primera-causa-muerte-espana-prevenir-180601.html>
8. Salud en las Américas. Determinantes sociales y ambientales de la Salud. [Internet]. 2023 [citado 20 octubre 2023]. Disponible en: <https://hia.paho.org/es/paises-2022/perfil-chile>
9. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Población peruana alcanzó los 33 millones 726 mil personas en el año 2023 [Internet]. INEI: 2023 [citado 20 octubre 2023]. Disponible en: <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/poblacion-peruana-alcanzo-los-33-millones-726->

mil-personas-en-el-ano-2023-14470/

10. Instituto Peruano de Economía. En el 2022, el 21% de los ancashinos vivía en condiciones de pobreza. [Internet]. IPE: 2023 [citado 20 octubre 2023]. Disponible en: <https://www.ipe.org.pe/portal/en-el-2022-el-21-de-los-ancashinos-vivia-en-condiciones-de-pobreza/>
11. Mariluz O. ¿Cuáles serán las principales causas de muerte en el futuro? [Internet]. Empresa Editora Gestión; 2023 [citado 20 octubre 2023]. Disponible en: <https://gestion.pe/peru/cuales-seran-las-principales-causas-de-muerte-en-el-futuro-ceplan-enfermedad-no-transmisible-oms-noticia/?ref=gesr>
12. Estado Peruano. Nutricionistas advierten que 7 de cada 10 peruanos sufre de exceso de peso. [Internet]. Gob.pe: 2023 [citado 20 octubre 2023]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/720469-minsa-nutricionistas-advierten-que-7-de-cada-10-peruanos-sufre-de-exceso-de-peso>
13. Huamán J. Sobrepeso y obesidad en el Perú [Internet]. 2023 [citado 20 octubre 2023]. Disponible en: <https://www.patamarilla.com/2023/03/sobrepeso-y-obesidad-en-el-peru/>
14. Espinoza L. Diabetes tipo 2: 65% de personas en el Perú no logra el control de la enfermedad por estas razones. El Comercio [Internet]. 2023 [citado 20 octubre 2023]. Disponible en: <https://elcomercio.pe/bienestar/salud-fisica/diabetes-2-alrededor-del-65-de-personas-en-el-peru-no-logra-el-control-de-la-enfermedad-y-ya-es-considerada-una-epidemia-motivos-y-recomendaciones-para-el-tratamiento-insulina-noticia/?ref=ecr>
15. Estado Peruano. ¿Qué es la diabetes? [Internet]. Gob.pe: 2023 [citado 20 octubre 2023]. Disponible en: <https://www.gob.pe/15369-que-es-la-diabetes>
16. Exitosa Noticias. Áncash: Reportan incremento de casos de diabetes en adultos [Internet]. 2022 [citado 20 octubre 2023]. Disponible en: <https://www.exitosanoticias.pe/exitosa-peru/ancash-reportan-incremento-casos-diabetes-adultos-n87606>
17. Albinagorta J. Áncash: Diresa promueve estilos de vida saludable en marco a la «Semana de Oro» Ancash Noticias [Internet]. 2023 [citado 20 octubre 2023]. Disponible en: <https://ancashnoticias.com/2023/07/21/ancash-diresa-promueve-estilos-de-vida-saludable-en-marco-a-la-semana-de-oro/>
18. Suárez D. Factores que influyen en el estilo de vida de los adultos mayores en la ciudadela

Virgen del Carmen - Santa Elena [Tesis de Grado]. Universidad Estatal Península de Santa Elena: La Libertad; 2021 [citado 28 octubre 2023]. Disponible en: <https://repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/6459/1/UPSE-TEN-2021-0144.pdf>

19. Castro J. Estilos de vida y factores de riesgo relacionados con la enfermedad cardiovascular en estudiantes universitarios [Tesis de Grado]. Escuela Internacional de Doctorado: Murcia; 2022 [citado 28 octubre 2023]. Disponible en: <https://repositorio.ucam.edu/bitstream/handle/10952/6046/Tesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
20. Castro R. Estilos y calidad de vida de los adultos mayores de la Comunidad Patuco, Cantón Célica, en el periodo septiembre 2018 - agosto 2019 [Tesis de Grado]. Universidad Nacional de Loja: Ecuador; 2019 [citado 28 octubre 2023]. Disponible en: <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/22609/1/TESIS%20ROSITA%20Digital.1.pdf>
21. Bautista O. Factores socioculturales y estilos de vida de los adultos del Centro Poblado Ñunya Jalca - Amazonas, 2022 [Tesis de Grado]. Universidad del Señor de Sipán: Perú; 2023 [citado 28 octubre 2023]. Disponible en: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/11263/Bautista%20Palomino%20Osmar%20Cristian.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
22. Tarazona L. Estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos, centro poblado de paria – independencia - huaraz, 2021 [Tesis de Grado]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote: Perú; 2023 [citado 28 octubre 2023]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/34810/ESTILOS_VIDA_TARAZONA_ZAMBRANO_LESLIE_KARINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
23. Soriano A. Estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del Centro Poblado de Shiqui – Cátac, 2020. [Tesis de Grado]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote: Perú; 2020 [Citado 28 octubre 2023]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/16781/ADULTOS_ESTILO_DE_VIDA_SORIANO_CORONEL_AMY_MINERVA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
24. Dominguez J. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado

- al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del Pueblo Joven San Juan "Jirón San Marcos"_Chimbote, 2021 [Tesis de Grado]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote: Perú; 2023 [Citado 28 octubre 2023]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/34797/PROMOCION_SALUD_DOMINGUEZ_GIRON_JACKELIN_JANETH.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- 25.** Carrillo C. factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del Asentamiento Humano Juan Bautista Álvarez Vera_Nuevo Chimbote, 2021 [Tesis de Grado]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote: Perú; 2023 [Citado 28 octubre 2023]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32709/PREVENCION_SALUD_CARRILLO_APONTE_CECILIA_BRILLIT.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- 26.** Carrión D. Estilo de vida y Factores Biosocioculturales del adulto joven. Asentamiento Humano Santa Rosa del Sur - Nuevo Chimbote, 2020 [Tesis de Grado]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote: Perú; 2020 [Citado 28 octubre 2023]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/16932/ADULTOS_JOVENES_ESTILOS_CARRION_TORRES_DENISS_FIORELLA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- 27.** Peraza X, et al. Modelo de promoción de salud en la Universidad Metropolitana de Ecuador. Medisur [Revista en Internet]. 2019 [citado 30 octubre 2023]; 17 (6): 903 - 906. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1727-897X2019000600903&script=sci_arttext&tlng=en
- 28.** Torres L, et al. Promoción y educación para la salud en la prevención de las infecciones respiratorias agudas. Hum. Méd. [Revista en Internet]. 2018 [citado 30 octubre 2023]. 18 (1): 122 - 136. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/hummed/hm-2018/hm181k.pdf>
- 29.** Organización Panamericana de la Salud. Promoción de la Salud [Internet]. OPS; 2020 [citado 30 octubre 2023]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>
- 30.** Cajal A. Nola Pender: biografía y teoría de la promoción de la salud. Lifeder [Internet]. 2021 [citado 30 octubre 2023]. Disponible en: <https://www.lifeder.com/nola-pender/>
- 31.** Godoy O. Modelos y teoría de enfermería. Facultad de Ciencias Médicas UNR [Internet].

- 2023 [citado 30 octubre 2023]. Disponible en: https://fcm.unr.edu.ar/wp-content/uploads/2023/05/TEORIAS-Y-MODELOS-2DA-PARTE_compressed.pdf
- 32.** Huaman J. Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Asentamiento Humano Ricardo Palma_Chimbote, 2019 [Tesis de Grado]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote: Perú; 2020 [citado 30 octubre 2023]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/20017/ADULTO_FACTORES_HUAMAN_SANTIAGO_JAVES_AZUSA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- 33.** Ramos J. Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven la Unión Sector 24 _Chimbote, 2019 [Tesis de Grado]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote: Perú; 2020 [citado 30 octubre 2023]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19292/ADULTO_FACTORES_RAMOS_ECHEVARRIA_JEANETTE_ISABEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- 34.** Alvarenga E. Promoción de la salud y prevención de la enfermedad. El salvador [Internet]. 2019 [citado 30 octubre 2023]. Disponible en: <https://dokumen.tips/documents/promocion-de-la-salud-y-prevencion-de-la-a-mejorar-saludcalidad-de-vida-poblaciones.html?page=8>
- 35.** Choque D. Epidemiología Descriptiva [Internet]. Universidad Técnica de Oruro; 2021 [citado 30 octubre 2023]. Disponible en: <https://www.studocu.com/bo/document/universidad-central-bolivia/histologia-ii/epidemio-nota-85/15111051>
- 36.** Valles A. Modelos y Teorías de Salud Pública [Internet]. 2020 [citado 30 octubre 2023]. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/339662890_Modelos_y_Teorias_de_Salud_Publica
- 37.** De La Guardia M, Ruvalcaba J. La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria. JONNPR [Revista en internet]. 2020 [citado 30 octubre 2023]; 5 (1): 81 - 90. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2529-850X2020000100081
- 38.** Gobierno de México. Factores Sociodemográficos [Internet]. 2021 [citado 20 octubre

- 2023]. Disponible en:
<https://www.gob.mx/sspc/observatorio-reclutamiento/documentos/factores-sociodemograficos>
- 39.** Carranza R, Caycho T, Salinas S, Ramírez M, Campos C, Chuquiستا K, et al. Efectividad de intervención basada en modelo de Nola Pender en promoción de estilos de vida saludables de universitarios peruanos. *Rev Cubana Enfermer* [Revista en internet]. 2019 [citado 30 octubre 2023]; 35 (4): 2859. Disponible en:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192019000400009
- 40.** Hernández B, et al. evaluación de los aspectos integrales de la adultez en un individuo con adicción al tabaco. Universidad de Magdalena [Internet]. 2018 [citado 30 octubre 2023]. Disponible en:
https://www.researchgate.net/publication/329526143_evaluacion_de_los_aspectos_integrales_de_la_aduldez_en_un_individuo_con_adiccion_al_tabaco
- 41.** Ochoa J, Yunkor Y. El estudio descriptivo en la investigación científica. Universidad Autónoma del Perú [Revista en Internet]. 2020 [citado 30 octubre 2023]. Disponible en:
<http://revistas.autonoma.edu.pe/index.php/AJP/article/view/224/191>
- 42.** Córdoba N. Metodología de la Investigación I [Internet]. Universidad Nacional de Rosario; 2023 [citado 30 octubre 2023]. Disponible en:
<http://200.3.125.79:8080/bitstream/handle/2133/25465/MAC2349-CuadMetod1-Enf-2023.pdf?sequence=3&isAllowed=y>
- 43.** Calle S. Diseños de investigación cualitativa y cuantitativa. [Internet]. 2023 [citado 30 octubre 2023]. Disponible en:
<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/7016>
- 44.** Pérez J. Definición de sociodemográfico [Internet]. 2020 [citado 30 octubre 2023]. Disponible en:
<https://definicion.de/sociodemografico/#:~:text=Los%20indicadores%20sociodemogr%C3%A1ficos,-Un%20indicador%20sociodemogr%C3%A1fico&text=Puede%20decirse%20que%20lo%20sociodemogr%C3%A1fico,la%20edad%20son%20datos%20sociodemogr%C3%A1ficos>

45. García J, et al. Dimensiones de los estilos de vida saludable durante el confinamiento por COVID-19 en la población mexicana. Prospectiva [Revista en internet]. 2022 [citado 30 octubre 2023]; (34), 249-270. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0122-12132022000200249
46. López R, et al. Validación de instrumentos como garantía de la credibilidad en las investigaciones científicas. Rev Cub Med Mil [Revista en internet]. 2019 [citado 30 octubre 2023]; 48 (1): 390. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572019000500011
47. Pérez G. ¿Qué es y para qué sirve el Alfa de Cronbach? LinkedIn [Internet]. 2022 [citado 30 octubre 2023]. Disponible en: <https://es.linkedin.com/pulse/qu%C3%A9-y-para-sirve-el-alfa-de-cronbach-gabriel-p%C3%A9rez-le%C3%B3n->
48. Consejo Universitario de la ULADECH Católica. Reglamento de integridad científica en la investigación- Versión 001. Chimbote; 2023.
49. Planned Parenthood. Sexo e identidad de género [Internet]. 2021 [citado 20 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://www.plannedparenthood.org/es/temas-de-salud/identidad-de-genero/sexo-e-identidad-de-genero>
50. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Perú: Estado de la Población en el año del Bicentenario [Internet]. INEI; 2021 [citado 20 de noviembre de 2023]. Disponible en: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1803/libro.pdf
51. Montagud N. Adultez intermedia: qué es, características y cómo nos afecta [Internet]. 2021 [citado 20 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://psicologiaymente.com/desarrollo/aduldez-intermedia>
52. Marín A. Religión [Internet]. Economipedia; 2020 [citado 20 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://economipedia.com/definiciones/religion.html>
53. Tributi. ¿Qué son los ingresos en mis finanzas personales y familiares? [Internet]. 2021 [citado 20 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://www.tributi.com/mis-finanzas-personales/que-son-los-ingresos-en-mis-finanzas-personales-y-familiares>
54. Ministerio de Salud. Más de 25 millones de personas cuentan con Seguro Integral de Salud [Internet]. MINSA; 2023. [citado 20 de noviembre de 2023]. Disponible en:

<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/868318-mas-de-25-millones-de-personas-cuentan-con-seguro-integral-de-salud>

55. Depaz M. Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven Primavera Baja_Chimbote, 2019 [Tesis de Grado]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2020 [citado 20 de noviembre de 2023]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25657/ADULTO_ESTILO_DE_VIDA_DEPAZ_RAMIREZ_MELISSA_ARACELI.pdf?sequence=1&isAllowed=y
56. Medina R. Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven Porvenir “B” Sector 12 _ Chimbote, 2019 [Tesis de Grado]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2020 [citado 20 de noviembre de 2023]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19247/ADULTOS_FACTORES_MEDINA_CARRASCO_ROSALVINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
57. School Nurses. Estilo de vida saludable: ¿qué es exactamente? [Internet]. 2019 [citado 20 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://schoolnurses.es/que-es-un-estilo-de-vida-saludable-y-como-conseguir-adoptarlo/>
58. Ministerio de salud pública y bienestar social. Hábitos saludables para prevenir enfermedades, es la mejor manera de cuidarse [Internet]. 2020 [citado 20 de noviembre de 2023]. Disponible en: <https://www.mspbs.gov.py/portal/21297/habitos-saludables-para-prevenir-enfermedades-es-la-mejor-manera-de-cuidarse.html>
59. Rodríguez J. Recomendaciones nutricionales y evidencia científica: ¿hay más dudas que certezas?. Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria [Revista en internet]. 2019 [citado 04 enero 2024]; 21 (81), 69-75. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/3666/366659675016/html/>
60. Organización Mundial de la Salud. Alimentación sana [Internet]. OMS; 2018 [citado 04 enero 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
61. Organización Mundial de la Salud. Actividad física [Internet]. OMS; 2022 [citado 04 enero

- 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- 62.** Castro M et al. Manejo de la ansiedad y el estrés: cómo sobrellevarlos a través de diferentes técnicas. *Revista Confluencia* [Revista en internet]. 2021 [citado 04 enero 2024]; 4(1), 110-115. Disponible en: <https://revistas.udd.cl/index.php/confluencia/article/view/569/521>
- 63.** Figueiras S. La importancia de cuidar las relaciones interpersonales [Internet]. CEUPE; 2022 [citado 04 enero 2024]. Disponible en: <https://www.ceupe.mx/blog/la-importancia-de-cuidar-las-relaciones-interpersonales.html>
- 64.** Arguedas I. Recursos y obstáculos para la autorrealización de estudiantes de colegios nocturnos costarricenses [Internet]. Universidad de Costa Rica; 2019 [citado 04 enero 2024]. Disponible en: <https://www.kerwa.ucr.ac.cr/bitstream/handle/10669/82643/Recursos%20y%20obst%C3%A1culos%20para%20la%20autorrealizaci%C3%B3n.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- 65.** Fundación clínica SHAI0. Autocuidado, una responsabilidad con nuestra salud [Internet]. 2020 [citado 04 enero 2024]. Disponible en: <https://www.shaio.org/autocuidado-salud>
- 66.** Sernaque A. Estilos de vida y estado nutricional en los estudiantes del 1er y 2do año de secundaria de la Institución Educativa Particular Leoncio Amaya Tume_La Unión_Piura, 2022 [Tesis de Grado]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2023 [citado 02 de diciembre de 2023]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/34676/ESTADO_NUTRACIONAL_SERNAQUE_VEGA_ANGIE.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- 67.** Sobreviela C. et al. Estilo de vida como determinante de salud. *RSI* [Revista en internet] 2023 [citado 02 de diciembre de 2023]. Disponible en: https://revistasanitariadeinvestigacion.com/estilo-de-vida-como-determinante-de-salud/#google_vignette
- 68.** Palacios G. Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida y Apoyo Social del Adulto. Pueblo Joven El Porvenir “A” Sector 7_Chimbote, 2019 [Tesis de Grado]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2020 [citado 02 de diciembre de 2023]. Disponible en: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25798/ADULTO_ESTIL

OS_PALACIOS_PEREZ_GINA_NAOMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- 69.** Morales S. Estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto mayor en el Asentamiento Humano Chiclayito Castilla- Piura, 2021 [Tesis de Grado]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2023 [citado 02 de diciembre de 2023]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/35135/ESTILO_VIDA_SILVA_MORALES_JULIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- 70.** Diaz R. et al. Efectividad de Intervención de Enfermería en Hábitos Saludables desde el modelo de Nola Pender [Internet]. Colombia; 2021 [citado 22 de diciembre de 2023]. Disponible en: https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC-D-21-0020._ORIGINAL.pdf
- 71.** Guevara H. Abordaje de enfermería basado en el modelo de Nola Pender sobre hábitos del sueño. Scielo [Revista en internet]. 2022 [citado 22 de diciembre de 2023]; 16 (2): 1322. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2022000200010
- 72.** Trujillo L. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del Centro Poblado De Machac_Chavín De Huántar, 2021 [Tesis de Grado]. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2023 [citado 22 de diciembre de 2023]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/35008/COMPORTAMIENTO_SALUD_TRUJILLO_TRUJILLO_LURDES.pdf?sequence=6&isAllowed=y

ANEXOS

Anexo 01: Cálculo de la muestra

Población del Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023

Población mayor de 18 años: 3800

Fuente: SIVICO del centro de salud del Asentamiento Humano 3 de Octubre.

$$\text{Tamaño de la muestra} = \frac{\frac{z^2 \times p (1 - p)}{e^2}}{1 + \left(\frac{z^2 \times p (1 - p)}{e^2 N} \right)}$$

Donde:

Z: Puntuación del nivel de confianza deseado

N: Tamaño de la población

e: Margen de error

P: población característica del estudio

$$\text{Tamaño de la muestra} = \frac{\frac{1,96^2 \times 0,5 (1 - 0,5)}{0,05^2}}{1 + \left(\frac{1,96^2 \times 0,5 (1 - 0,5)}{0,05^2 (3800)} \right)}$$

Tamaño de la muestra = **350**

El tamaño de muestra fue determinado con un nivel de confianza del 95% y un margen de error permisible del 5 % aplicando la técnica de muestreo aleatoria simple.

Muestra: 350 adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre.

Anexo 02: Matriz de Consistencia

Factores Sociodemográficos y estilo de Vida de los Adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE	METODOLOGÍA
¿Cuál es la relación entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida de los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023?	<p>Objetivo general</p> <p>Determinar la relación entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida de los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023</p> <p>Objetivos específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Caracterizar los factores sociodemográficos de los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023 	<p>Ha</p> <ul style="list-style-type: none"> • Existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida de los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre <p>Ho</p> <ul style="list-style-type: none"> • No existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida de los 	<p>Factores sociodemográficos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sexo • Edad • Grado de instrucción • Religión • Estado civil • Ocupación • Ingreso económico • Tipo de seguro <p>Estilos de vida</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estilo de vida saludable • Estilo de vida no saludable. 	<p>Tipo de Investigación:</p> <p>Cuantitativo</p> <p>Nivel de Investigación:</p> <p>Descriptivo- Correlacional</p> <p>Diseño de Investigación:</p> <p>No experimental</p> <p>Población:</p> <p>3800 Adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre</p> <p>Muestra:</p> <p>350 Adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre</p> <p>Técnica:</p> <p>Entrevista y observación</p> <p>Instrumento:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Caracterizar el estilo de vida de los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023 • Establecer la relación de los factores sociodemográficos y el estilo de vida de los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023 	<p>adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre</p>		<p>Cuestionario sobre factores sociodemográficos y Escala de estilo de vida</p>
--	--	---	--	---



Anexo 03: Instrumento de recolección de información
UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



CUESTIONARIO SOBRE FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS

DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:

FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS

1. Marque su sexo

- a) Masculino () b) Femenino ()

2. ¿Cuál es su edad?

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

3. ¿Cuál es su grado de instrucción?

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

4. ¿Cuál es su religión?

- a) Católico b) Evangélico c) Otras

5. ¿Cuál es su estado civil?

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

6. ¿Cuál es su ocupación?

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

7. ¿Cuál es su ingreso económico?

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

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

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



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

ESCALA DE ESTILO DE VIDA

Delgado R, Reyna E, Díaz R (2008)

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

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

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN:

NUNCA : N = 1

A VECES : V = 2

FRECUENTEMENTE : F = 3

SIEMPRE : S = 4

El ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es, al contrario

N = 4

V = 3

F = 2

S = 1

PUNTAJE MÁXIMO : 100 puntos

Anexo 04: Validez del instrumento



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



VALIDÉZ INTERNA DE LA ESCALA DE 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:

$$r = \frac{N\sum xy - \sum x \cdot \sum y}{\sqrt{N\sum x^2 - (\sum x)^2 \cdot N\sum y^2 - (\sum y)^2}}$$

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

Si $r > 0.20$ el instrumento es válido.

(*) Se creyó conveniente dejar ítems por su importancia en el estudio.

Anexo 05: Confiabilidad del instrumento



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



CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

Resumen del procesamiento de los casos

		N
Casos	Válidos	27
	Excluidos(a)	2
	Total	29

Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
0.794	25

Anexo 06: Formato de Consentimiento informado

PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ENTREVISTAS

Estimado/a participante

Le pedimos su apoyo en la realización de una investigación conducida por Pretell Castillo Jasmin Lucero, que es parte de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. La investigación, denominada factores sociodemográficos y estilo de vida de los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023

- La entrevista durará aproximadamente 10 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.

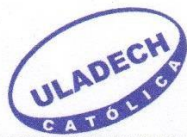
- Si tiene alguna consulta sobre la investigación o quiere saber sobre los resultados obtenidos, puede comunicarse al siguiente correo electrónico:

0112171222@uladech.pe o al número 926483715 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 07: Documento de aprobación para la recolección de la información



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° 230-2023-2023-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA

Señor/a:

Sr. Edy Carmona Goycochea

Asentamiento Humano 3 De Octubre_Nuevo Chimbote

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 Factores sociodemográficos y estilo de vida de los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023, que involucra la recolección de información/datos en pobladores, a cargo de Jasmin Lucero Pretell Castillo, con DNI N° 73945588, 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


Edy Carmona Goycochea
TENIENTE GOBERNADOR
P.J. 3 DE OCTUBRE NUEVO CHIMBOTE
AUTORIZADO

Anexo 08: Evidencias de ejecución
DECLARACIÓN JURADA

Yo, Jasmin Lucero Pretell Castillo identificado (a) con DNI, 73945588 con domicilio real en Av Pardo 3 de Octubre Mz A Lte 22, Distrito Nuevo Chimbote, Provincia Santa, Departamento Ancash,

DECLARO BAJO JURAMENTO,

En mi condición de Bachiller con código de estudiante 0112171222 de la Escuela Profesional de Enfermería Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, semestre académico 2023-2:

1. Que los datos consignados en la tesis titulada Factores Sociodemográficos y estilo de Vida de los Adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre_Nuevo Chimbote, 2023

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

Doy fe que esta declaración corresponde a la verdad

Nuevo Chimbote, 01 de diciembre de 2023



Firma del estudiante/bachiller

DNI: 73945588



Huella Digital

BASE DE DATOS

BASE DE DATOS DE FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS - Ex...

N° DE ENCUESTA	Sexo	Edad	Grado de Instrucción	Religión	Estado Civil	Ocupación	Ingreso Económico	Sistema de Seguro
Encuesta 1	1	1	3	2	1	2	5	4
Encuesta 2	2	3	2	1	3	3	2	2
Encuesta 3	1	2	3	1	4	1	5	2
Encuesta 4	2	1	4	1	1	2	5	2
Encuesta 5	1	1	3	1	4	1	4	4
Encuesta 6	2	3	2	1	3	3	2	2
Encuesta 7	1	1	3	3	2	2	5	2
Encuesta 8	1	1	4	3	2	2	5	1
Encuesta 9	2	1	3	1	1	3	4	4
Encuesta 10	2	1	4	2	2	3	5	2
Encuesta 11	1	2	4	2	2	2	4	2
Encuesta 12	1	2	3	2	2	2	4	2
Encuesta 13	2	1	3	3	2	3	4	4
Encuesta 14	1	2	3	2	2	2	5	2
Encuesta 15	2	2	3	2	2	2	5	2
Encuesta 16	2	3	2	1	2	3	2	2
Encuesta 17	1	2	4	1	4	1	4	4
Encuesta 18	1	2	3	1	4	2	5	1
Encuesta 19	2	2	3	2	4	3	4	2
Encuesta 20	2	3	2	2	3	3	2	2
Encuesta 21	2	1	3	1	2	5	3	2
Encuesta 22	1	1	4	3	1	2	5	3
Encuesta 23	1	2	3	1	1	1	3	2
Encuesta 24	2	2	4	1	1	5	3	2
Encuesta 25	1	2	4	1	2	5	5	1
Encuesta 26	2	2	3	1	2	3	4	1
Encuesta 27	1	1	4	3	1	2	5	1
Encuesta 28	2	2	4	1	4	3	2	2
Encuesta 29	2	2	3	2	2	3	4	2
Encuesta 30	2	2	4	2	2	2	5	1
Encuesta 31	1	3	3	1	2	5	3	1

F. SOCIODEMOGRÁFICOS ESTILO DE VIDA

BASE DE DATOS DE ESTILO DE VIDA - Excel

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
Encuesta 1	4	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2
Encuesta 2	4	4	4	4	3	3	4	2	1	3	2	3	4	3	3	3	3
Encuesta 3	3	3	3	3	3	1	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2
Encuesta 4	4	4	2	3	2	2	3	3	2	2	4	3	3	3	2	3	2
Encuesta 5	3	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	4	3	2
Encuesta 6	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3
Encuesta 7	4	4	4	4	3	3	4	2	1	3	2	3	4	3	3	3	3
Encuesta 8	4	3	4	3	2	2	1	4	2	2	3	3	2	2	2	3	3
Encuesta 9	3	3	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2
Encuesta 10	4	3	3	2	2	2	3	2	1	3	3	4	3	2	3	3	2
Encuesta 11	4	4	4	4	3	3	3	4	2	1	3	2	3	4	3	3	3
Encuesta 12	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3
Encuesta 13	3	3	3	3	2	2	2	4	2	2	3	2	4	2	2	4	2
Encuesta 14	4	4	4	4	3	3	3	4	2	1	3	2	3	4	3	3	3
Encuesta 15	3	3	3	3	2	2	2	4	2	2	3	4	3	2	2	3	3
Encuesta 16	4	4	3	3	2	2	3	4	2	2	3	3	3	2	2	3	3
Encuesta 17	3	3	4	2	3	3	2	4	3	2	2	3	3	4	2	2	3
Encuesta 18	4	3	2	2	2	2	2	4	2	2	4	3	3	2	3	3	3
Encuesta 19	3	3	2	3	2	2	3	4	3	3	2	3	4	3	2	3	2
Encuesta 20	2	3	3	3	3	1	2	4	2	2	3	3	4	2	4	3	3
Encuesta 21	3	4	2	3	2	2	2	4	2	1	4	3	3	2	2	3	2
Encuesta 22	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3
Encuesta 23	4	3	3	3	2	2	3	4	3	2	4	2	4	3	3	3	4
Encuesta 24	4	4	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3
Encuesta 25	4	3	3	3	2	2	3	4	3	2	4	2	4	3	2	3	4
Encuesta 26	4	3	4	3	2	2	1	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3
Encuesta 27	3	2	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	4	3	2	3	3
Encuesta 28	4	4	4	4	3	3	3	4	2	1	3	2	3	4	3	3	3
Encuesta 29	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3
Encuesta 30	4	4	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	1	3	2	3

F. SOCIODEMOGRÁFICOS ESTILO DE VIDA