



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE ESTUDIO DE ENFERMERÍA**

**LOS ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS
MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ALMIRANTE MIGUEL GRAU I ETAPA,
CASTILLA_ PIURA,2022**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA

AUTOR

**CORDOVA JIMENEZ, MELVA
ORCID:ORCID: 0000-0002-8540-261X**

ASESOR

**CANTUARIAS NORIEGA, NELIDA
ORCID:0000-0001-5952-7905**

CHIMBOTE-PERÚ

2024



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIO DE ENFERMERÍA

ACTA N° 0142-092-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **18:45** horas del día **24** de **Junio** 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
GORRITTI SIAPPO CARMEN LETICIA Miembro
ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO Miembro
Dr(a). CANTUARIAS NORIEGA NELIDA Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **LOS ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ALMIRANTE MIGUEL GRAU I ETAPA, CASTILLA_ PIURA, 2022**

Presentada Por :
(0812191036) **CORDOVA JIMENEZ MELVA**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **16**, 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

GORRITTI SIAPPO CARMEN LETICIA
Miembro

ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO
Miembro

Dr(a). CANTUARIAS NORIEGA NELIDA
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: LOS ESTILOS DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ALMIRANTE MIGUEL GRAU I ETAPA, CASTILLA_ PIURA,2022 Del (de la) estudiante CORDOVA JIMENEZ MELVA , asesorado por CANTUARIAS NORIEGA NELIDA 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,02 de Julio del 2024



A handwritten signature in black ink, appearing to read "Roxana Torres Guzman", is written over a light grey background.

Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

Dedicatoria

A Dios y la Virgen María por ser mi respuesta en todas las necesidades, mi refugio en la tormenta, mi consuelo en la tristeza, mi fortaleza en la debilidad, por los triunfos y los momentos difíciles que aprendí a valorar cada día.

A papás quienes con su amor, paciencia y esfuerzo que me brindaron educación y bien estar ahora están en el cielo descansando, además me guían con sus espíritus; mis hermanos con su apoyo y amor incondicional, en especial a Elma Cruz; a los profesionales que con sabios saberes valores, principios, consejos son el espejo y ejemplo.

Agradecimiento

Primero a Dios y a la virgen María doy gracias por darme la vida las fuerzas necesarias, sabiduría guiarme a seguir adelante con ese incondicional amor que nos abraza y nos acogen todos los días en el proceso de los estudios y así cumplir los objetivos.

A cada poblador del Asentamiento Humano Almirante Miguel I Etapa _Castilla, quienes me brindaron información, así mismo para realizar la presente tesis de investigación

A la Dra. Cantuarias Noriega Nélica por su apoyo incondicional con sus sabios saberes, en la elaboración de la presente tesis que me permitirá obtener el grado de Licenciada en Enfermería. A la facultad de Enfermería de la Universidad Católica Ángeles de Chimbote, por ser institución formadora de muchos profesionales y por haberme acogido durante mi formación y a los docentes por sus enseñanzas, experiencias, consejos que contribuyeron en mi formación.

ÍNDICE GENERAL

	Pág
CARÁTULA	I
DEDICATORIA	IV
AGRADECIMIENTO	V
ÍNDICE GENERAL	VI
LISTA DE TABLAS	VII
LISTA DE FIGURAS	VIII
RESUMEN	IX
ABSTRACT	X
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	1
II. MARCO TEÓRICO	7
2.1 Antecedentes.....	7
2.2 Bases teóricas.....	10
2.3 Hipótesis	15
III. METODOLOGÍA	16
3.1 Tipo, nivel y diseño de investigación.....	16
3.2. Población, muestra	16
3.3. Operacionalización de las variables/categorías.....	17
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos/información.....	20
3.5. Método de análisis de datos/información.....	22
3.6. Principios éticos.....	22
IV. RESULTADOS	24
V. DISCUSIÓN	31
VI. CONCLUSIONES	53
VII. RECOMENDACIONES	54
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	55
ANEXOS	69
ANEXO 01. Matriz de consistencia.....	69
ANEXO 02. Instrumento de recolección de información.....	70
ANEXO 03. Ficha técnica de los instrumentos (validez, confiabilidad u otros).....	75
ANEXO 04. Formato de consentimiento informado u otros.....	77

Lista de Tablas

	Pág.
TABLA 1: ESTILO DE VIDA EN ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ALMIRANTE MIGUEL GRAU I ETAPA_CASTILLA_PIURA, 2022.....	24
TABLA 2: FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ALMIRANTE MIGUEL GRAU I ETAPA_ CASTILLA _PIURA, 2022.....	25
TABLA 3: RELACION ENTRE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES Y LOS ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS MADUROS ASENTAMIENTO HUMANO ALMIRANTE MIGUEL GRAU I ETAPA_ CASTILLA _PIURA, 2022.....	29

Lista de figuras

FIGURA 1: ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ALMIRANTE MIGUEL GRAU I ETAPA_CASTILLA _ PIURA,2022.....	24
FIGURA 2: SEXO EN ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ALMIRANTE MIGUEL GRAU I ETAPA_ CASTILLA_PIURA, 2022.....	26
FIGURA 3: GRADO DE INSTRUCCIÓN EN ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ALMIRANTE MIGUEL GRAU I ETAPA_ CASTILLA _ PIURA, 2022.....	26
FIGURA 4: RELIGIÓN EN ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ALMIRANTE MIGUEL GRAU I ETAPA_CASTILLA_PIURA, 2022.....	27
FIGURA 5: ESTADO CIVIL EN ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ALMIRANTE MIGUEL GRAU I ETAPA_ CASTILLA _ PIURA, 2022.....	27
FIGURA 6: OCUPACIÓN EN ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ALMIRANTE MIGUEL GRAU I ETAPA_CASTILLA_PIURA, 2022.....	28
FIGURA 7: INGRESO ECONÓMICO EN ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO ALMIRANTE MIGUEL GRAU I ETAPA_ CASTILLA _ PIURA, 2022.....	28

Resumen

La presente investigación tiene como objetivo general. Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en Adultos maduros del Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau I Etapa_ Castilla _ Piura,2022. Metodología es cuantitativo retrospectivo, descriptivo, diseño descriptivo correlacional, muestra 100 adultos maduros, dos instrumentos se aplicó de estilos de vida y cuestionario de factores biosocioculturales, técnicas de entrevista y encuesta; datos fueron procesados en el paquete SPSS versión 24.0; para establecer la relación entre las variables del estudio se aplicó la prueba de independencia de criterios de Chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de $p < 0.05$. Resultados, estilos de vida no saludables 83%, estilo de vida saludable 17%, factor biológico en sexo masculino 53%, grado de instrucción superior 50%, ocupación en otros 40%. Conclusiones, la mayoría de los adultos maduros no tienen un estilo saludable: En los factores biosocioculturales la mayoría son católicos. Más de la mitad de sexo masculino. Grado instrucción superior. Menos de la mitad estado civil soltero, en ocupación es en otros. Ingreso económico mayor de 1100 nuevos soles; al realizar la prueba chi cuadrado entre estilos de vida y factores biosocioculturales se encontró que, si existe relación con estado civil, ocupación y no existe relación sexo, grado de instrucción, religión, ingreso económico.

Palabras clave: Adulto maduro, estilos de vida y factores biosocioculturales.

Abstract

The general objective of this research is. Determine the relationship between lifestyle and biosociocultural factors in mature adults of the Almirante Miguel Grau Human Settlement I Stage_ Castilla _ Piura, 2022. Methodology is quantitative retrospective, descriptive, correlational descriptive design, sample 100 mature adults, two instruments were applied of styles life and biosociocultural factors questionnaire, interview and survey techniques; Data were processed in the SPSS version 24.0 package; To establish the relationship between the study variables, the Chi square test of independence of criteria was applied with 95% reliability and significance of $p < 0.05$. Results, unhealthy lifestyles 83%, healthy lifestyle 17%, biological factor in male sex 53%, higher education level 50%, occupation in others 40%. Conclusions, the majority of mature adults do not have a healthy style: In biosociocultural factors, the majority are Catholic. More than half male. Higher education degree. Less than half have a single marital status, in occupation it is in others. Economic income greater than 1,100 nuevos soles; When performing the chi square test between lifestyles and biosociocultural factors, it was found that there is a relationship with marital status, occupation and there is no relationship with sex, level of education, religion, economic income.

Keywords: Mature adult, lifestyles and biosociocultural factors

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Descripción del problema

Dentro los estilos de vida se encuentra la alimentación, hoy en día, todos los Organismos Internacionales se preocupan por promover dietas saludables con el fin de cumplir los objetivos propuestos para el año 2030 que estas sean de menor costo; así mismo en estudios realizados refieren de 702 a 828 millones de individuos sufrieron de hambre en 2021 más que en los años 2019 a 2020. Así mismo en África 278 millones, en América Latina y Caribe 56,5 millones, como también en Asia 425 millones se encuentra con el virus del Covid 19, la crisis aumentó en el 2021, donde las mujeres son las más afectadas con 31,9% que los hombres en un 27,6% (1).

Además, con el aumento de los costos de los alimentos y con la pandemia afectó, a 3100 millones de individuos no podían acceder a una dieta saludable, el país que más costo tubo para una buena alimentación fue Asia en un 4,0%, Oceanía 3,6%, América Latina en un 3,4%, y África 2,5%; esto fue un riesgo para la salud, consecuencias las enfermedades como la desnutrición, anemia, y una escala de patologías; por otro lado con la pandemia con las medidas adoptadas para contener el virus, en todos los países hubo la recesión económica, las actividades de las empresas redujeron su productividad, lo que se relaciona con los ingresos económicos, los precios de los alimentos en alza, y todo ello no permitía tener una alimentación sana, produciendo los resultados las enfermedades no trasmisibles por malos estilos de vida, (1).

En cuanto la Organización Mundial de la Salud (2), por efectos de la pandemia hizo estudios en 2020 en relación a las enfermedades no trasmisibles, como la diabetes, hipertensión resultando que de dos a cuatro veces eran propensos de contraer el Virus, las personas que consumen el tabaco, o padecen de obesidad también pueden padecer de la diabetes, la presión arterial, así mismo las interrupciones parciales o completas más de 80 países comunicaron la deficiencia en los servicios de gestión, reflejando el incremento de estas enfermedades.

Se inicio el uso de la telemedicina; pero a esto los más afectados las personas que padecen de enfermedades no trasmisibles, que se controlan frecuentemente, además en los últimos 20 años la causa principal de la muerte son las enfermedades no trasmisibles, y por ende 200 millones de personas por muerte prematura entre los años de 30 a 70 años, y así dentro de 10 años morirán unos más 150 millones por causa de las enfermedades no trasmisibles, todo esto conlleva a los malos hábitos de vida que han adoptado, donde alertan que se puede controlar y

evitar, así también dentro los objetivos propuestos de las Organizaciones Internacionales, que deben incluir los mecanismos, estrategias sobre el control de las sustancias que perjudican al organismo como el alcohol, tabaco, enfermedades cardiovasculares, personas de alto riesgo con tratamientos multimedicamento, corticoides, broncodilatadores, etc (2).

Así mismo Japón, en cuanto los estilos de vida influyen en que la variedad de hábitos que ellos adoptan, una dieta Okinawa que es a base plantas medicinales, eliminan productos procesados, refinados, las grasa trans; ellos consumen pocas calorías, grasas, más el consumo de granos integrales, algas, verduras, el tofu, pescado, en el cual los Japoneses padecen el 3,6% de obesidad, en cambio en España los hombres de 16,5%, y mujeres el 15,5%, mayores de 18 años, así también ellos caminan 6,500 pasos al día, los hombres caminan 8,000 pasos al día, entre los 20 a 50 años y mujeres caminan 7,000 pasos, ya que caminar 50 minutos en la naturaleza benefician y reduce la ansiedad y mejora de la memoria, en el rendimiento laboral, según estudios realizados en EE.UU; como también tienen sus estilos de vida de sentarse y levantarse del suelo sin apoyo, ya refieren que 30 a 40 veces realizan al día, que es una prueba para las personas de 90 años para ver la flexibilidad del equilibrio del cuerpo, (3).

Como también en España 2022, informa que los factores intervinientes en los estilos de vida, se producen las enfermedades, prevalentes como son el cáncer de pulmón (30,948),mama (34,750), próstata (30,884),colorrectal (43,370),vejiga urinaria (22,295) son las más tratadas; es un riesgo para la salud, el 40,9% son hombres, 27,6% las mujeres, en la pandemia se duplicado en los 40 años últimos; que las muertes en Europa en un tercio se debe a los factores de consumir las sustancias nocivas del tabaco, alcohol, al consumir dietas inadecuadas, el sedentarismo, donde se desarrollan las enfermedades no deseadas como el cáncer orales, estómago, orofaringe; así mismo donde la obesidad se va relacionar con otros nueve cánceres, en 450,000 casos con una incidendencia total anuales así también los cánceres de páncreas (9,252), hígado (6,604),estómago 6,773, riñón 8,078; además en 2020 la Agencia Internacional de cáncer en estudios realizados que por el alcohol en Europa más tres millones de personas mueren al año, todo estas enfermedades son ocasionadas por las malos estilos de hábitos que adoptan (4).

Así también en México los estilos de vida sufrieron muchos cambios por el confinamiento que decreto el gobierno a partir el año 2020 y despues empezaron a realizar jornadas sanitarias difundiendo medidas estrictas de prevención, así como también el distanciamiento social, el cierre de Instituciones públicas, centro comerciales, como también

lugares donde hacían sus recreaciones, en lo laboral, con el fin de no contagiarse del virus y durante la pandemia donde se desarrollaron muchos factores que fueron perjudiciales para la salud como el miedo de adquirir el virus, el aburrimiento, estrés, ansiedad, se comunicaban por online, videos cámara; hubo escases de alimentos, el desabastecimiento en las atenciones en los sistemas de salud; tal forma que se desarrollaron una gama de patologías en el ser humano; en estudios realizados que las mujeres han desarrollado la ansiedad de la comida; mucho sedentarismo, trastornos de sueño, y que la inactividad física afecta el sistema a los músculos, aparato esqueleto, cardiometabolico, etc (5).

Como también en Perú, 2021 la salud de la población por los estilos de vida negativos y factores afectan como consecuencia las enfermedades no trasmisibles, como tenemos la presión arterial donde 2021 en más de 15 años el 17,2% de la población, el más afectado son los hombres en un 21,8%,y las mujeres el 12,8%, así mismo los de área urbana el 18,3%, y área rural 12,5%, en la región que viven que el 19,9% son de la costa, el 13,7% la sierra, la prevalencia selva 10,7%; referente a la diabetes que han sido tratadas por el medico 4,9% alguna vez en su vida, las más afectadas el 5,4% en las mujeres, que el hombre 4,5%, y se atiende son más la costa 5,8%, selva 4,0%, sierra 3,3,%, así también los factores de riesgo por el consumo del tabaco, que está asociado a desarrollo de las enfermedades, en el cual afecta la circulación sanguínea, y que fumaron cigarro en últimos 12 meses son los lugares de Madre de Dios el 27,9%, en Junín 22,8%,en callao 21,4%, Loreto 18,2%,(6).

Igualmente estos estilos de vida afectaron en Tacna, Lambayeque el 8,2%, Piura 10,0%; el 92,0% de la población alguna bebida alcohólica ha consumido alguna vez en su vida, más frecuente son en hombres 94,9%, en las mujeres 89,4%, al respecto en el no consumo de frutas, verduras se desarrollan las enfermedades como el cáncer, la obesidad, diabetes, cardiovasculares, al consumir frutas entera o trozos es de 4,5 días a la semana en un promedio; así también que han sufrido en sobrepeso el 36,9%,en los hombres un peso de 38,2% y en las mujeres 35,6%; obesidad el 25,8%, en las mujeres 30,0%, hombres 21,4% (6).

Y en Ica, los malos hábitos afectaron la salud a la población que en el año 2020 según el Instituto de Informática informa, que las personas más de 15 años de edad sufren de hipertensión arterial en 19,7%, donde los más afectados son de sexo masculino el 22,4%, y las mujeres el 17,2%, como también el consumo de alcohol el 93,4% han consumido alguna vez; en el área urbana consumen bebida alcohólica el 93,6%, más que en el área rural el 91,4%,

según el sexo son más los hombres que consumen alcohol el 94,0% y las mujeres el 92,8%, sobre índice masa corporal en 28,4 kg, donde indica que la población está en sobrepeso, y el sexo más afectado son las mujeres el 28,9 kg, que los hombres 27,9 kg, en el nivel de estudios superior un 28,4 kg, así todo estos factores reflejados se direccionan a los malos hábitos que eligen cada uno de la población; que trae como consecuencias las enfermedades que muchas veces son crónicas (7).

Otro de los departamentos en cuanto los estilos de vida fue Piura en que la Dirección Regional de Salud (8) preocupados por estas enfermedades debido al confinamiento y los estilos de vida se incrementan los casos de cáncer, donde los profesionales médicos hacen hincapié de realizar estilos saludables así mismo realizan campañas preventivas continuas a la población con el fin tener una cultura saludable que sea prevenible donde refieren que miles de las mujeres están afectadas por el cáncer de mama en el mundo, donde del año 2022 hay 1,653 de casos ya diagnosticadas de dicha enfermedad, así mismo los índices mayores que arroja son 117 usuarias de Piura; el especialista refiere que una persona con sobrepeso está predispuesto de sufrir el cáncer, que se debe que en su alimentación incluyen muchas grasas trans los pobladores.

Así también los efectos de los estilos de vida, influyen en la salud mental de la población donde el Instituto Nacional de Salud Mental, aplicó la primera encuesta a nivel Nacional Especializada de Salud Mental; y por lo tanto el Director Regional de Salud de Piura, ejecutó entre los meses setiembre 2022 a enero 2023, con el fin de obtener los resultados para un diagnóstico epidemiológico a nivel nacional, de prevalencias de los problemas mentales, como violencia hacia la mujer, maltrato infantil, problemas psicosociales, en la cual se aplicó 3033 encuestas, por medio de entrevistas de casa en casa así también con una entrevista con ayuda de la computadora, que antes de la pandemia del virus invencible se encontró que las enfermedades mentales estaban el primer lugar de 668,114 con el 12,7%; en lo cual se dice que el 20% de adultos sufren de enfermedades mentales como la ansiedad, depresión, como también se han evaluado en la actualidad 33700 casos de violencia en familias, 21193 con problemas neurodesarrollo, y 18020 con trastornos mentales (9).

Y por lo tanto Sullana, el hospital de Apoyo II -2 tienen deficiencias por los constantes cambios de turnos en la jefatura y equipo técnico, es difícil tomar las decisiones concretas, que sean de mediano y a largo plazo debido a la pandemia de contagiarse y contagiar a sus

familiares, se han visto limitados los profesionales en las atenciones a los pacientes, es muy evidenciado donde en un número de 200 personas que se atendía en emergencia, esta problemática hace aquello que sean insatisfechos en las atenciones las personas, además el personal de salud son afectados, estresados que no descansan bien por las horas acumuladas, ya que son de primera línea además se han disminuido el 30%, la calidad, empatía durante las atenciones; así mismo en el sistema de salud, realizan promociones, prevenciones ante las enfermedades, ya que en tiempo de pandemia, no se ha priorizado otras patologías así mismo los equipos, la infraestructura no es adecuado por la problemática de sanidad, y de gestión (10).

Frente esta álgida realidad no son ajenos los adultos maduros del Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau que se encuentra en la parte norte de Piura en el cual no cuenta esta comunidad, comedores saludables, zonas de recreación y la población, laboran en diferentes actividades como en construcciones, algunos son profesionales, son amas de casa, taxistas, comerciantes en sus casas tienen bodegas, maestros de obra; otros reciclan el plástico, el Asentamiento Humano cuenta con servicios básicos de energía eléctrica, con conexión de agua a domicilio, con desagüe, el carro recolector de basura pasa a veces dos vez a la semana, hay patrullaje no casi siempre, una cancha deportiva, un colegio primario, planteándose siguiente problema:

Formulación del problema

¿Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en adultos maduros del Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau I Etapa_ Castilla_ Piura, 2022?

Objetivo general:

Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en Adultos maduros del Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau I Etapa_ Castilla _ Piura,2022

Para cumplir con el objetivo general se plantearon formular

Objetivos específicos:

- Valorar el estilo de vida en Adultos maduros del Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau I Etapa_ Castilla _ Piura,2022
- Identificar los factores biosocioculturales: Edad, sexo, Grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico en Adultos maduros del Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau I Etapa_ Castilla _ Piura,2022

Justificación de la investigación

En el estudio, es muy importante en el área de la salud dirigidos a los adulto maduros por que se buscará determinar la relación de los estilos de vida y los factores biosocioculturales con la finalidad de brindar conocimientos paraque ellos mejoren sus estilos de vida y los factores que pueden influir en la calidad de bienestar, así detectar con tiempo los problemas de conductas que desfavorecen su salud como también buscando diferentes mecanismos; la forma de minimizar y evitar los futuros riesgos que ocasionan las silenciosas enfermedades a la población aplicando, prevenciones, promociones, en coordinación con las autoridades, personal de salud.

Que con los resultados obtenidos contribuirá para mejorar y desarrollar temas importantes que favorezcan en la salud de la comunidad y planear las intervenciones los problemas de los adultos maduros que se interpone en la salud, reducir los futuros eventos patológicos; así mismo es importante el estudio para conocer la salud de adultos maduros y relevante para brindar los resultados reales del problema del estudio a las autoridades municipales, Región de Salud, Instituciones, líderes del asentamiento, esto generará más estrategias, programas que apoyarán a la población en sus diferentes dimensiones; así mismo el estudio ayudará a los estudiantes a seguir investigando de estas variables porque también van contribuir buscando las diferentes estrategias para la mejora de las conductas que aqueja a las diferentes comunidades.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedentes Internacionales

San Onofre N. et al, (11) en el estudio “Estilos de Vida y Factores Sociodemográficos Asociados a la Alta Adhesión a la Dieta mediterránea en la Población Adulta de la Comunitat Valenciana (España) 2021” objetivo: Evaluar, la muestra de Población Adulta de la Comunitat Valenciana, en la Asociación estilos de vida y con los factores sociodemográficos la Adhesión Alta la Dieta mediterránea, metodología es transversal, muestra (n = 2728) población ≥ 16 años, resultados que el tipo de convivencia, país de nacimiento, edad, que comer entre las horas, de fumar se asocian con ADM alta, también se asocian con la edad 45- 65 años o más se evidenció en ambos sexos mayor con ADM alta. Conclusión: los que no conviven juntos y los mas jóvenes que hay mayor riesgo que no se adhieran a la dieta mediterráneo es lo que observó.

Soler R. et al,(12) en el estudio “Estilos de vida en pobladores del municipio de Santiago de Cuba, 2022” el objetivo: es caracterizar a la población del municipio de Santiago de Cuba con estilos de vida. Metodología, transversal, observacional, descriptivo es muestral, proporcional y estratificado aleatorio. Resultados: la población al consumo de alcohol 46,8%, consume tabaco 24,3% en especial 57,7% de hombres, que están expuestos al humo de tabaco 38,8% en el hogar, en caminar como actividad física 43,2%. prevalece en sobre peso, obesidad 59,3%. Conclusiones: son inadecuados en el cual incrementan el riesgo de contraer enfermedades no trasmisibles la baja actividad física, estilos no saludables la obesidad, sobrepeso, el consumo de tabaco.

Paguay P. y Vega V, (13) en la investigación “Hábitos Alimentarios como Factor de Riesgo de Enfermedades Crónicas no Transmisibles (ECNT) en adultos de Urququí, Ecuador 2020”, objetivo es identificar los hábitos alimentarios que inciden como factor de riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles adultos de Urququí. Metodología cuantitativa, es corte transversal, descriptiva, muestra 343 personas se usó el cuestionario virtual. Resultados sobre sale el sexo femenino 51,3%, edad de 20-39 años 60,3 %, son solteros 45,8% , son en bachiller 56,6%. Se concluye que ellos no poseen hábitos alimentarios buenos son propensos a ECNT, donde incluye alimentos procesados

semanal, embutidos, bebidas azucaradas, a pesar que una zona agrícola y tienen una alimentación poco saludable insuficiencia de frutas, verduras.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Castillo K, (14) en el estudio “Estilo De Vida Y Factores Biosocioculturales En Adultos – Centro Poblado De Cantú- Pira – Huaraz-Ancash, 2021” objetivo. Es determinar si existe una relación entre estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos– centro poblado de Cantú – Pira – Huaraz – Ancash 2021. Metodología es cuantitativo, descriptivo , doble casilla muestra 146 adultos. Resultados: estilo de vida no saludable 95,8% relación a los factores biosocioculturales sexo masculino 65,75% , adultos medios 61,64% de 30 a 59 años, 63,01% es religión católica, 31,51% nivel de instrucción primaria, 33,56% con un ingreso de 401 a 600 nuevos soles, 41,78% obreros, el 49,32% son del estado civil casado. Se concluye tienen un estilo de vida no saludable en su totalidad, los factores biosocioculturales más de la mitad son adultos medios de sexo masculino, religión católica, y menos de la mitad son obreros tienen el nivel primario, si hay relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida, estado civil e ingreso económico.

Silvestre F, (15) estudio. “Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Caserío de Mallquibamba - Carlos Fermín Fitzcarrald, Ancash 2020”, objetivo determinar relación con factores biosocioculturales y estilo de vida adultos del Caserío de Mallquibamba - Carlos Fermín Fitzcarrald, metodología, cuantitativo descriptivo, correlacional. Resultados en adultos estilo de vida no saludable 83,64%, estilos de vida saludable 16,36%, edad de 36-59 años el 50,91%; sexo femenino el 60%, factores culturales religión católica 92,27%, analfabetos el 39,9% , son casados 62,73%, ingreso económico 49,09 menor de 100 soles. Conclusiones, estilos de vida no saludables en la mayoría, mínimo porcentaje en estilo saludable, religión católica en mayoría, son casados, sexo femenino, ingreso económico menor de 100 la mitad, al aplicar la prueba estadística que no hay relación en ambas variables.

Carrión D, (16) en el estudio “Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto Joven. Asentamiento Humano Santa Rosa del Sur Nuevo Chimbote, 2020”, objetivo es determinar relación entre estilo de vida con los factores biosocioculturales en adulto joven, metodología, cuantitativo, descriptivo es transversal , 302 muestra.

Resultados: estilo no saludable 84,1%, estilo saludable 15,9%, factor biológico 57,9%, en sexo femenino, en religión 74,5%, instrucción secundaria el 70,5%, en conclusión la mayoría no tienen un estilo saludable y mínimo porcentaje estilo saludable factor de sexo femenino más de la mitad, tienen un ingreso económico en menos 400 soles, convivientes, que si hay relación religión, ingreso económico y con sexo no hay relación para el chiquadrado no cumple las condiciones.

2.1.3. Antecedentes Locales o regionales

Domador P, (17) en el estudio “Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales en el Adulto Maduro del AA. HH Manuel Seoane Corrales - Veintiséis De Octubre - Piura, 2020”, objetivo determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales del adulto maduro del AA. HH. Manuel Seoane Corrales - Veintiséis de Octubre - Piura, 2020, metodología, cuantitativo descriptivo, doble casilla, muestra 203. Resultados, el 80%, estilo no saludable 62%, el sexo femenino, religión católica 88%, secundaria completa/incompleta 46%, el 88%, ingreso económico de 1000 a 1400 nuevos soles, el 56% casados de 54%, y estables trabajadores 55%. Conclusión, en estilos de vida con estado civil si existe relación y no existe relación en ambas variables en ingreso económico, grado de instrucción religión, sexo, ingreso económico.

Sosa Y, (18) en la investigación “Determinantes Biosocioeconómico Relacionados al Estilo de Vida de la Persona Adulta del Caserío san Jacinto – Catacaos-Piura, 2021”. objetivo, determinar la relación entre los determinantes Biosocioeconómico con estilo de vida en persona adulta del Caserío San Jacinto - Catacaos - Piura, 2021. Metodología, es descriptivo, correlacional, cuantitativo. Resultados, 56%, sexo femenino, menor de 850 ,62%, ingreso económico, 97% estilo de vida no saludable, conclusión no hay la relación estilo de vida con determinantes Biosocioeconómico, más de la mitad en sexo femenino , en ingreso económico menor de 850 es la mayoría, secundaria completa/incompleta menos de la mitad, en estilos no saludables casi la totalidad, es bueno impulsar acciones en los hogares para el mejor ingreso económico.

Coronado F,(19)) el estudio “Factores Sociodemográficos Y Estilos De Vida En El Adulto Del Caserío Huaypira Lancones_Sullana 2023, objetivo. Determinar los Factores Sociodemográficos y estilo de vida en el adulto del caserío Huaypira - Lancones -Sullana 2023”. Metodología cuantitativa , correlacional – transversal, por 100 adultos la

muestra dos instrumentos, en una base de datos Software SPSS Statistics versión 24.0.chi cuadrado 95% confiabilidad la significancia $p < 0.05$. Resultados: son de sexo femenino el 59% , son adulto joven el 73% , 49% solteros, el 45% tienen grado superior el 77% profesan la religión católica, el 40% un ingreso económico menor a 400 soles. el 29% otros trabajos. Conclusiones, son de sexo femenino más de la mitad, 18 a 35 años tienen grado superior menos de la mitad, en el estado civil menos de la mitad son solteros, la mayoría profesan la religión católica.

2.2. Bases teóricas

En la investigación quien sustenta es el modelo de los determinantes Marc Lalonde y Nola Pender ellos identificaron las causas y factores de las enfermedades que se relacionan con la salud es por ello cada uno crean sus propios modelos que agrupan en diferentes fases con el fin de proteger la salud incrementando y mejorando el estilo de vida en diferentes dimensiones.

En los determinantes de Marc L. en la cual estudió a profundidad las variables que mayormente afecta la salud así también el entorno donde influyen los grandes conductas o comportamientos que cada persona adopta según su elección y estos conocimientos son de mucha ayuda importancia para la comunidad Internacional más que todo en la salud pública, previniendo, promocionando, las mejoras en los sistemas de salud, y es muy reconocido en el mundo. Lalonde fue Ministro de Salud de Canadá donde visualizó la salud de los Canadienses, presentó un informe de las nuevas normas, en el año 1974, afirmando que la salud del pueblo está determinada por cuatro elementos que causan las posibles enfermedades.

DETERMINANTES DE LA SALUD SEGÚN M. LALONDE



Fuente: “Lalonde Canadá 1974 Organización Panamericana de la Salud”

Así medio ambiente, donde influye los elementos la contaminación, físico químico, además lo biológico, refiere que no solamente lo natural, sino que influye también los factores en el entorno social que perjudica al organismo, como hoy en día se conoce las enfermedades tan conocidas por el ser humano, sino se detectan a tiempo corre el riesgo la salud que afecta a las comunidades.

Las formas o estilos de vida, son las diferentes conductas que adquiere el ser humano tanto personal o en la sociedad que muchas veces son influenciados, esto conlleva una alteración en el organismo del hombre, produciendo muchas enfermedades no transmisibles si no se elegi buenos hábitos afectará la salud, que causa hasta la muerte por eso el autor relaciona con la salud que por desconocimientos se selecciona malas conductas.

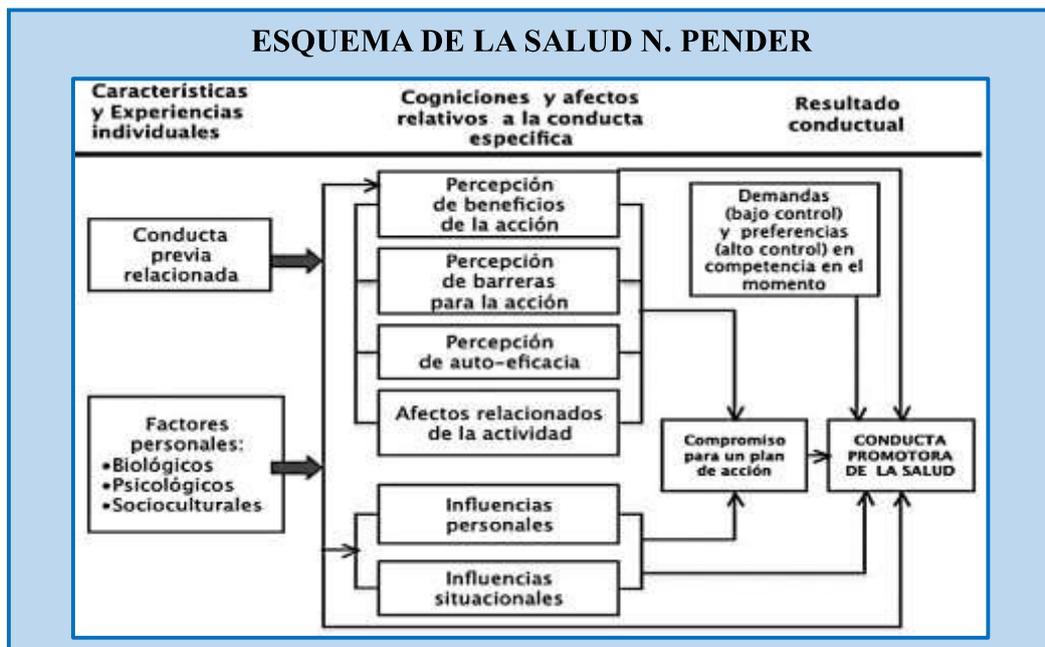
Sistema sanitario, es el conjunto de los recursos como instituciones, económicos humanos, medios y la tecnología donde a veces son mal distribuidos e ineficaces y afecta la accesibilidad de muchas personas trayendo la consecuencia la baja cobertura y desigualdades, en las personas en especial los más vulnerables no pueden acudir al sistema por los altos costos.

Biología humana, son los caracteres hereditarios que se trasmite en el ser humano que incluye mental, físico, hoy en día con la tecnología avanzada con muchas posibilidades se logra de evitar muchas patologías que degeneran el organismo, y que a veces las prácticas que realizan son costosas donde no pueden realizar los que son afectados por estas enfermedades (20).

Otros modelos quién sustenta la investigación es la teórica Nola Pender a través del modelo Promoción de la Salud y esquematizó la matriz de actividades promocionales direccionado a la salud y cogniciones; se encuentra actualmente validado, es una base para los profesionales de salud donde nos expresa sobre la atención sanitaria, además explica la forma de llevar los estilos de vida saludable, con la etiqueta de como sentir o el deseo de llevar a plenitud el bien estar, la autora en la educación enseña que se debe de cambiar en lo personal, familiar en temas cognitivos, el objetivo de realizar promociones en comportamientos sanos en la población.

Así mismo pueden ser modificables o no y va influenciar en las decisiones que cada uno elige como también incentiva que las personas aumente sus capacidades, habilidades de tener o como también estar al frente de enfermedades que pueden ser complicados para la salud es por ello la modelo promueve medidas que sean prevenibles en diferentes grupos para el buen

cuidado como también en su teoría refiere que los factores personales biológicos, psicológicos, socioculturales, tiene que ver con la elección de elegir estilo de vida si bien es cierto que ella menciona que como o porque o adoptan una conducta promotora de salud, también está relacionado con la conducta que adoptan su deseo que todos alcancen ese potencial que tiene cada individuo (21,22).



Fuente: “Modelo de Promoción de la Salud de Pender1996. En: Cid PH,merino JE, Stieповich JB”

En cual la fase uno nos refiere todas las experiencias y características personales que antes tenía donde influye en forma directa o indirecta en las conductas, así mismo los factores individuales como psicológicos, biológicos, socioculturales influyen en edad, raza, en lo socioeconómico, en la estructura de la persona.

En cuanto la segunda fase se centra en los afectos relacionado a la conducta y cogniciones como las emociones, creencias, sentimientos donde incluye la percepción de beneficios para la acción que son mayormente positivo; la precepción barreras a la acción que son lo que percibe lo positivo o negativo; la percepción de la autoeficacia es lo que percibe la persona misma para realizar alguna actividad; los afectos que están relacionados con actividad son emociones que están directamente en los pensamientos que pueden ser tanto negativos o positivos a la conducta.

Tenemos las influencias personales son conductas promocionales que responsabiliza los individuos en beneficio a la familia o amistades; otro concepto las condiciones de cada

individuo en las situacionales son influenciados en el entorno que ayudan incrementar como también disminuye las responsabilidades lo cual se compromete en la columna tercera se refiere al resultado conductual con demanda bajo control y alto control y se relaciona a un plan de acción y tener un resultado positivo en lo propuesto en la promoción de salud (22).

Así mismo dimensiones se considera :

La Dimensión alimentación saludable, se refiere mantener un buen funcionamiento del sistema del organismo, tal forma conservando la salud del individuo consumiendo, una dieta equilibrada incluyendo frutas, verduras que hoy en día no incluyen las personas; promoviendo y evitando que se desarrollen los altos riesgos patológicos que perjudica la salud (23).

La Dimensión actividad física, conceptualiza la Organización de la Salud que todo movimiento que se realiza los músculos del organismo ya sea tanto moderada y muy acelerado va mejorar la salud de la persona, lo cognitivo; en las actividades se considera en caminar, juegos, deportes, etc. En estudios realizados que la actividad física ayuda a evitar muchas patologías que se incrementa como los eventos cardiacos, cerebrovasculares, cáncer, diabetes, la hipertensión entre otros (24).

Dimensión manejo del estrés; es cuando la persona pierde el equilibrio que puede ser por cognitividad, el comportamiento, no saber adaptarse a nuevo ambiente, aparecen los trastornos depresivos, miedos pánicos, irritabilidad los especialistas recomienda buscar ayuda con el profesional para una buena orientación para el control del estrés ya sea realizando sesiones personalizadas o en grupos, terapias (25).

La dimensión en responsabilidad en la salud, viene hacer las funciones que encargan y toman las decisiones adecuadas para el beneficio de los demás con los valores y principios éticos. Así mismo las responsabilidades nos sirven en mejorar las diferentes conductas; es muy importante porque va evitar muchas consecuencias riesgosas en la salud, a tiempo diagnosticar las enfermedades aplicando todos los cuidados (26).

Dimensión Autorrealización, viene hacer los propósitos que se propone el ser humano logrando así sus metas propias, ideales, capacidades, habilidades satisfaciendo el potencial alcanzando así el crecimiento y desarrollo para la comunidad, además guarda relación con las fases de la edad (27). **La dimensión de apoyo interpersonal**, es un proceso a través de la comunicación que se intercambia ideas, experiencias, sentimientos, mensajes escritos, orales,

en los diferentes grupos sociales sea en familia, organizaciones, instituciones, obteniendo a veces confianza, seguridad y respuestas positivas o negativas (28).

Las características sociales y económicas, en el aspecto social existe muchos elementos en el cual cada ser humano adopta conductas que pueden ser modificadas, que son perjudiciales a la salud trayendo una cadena de enfermedades crónicas no crónicas que pueden afectar en el sistema anatómico del ser humano (29).

Bases conceptuales

Salud: Lo conceptualizó la Organización de la Salud (20) estado total bienestar tanto lo físico, mental, social con estrategia que la salud para todos, estableciendo que las personas deben de contar una calidad de vida para poder estar en óptimas condiciones para trabajar dando rendimiento eficiente en las diferentes fuentes de empleo, así mismo participando en forma activa en lo social y comunidad. Por otro lado, en la Carta Ottawa refiere es un derecho la salud que lo primordial para ser humano donde incluye tranquilidad, en los recursos de alimentos, económicos, tener vivienda, con un ecosistema equilibrado, así mismo los estilos de vida.

La Promoción de la Salud : Son diferentes acciones que se programan un fin evitar contraer muchas enfermedades, eventos corriendo los riesgos y posibles complicaciones, así haciendo hincapié en diagnosticar la forma de cómo proteger a las personas en sus diferentes status, también es de fortalecer las capacidades y las habilidades que posee el ser humano sino que esto está direccionado a los cambios, ambientales, sociales y lo económico, propósito de que no se incremente los factores tanto personal y comunidad en general de esta forma obtener el control de las enfermedades (20).

Las formas de vida o estilos es suma importancia direcciona a disminuir las prevalencias de todas las enfermedades del ser humano como la obesidad, respiratorias, cardiovasculares; a esto es consumir dietas equilibradas, ejercicios físicos, buen descanso todo está va influir al organismo y estar activo, mejor rendimiento en todo aspecto es por ello las organizaciones se preocupan de fomentar una adecuada vida sana y calidad de tal manera prevenir muchas enfermedades que se corre el riesgo de ser crónicas (30).

Los factores biosocioculturales, son los procesos donde se interrelacionan en lo social, biológico, cultural en una comunidad o en una sociedad; además son las prácticas humanas lo biosocioculturales que son importantes en la organización de una comunidad, ademas pueden

cambiar o no en lo cual participan o interactúan con su entorno u otras comunidades estos factores son el sexo, estado civil grado de instrucción, religión edad, ocupación (31).

El adulto maduro, es la etapa a partir de 36 a 59 años es donde vive en plenitud las personas con sus respectivos roles y responsabilidades en el hogar tanto el hombre y mujer, el nivel físico además se incrementa los cambios personales como la disminución de la fuerza muscular, disminuye los reflejos, hay cambios en la piel, cabello, comienzan los dolores en determinadas zonas del organismo, así mismo en la mujer sucede la etapa menopausia (31).

2.3. Hipótesis

H1: Existe relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales en Adultos maduros del Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau I Etapa_ Castilla_ Piura, 2022

HO: No existe relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales en Adultos maduros del Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau I Etapa_ Castilla_ Piura, 2022

III.METODOLOGÍA

3.1. Tipo, nivel y diseño de la investigación

Tipo cuantitativo: Este estudio fue tipo cuantitativo- retrospectivo porque se realizó en tiempo de pandemia que todo el mundo lo experimentó mucha mortandad, hogares huérfanos, las Instituciones públicas cerradas como la municipalidad, el centro de salud, en el cual fue muy difícil encontrar datos estadísticos para la investigación, y los datos se recogieron en el año 2022 en que los datos básicos se aplicaron en análisis de procesos en donde se determinó o identificó las frecuencias el fenómeno se presentó interés y también en las características (32).

Nivel descriptivo: Los estudios fue descriptivo donde el cual se fueron seleccionando las preguntas, para después se mide en forma independiente, se caracterizó en grupos, objetos, personas, comunidades o cualquier evento para un análisis (33).

Diseño fue descriptivo correlacional, donde se respondió a una serie de preguntas de las variables en estudio con el objetivo que entre dos variables se midieron el grado de relación que existen; con el propósito se estudió el comportamiento de las variables, como también conociendo con otras variables que se relacionaron (34).

3.2. Población y muestra

Población muestral: Se determinó la muestra por muestreo no probalístico por conveniencia, a razón de la situación de la pandemia, se recogió los datos en el año 2022 lo firmó el documento la autoridad de turno elegido por la población anexo (4), con todas las medidas de seguridad, se desconoció exactamente el número total de adultos maduros que muchas personas fallecieron, se estaban velando, otros viajaron a su zona de origen, Instituciones estaban cerradas; además la autoridad desconocía la cantidad de población en el asentamiento en ese momento, el cual se determinó datos representativos por lo cual se trabajó con una muestra de 100 adultos maduros del Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau.

Unidad de Análisis: Cada adulto maduro del Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau I etapa_ Castilla formó parte de la muestra y respondió a los criterios de la investigación.

Criterios de Inclusión.

- Los adultos maduros que participaron en el estudio de investigación y aceptaron.

- Los adultos maduros del Asentamiento Humano que vivieron más de 3 años en el Almirante Miguel Grau.
- Los adultos maduros en ambos sexos del Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau.

Criterios exclusión:

- Los adultos maduros que tuvieron un problema patológico del Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau.
- Los adultos maduros que tuvieron un tipo de alteración mental del Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau.
- Los adultos maduros que tuvieron dificultades en comunicación del Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau.

3.3. Definición y operacionalización, variables

Variable 1

Estilo de Vida De Adultos Maduros

Definición Operacional

Estilo de vida son las diferentes conductas, formas, hábitos que los adultos maduros que diariamente adquirieron durante sus fases de su ciclo de vida que a corto a largo plazo que muchas veces fueron influenciados por el entorno que puede ser directamente la salud la calidad de vida y confort (35).

Definición operacional

Estilo de vida no saludable: 25 -74 puntos

Estilo de vida saludable: 75 -100 puntos

Factores Biosocioculturales Adultos Maduros

Definición Conceptual

Factores biosocioculturales es una serie rasgos, costumbres, personal, cultural, social, donde interactuó en las comunidades en momentos oportunos que muchas veces se adoptó, pero pueden modificar, (36).

Factor Biológico

Sexo

Definición conceptual

Sexo se abordó todas las características biológicas humanas donde fueron relacionadas físicas y fisiológicas donde se incluyó las expresiones genéticas, que los diferencia tanto al hombre y la mujer, (37).

Definición Operacional

Se utilizó escala nominal

- Masculino
- Femenino

Factores Culturales

Religión

Definición Conceptual

La religión, es en especial, asistencia de congregación, donde se brindó los sentimientos que fue buena autoestima, el control como producto de una serie de actividades que fue devoción de fe, donde se realizó ritos oración, meditación religiosos, para fortalecer la relación con un ser espiritual,(38).

Definición operacional

Escala Nominal

- Otros
- Católico
- Evangélico

Grado de estudios

Definición

Es la escala o grados que se realizó para los estudios con el fin de tener conocimientos, capacidades, habilidades en el cual en el Perú los niveles de estudios son inicial, primaria, secundaria, universidad, (39).

Definición Operacional

Escala ordinal

- Analfabeto(a)
- Primaria
- Secundaria
- Superior

Factores Sociales

Estado Civil

Definición Conceptual.

Estado civil se consideró al acuerdo de leyes, costumbres del país donde se habitó en el cual el individuo vivió su situación o condición, así también existieron registros públicos donde inscribieron al referente al matrimonio son derechos y deberes que se estableció en una sociedad, (40).

Definición Operacional

Escala nominal.

- Soltero(a)
- Casado, conviviente.
- Separado.
- Viudo

Definición conceptual

La ocupación son las actividades que se realizó las personas diariamente en el cual asumen sus roles, responsabilidades, funciones en la sociedad donde permitió desenvolverse y así fue de mejorar su desarrollo tanto personal y social,(40).

Definición Operacional

Escala nominal

- Obrero
- Empleado
- Ama de casa
- Estudiante
- Otros

Ingreso económico

Definición conceptual

Son las diferentes escalas, grupos, valores económicos de las personas, sociedad que tuvieron objetivos de la que satisficó todas sus condiciones de sus necesidades con el propósito, se aseguró todo el bienestar en conjunto, (41).

Definición Operacional

Escala de intervalo

- Menor de 400 nuevos soles
- De 400 a 650 nuevos soles
- De 650 a 850 nuevos soles
- De 850 a 1100 nuevos soles
- Mayor de 1100 nuevos soles

3.4. Técnica e instrumentos de recolección de información de datos .

Técnica: En presente informe de investigación se utilizó.

La encuesta es una herramienta que se aplicó a los adultos maduros en una forma impresa para obtener información o recolectar datos precisos que proporcionó para describir en el estudio.

La entrevista donde con los adultos maduros se interrelacionó para sacar información, para plasmar en el estudio.

Instrumentos

En el informe de investigación se utilizó 2 instrumentos para la recolección de datos que se detallan a continuación:

Instrumento No 01 Escala del Estilo de vida

Instrumento se elaboró base al Cuestionario estilo de vida promotor de salud, de Walker E, Sechrist K y Pender N, modificado por Delgado, R; Díaz, R; Reyna, E, medir estilo de vida través sus dimensiones: actividad y ejercicio, alimentación, autorrelación manejo del estrés, responsabilidad de salud, apoyo interpersonal. (Ver anexo N° 02).

Estuvieron constituido por 25 ítems distribuidos en seis dimensiones que fueron las siguientes:

Alimentación saludable, manejo de estrés, actividad y ejercicio, responsabilidad en salud, autorrelación y apoyo interpersonal.

Alimentación: Ítems 1, 2, 3, 4, 5,6 se formó por interrogantes sobre la alimentación que el adulto maduro consume.

Actividad y Ejercicio: Ítems 7y 8, se formó por interrogantes la regularidad del ejercicio.

Estrés: los Ítems 9- 10- 11-12 fue formados por acciones .

El apoyo interpersonal: 13-14-15-16 fue la relación con los grupos sociales.

La autorrealización: 17- 18-19 son acciones que se realizó para absorventar sus propias necesidades.

La responsabilidad en salud: 20- 21- 22- 23- 24-25- que favoreció la salud con actividades.

Cada ítem tiene criterio de calificación

NUNCA: N = 1

A VECES: V = 2

FRECUENTEMENTE: F = 3 SIEMPRE: S = 4

En el ítem 25 el puntaje es N=4; V=3; F=2; S=1, los puntajes de escala total del promedio de las diversas respuestas a los 25 ítems.

Cuestionario No 2

Instrumento de factores biosocioculturales del adulto.

Es creado por Diaz, R; Reyna E, Delgado, y Reyna E, lo modificó, Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, (Ver anexo 02).

Estructurado en 8 ítems 4 partes tiene:

- Iniciales o seudónimo de los adultos maduros que fueron entrevistados (1 ítems).
- Factores Biológicos, la edad y el sexo (2 ítems).
- Factores Culturales, la escolaridad y la religión (2 ítems).
- Factores Sociales, la ocupación, estado civil, ingreso económico (3 ítems).

Ficha técnica de instrumentos

Validación

Control de calidad de los datos:

Validez externa:

Se aseguró la validez externa por juicio de cuatro expertos fueron de área de investigación, que se presentó instrumento donde ellos dieron la calidad y las sugerencias de los instrumentos.

Validez interna. Para la validez interna de la escala de estilos de vida se aplicó la fórmula de Pearson en cada uno de los ítems, se obtuvieron un $r > 0.20$, donde indica que el cuestionario es válido. (Anexo 03).

Confiabilidad

Fue medida por la prueba de Alpha de Cronbach, de 0.794, es confiable para medir el estilo de vida del adulto maduro (Anexo N°03) (29).

3.5 Método de análisis de datos /información

En la investigación se usó la recolección de datos.

- Se coordinó con la autoridad para la aplicación de los instrumentos
- Se reconoció la zona para realizar el estudio
- Con los adultos maduros, se les informó el consentimiento recalcando que los datos que se recolectó fueron estrictamente confidenciales.
- Con los adultos maduros se coordinó la disponibilidad, tiempo, fecha para la aplicación de ambos instrumentos
- Luego se hizo la visita, se aplicó el instrumento, se firmó el consentimiento informado
- La lectura se les comunicó todas las instrucciones, los instrumentos y se realizó con entrevistas puntuales.
- En un tiempo de 20 minutos se aplicó los instrumentos, las respuestas fue marcadas personalmente y directa.

Análisis de procedimientos de datos

Los datos fueron ingresados a una base de datos de Microsoft Excel fueron exportados al paquete del programa SPSS versión 24.0 para su respectivo procesamiento.

Para el análisis de los datos se elaboró tablas de distribución de frecuencias absolutas y relativas porcentuales. Así como figuras estadísticas respectivos. Además, para la relación se estableció con variables de estudio la prueba de independencia se utilizó criterios Chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de $p < 0.05$ (35).

3.6. Principios Éticos

Que los principios éticos considerados para la investigación fueron de acuerdo al reglamento de integridad científica de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote la versión 001. Resolución N° 0277 – 2024- CU-ULADECH Católica aprobado en Consejo Universitario el 14 de marzo del 2024, y son: (42).

Respeto y protección de los derechos de los intervinientes: En el cual se respetó la dignidad, creencias, costumbres, privacidad de cada adulto maduro y se protegió todos los datos que brindaron.

Cuidado del medio ambiente: Se protegió el entorno sin realizar ningún perjuicio al ambiente y se buscó reducir la contaminación del medio ambiente, para ello se empleó hojas recicladas para imprimir los cuestionarios y el papel posteriormente fue reciclado nuevamente.

Libre participación por propia voluntad: Todos los participantes fueron informados todo libre a voluntad propia sin exigencia.

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

Integridad y honestidad: Se protegió a los adultos maduros su bien estar, se respetó sus ideas, transparencia en la difusión responsable de la investigación

Justicia: En la investigación con los adultos maduros fue todo por igual en el trato a través de un juicio razonable y ponderable que permitió la toma de precauciones y se limitó los sesgos.

IV. RESULTADOS

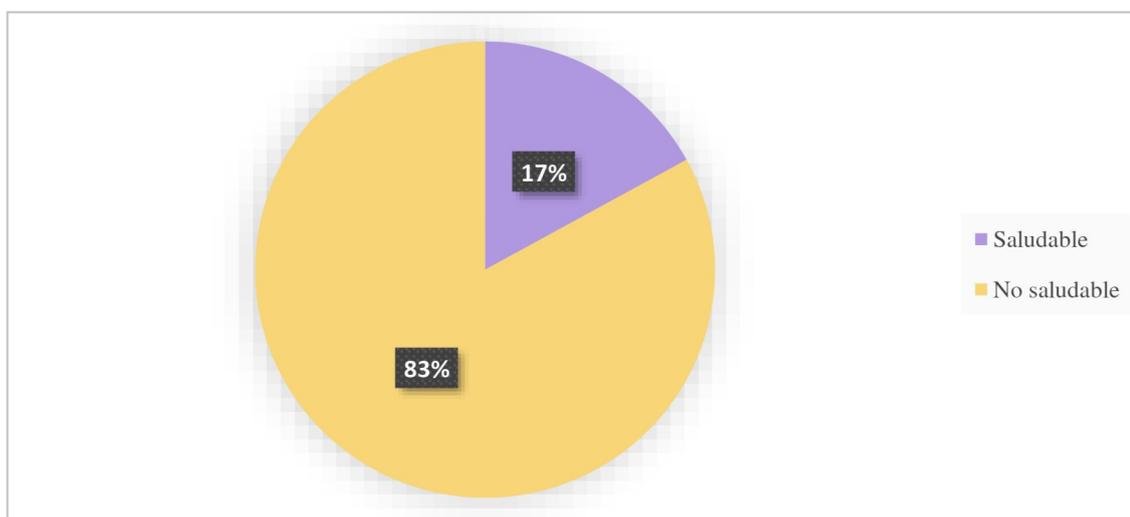
TABLA 1
LOS ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO HUMANO
ALMIRANTE MIGUEL GRAU I ETAPA CASTILLA PIURA, 2022

Estilo de vida	N°	%
No Saludable	83	83,0
saludable	17	17,0
Total	100	100,0

Fuente: Cuestionario de Escala de estilo de vida, por Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado al adulto maduro Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau I Etapa Castilla Piura, 2022

FIGURA 1

ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS MADUROS ASENTAMIENTO HUMANO
ALMIRANTE MIGUEL GRAU I ETAPA CASTILLA PIURA, 2022



Fuente: Tabla 1

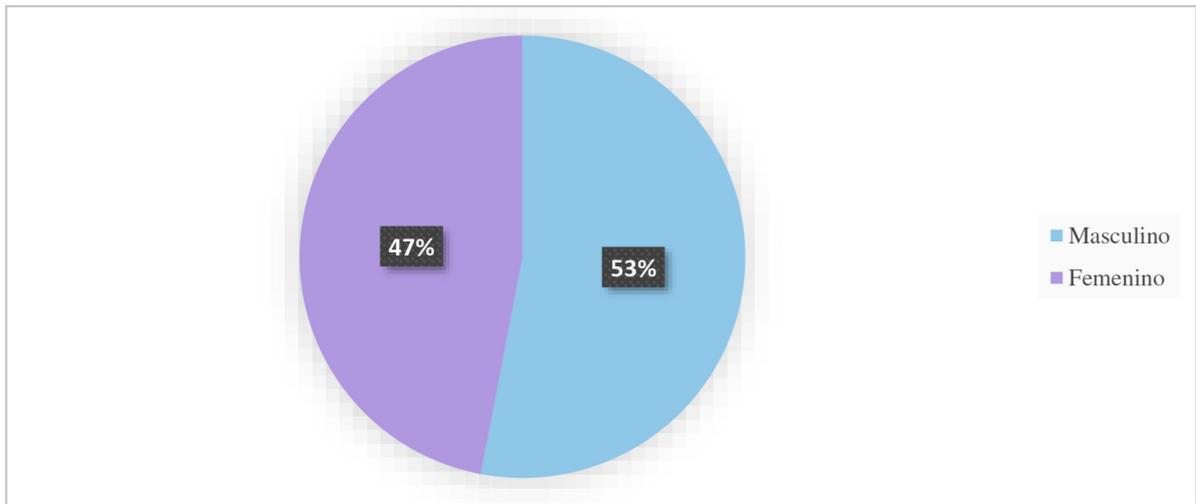
TABLA 2

FACTORES BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MADUROS ASENTAMIENTO HUMANO ALMIRANTE MIGUEL GRAU I ETAPA _ CASTILLA _ PIURA, 2022

Sexo	Nº	%
Masculino	53	53,0
Femenino	47	47,0
Total	100	100,0
Grado de instrucción	Nº	%
Analfabeto	1	1,0
Primaria	14	14,0
Secundaria	35	35,0
Superior	50	50,0
Total	100	100,0
Religión	Nº	%
Católico	81	81,0
Evangélico	11	11,0
Mormón	0	0,0
Pentecostés	2	2,0
Otros	6	6,0
Total	100	100,0
Estado civil	Nº	%
Solteros	39	39,0
Casados	19	19,0
Viudos	4	4,0
Convivientes	28	28,0
Separados	10	10,0
El Total	100	100,0
Ocupación	Nº	%
Obreros	10	10,0
Empleados	22	22,0
Amas	27	27,0
Estudiantes	1	1,0
U Otros	40	40,0
El Total	100	100,0
Ingreso económico	Nº	%
Menor 400 nuevos soles	5	5,0
400 a 650 nuevos soles	16	16,0
650 a 850 nuevos soles	17	17,0
850 a 1100 nuevos soles	20	20,0
Mayor 1100 nuevos soles	42	42,0
El Total	100	100,0

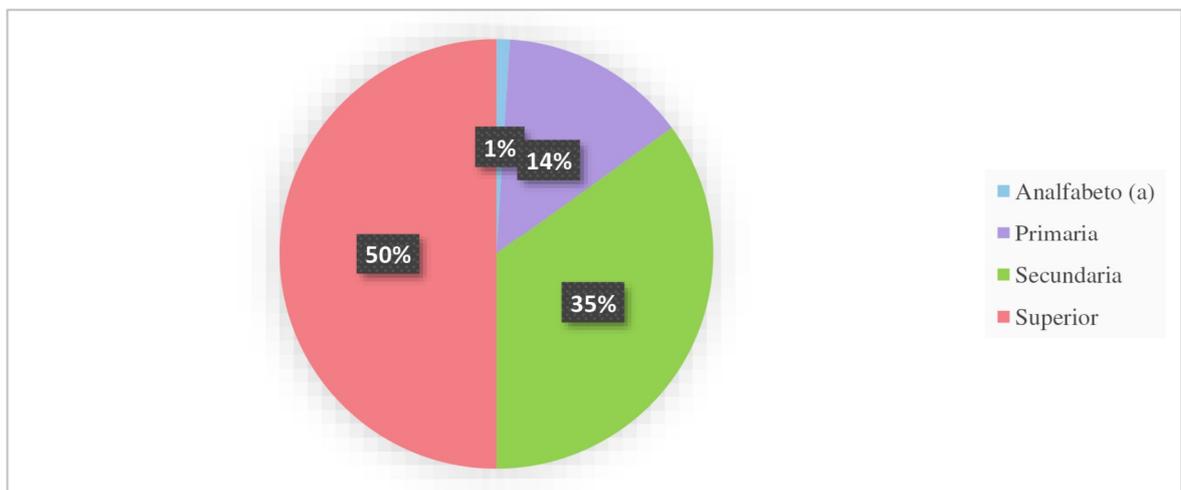
Fuente: Cuestionario de Escala de estilo de vida, por Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado al adulto maduro Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau I Etapa _ Castilla _ Piura, 2022

FIGURA 2
SEXO EN ADULTOS MADUROS ASENTAMIENTO HUMANO ALMIRANTE MIGUEL GRAU I ETAPA_ CASTILLA_ PIURA, 2022



Fuente: Tabla 2

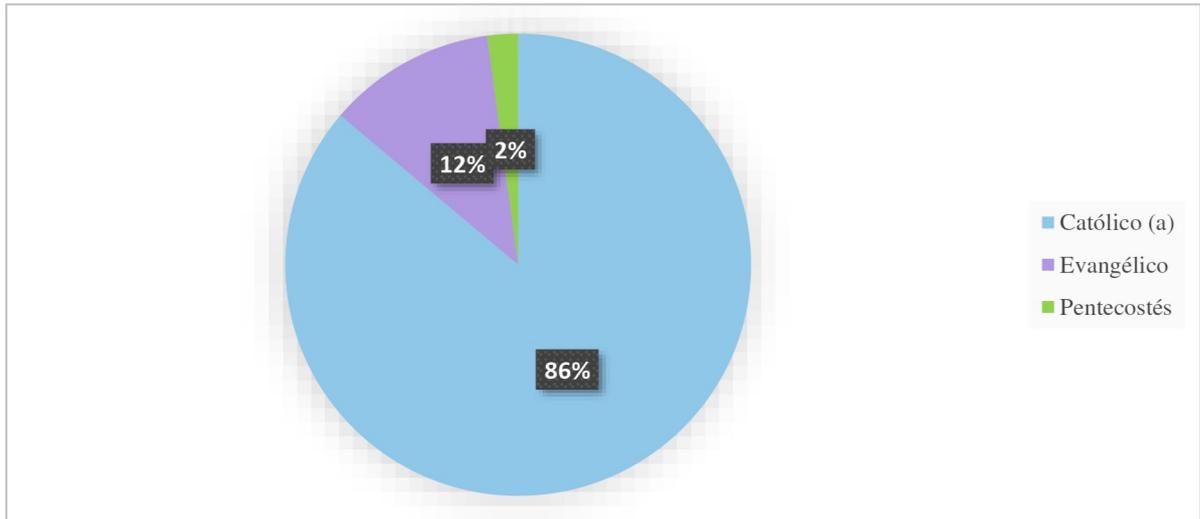
FIGURA 3
GRADO DE INSTRUCCIÓN EN ADULTOS MADUROS ASENTAMIENTO HUMANO ALMIRANTE MIGUEL GRAU I ETAPA_ CASTILLA_ PIURA, 2022



Fuente: Tabla 2

FIGURA 4

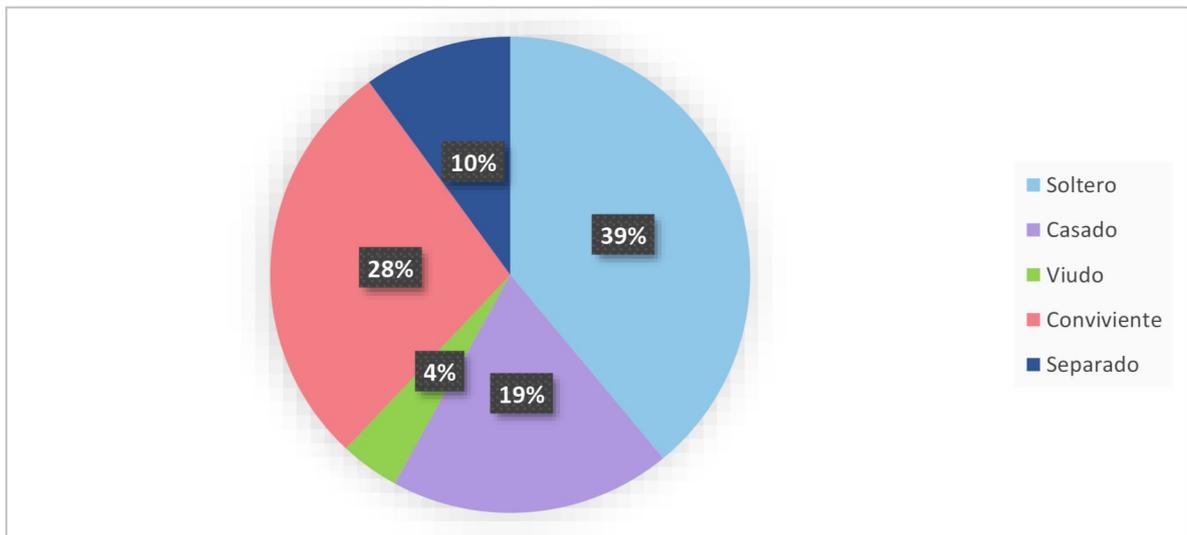
**RELIGIÓN EN ADULTOS MADUROS ASENTAMIENTO HUMANO ALMIRANTE
MIGUEL GRAU I ETAPA_ CASTILLA_ PIURA, 2022**



Fuente: Tabla 2

FIGURA 5

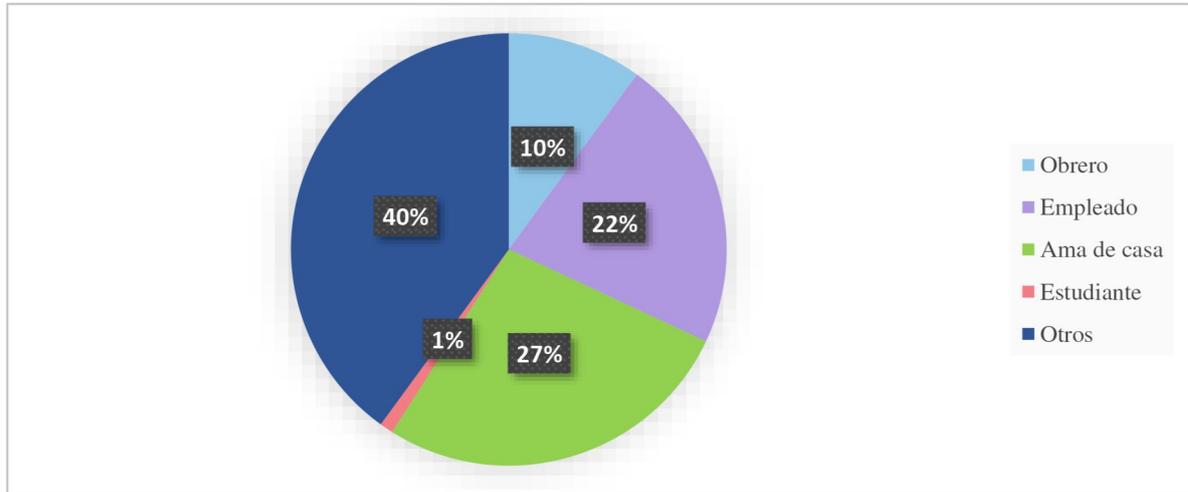
**ESTADO CIVIL EN ADULTOS MADUROS ASENTAMIENTO HUMANO ALMIRANTE
MIGUEL GRAU I ETAPA_ CASTILLA_ PIURA, 2022**



Fuente: Tabla 2

FIGURA 6

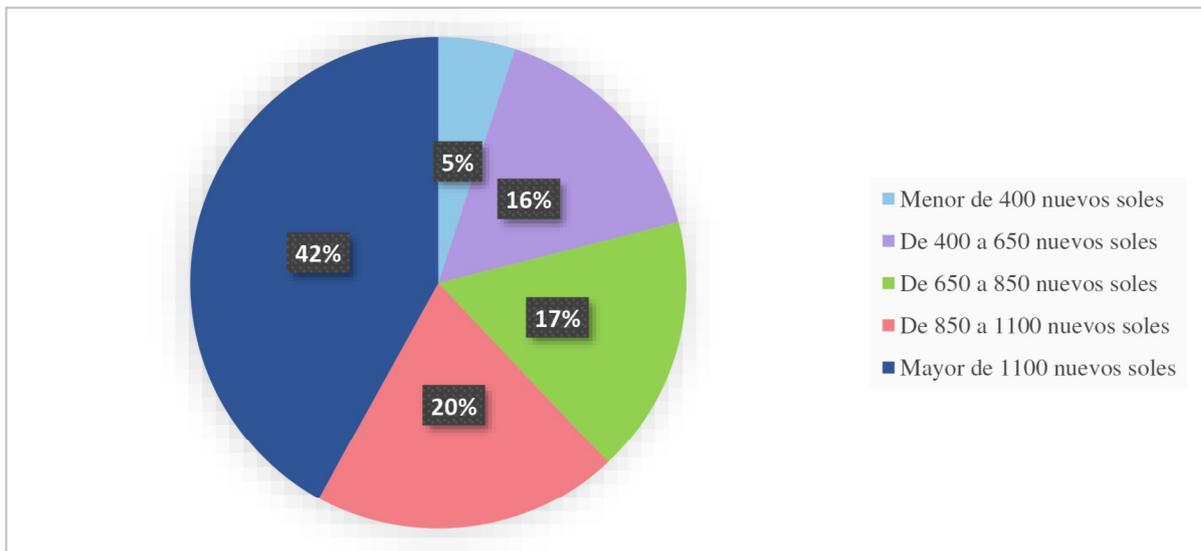
OCUPACIÓN EN ADULTOS MADUROS ASENTAMIENTO HUMANO ALMIRANTE MIGUEL GRAU I ETAPA_ CASTILLA_ PIURA, 2022



Fuente: Tabla 2

FIGURA 7

INGRESO ECONÓMICO EN ADULTOS MADUROS ASENTAMIENTO HUMANO ALMIRANTE MIGUEL GRAU I ETAPA_ CASTILLA_ PIURA, 2022



Fuente: Tabla 2

TABLA 3

RELACIÓN ENTRE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES Y LOS ESTILOS DE VIDA EN ADULTOS MADUROS ASENTAMIENTO HUMANO ALMIRANTE MIGUEL GRAU I ETAPA CASTILLA PIURA, 2022

SEXO	Estilo de vida						Prueba de chi cuadrado
	Saludable		No saludable		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Masculino	10	10,0	43	43,0	53	53,0	$X^2=0,279$, 1gl P: 0.5974>0,05 No existe relación estadísticamente significativa
Femenino	7	7,0	40	40,0	47	47,0	
Total	17	100,0	83	100,0	100	100,0	

GRADO DE INSTRUCCIÓN	Estilo de vida						Prueba de chi cuadrado
	Saludable		No saludable		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Analfabeto (a)	0	66,0	1	1,0	1	1,0	$X^2=1,853$, 3gl P: 0.6035>0,05 No existe relación estadísticamente significativa
Primaria	4	4,0	10	10,0	14	14,0	
Secundaria	6	6,0	29	29,0	35	35,0	
Superior	7	7,0	43	43,0	50	50,0	
Total	17	100,0	83	100,0	100	100,0	

RELIGIÓN	Estilo de vida						Prueba de chi cuadrado
	Saludable		No saludable		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Católico	10	10,0	71	71,0	81	81,0	$X^2=9,100$, 4gl P: 0.059>0,05 No existe relación estadísticamente
Evangélico	5	5,0	6	6,0	11	11,0	
Mormón	0	0,0	0	0,0	0	0,0	
Pentecostés	0	0,0	2	2,0	2	2,0	
Otros	2	2,0	4	4,0	6	6,0	
Total	17	100,0	83	100,0	100	100,0	

ESTADO CIVIL	Estilo de vida						Prueba de chi cuadrado
	Saludable		No saludable		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Soltero	10	10,0	29	29,0	39	39,0	X ² =10,093, 4gl P: 0.039<0,05 Si existe relación estadísticamente significativa
Casado	0	0,0	19	19,0	19	19,0	
Viudo	0	0,0	4	4,0	4	4,0	
Conviviente	7	7,0	21	21,0	28	28,0	
Separado	0	0,0	10	10,0	10	10,0	
Total	17	100,0	83	100,0	100	100,0	

OCUPACIÓN	Estilo de vida						Prueba de chi cuadrado
	Saludable		No saludable		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Obrero	10	10,0	71	71,0	10	10,0	X ² =21,836, 4gl P: 0.000<0,05 Si existe relación estadísticamente
Empleado(a)	22	22,0	6	6,0	22	22,0	
Ama de casa	27	27,0	0	0,0	27	27,0	
Estudiante	1	1,0	2	2,0	1	1,0	
Otros	40	40,0	4	4,0	40	40,0	
Total	17	100,0	83	100,0	100	100,0	

INGRESO ECONOMICO	Estilo de vida						Prueba de chi cuadrado
	Saludable		No saludable		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Menor de 400	0	0,0	5	5,0	5	5,0	X ² =3,929, 4gl P: 0.416>0,05 No existe relación estadísticamente
De 400 a 650	2	2,0	14	14,0	16	16,0	
De 650 a 850	5	5,0	12	12,0	17	17,0	
De 850 a 1100	2	2,0	18	18,0	20	20,0	
Mayor de 1100	8	8,0	34	34,0	42	42,0	
Total	17	100,0	83	100,0	100	100,0	

Fuente: Cuestionario de Escala de estilo de vida, por Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado al adulto maduro Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau I Etapa _ Castilla _ Piura, 2022

V. DISCUSIÓN

En la tabla 1, Del 100% (100) el 17,0% estilo saludable, 83,0% estilos no saludables del adulto maduro. Los estilos de vida, es el grupo de las conductas que cotidianamente abordan el ser humano, con las perspectivas de condiciones a elección en las diferentes dimensiones y son la variedad de conductas, que seleccionan para obtener un estilo saludable, con el fin de reparar en buen estado el organismo, así mismo la variable de estilo se usó el instrumento de medición que planificó la autora de la Modelo Nola Pender que planteó el modelo de la promoción de salud para prevenir muchas enfermedades que afectan al individuo (43).

Los adultos maduros en los estudios realizados en la mayoría tienen estilos no saludables situación es muy impactante y alarmante trae consecuencias las enfermedades todo ello hoy en día existe la tecnología con mucha información que se pueden auto apoyarse para la buena salud, esto se relaciona que adoptan debido sus creencias, costumbres, influencias del entorno, son de diferentes lugares que han llegado a vivir; pero todas las conductas son modificables según la autora Nola Pender; esto va depender las decisiones tome cada quien en el Asentamiento es así tanto desequilibrio en el organismo produce las consecuencias como la obesidad, sobrepeso, sedentarismo, la diabetes, presión arterial, cardiovasculares son factores para la salud por ende perjudica tanto, familiar, social, mental, y en lo físico.

Como el modelo de Marc Lalonde (20) muy reconocido internacionalmente agrupó en cuatro grupos los determinantes de la salud donde refiere que influyen en la salud de las personas en lo biológico, mental, social, realizaron estudios que las variables eran responsables la salud de los seres humanos que perjudica el bien estar, todo se pueden modificar en los estilos de vida que muchas veces no eligen los buenos hábitos, es decir la alimentación bajo en sodio, grasas, productos procesados, azúcar, no agregan verduras, frutas, no realizan ejercicios que al realizar actividad física tiene muchos beneficios en el cuerpo todo ello repercute en forma silenciosa las patologías como el autor lo definió bien los determinantes que son muy detonantes para la salud de cada uno de los individuos es así desde antiguamente y hasta la actualidad sigue las enfermedades y cada día son mortales. Los estilos no saludables es el abordaje que individualmente las personas adoptan ya por sus culturas, costumbres de sus progenitores o la sociedad de acuerdo a las circunstancias y perspectivas en el contexto social, económico, psíquico (44).

Es por ello, Nola P. (22) realizó el esquema con los siguientes conceptos o frases factores personales, biológicos, psicológicos y el entorno como también las barreras de percepción, las cogniciones, los adultos maduros que muchos son influenciados por los amigos, es ahí caen por los malos hábitos que ellos tienen y así con el tiempo los resultados las innumerables patologías que cada adulto maduro poseen que causan hasta la muerte. Además, realizó las dimensiones como la alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, responsabilidad de la salud, autorrealización, apoyo interpersonal todas estas influyen en la salud de los adultos maduros donde ellos no se alimentan bien, no realizan la actividad física, no le dan importancia a sus controles médicos, como referían en momento de la aplicación del instrumento.

Los estilos no saludables se direccionan las diferentes formas que el adulto maduro manejan de acuerdo sus condiciones relacionado lo económico, social, trabajo es por ello la disyuntiva consecuencia de las enfermedades crónicas no transmisibles que pueden equilibrar como la dieta, realizar ejercicios que es beneficioso al organismo para eliminar las sustancias tóxicas, la baja de sal, azúcar, de no consumir sustancias nocivas como el alcohol y tabaco pero él es responsable del bien estar o seleccionan un buen estilo ya que en el estudio el 83% sobre salió estilos no saludable un riesgo para estos factores predisponentes en el individuo ellos en sus alimentos incluyen muchos carbohidratos, alimentos procesados, y no incluyen las frutas y verduras como comentaban (44).

Los alimentos son nutrientes que necesita el ser humano cada día, que va depender por diferentes factores como tenemos el sexo, edad, el sistema del organismo; donde refiere la Organización de la Salud que la persona adulta necesita entre 1,600 a 2,500 diarias, donde las mujeres por lo general debe consumir entre 1700 a 2000 calorías donde existe la “Fórmula de Harris-Benedict” que se calcula la tasa metabólica basal, en lo cual que la persona con un peso medio realizando una alimentación equilibrada debería quemar unas 3,500 calorías y las cantidades de calorías de consumir es de un 20% desayuno, 5 a 10% en la media mañana, 30% en la comida, 25-30% cena, 5-10% en la merienda (45).

Así en la dimensión la alimentación de suma importancia pero va depender de cada adulto maduro el tipo de nutriente que consuma así como se evidenció en el estudio que los adultos no equilibran sus dietas; consumen más comidas a su alcance del bolsillo, además más

se observa que hay comidas rápidas que venden en las esquinas y su alimentación debería de incluir frutas, verduras, agua, proteínas, vitaminas de tal forma los adultos maduros, no valoran su valioso tesoro que es la salud y obtengan un envejecimiento de calidad de vida y sino combinan estos alimentos, las consecuencias enfermedades no trasmisibles es un riesgo para la salud en el Asentamiento, como se visualiza en el estudio el resultado estilo de vida no saludable 83,%, estilo saludable 17, %, mucho más la pandemia hubo desempleo todo tipo de trabajo donde tuvieron crear sus propios fuentes de ingreso económico y todo ello afecto en sus dietas.

Que cada hogar tiene sus propias costumbres y desconocen como alimentarse bien; a ello las consecuencias de corto o mediano plazo las enfermedades; si no toman en cuenta la salud personalmente, que cotidianamente con la digitalización actualizada comunican que ayudan a prevenir las posibles enfermedades, es por ello intervenga el personal de salud para promocionar la alimentación saludable para evitar el desequilibrio en salud, así tener un buen envejecimiento en el futuro. En los cual en el estudio realizado se obtuvo la mayoría de los adultos maduros tienen estilos no saludables. Así el estudio se asemeja con los estudios Castillo K.(14) estudio de Estilo De Vida Y Factores Biosocioculturales En Adultos – Centro Poblado De Cantú- Pira – Huaraz-Ancash, 2021, en el estudio obtuvo el 95.89% estilos no saludables y se difiere con el estudio Coronado F.(19) en el estudio de Factores Sociodemográficos Y Estilos De Vida En El Adulto Del Caserío Huaypira Lancones_ Sullana, 2023 en los resultados 82% de estilo saludable.

En cuanto la dimensión actividad y ejercicio lo visualiza el Organismo de la Salud (46) el abordaje de los movimientos corporales que realiza los músculos del cuerpo pueden ser caminar, ir en bicicleta, realizar deportes, en juegos recreativos, en investigaciones han encontrado, el indicador ayuda a la prevención así como también controlar las muchas enfermedades como las no trasmisibles, cardiovasculares eventos cerebrales, y los beneficios que contribuye a las mejoras en la habilidades en razonamiento, aprendizaje, que internacionalmente que de 1 a cada 4 de los adultos no logran realizar los niveles de la actividad física.

Referente el Organismo Internacional de Salud (46) que el 20% y 30% con el nivel insuficiente realizar ejercicios físicos, hay un riesgo de muerte mayor comparando con los que realizan actividad física donde los adultos de 18 a más años, deben fomentar los ejercicios físicos

moderados en un tiempo de 150 a 300 minutos, así mismo la inactividad física es predisponente indicador de riesgo de la morbimortalidad por la variedad de patologías crónicas y no crónicas, además en el uso de tecnología digitales así como en podómetros acelerómetros con el fin de vigilar la actividad; en el asentamiento los adultos maduros se observó que ellos no realizan ni al menos dejan espacio para realizar ejercicios como referían.

La dimensión de Actividad física es un indicador importante porque contribuye bienestar general al organismo, como en eliminar el estrés, la ansiedad, una buena circulación sanguínea, la cognitividad mejora, protege el corazón todo ello contribuye la mejora y deberían hacer un adulto a esta edad realizar buen descanso, sueño suficiente para retomar nuevas energías, también que a través de los ejercicios físicos quema toxinas para no exponer a riesgos de contraer de enfermedades circulatorios como el acúmulo de grasas en las arterias que obstruye la circulación sanguínea que al pasar de los años van tener una enfermedad largo plazo y no le dan la debida importancia a la actividad física y consideran que haciendo deporte fin de semana es su actividad física, en esta situación recurrentes en ello ya se retorna como rutina diaria.

Considerando que la actividad física es adicional a la salud así tener una adultez de calidad si toman en cuenta las recomendaciones que brindan las diferentes Instituciones Internacionales, Nacionales, Locales, profesionales más cercanos, cuando van a realizar los controles médicos recomiendan realizar por lo menos unos 30'; así en los resultados realizados están en riesgo de contraer muchas patologías, porque el estudio lo demuestra que no tiene un buen estilo de vida en lo cual ellos deberían hacer los ejercicios para evitar enfermedades circulatorias, la acumulación de toxinas dentro del organismo ya que esta edad son más propensos a las enfermedades o eventos cardiovasculares he ahí poner en práctica todo a ello que nos instan de fomentar los ejercicios físicos de regalarnos a nosotros mismo la piedra más preciosa, valorable la salud; que es muy beneficioso.

Es por ello refieren que no realizan ejercicios físicos, que trabajan todo el día salen cansados además desconocen que es realizar ejercicios físicos, no le dan la debida importancia por limitado tiempo, otros son mecánicos, albañiles; taxistas, refiere la Organización Mundial de la Salud (46) realizar diferentes actividades físicas va generar cambios en la salud en el organismo y así evitaran tener las enfermedades como la diabetes, hipertensión, sobrepeso, obesidad etc.

Por consiguiente en la dimensión el manejo del estrés son respuestas, reacciones, características, que responde por los diferentes eventos acumulados tanto externo e interno del organismo por ende como resultado el desequilibrio psicológico, mental, en los adultos maduros, donde existe más responsabilidades (47) se ha evidenciado esta variable de la dimensión de estrés por la pandemia que a nivel mundial afectado la salud de las personas dando así muchos casos de estrés, ansiedad, violencias por el confinamiento que adoptaron los gobiernos para evitar el contagio del virus en la sociedad, refieren no se relajan por las horas que no les sobra ya que ambos trabajan para el sustento de la casa, y que ven televisión en los minutos libres, que más están cansados.

Así en los adultos maduros, manifiestan que tienen muchos problemas todos los días se estresan ya sea por sus hijos, por no tener trabajo, el dinero no alcanza para cubrir las necesidades económicas por lo poco que reciben y todo ello son las reacciones negativas que se siente irritados, molestos, por su convivencia conyugal no se encuentran realizados es imprescindible abordar temas relacionados a técnicas de relajación es así de tal forma que desconocen como relajarse, o no se dan espacio para ellos mismos como refieren que no hay suficiente tiempo para salir de paseos con su familia por que se limitan por lo económico.

Los manejos de estrés son los diferentes mecanismos, estrategias para afrontar ante una situación ya sea familiar, económica, social, además esto se asocia al escape, evitación, planificación, aceptación autocontrol y la reevaluación; que muchas veces cuando empiezan un nuevo trabajo, problemas de comprensión en el hogar entre esposos e hijos (48). Así mismo por los malos estilos de vida se presentan una serie de problemas patológicos así como el manejo del estrés es saber afrontar y diferenciar la situación o evento y direccionar a las soluciones con apoyo o ayuda profesional usar terapias de autocontrol, relajación ya que se conoce una variedad de sistemas informáticas, digitales a elección; por ende por motivos de sobrecarga laboral en las empresas, Instituciones y otros en las horas de trabajo que les aumentan el tiempo.

En que por motivos de la pandemia se evidenció que muchos adultos maduros en los trabajos laboran horas corridas es posible no hay tiempo prudente para sus horas de almuerzo y todo ello afecta en lo emocional, el estrés es una variable imprescindible tanto en las áreas de trabajo o cualquier circunstancia del individuo; refieren que se encontraban algunos insatisfechos por las actividades que realizan, por el virus que causó estragos en los hogares, familias y en la sociedad.

Los resultados encontrados en la investigación fue que tienen estilos saludables menos de la mitad, estilos de vida no saludables la mayoría el estudio se asemeja con Silvestre F, (15) estudio de “Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Caserío de Mallquibamba - Carlos Fermín Fitzcarrald, Ancash 2020”, concluyó estilo de vida saludable 16,36% (18), el 83,64% (92) no saludable el estilo y estudio concuerda con Carrión D, (16) el título “Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto joven. Asentamiento Humano Santa Rosa del Sur Nuevo Chimbote, 2020” en cual como resultados el 15,9% (48) estilo saludable, 84,1% no saludables.

La dimensión apoyo interpersonal son las interacciones en las personas donde abordan las necesidades tanto personales, familiares como grupales, sociales, Instituciones así mismo es una comunicación continua donde conceptualizan mayormente en las respuestas positivas debido a los factores que interfieren en el entorno que pueden ser las creencias, intereses, valores o también en lo emocional (49). Los adultos maduros manifiestan siempre están interrelacionados más con sus familias que se ayudan mutuamente, amigos, en el área de trabajo, en los negocios donde expresan sus necesidades, problemas de tristezas con el fin que alguien los escuchen de tal forma no sean afectados en lo cognitivo, emocional, es muy importante este indicador tanto personal, familiar porque ayuda a eliminar muchas dudas, problemas de estrés que cotidianamente el ser humano posee como manifiestan les favorece un bien estar emocional como también existe otras personas que muy poco se interrelacionan con los demás, como ellos refieren que no tienen confianza en comentar sus problemas o necesidades, a veces por la costumbre que les transmiten los padres esto no les permite aumentar su autoestima es perjudicial a su bien estar.

Al respecto en la dimensión autorrealización son las acciones, actividades que el ser humano desarrolla habilidades, talentos, con sus propias iniciativas y esfuerzos para lograr sus objetivos planteados así como los adultos maduros tienen propios trabajos, ocupaciones, intereses, deseos, para sentirse bien, satisfechos y motivados (50) en el caso del indicador direccionan en el abordaje de las habilidades que el adulto maduro poseen, algunos manifiestan que trabajan pero muchas veces no se encuentra satisfechos por lo que están realizando, algunos de ellos no han podido estudiar más y así tener una profesión para tener un trabajo más rentable y si tienen sus estudios superiores no la ejercen por las competencias, así también los requisitos las empresas que requieren; otros han desarrollado durante sus años, con esfuerzos propuestos

en su agenda logrando así sus metas programadas como refieren en el cuestionario, con problemas pero supieron superar la crisis, con ayuda siempre de otros.

La dimensión responsabilidad en salud se conceptualiza en las actividades que se realizan y que van a contribuir a minimizar los posibles eventos, riesgos, de muchas patologías o también las complicaciones que causan y por ende con las prevenciones, promociones, rehabilitaciones se lograrán controlar las posibles consecuencias ya que muchas veces las enfermedades son silenciosas, así mismo tienen el no automedicarse realizar sus controles continuos, no consumir bebidas alcohólicas y tabaco, refieren que por la demora los hace esperar no asisten a un puesto de salud que no van no lo necesitan y otros reportaban que iban a clínicas particulares por que atienden rápido y que los pacientes muchos de ellos piden permiso de sus trabajos, como también tienen otras creencias optan por la medicina vegetariana, (50).

Puede decir que estudios coinciden por la mismas variables, el lugar donde están viviendo, el tipo de población, con los instrumentos aplicados respondieron con claridad, comprendieron aunque algunos no comprendían se les explicó cada ítem el significado para mayor entendimiento donde desconocían que es tener un estilo saludable; es por eso es muy importante las promociones y prevenciones como los modelos internacionales de Marc Lalonde y Nola Pender (21) se preocuparon la salud de las personas como decía en su lema “hay que prevenir o promover la vida saludable antes que los cuidados y así de esa forma hay poca gente que se enferme” esto es muy cierto en la vida real por ejemplo una persona con enfermedades cardiovasculares, ACV, hipertensión, diabetes, obesidad etc. todo ello es a consecuencia de la mala alimentación, hábitos, estilos que eligieron durante sus años y esto con el tiempo el resultado la enfermedad está en riesgo la salud .

Como otros estudios que se difiere con Rosales P, (51) el estudio. “Estilos de Vida y Nivel de Conocimientos Sobre Prevención de la Anemia en los Adultos de la Comunidad De Shumay - Distrito De Marcará - Carhuaz, 2020” en el cual tienen estilo saludable 89%(102), estilo no saludable 11%(13) el estudio se encontró que tiene un buen estilo saludable podría ser por la zona donde viven, la condición de vida, los ingresos económicos, llevan capacitaciones, talleres, publicidad, campañas que realizan los profesionales médicos y ponen en práctica todo ello influye. En los estudios de asemejan con el estudio de Domador P,(17) en el estudio Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales En El Adulto Maduro Del Aa. Hh Manuel Seoane

Corrales - Veintiséis De Octubre - Piura, 2020. obtuvo en los resultados el 80,0% en estilos no saludables

En la actualidad es muy complejo el indicador que ser responsable en la salud donde el adulto maduro seleccionan que alimentos consumir; pero siempre tiene que ser equitativo por ejemplo en la alimentación hay variedad de herramientas tecnológicas que informan que alimentos saludables consumir y si no se consumen dietas equilibradas a la larga trae una serie de secuelas como, diabetes, sobrepeso, obesidad, hipertensión y es eso que las autoridades de turno, profesionales de salud asistenciales al usuario, sensibilicen, concienticen y busquen estrategias, mecanismos de tal forma disminuir y poner en práctica las informaciones brindadas, refieren que no asisten a los controles de su salud que no tienen espacios libres, como muchos de ellos comentaban.

Se limita el estudio que los adultos maduros no toman conciencia de la salud en el cual se reflejado que se tiene que articular con el personal de salud donde en el asentamiento tienen estilos no saludables en la mayoría y probable no han recibido información acerca de la importancia o también se dedican más al trabajo, ocupaciones no se alimentan muy bien, realizan ejercicios, de acuerdo a ello se puede visorar que en el futuro pueden presentar enfermedades crónicas, se propone que los líderes de turno proyecten junto con las autoridades del asentamiento realicen campañas continuas sobre el tema de estilos de vida saludables, actividades físicas y prácticas de tal manera sensibilicen y se concienticen para evitar los posibles eventos de salud.

En la tabla 2, los factores biosocioculturales del 100% de los adultos maduros en en lo biológico sexo masculino el 53% (53), grado de instrucción 50% (50) superior, 81% (81) son de religión católica, en estado civil 39% (39) son de condición soltero, en ocupación 40% (40) en otros trabajos, ingreso económico mayor de 1100 soles el 42% (42).Según la referencia el sexo se considera como las características o rasgos biológicos en el individuo donde se incluye los cromosomas dando una expresión génica, hormonal, así también la reproducción se diferencia hombre y mujer (52) así en el estudio predominó más el sexo masculino porque en el momento que se encuestó fueron horas que ellos ya estaban en casa descansando del trabajo cotidiano y la mujer también como todo hogar más lidera el hombre en el cual respondió cuestionario ellos y ellas estaban realizando los quehaceres de casa.

También el modelo Marc Lalonde (20) refiere que los factores biosocioculturales influyen en la salud de las personas, es por ello realizó muchos estudios que en los resultados se evidenció el tipo de conductas, es así el autor difundió muchos reportes de salud, que los profesionales lo utilizan para elaborar estudios, ya que son muy complejos diferenciar donde que las conductas que seleccionan las personas va influenciar, ya sea familiar, social ya que los resultados obtenidos en la mayoría tienen estilos no saludables todo esto se relacionan que el hombre es muy social, además se observó que le dan la oportunidad a la mujer de que sean entrevistadas; tenía negocios donde trabajan para el sustento de su familia así también el sexo va determinar el estilo de vida, el comportamiento, las recreaciones, ejercicios físicos por que las mujeres les gusta verse mejor y le favorece la salud en cambio el hombre no tienen un mejor comportamiento en el estilo de vida, por su condición social de amigos que se dejan influenciar.

Así tenemos en sexo masculino más de la mitad de los datos obtenidos, los estudios se difiere con Paguay P, Vega V.(13) “Hábitos Alimentarios como Factor de Riesgo de Enfermedades Crónicas no Transmisibles (ECNT) en adultos de urcuquí, 2020” concluyó en 51,3% sexo femenino, así como otro estudio se difiere con Carrión D, (16) donde teniendo los resultados son de sexo femenino 57.9 (175) estos estudios se contradicen con la investigación pero se visualizan que ambos autores encontrados prevalece la mujer porque está más en casa realizando los labores domésticos, viendo sus hijos pequeños porque ellos necesitan mucho afecto, cariño.

Como también se asemejan con Castillo K (14) título “Estilo De Vida Y Factores Biosocioculturales En Adultos – Centro Poblado De Cantú- Pira – Huaraz-Ancash, 2021” que concluyó con 65.75% en sexo masculino este estudio tienen similitud con la investigación porque durante la entrevista se encontró los hombres para la aplicación del instrumento como también el tipo de trabajos por motivo de la pandemia muchas personas perdieron sus empleos porque hubo cierre de empresas, puestos de mercado de tal forma que los hogares obtenga el sustento necesario crearon sus propios ingresos.

Es así que el grado de instrucción, son las enseñanzas en conjunto que brindan a las personas, en lo que existen educación formal e informal que comparten conocimientos en instituciones, escuelas, universidades así también debe haber ambas partes como la instructora y la instruida, la que recibe los conocimientos (53). Que estos adultos maduros teniendo el grado de instrucción superior son las capacidades que cada persona va desenvolver, van a tener mayor

posibilidades económicas, opciones de conseguir trabajos y también un ingreso económico para cubrir todas las necesidades de alimentación, vestido, salud básicas, y el modelo Nola Pender (21) se preocupaba que eduquen a las personas de tal forma ellos comprendieran, sobre lo que les transmiten en una forma clara porque hay muchas barreras de percepción, factores biológicos, psicológicos socioculturales, como las influencias que pueden ser personales o situacionales de tal forma hay mucho que hacer de seguir promoviendo, educando incentivando, motivándolos que pueden elegir una salud de calidad.

El Instituto Nacional de Informática (54) refiere la formación educativa muy esencial es la base, soporte en el país, estado, en el cual va disminuir grandes brechas de pobreza que existen y va haber un avance en los objetivos propuestos en los grupos etarios con el fin de tener una formación de calidad; realizando estudios en 2021 que las mujeres de nivel superior que están matriculadas es el 31,1% y el 25,4% los hombres, como también la encuesta nacional de Hogares refieren que 17 a 24 años ellos están matriculados en nivel superior el 28,2% universitario, no universitario.

Muchos de ellos poseen para adquirir conocimientos enfocados a la educación formativa ya que es un indicador significativo en lo que se pasa por grados hasta llegar ser profesional según las circunstancias del individuo, la educación es muy relevante que es para el progreso personal, familiar y sociedad así tener una calidad de vida, confort, hoy con las competencias en todo ámbito se necesita profesionales competentes para realizar actividades relacionadas a su preparación como en el estudio se evidenció que son de instrucción superior.

Esto es importante para el adulto maduro con mayor conocimientos donde va determinar en el cuidado de su salud de tomar buena decisión en referente a los comportamientos pero es otras realidades que existen que las personas poseen grado de instrucción superior no adoptan buenas conductas porque están expuestas en las actividades sociales se dejan influir donde hay un alto consumo de carbohidratos, grasas, alcohol, por su misma condición de sociabilidad por otro lado con la pandemia la deficiencia de puestos de trabajo por motivos que muchas empresas han cerrado, es por ello dedican en otras actividades, y va influir en los estilos de vida.

Considerando dentro del factor cultural en grado de instrucción es superior la mitad se encontraron, estos resultados se difiere con Castillo K, (14) concluyó en secundaria 54,11%, como también se difiere otro estudio con Domador P, (17) en los resultados en Secundaria completa/incompleta 46,0% los estudios se contradice con la investigación realizada la

educación es muy importante cuanto hoy en día se necesita tener estudios avanzados para encontrar trabajos mucho peor con la globalización y las competencias laborales con el fin de tener una calidad de vida como otras investigaciones se asemeja con los estudios Paguay P. y Vega V, (13) concluyó el 56,6% estudios superiores otro estudio concuerda con Coronado F.(19) donde los resultados que el 45,0 % grado superior. Tienen similitud con lo encontrado con la investigación realizada que valioso tener estudios superiores así tener buenos ingresos económicos, tener una calidad de vida, confort.

Así también la religión se direcciona a las costumbres creencias, fe hacia Dios donde abordan principios valores, éticos además son heredados por los ancestros con un fin de hacer siempre lo bueno hacia los demás (55) en los estudios que se realizaron sobresalió el indicador de religión católica en la mayoría es decir los adultos maduros profesan su religión que dejaron los padres es muy importante tener los valores, principios se encomiendan a Dios todos los días mucho más cuando salen a sus trabajos, viajes se echan la bendición; que se siente protegidos, fortalecidos con la fe.

Además al fin de semana acuden a la misa en la homilía que realiza el Padre a la población sensibiliza dentro ello relacionado en el aspecto social en el alcohol, tabaco, que el sacerdote toma mucho énfasis a ese comportamiento que adoptan que debe ser corregido muchos de ellos si corrigen esa actitud para mejorar su salud así mismo existe porcentaje de estudios de religión evangélica donde se limitan a las actividades sociales ellos pueden consumir alimentos sanos por que consumen frutas, verduras no consumen carnes según su religión.

Que en el estudio se encontró en mayoría profesan la religión católica, los estudios se asemejan con Domador P, (17) en los resultados de religión católica 88,0% como también asemejan con Castillo K,(14) en los resultados de religión católico 63.01% , la fe en Dios se siente fortalecidos, protegidos, bendecidos con el espíritu que irradia Dios; se difieren con los estudios de Quiroz K, (56) el título. “Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales En Adultos Maduros Del Asentamiento Humano Belén_Nuevo Chimbote, 2021” en los resultados son evangélicos 61,7% en religión católica 26,7%.

Por otro lado, el estado civil aborda a las circunstancias del individuo en una sociedad que va relacionado desde el nacimiento, es afiliado, va su nombre, adopción, matrimonio, emancipación, divorcio y la muerte todo ello contribuye hacer identificado (57). Se evidencia

que el estudio que se realizó prevalece menos de la mitad el estado civil soltero el día que se realizó refieren los adultos maduros que no se habían casado y todos tenía su familia luego otro grupo son convivientes menos de la mitad, que comentaban por motivos de lo económico aún más por la pandemia que afecto la crisis en los hogares como también priorizan más la educación de sus pequeños, su trabajo además tienen los mismos derechos, el matrimonio no es obligatorio para ellos, otros se han formado sus familias en temprana edad así mismo desconocen las responsabilidades.

En los factores sociales se encontró en el estudio ocupación en otros, ingreso económico nuevos soles de 1100 mayor, estado civil solteros, menos de la mitad difieren estudios de Silvestre F,(15) en los resultados de 62,73% casados, y otros estudios se difiere con Domador P,(17) concluyó en casados 54,0% con la investigación se contradicen para los autores en los estudios que realizaron su población son de condición casados ya que decidieron juntarse estar unidos es responsabilidad de ambos para cumplir todos sus objetivos propuestos, planteados por la pareja con el fin de alcanzar sus metas.

Refiere el autor Lalonde (20) que los determinantes son los causantes de infinidad enfermedades es por ello, que brindaba muchas conferencias, hacía sus reportes informáticos, aunque a veces estos factores el ser humano no se le da importancia, ya que el factor social influye en los estilos de cada individuo aunque hoy en día con los estragos que dejó la pandemia se creado muchas tecnologías de muchas necesidades como propagandas televisivas, dispositivos, donde hacen al individuo consuma, es donde cae en las malas conductas.

La investigación se asemejan con los estudios de Paguay P. Vega V,(13) concluyendo en un 45,8% en estado soltero; tiene similitud con el estudio realizado ya que el estado civil soltero ya que no deciden casarse por la iglesia, están juntos tienen sus hijos como en el estudio referían que se necesitan dinero mucho peor con la pandemia que hubo un total desequilibrio en lo económico donde los adultos maduros crearon sus propios ingresos.

En cuanto la ocupación se entiende a las diferentes actividades, procesos de cada ser humano a todo ello es influenciado a la cultura además muy potencial que se aborda al crecimiento de la persona, comunidades, grupos sociales, etc. (58). Por otro lado la ocupación es relevante en el asentamiento humano en los estudios encontrados que menos de la mitad es en otros trabajos, esto es un riesgo en los adultos maduros en la situación económica que no alcanza sus ingresos ya que ellos trabajan en mototaxistas, taxi, mecánicos, en bodegas, ven la

forma como llevar el sustento al hogar, y todo esto la insuficiente conocimientos no hay puestos de trabajos muchos tendrán su profesión pero no ejercen y se dedican en otra actividad.

Donde menos de la mitad se dedican en otros trabajos la investigación realizada, los estudios se difieren con los estudios de Carrión D,(16) concluyó en la investigación que ama de casa 39,0%, estudios se difiere con Domador P,(17) en resultados en ocupación trabajo estable 55,0%, este factor social ocupacional es muy importante para los adultos maduros donde ellos están inmersos en sus autorrealizaciones que propusieron o decidieron prepararse como profesionales, como también la actividad que cada quien elige para desempeñarse y estar satisfechos con lo que lograron alcanzar y es una terapia estar ocupados que puede ser tanto físico o mental tener un trabajo estable se siente feliz, contento porque va llevar el sustento a los hogares como muchos autores refieren es una disciplina (27) se asemeja con los estudios de Coronado F (19) en los resultados se encontró en ocupación en otras 29,0% existen pocos estudios; tiene similitud con la investigación realizada por motivo de la pandemia optaron a otros trabajos para solventar la crisis del hogar.

Que la canastica básica de la persona, en 2020 el Instituto Nacional de Estadística (59) refiere es de S/ 1440.mensuales esta agrupado en doce grupos en alimentos y no alimentos donde en el hogar que lo que consume es un 31,5% donde incluye el agua, luz, alojamiento, en gas y en otros en un 23,2% ;en salud 9%, transporte el 5.9% en bienes servicios 4,5% en comunicaciones el 4,2% los enseres muebles 4.1% en cultura y recreación el 3,2% en vestimentas y calzado 3,2% el 3,1 educación en consumo de bebidas alcohólicas 0,1%.

El estudio se obtuvo en el ingreso económico menos de la mitad y en los estudios se difieren con los estudios de Silvestre F,(15) resultados ingreso económico menos de 100 soles 49,09% se contradice con el estudio realizado, este indicador es preocupante para la población es el lugar donde viven las costumbres, tradiciones porque a veces son de diferentes lugares que habitan en el lugar; como también asemeja un poco con Domador P,(17) ingreso económico de 1001 a 1400 soles 56,0%, el indicador es muy importante para las personas en el cual se va cubrir las principales necesidades básicas pero con la pandemia afecto totalmente los ingresos en los hogares, empresas, instituciones.

Donde en el asentamiento trabajan en otras actividades para generar ingresos ya que en la actualidad existe mucha competencia en determinadas áreas necesitan profesionales capacitados para asumir funciones con responsabilidades que les atribuya y además con la

pandemia hubo muchas empresas que han dejado de funcionar solo son contratos esto perjudica su economía con sus ingresos inestables en el hogar y se ven obligados buscar otros trabajos para absorventar sus circunstancias que afectan a sus familias.

Entre las limitaciones que los adultos maduros tienen diversidad costumbres, tradiciones y cada uno de ellos poseen propias características, en el cual puede influenciar en las diferentes conductas y por ende se puede modificar es por eso se propone que los profesionales de salud, las autoridades de turno ayuden en forma conjunta a motivar o realicen programas educativos, talleres demostrativos, de acuerdo a su cultura de ellos en prevención y promoción de temas de estilos saludables de tal forma orientando y fomentando que comprendan, entiendan con un lenguaje sencillo; poner en práctica de esa manera se puede ayudar a que pueda prevenir cualquier evento patológico ya que esa etapa el organismo va disminuyendo en forma lenta el funcionamiento, que con las orientaciones previos poner a la práctica y así tener una calidad de vida para su envejecimiento.

Tabla 3, la relación entre los factores biosocioculturales y los estilos de vida, en el estudio se evidenció la relación del factor biológico se obtuvo el 53% (53) en sexo masculino, en el sexo femenino 47% (47) aplicando la correlación de las variables no existió relación usando la prueba estadístico $\chi^2=0,279, 1\text{gl } P:0.5974 > 0,05$ estadísticamente significativa; al analizar estas variables no hay relación se comenta que los adultos maduros son de otros lugares que a veces tienen sus propias culturas, creencias, costumbres, que son transmitidos por sus antecesores y los conocimientos que poseen puedan que le den importancia como que no a su salud, ya que cada persona es único optar tener un estilo saludable.

Marc L.(20) en su diagrama refiere que los malos estilos es el conjunto de acciones y decisiones propias de cada ser humano que elige ya sea hombre o mujer en el cual va determinar el tipo de estilo de vida que puede afectar tanto físico, mental, social, económico, además existe otros factores que influye en la salud como refiere el autor. Se conceptualiza sexo son rasgos fisiológicos, biológicos que lo diferencia tanto a la mujer y al hombre desde que nacen con sus respectivos órganos todos los seres humanos donde cada individuo es diferente de los demás a ello va ser el mismo responsable de la conducta que elija (60).

Los estilos de vida saludable lo dividen en saludable es decir que el individuo adquiere conductas de un buen funcionamiento del bien estar, no saludable contribuye a los comportamientos que va empeorar o poner en riesgo su salud tanto en lo psíquico y físico y

como consecuencia las enfermedades que le afecta a su bien estar (61) todo ello va relacionar la salud del adulto maduro con la buena elección de los hábitos saludables que desde el momento que ellos optaron de cambiar así en la investigación presento un porcentaje mínimo estilo sano que se preocupan en consumir dietas equilibradas.

Así como lo explica Nola Pender (22) que existe múltiples factores que se asocian como las experiencias que han tenido, factores personales, biológicos que es edad, sexo, psicológicos esta la autoestima, las motivaciones, la salud que posee y los factores socioculturales están lo económico, la raza, la educación, como las cogniciones perceptuales que han percibido, luego las decisiones que la personas han seleccionado el tipo de conductas a todo a ello no quiere decir si solamente trabajamos con sexo probablemente que no tenga relación porque hay otros factores que también influyen según la autora porque cada persona tiene sus interés, características, factores para decidir el tipo de estilo de vida saludable sea femenino y masculino.

En el estudio se difiere con la investigación de Carrión D, (16) concluyó relacionándolo entre variables significativa estadística si hay relación, otros estudios se asemejan García Z, (22) en los resultados concluyó que al utilizar el Chi cuadrado en la variable de sexo y estilos de vida resultado $\chi^2 = 3,071$; $1gl P = 0,080 > 0,05$, no hay relación estadísticamente significativa y así también se asemeja Méndez C, (62) el estudio. Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales En Adultos Maduros Del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar- Nuevo Chimbote, 2022 en los resultados estadística significativa no hay relación entre el estilo y sexo; al analizar los autores con los estudios encontrados que se difieren o se asemejan es debido el lugar donde viven, la voluntad de cada ser humano, cabe indicar que el hombre siempre es social aunque las mujeres también en la actualidad tan globalizado se encuentra siempre estamos rodeados muchas influencias, compromisos, eventos sociales.

Además los estilos de vida saludable es el abordaje las buenas conductas van ayudar a mejorar todo el sistema anatómico del organismo, en los resultados su estilo de vida no saludable más de la mitad, pero no hay relación con las variables ellos refieren más se dedican al trabajo y no dejan su disponibilidad, para realizar ejercicios físicos, también importante ser responsable en la salud personal sino se preocupan por el bien estar, generan una serie enfermedades silenciosas que largo plazo van ser crónicas, el Organismo de la Salud (24) direcciona que al realizar ejercicios físicos, tiene beneficios que por lo menos unos 75 a 150 minutos para el ser

humano, consumir dieta equilibrada consumir frutas, verduras entre otros tener buen sueño, ayudan al organismo al bien estar.

En la investigación realizada aplicando χ^2 no se relacionan las variables cabe indicar el adulto maduro adoptan estilos de vida y va determinar su salud que elija como bien conocen que el hombre es influenciado por la sociedad y algunas mujeres, se propone que los profesionales de salud realicen programas educativos, capacitaciones, videos, para que vean y lo practique en sus hogares y se concienticen, sensibilicen ellos aprendan que si se puede cambiar o agregar algo que ellos no han incluido, es con el fin de evitar los malos hábitos y prevenir enfermedades no transmisibles que son silenciosas que aparecen cuando la enfermedad esta avanzada a los adultos maduros, a la comunidad en general para que esa forma detectar con tiempo y evitar las consecuencias, estragos y los costos son innumerables de las enfermedades que afecta tanto personal y familia, estado.

Que el factor cultural en nivel de instrucción superior el 50% (50) en 43% (43) estilo no saludable y 7% (7) son saludables, al aplicar el estadístico $X^2=1,853$, 3gl, P: 0.6035>0,05. Significativa estadísticamente no hubo la relación y la religión Católica el 81% (81) y el 71% (71) estilo no saludable y 10%(10) saludable y aplicando el Chi-Cuadrado ($X^2=9,100$, 4gl P: 0.059>0,05) se obtuvo en el estudio estadístico no hubo la relación. Es lo más primordial los estudios según las especialidades que profesan en los adultos maduros que en los resultados arrojaron en nivel superior, y en enseguida arrojó el nivel secundario se puede decir que ellos tienen estudios superiores, pero algunos no lo ejercen por motivos económicos aún más la pandemia que hizo un desbalance a nivel mundial que detuvo la economía, empresas cerraron, solo había online y además son contratos con las normas peruanas (63).

El estudio demostró en los adultos maduros aplicando el proceso estadístico no hay relación en el nivel de instrucción con los estilos que determina las personas que no tiene estudios superiores puede cuidarse mejor donde ellos priorizan más su bien estar su salud piensan que comer muchas grasas, carbohidratos, frituras, bebidas alcohólicas se van enfermar quizás un infarto y no tienen dinero para ir al hospital mejor se cuidan; en cambio el que tiene estudios superiores conoce los riesgos las consecuencias de las enfermedades pero sin embargo la vida social no le permite se dejan influenciar por los amigos, invitaciones, reuniones y no miden los posibles eventos que posteriormente se presente las enfermedades.

Con el apoyo la modelo de la promoción la autora da énfasis en la multidimensional cultura de cada ser humano para obtener buenas cogniciones y percepciones, aunque muchas veces por medios económicos o la condición que posee no pueden acceder a buenos sistemas, programas o la poca voluntad o decisión, todo ello existe muchas barreras que no facilitan debilitando las fortalezas o estados emocionales es a ello las conductas inadecuadas que adquieren muchos de ellos. En los estudios se difieren con Coronado F. (19) en la investigación que el nivel de instrucción si existe relación con estilo de vida concluyó, como también concuerda Amancio J,(64) la investigación. Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales En Los Adultos Del Caserío De Gotush Centro Poblado De Carhuayoc_San Marcos, 2023 los resultados que no hubo la relación estilo de vida y grado de instrucción.

Respecto religión son plegarias a lo divino, es un constructo con las intersecciones múltiples disciplinas en teología, psicología, instituciones religiosas donde están los principios valores (65). La religión con respecto a la relación con los estilos de vida no se relaciona si bien es cierto se evidencia en los adultos maduros son católicos en la mayoría y en los estilos de vida no son saludables aplicando la prueba estadístico $X^2=9,100$, 4gl P: $0.059 > 0,05$; siempre durante la homilía el sacerdote en la iglesia expresan no consumir bebidas alcohólicas, no fumar, todo ello la iglesia contribuye a la población tenga conductas favorables, antiguamente en época de semana santa se ayunaban no se consumía carnes, era sagrado todo ello hoy en día no existe esas costumbres, tradiciones, mucho menos maltratar a alguien que era delito, pecado; las personas son libres, no influye en la forma que viven cotidianamente los adultos maduros, con la fe que profesan ya que son prácticas direccionadas a lo espiritual.

Además con la globalización de la digitalización se tiene a mano muchos sistemas de conocimientos concisas que nos cultivan, nos enseñan llevar comportamientos buenos al relacionar con el estadístico no hubo la relación es decir que el adulto maduro elige el tipo de conducta y va determinar su tipo de conductas y no tiene que ver la fe que posee, estudios se difieren con Carrión D, (16) concluyó estadísticamente si hay la relación estilo de vida con religión, se asemeja con Domador P,(17) donde concluyó que estadístico no hubo la relación con la religión; así mismo el factor cultural son rasgos que el ser humano que adquiere, así mismo como sexo estado civil, ocupación, religión, además las creencias, costumbres y que algunas son modificadas, y así algunos influyen una forma indirectamente.

Los factores culturales hace referencia todas las expresiones de la población, sociedad, las creencias, valores, costumbres, grado de instrucción, religiones, el entorno y lo cual se relaciona la persona desde que nace hasta su deceso (66). Los modelos Marc Lalonde y Nola Pender (20,22) estos grandes investigadores Internacionales que han identificado los factores en cuatro grupos, los factores psicológicos, personales socioculturales, económicos y las diferentes conductas y barreras de percepción que repercuten en el entorno que a su vez afecta al individuo o la sociedad refieren que se puede modificar estos factores que determinan las enfermedades silenciosas .

Como, en el factor cultural el nivel de estudios en superior la mitad y la mayoría profesan fe católica que al relacionar no hubo relación con las dos variables ya que ellos tienen sus propias culturas son de diferentes sitios con sus mitos, creencias su lenguaje en lo cual ellos la imponen en sus hogares sus tradiciones, que las autoridades de turno frecuenten realizando programas educativos relacionado en el tema de la alimentación que ellos realicen una dieta equilibrada como también fomentar sobre la actividad de ejercicios que son los indicadores que van ayudar evitar las futuras patologías, eventos que afecte directamente al adulto maduro como también ellos se responsabilicen o se comprometan del cuidado de sí mismo como en lo psíquico, social, físico ya que hoy en día la enfermedad no respeta la edad que tengan así todo el mundo ha evidenciado en la pandemia .

En los factores sociales al realizar el análisis estadístico los resultados en estado civil del 100% de los adultos maduros 39% (39) son solteros, el 29% (29) estilos no saludables, ($X^2=10,093$, 4gl P: $0.039 < 0,05$) que al aplicar la prueba estadístico Chi-Cuadrado si hay la relación con las variables en ocupación 40%(40) en otros si hay la relación estadístico con estilo saludable 40% (40), así mismo al aplicar el chi cuadrado se obtiene $X^2=21,836$, 4gl P: $0.000 < 0,05$ como también, ingreso económico 42%(42) mayor de 1100 nuevos soles, 34,% (34) estilos no saludables, así también al aplicar la fórmula estadísticamente se obtuvo que no hay relación estadístico $X^2=3,929$, 4gl, P: $0.416 > 0,05$.

Analizando las variables se puede decir esta etapa de estado solteros los hombres son amigueros, sociales, reúnen frecuente para cualquier actividad, en algunas mujeres se dejan llevar por la sociedad; refieren por el tiempo no les sobra, para tener buenos estilos, que no tienen la disponibilidad para realizar ejercicios físicos, no tienen horario para comer sus alimentos, salen cansados, no saben organizarse, no teniendo en cuenta sus conductas afectan

al organismo, menciona Nola Pender (22) en el esquema hace hincapié las diferentes características, factores individuales que tiene el ser humano los estilos de vida son conductas o patrones donde están relacionados a la salud donde influyen los hábitos, que posee cada individuo a lo largo del tiempo.

Lalonde (20) conceptualiza bien los cuatro factores donde engloba o determina que la causa de las patologías está en los malos estilos de vida, el ambiente o entorno, biología, el sistema sanitario que influyen directamente en la elección de comportamiento, mucho más en la actualidad ha influido con la globalización de la tecnología, hoy en día las horas de los alimentos muchos están comiendo viendo su celular, se ha perdido la comunicación entre los padres, hijos o viceversa, ahí en aumentos las malas conductas que desfavorecen al organismo no teniendo en cuenta el riesgo a la salud .

La autora Nola Pender (67) se caracteriza por ser una modelo muy activa en los diferentes aspectos siempre realizando actividades en la sociedad como educando a los adolescentes, adultos es una investigadora que realizó muchos estudios, que buscaba siempre poner énfasis en aumentar el nivel de bienestar de las personas; se enfocó a los roles de enfermería para los cuidados de la salud del ser humano con el fin de prevenir una serie de factores o enfermedades modificándolos con las motivaciones, siempre midiendo los resultados de las intervenciones que realizaba.

Por lo tanto, los factores sociales lo conceptualizan al abordaje de muchos indicadores que le afecta al ser humano es decir en el entorno, género, religión, familiar que influyen en la sociedad que causan muchos riesgos y realizar prevenciones el individuo aprende de la niñez de participar, actuar, luego adolescente y adulto (68). Lo cual las consecuencias donde las Instituciones públicas orientan, buscan estrategias tanto a la población y comunidades a su entorno la elección buena, cuidado de la salud propia y de su familia, evitar las sustancias nocivas, la inactividad física, la alimentación rápida son las apariciones de desequilibrio total de patologías, el síndrome metabólico, diabetes mellitus (69) como refieren ellos consumen lo que su dinero alcanza.

Los estudios se difieren con los de Carrión D,(16) en los resultados concluyó que no hay la relación estadística con las variables al aplicar el chi cuadrado otros estudios asemeja con Soriano A, (70) el estudio. “Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales De Los Adultos Del Centro Poblado De Shiqui – Cátac, 2020” en los resultados obtuvo que si hay estadística relación

con estado civil aplicando la prueba estadísticamente significativa; estudios encontrados con las variables si hay una estrecha relación; será que los hombres no pueden estar solos ellos son por lo general sociales es ahí que adoptan malas conductas, muchas veces ellos necesitan estar acompañados para comentar sus inquietudes, problemas, juegos pero no asegurándose su bienestar que a la larga una infinidad de enfermedades ya conocidas corriendo el riesgo la salud y otros estudios no tienen relación entre las variables las personas tienen conocimientos, capacitados, o han recibido previas orientaciones ponen en práctica los saberes recibidos.

Que los adultos maduros en la ocupación en otros en relación al estilo de vida si existe relación se obtuvo que menos de la mitad, es muy preocupante esta variable uno será la pandemia que afectó a los adultos maduros en el cual habido un desorden en los estilos de vida y esto ha influido en determinar el tipo de conducta a elección como también por las empresas que cerraron y otro será los profesionales tienen su preparación pero no pueden sacar sus títulos por motivos económicos ya que hoy en día es un requisito y no encuentran trabajo como comentaban y así las desigualdades que existe, en los estilos de vida es bueno seguir los buenos hábitos para evitar las posibles enfermedades que hoy en día se visualiza en la sociedad.

Donde la ocupación es como una función en el cual desempeñan el individuo y de suma importancia que contribuyen a prevenir las futuras consecuencias como el aislamiento de las sociedades y las comunidades así mismo va contribuir todo ello al bien estar personal y comunidad por ende influyen factores estructurales como determinantes, así como el tipo de economía (71).

Se difiere con los estudios de Silvestre F,(15) donde con las variables los resultados obtuvo que estadísticamente no hay la relación con ocupación concluyó aplicando prueba Chi-Cuadrado, asemeja los estudios Toledo F, (72) estudio titulado. “Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales Del Adulto En La Urbanización Vista Alegre-Áncash, 2023” en los resultados encontrados de las variables si hay relación significativa aplicando prueba estadística relacionando se visualiza con las variables en estudio que si hay la relación con ocupación porque veces ellos no tienen un horario específico para sus alimentos, no realizan ejercicios pero ellos más viven de sus trabajos, no descansan lo suficiente y otros estudios realizados encontrados no hay relación con la prueba estadística chi-cuadrado con ocupación es probable que ellos tienen otra cultura, disciplina porque depende de cada quien cuide o adopte buenos hábitos que por ende le va agradecer el silencioso organismo.

Al respecto con los resultados en la investigación se obtuvo los ingresos económicos mayor de 1100 nuevos soles como también la aplicación de la prueba estadística que no hay relación entre las variables significativa puede decir que el ingreso económico es fundamental tanto en las entidades sea públicas, privadas y personales porque va poder distribuir según las circunstancias lo que corresponde y no influye con el estilo, todo esto va de la decisión que eligió sus modales ahí afecta rotundamente tanto positivo o negativo su bien estar general. En el cual el ingreso económico, son las ganancias que se incrementa tanto en entidades públicas privadas y personales; es un patrimonio neto, con el fin de ser distribuidos según corresponda en sus atributos (73).

Además, es imprescindible este indicador en los hogares con los resultados encontrados no sería suficiente para cubrir las necesidades ya que tiene que distribuir bien y tendrá que priorizar las compras hacer una lista y organizarse, aún peor tengan muchos miembros en el hogar, así como sus padres, sobrinos, abuelos, tíos, estos casos puede suceder, y los gastos son innumerables como alimentación, educación salud, pasajes, aportaciones, en la vestimenta, etc.

Nola Pender (22) en todos sus estudios realizados se ha profundizado y refleja en respecto al bien estar de las personas promocionando, previniendo de que obtengan los grandes beneficios tanto físico, psicológico, social poniendo a la vista a nivel internacional que las conductas adquiridas son modificadas como las percepciones de barrera, las creencias, experiencias, ideas de cada ser humano, pero llevando a la mano la promoción de la salud. Así mismo la autora diseñó el modelo para más integro y aplicable para las diferentes comportamientos o conductas en las mejoras de calidad de vida a mediano o largo plazo de las personas (74).

Las variables en el estudio con los ingresos que adquieren no es suficiente ya que las ocupaciones son otros según los resultados es que lo que permite que ellos compren alimentos según el alcance y así no pueden tener una calidad de vida como ellos refieren que a veces hay ingresos y a veces no y como también por desconocimiento de informaciones, desconocen la gama de actividades beneficiosas al organismo; el tiempo también es elemental que no sobra mucho más si trabajan todo el día en lo cual determina que el adulto maduro elige el tipo de conducta como puede ser positiva como negativa.

El modelo Lalonde (20) direcciona que en los determinantes enfoca los factores que donde sí se puede modificar pero atravez de prevenciones, promociones los diferentes

comportamientos que el ser humano adopta; donde muchas veces por deficiencias económicas, conocimientos no se preocupan a tener una salud favorable y ocasionan los factores que influyen en los adultos maduros que ellos referían; que al tener un buen ingreso económico ayuda a tener un buen estilo de vida y así evitar las consecuencias de futuros eventos patológicos que ocasionan morbimortalidad .

Los estudios se difieren con Soriano A, (70) los resultados se obtuvieron que al relacionar que si hay estadística relación al aplicar prueba Chi-Cuadrado con las variables ingreso económico con estilo de vida, se asemeja los estudios Domador P, (17) en los resultados reportó que aplicando Chi-Cuadrado no hay significativa relación con estilo de vida e ingreso económico.

Finalizando entre las limitaciones de los adultos maduros en el estudio que ellos necesitan intervenciones, apoyo, se propone los profesionales, autoridades, líderes de turno, de promover, promocionar, incentivar que en conjunto se puede realizar acciones y temas que fortalezcan sus conocimientos de estilos de vida saludable y la vez poner en práctica porque a veces se tiene el miedo de cómo proceder a realizar tener mejora ya que ellos son propensos adquirir enfermedades crónicas.

Las limitaciones que hubo en el estudio fue en la búsqueda de la población en el año 2022 y se recogió los datos en el año mencionado firmado por la autoridad encargada, Anexo (4), muchas implicancias, se tuvo que acudir a diferentes Instituciones como a la Municipalidad, al Centro de Salud, la Institución de Estadística Informática, MINSA donde todo estaban cerrado nadie daban respuestas, presentando documentos por virtualidad sin ningún resultado y que estaba en riesgo de no poder realizar el estudio, habían casas cerradas, personas con miedo de responder las encuestas por el virus, personas no entendían las preguntas se tuvo explicar en forma clara en su lenguaje propio, donde se eligió la muestra no probalístico por conveniencia ya que este estudio de tipo cuantitativo-retrospectivo por que fue durante la pandemia donde había medidas de seguridad dictadas por el estado para evitar el contagio del virus invisible; es así se está presentando el estudio este año 2024; también afecto el factor económico, problemas de salud, familiar, etc.

VI. CONCLUSIONES

- Se valoró el estilo de vida en los adultos maduros en el asentamiento humano Almirante Miguel Grau I etapa_ Castilla que la mayoría presenta estilo de vida no saludable y un porcentaje considerable estilo de vida saludable; esto se debe que ellos no incluyen frutas, verduras, etc en su alimentación como también no hacen ejercicios, no tienen buen descanso, no se responsabilizan en la salud para los controles como referían todo aquello a largo plazo puede causar una cadena enfermedades no transmisibles que afectan su salud es muy importante cambien sus diferentes conductas con el fin de mejorar su calidad de vida y confort así mismo que el personal de salud puedan usar los resultados para buscar las estrategias, mecanismos para la población que modifiquen sus conductas de vida.
- Se identificó en los adultos maduros en relación los factores biosocioculturales en donde se encontró que la mayoría son de religión católica, más de la mitad son de sexo masculino, mitad grado de instrucción superior, menos de la mitad son estado civil soltero, con otras ocupaciones y con ingreso económico mayor de 1100 nuevos soles; en los adultos maduros algunos factores afectan su salud el no tener un trabajo fijo como se evidenció en el estudio es en otros su ocupación esto va repercutir en el hogar como tener una alimentación saludable, una salud responsable, que con el tiempo en forma silenciosa va afectar la salud como resultado enfermedad.
- Se encontró que si existe significancia estadística entre el estilo de vida y factores biosocioculturales: estado civil y ocupación. Así mismo estilo de vida con factores biosocioculturales no hay significancia estadística con: religión, ingreso económico, sexo, grado de instrucción; en el cual que si los estilos de vida tienen relación con los factores biosocioculturales cabe indicar que sus condiciones o circunstancias de vida influyen en tener mejor calidad de vida como también que a mediano y a largo plazo a ellos puede complicar su salud como las enfermedades no transmisibles.

VII. RECOMENDACIONES

Conforme a las conclusiones en el presente estudio se recomienda:

- Proporcionar los resultados obtenidos a la municipalidad de Castilla los resultados del asentamiento Humano Almirante Miguel Grau I Etapa _Castilla sobre los estilos de vida y factores biosocioculturales para que trabajen sobre la prevención y promocionar sobre los buenos estilos de vida tal forma tener una mejora y calidad de vida, evitar el riesgo que causan los malos estilos de vida.
- Difundir y brindar estos resultados a los profesionales del Centro Salud para que realicen talleres demostrativos, campañas de salud, buscar estrategias para fomentar los estilos saludables de acuerdo su grupo etario, ya que ellos son propensos a contraer enfermedades a corto a largo plazo.
- Seguir realizando estudios de investigación similares los estudiantes; con la finalidad de modificar los estilos de vida y factores de riesgo, buscando estrategias, mecanismos y obtener una mejor calidad de vida y confort.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, Fondo Internacional de Desarrollo Agrícola, Organización Mundial de la Salud, Programa Mundial de los Alimentos y Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. 2022. Versión resumida de el estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2022. Adaptación de las políticas alimentarias y agrícolas para hacer las dietas saludables más asequibles. FAO, FIDA, OMS, PMA y UNICEF. 2022 [Internet]. www.fao.org. [Consultado 4 de setiembre 2022]. Disponible en: <https://www.fao.org/3/cc0640es/cc0640es.pdf>
2. Organización Mundial de la Salud. Declaración política de la tercera reunión de alto nivel de la Asamblea General sobre la prevención y el control de las enfermedades no transmisibles, OMS [Internet]. Who.int. 2021 [Consultado 4 de setiembre 2022]. Disponible en: https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/EB148/B148_7-sp.pdf
3. Fernández C. 5 Hábitos del estilo de vida Japonés que deberías imitar para vivir más tiempo, transmisibles, [Internet]. www.businessinsider.es 2022 [Consultado 4 de setiembre 2022]. Disponible en : <https://www.businessinsider.es/5-habitos-estilo-vida-japones-te-haran-vivir-tiempo-1097893>
4. Brea M, García J. Como antesala al Día Mundial del Cáncer, el 4 de febrero, SEOM presenta “Las cifras del cáncer en España 2022” y el vídeo divulgativo para pacientes y población “Biomarcadores y cáncer” Sociedad Española de Oncología Médica [Internet]. www.seom.org. 2022 [Consultado 4 de setiembre 2022]. Disponible en : https://seom.org/images/seomcms/stories/recursos/NdP_Dia_Mundial_Cancer_2022.pdf
5. Reyes M ; Meza M. Cambios en los estilos de vida durante el confinamiento por COVID-19, Revista Científica Multidisciplinaria de Prospectiva, vol. 28, núm. 4, 2021, [Internet]. Universidad Autónoma del Estado de Puebla, México 2021 [Consultado 17 de junio 2024]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=10467403004>
6. Instituto Nacional de Estadística Informática. Programa de Enfermedades No Transmisibles, INEI [Internet]. Lima, Perú, 2021 [Consultado 4 de setiembre 2022].

- Disponible en
[:https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2021/SALUD/ENFERMEDADES_ENDES_2021.pdf](https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2021/SALUD/ENFERMEDADES_ENDES_2021.pdf)
7. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Ica: Enfermedades No Transmisibles y Transmisibles, 2020, INEI, [Internet]. Inei.gob.pe 2021 [Consultado 4 de setiembre 2022]. Disponible en:
https://proyectos.inei.gob.pe/endes/2020/departamentales_en/Endes11/pdf/Ica.pdf
 8. Agencia Andina. Diresa Piura continúa campaña de prevención gratuita contra el cáncer de mama, [Internet] www.andina.pe 2022 [Consultado 4 de setiembre 2022]. Disponible en:<https://andina.pe/agencia/noticia-diresa-piura-continua-campana-prevencion-gratuita-contra-cancer-mama-904402.aspx>
 9. Diresa. Piura Presenta la Primera Encuesta Nacional Especializada en Salud Mental ,[Internet] www. El Regional Piura,2022 [Consultado 4 de setiembre 2022]. Disponible en:
<https://www.elregionalpiura.com.pe/index.php/region-piura/150-piura/57789-piura-presentan-la-primera-encuesta-nacional-especializada-en-salud-mental>
 10. Saavedra, J. Disminución del Nivel de Estrés Relacionado con los Factores Laborales en el Personal de Enfermería del Servicio de Emergencia del Hospital de Apoyo II-2 Sullana-Piura, 2021 [Trabajo Académico Para Optar El Título de Segunda Especialidad en Enfermería en Emergencias y Desastres]. Perú: Universidad ULADECH Católica,2021 [Consultado 4 de setiembre 2022]. Disponible en:
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/24528/EMERGENCIA_APOYO_SAAVEDRA_%20ROSALES_%20JHONY_%20ELMAN.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 - 11 San Onofre, Quiles J, Trescastro E. Estilos de vida y factores sociodemográficos asociados a la alta adhesión a la dieta mediterránea en la población adulta de la Comunitat Valenciana (España) Nutr Hosp.38(2) 337-348 [Internet] Valenciana España,2021 [consultado 21 de marzo 2022]. Disponible en :
<https://scielo.isciii.es/pdf/nh/v38n2/0212-1611-nh-38-2-337.pdf>
 - 12 Soler R, Delgado I, Marin M. Estilos de vida en pobladores del municipio de Santiago

de Cuba, MEDISAN, vol. 27, núm. 1, e4409, 2023 [Internet] Instituto Superior de Ciencias Médicas Santiago de Cuba, Cuba 2023 [citado el 5 de mayo del 2023]. Disponible en:

<https://www.redalyc.org/journal/3684/368474596007/html/>

- 13 Paguay P, Vega V. “Hábitos Alimentarios como Factor de Riesgo de Enfermedades Crónicas no Transmisibles (ECNT) en adultos de urcuquí, 2020”[Trabajo de Grado previo a la obtención del título de Licenciada En Nutrición y Salud Comunitaria.] Universidad Técnica del Norte. Ecuador 2021 [consultado 21 de marzo 2022]. Disponible en :
<http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/10989/2/06%20NUT%20379%20TRABAJO%20GRADO.pdf>
- 14 Castillo K. Estilo De Vida Y Factores Biosocioculturales En Adultos – Centro Poblado De Cantú- Pira – Huaraz-Ancash, 2021 [Tesis Para Optar El Título Profesional De Licenciada En Enfermería]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote,2023. Ancash [consultado 14 de marzo 2024]. Disponible en :https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32094/ADULTOS_ESTILO_DE_VIDA_Y_FACTORES_BIOSOCIOCULTURALES_CASTILLO_RUTH_KARINA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- 15 Silvestre F .Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales De Los Adultos Del Caserío De Mallquibamba - Carlos Fermín Fitzcarrald, Ancash 2020 ,[Tesis para Optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería] Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote,2022.Huaraz [Consultado 4 de setiembre 2022]. Disponible en:https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/29174/ADULTOS_ESTILOS_DE_VIDA_SILVESTRE_FLORES_FLORA_REBECA%20%281%29.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- 16 Carrión D. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto joven. Asentamiento Humano Santa Rosa del Sur_Nuevo Chimbote, 2020 [Tesis de licenciatura en Enfermería] Universidad Católica los Ángeles de Chimbote 2020.Chimbote [consultado 21de marzo 2022]. Disponible en:
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/16932/ADULTOS_JOVENES_ESTILOS_CARRION_TORRES_DENISS_FIORELLA.pdf?sequence=1&

[isAllowed=y](#)

- 17 Domador P. Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales En El Adulto Maduro Del Aa. Hh Manuel Seoane Corrales - Veintiséis De Octubre - Piura, 2020 [Tesis Para Optar El Título Profesional De Licenciada En Enfermería] Universidad Católica los Ángeles de Chimbote 2022.Piura [consultado 15 de setiembre 2022]. Disponible en : https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/29006/ESTILOS_D_E_VIDA_DOMADOR_%20GARCIA_PAOLA_YOVANNY.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- 18 Sosa, Y. Determinantes Biosocioeconómico Relacionados al Estilo de Vida de la Persona Adulta del Caserío san Jacinto – Catacaos-Piura, 2021[Tesis de licenciatura en Enfermería] Universidad Católica los Ángeles de Chimbote 2021.Piura [consultado 21 de marzo 2022]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/23402/DETERMINANTES_BIOSOCIOECONOMICOS_ESTILO_VIDA_SOSA_PAZ_YANINA_SUSANA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- 19 Coronado F. Factores Sociodemográficos Y Estilos De Vida En El Adulto Del Caserío Huaypira Lancones_Sullana, 2023. [Tesis Para Optar El Título Profesional De Licenciada En Enfermería] Universidad Católica los Ángeles de Chimbote 2023.Sullana [consultado 14 de marzo 2024]. Disponible en :https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/35875/ESTILO_VIDA_CORONADO_NIEVES_LUIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- 20 Guardia M y Ruvalcaba J. La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria JONNPR 5 (1) 81-90 -2020[Internet] Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo,2020. México [consultado 21 de marzo 2022]. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/jonnpr/v5n1/2529-850X-jonnpr-5-01-81.pdf>
21. Ponte M. los Determinantes Biosocioeconómico, Estilos de Vida y Redes de Apoyo en el Adulto con Diabetes que Acude al Puesto de Salud Santa Ana Costa Chimbote, 2020 [Trabajo de investigación en Enfermería] Universidad Católica los Ángeles de Chimbote 2021.Chimbote [consultado 21 de marzo 2022]. Disponible en:https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/25437/ADULTO_DIABETES_PONTE_LLACAS_MADELEYNE.pdf?sequence=1&isAllowed=y

22. García Z. Estilos de Vida Y Factores Biosocioculturales de Las Personas Adultas del Centro Poblado de Rayán yungay, 2020 [Tesis de licenciatura en Enfermería] Universidad Católica los Ángeles de Chimbote 2022. Huraz [consultado 21 de marzo 2022]. Disponible en :
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27161/ADULTOS_BIOSOCIOCULTURALES_GARCIA_BARROZO_ZENAIDA%281%29.pdf?sequence=3&isAllowed=y
23. Carrión S. Estilo De Vida Y Factores Biosocioculturales Del Adulto Mayor De La Urbanización Popular De Interés Social Villa San Luis II Etapa_ Nuevo Chimbote, 2023. [Tesis para optar el Título Profesional De Licenciada En Enfermería] Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, 2024. Chimbote [consultado 14 de marzo 2024]. Disponible en:
https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/35652/ESTILO_VIDA_CARRION_GARCIA_LINDA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
24. Organización Mundial de la Salud Actividad física 2022 OMS [Internet] www.who.int. 2022 [consultado 21 de junio 2024]. Disponible en:
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
25. Muñoz S, Molina D, Ochoa R, Sánchez O, Esquivel J. Estrés, respuestas emocionales, factores de riesgo, psicopatología y manejo del personal de salud durante la pandemia por COVID-19. Acta Pediatr 41(1) S 127-136) Mex. [Internet] México 2020 . [consultado 21 de marzo 2022]. Disponible en:
<https://www.medigraphic.com/pdfs/actpedmex/apm-2020/apms201q.pdf>
26. Baly D, González S. El derecho a la salud de niños, niñas y adolescentes frente a conflictos de responsabilidad parental, Artículo De Revisión, 2024, [Internet]. Universidad de la Habana, Cuba. 2024 [consultado 10 de mayo 2024]. Disponible en:
<https://eventosoncologia.sld.cu/index.php/onco/2024/paper/view/66/71>
27. Gordillo E. et al. Impacto de actividades extracurriculares en la autorrealización de estudiantes de medicina: una revisión sistemática, Rev. Esp. Edu. Med. 2024, [Internet] Universidad de Chile, 2024 [consultado 15 de mayo 2024]. Disponible en
<https://revistas.um.es/edumed/article/view/592721/353311>
28. Hanco M, et al. Relaciones interpersonales y desempeño laboral en hoteles turísticos del

- departamento de Puno Art.Original vol 12(3),186-194 [Internet] Universidad Nacional del Altiplano, Puno,2021.Perú [consultado 22de marzo 2022]. Disponible en:http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2219-71682021000300186&script=sci_arttext&tlng=pt
29. Yajahuanca S. Estilo De Vida Y Factores Biosocioculturales Del Adulto En El Caserío Cabeza_Huancabamba_Piura, 2022 [Tesis Para Optar El Título Profesional De Licenciada En Enfermería] Universidad Católica los Ángeles de Chimbote,2022.Piura [consultado 14 de marzo 2024]. Disponible en:https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/29755/ESTILO_VIDA_YAJAHUANCA_GONZALES_ANGILLY.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 30. De la Cruz S. Paredes M. Iguarán A. Ramos D. Promoción de estilos de vida saludables en trabajadores administrativos de una institución técnica, Duazary.19(3): 214-228 [Internet] Universidad Metropolitana de Educación, Ciencia y Tecnología, Panamá, 2022 [consultado 4 setiembre 2022]. Disponible en:<https://revistas.unimagdalena.edu.co/index.php/duazary/article/view/4838/3688>
 31. Quiroz R. Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales En Adultos Maduros Del Asentamiento Humano Belén_Nuevo Chimbote, 2021 [Tesis Para Optar El Título Profesional De Licenciada En Enfermería,] Universidad Católica los Ángeles de Chimbote,2023. Chimbote [consultado 14 de marzo 2024]. Disponible en:https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/35165/ESTILO_VIDA QUIROZ_SAGARDIA_KAREN.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 32. Ramos, C. los alcances de una investigación. Editorial. Los alcances de una investigación Artículo.Vol. 9(3) [Internet] Universidad Católica del Ecuador 2020 [consultado 17 de marzo 2022]. Disponible <http://201.159.222.118/openjournal/index.php/uti/article/view/336/621>
 33. Cejas M, Prato J. Metodología de la Investigación Científica [Internet] 2022 [consultado 22 de marzo 2022]. Disponible en: http://obsinvestigacion.unach.edu.ec/obsrepositorio/eventos/2022/Metodologias-de-la-Investigacion/dra-cejas/MODULO_IV_Y_V.pdf
 34. Vásquez W. Metodología de la Investigación [Internet] Universidad de San Martín de Porres 2020[consultado 22de marzo 2022]. Disponible en :

- <https://docplayer.es/187143383-Metodologia-de-la-investigacion.html>
35. Molano N. et al. Estilos de vida y cronotipo de estudiantes universitarios en Popayán-Colombia. Revista de la Universidad Industrial de Santander. Salud, vol. 53, 2021 pp. 21-28 Universidad Industrial de Santander Bucaramanga, Colombia [Internet] Universidad Industrial de Santander Colombia 2021[consultado 14 de marzo 2024]. Disponible en:<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=343868297009>
 36. Gómez C. Factores Biosocioculturales Y Nivel De Conocimiento Sobre Ictericia Neonatal En Madres Que Acuden Al Hospital Essalud De Tarapoto, 2021 [Trabajo Académico Para Optar El Título De Especialista En Cuidado Enfermero En Neonatología] Universidad Privada Norbert Wiener Lima, 2022 [consultado 4 setiembre 2022]. Disponible en :https://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/6694/T061_47107734_S.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 37. Talenas J. Fretel H. Los Trastornos Mentales, La Calidad De Sueño Y Los Estilos De Vida Asociados Al Sobrepeso/Obesidad En Estudiantes Del Segundo Al Sexto Año De La E.P. Medicina Humana De La Unheval – Huánuco, 2022. [Tesis Para Optar El Título Profesional De Médico Cirujano,] Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco 2024 [consultado 8 de mayo 2024]. Disponible en:https://repositorio.unheval.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13080/9961/T023_48314913_T.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 38. Beltrán C, et at. La religión en el escenario de nueva normalidad provocado por la pandemia del covid-19. España 2020 [Internet] Miraismo .org. [consultado 24 de marzo 2022]. Disponible en:<https://miraismo.org/wp-content/uploads/2020/06/La-religion-en-el-escenario-de-nueva-normalidad-poscovid-19.pdf>
 39. Fernández M. Factores Sociales Y Autoestima Asociados A Violencia Basada En Género En Mujeres. Centro De Salud La Tulpuna. Cajamarca, 2023 [Tesis Para Optar El Título Profesional De: Obstetra,] Universidad Nacional De Cajamarca, 2024. Cajamarca [consultado 19 de marzo 2024]. Disponible en:<http://190.116.36.86/bitstream/handle/20.500.14074/6387/TESIS%20Fern%c3%a1n%20Mar%c3%adn%2c%20Mirian%20Noemi.pdf?sequence=6&isAllowed=y>
 40. Mamani E. Factores Asociados A La Indicación De Cesárea En Gestantes Atendidas En

- El Hospital Hipólito Unanue De Tacna, 2021, [Tesis Para Optar El Título Profesional De: Licenciado En Obstetricia,] Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann,2023.Tacna [consultado 19 de marzo 2024]. Disponible en: <https://repositorio.unjbg.edu.pe/server/api/core/bitstreams/3589c115-bbf4-47e5-af78-abeda8ea5ebd/content>
41. Cajamarca E, Alvarado G y Vázquez J. La asociatividad en el reciclaje como estrategia de desarrollo sostenible, Estudios de la Gestión, No. 15,2023 Artículo de investigación[Internet] Universidad Politécnica Salesiana. Cuenca, Ecuador [consultado 19 de marzo 2024]. Disponible en: <https://revistas.uasb.edu.ec/index.php/eg/article/view/3662/4245>
 42. Universidad Católica Ángeles de Chimbote. Reglamento De Integridad Científica En La Investigación, Versión 001.Aprobado por Consejo Universitario con Resolución N° 0277- 2024-CU-ULADECH Católica, de fecha 14 de marzo del 2024. [Internet] . [Consultado 21 de junio 2024].Disponible en: <https://www.uladech.edu.pe/wp-content/uploads/erpuniversity/downloads/transparencia-universitaria/estatuto-el-texto-unico-de-procedimientos-administrativos-tupa-el-plan-estrategico-institucional-reglamento-de-la-universidad-y-otras-normativas/reglamentos-de-la-universidad/reglamento-de-integridad-cientifica-en-la-investigacion-v001.pdf>
 43. Pajuelo L, Mendoza Y, Medina G. Estilo de vida saludable y mejora del aprendizaje en estudiantes del séptimo ciclo de la institución educativa república Argentina,2021 Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México,Vol 6, N° 1. [Internet] Universidad César Vallejo 2022.Chimbote [consultado 1 de mayo 2022]. Disponible en: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/1504/2097>
 44. Alejandría Y. Características Sociodemográficas Y Estilos De Vida En Adultos Con Diabetes Mellitus. Centro De Salud Morro Solar - Jaén - Perú 2021[Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería 2022] Universidad Nacional De Cajamarca 2022. Jaén [consultado 1 de mayo 2022]. Disponible en:<https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14074/4924/TESIS-ALEJANDRIA%20QUISPE%20YERLY%20YHISSELA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
 45. Vargas , E .“Influencia De Los Factores Socioculturales En El Tratamiento De Anemia

- Ferropénica En Niños Menores De 3 Años En El Centro De Salud Churcampa - 2021”[Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería 2022] Universidad Nacional Del Centro 2022.Huancayo [consultado 2 setiembre 2022]. Disponible en :<https://repositorio.upecen.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14127/308/TESIS%20-%20ERIKA%20JANET%20VARGAS%20GIRON.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
46. El Mundo. Los expertos te dicen la cantidad ideal de calorías para una dieta saludable,2023[Internet] www.El mundo.es [consultado 21 junio 2024]. Disponible en:<https://www.elmundo.es/yodona/vida-saludable/2023/04/22/64380036e4d4d8c30c8b457c.html>
47. Neciosup L .“Estrés Y Estrategias De Afrontamiento De Enfermeras De Atención En Area Covid-19, Hospital Privado Del Perú - Piura, 2022” [Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería] Universidad Nacional De Piura 2022.Piura [consultado 4 de setiembre 2022]. Disponible en :<https://repositorio.unp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12676/3359/ENFE-NEC-BER-2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
48. Cabezas M. Solís M, Maldonado P. Manejo del estrés académico en estudiantes de psicopedagogía en la Universidad de Quevedo artículo pp. 1326-1336 [Internet] Universidad Técnica Estatal de Quevedo 2022.Ecuador [consultado 4 de setiembre 2022]. Disponible en :<https://maestroysociedad.uo.edu.cu/index.php/MyS/article/view/5677/5475>
49. López A. Representaciones del apoyo social al interior de las relaciones interpersonales de adolescentes participantes en el contexto de las actividades extracurriculares de música durante la pandemia del COVID-19,Artículo. [Internet] Universidad Católica de Pereira, 2022 [consultado 4 de setiembre 2022]. Disponible en :<https://repositorio.ucp.edu.co/bitstream/10785/12059/1/DDMPSI402.pdf>
50. Barrero M. Responsabilidad Del Estado Colombiano Por Violaciones Al derecho Humano A La Salud Durante La Pandemia Originada Por El Covid-19, Programa Derecho [Internet].Universidad Cooperativa De Colombia,2024 [consultado 17 de junio 2024].Disponible en:

<https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/c2655a0b-f641-4986-89f3-f497872cc649/content>

51. Rosales P. Estilos de Vida y Nivel de Conocimientos Sobre Prevención de la Anemia en los Adultos de la Comunidad De Shumay - Distrito De Marcará - Carhuaz, 2020 [Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada de Enfermería] Universidad Católica los Ángeles de Chimbote 2022. Huaraz [consultado 1 de setiembre 2022]. Disponible en [:https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27019/ADULTOS_ESTILOS_DE_VIDA_ROSALES_GONZALEZ_PATRICIA_GLENDA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/27019/ADULTOS_ESTILOS_DE_VIDA_ROSALES_GONZALEZ_PATRICIA_GLENDA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
52. Rendón J, Saavedra C. Evolución De La Selección Sexual En La Naturaleza: Un Vistazo A La Ignorada Selección Sexual Femenina vol. 7 no. 13, primer semestre 2024. Facultad de Ciencias Biológicas UANL [Internet] Universidad Autónoma de Sinaloa, Mazatlán, Sinaloa, 2024. México [consultado 10 de mayo 2024]. Disponible en: <https://biologiaysociedad.uanl.mx/index.php/b/article/view/99/90>
53. Rivera S. y Zapata M. “Nivel de Conocimiento sobre Salud Bucal su Relación con el Grado de Instrucción en Púerperas del Hospital de Apoyo Jesús Nazareno Ayacucho - Huamanga 2021” [Tesis para optar el Título Profesional de Cirujano Dentista] Perú. Universidad Privada de Huancayo “Franklin Roosevelt”, 2021. Huancayo [consultado 5 de setiembre 2022]. Disponible en: <https://repositorio.uoosevelt.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14140/743/TESIS%20Rivera%20-Zapata.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
54. Instituto Nacional de Estadística e Informática: Indicadores de Educación según Departamentos, 2011-2021 [Internet] Inei.gob 2022 [consultado 27 de diciembre 2023]. Disponible en: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1871/libro.pdf
55. Marín A. Definición. Religión [Internet] Economipedia 2020 [consultado 6 de setiembre]. Disponible en : <https://economipedia.com/definiciones/religion.html>
56. Quiroz K. Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales En Adultos Maduros Del Asentamiento Humano Belén_ Nuevo Chimbote, 2021. [Tesis Para Optar El Título

- Profesional De Licenciada De Enfermería] Universidad Católica Los Ángeles De
Chimbote 2023.Chimbote [Consultado 19 De diciembre 2023]. Disponible en:
[https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/35165/ESTILO_VI
DA QUIROZ_SAGARDIA_KAREN.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/35165/ESTILO_VIDA QUIROZ_SAGARDIA_KAREN.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
57. Vásquez F, Velastegui D, Flores V, Ponce A. La impulsividad como factor determinante en el estado civil de estudiantes universitario Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Volumen 6, Número 2,2022 [Internet] Universidad Técnica Ambato. [consultado 6 de setiembre 2022]. Disponible en:<https://www.ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/2062/2982>
58. Bergström A. et al. Número especial de JOS: Ciencias del trabajo en Europa Revista de ciencias ocupacionales ,Volumen 28, 2021, [Internert] wwwTandfonline [consultado 17 de junio 2024]. Disponible en:<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/14427591.2021.1886644>
59. Radio Programas del Perú ¿Cuál es el valor de la canasta básica familiar? ,2021[Internet] Rpp.pe [consultado 04 de noviembre 2023]. Disponible en: <https://rpp.pe/economia/economia/cual-es-el-valor-de-la-canasta-basica-familiar-pobreza-inei-noticia-1337318?ref=rpp>
60. Mañanero I. Identidad de Género,2023[Internet] www.Topdoctors.es [consultado 10 de mayo 2022]. Disponible en: <https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/transexualidad>
61. García J, Garza R, Cabello M. Dimensiones de los estilos de vida saludable durante el confinamiento por COVID-19 en población mexicana. Revista de Trabajo Social e intervención social, N°(34),pp 249-270,2022 [Internet] Universidad Autónoma de Coahuila. Saltillo, México [consultado 7de setiembre 2022]. Disponible en :<https://revistaprospectiva.univalle.edu.co/index.php/prospectiva/article/view/11671/15124>
62. Mendez C. Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales En Adultos Maduros Del Asentamiento Humano María Estrella Del Mar- Nuevo Chimbote, 2022 [Tesis Para Optar El Título Profesional de Licenciada en Enfermería.] Universidad Católica Los Ángeles De Chimbote, 2023 [consultado 14 de marzo 2024]. Disponible en :

- https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/35264/ESTILO_VI_DA_MENDEZ_ROCILLO_ANAKAREN%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y
63. Beltrán R. “Factores Socioculturales Y Su Relación Con El Reconocimiento Social Enfermero Por Parte De Los Pacientes Hospitalizados Del Servicio De Cirugía, Hospital Victor Lazarte Echegaray, Essalud, Trujillo” 2021 [Trabajo Académico Para Optar El Título De Especialista En Cuidado Enfermero En Paciente Clínico Quirúrgico] Universidad Privada Norbert Wiener 2022.Lima [consultado 08 de setiembre 2022]. Disponible en : http://repositorio.uwiener.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13053/5969/T061_19098431_S.pdf?sequence=1&isAllowed=y
64. Amancio J.Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales En Los Adultos Del Caserío De Gotush Centro Poblado De Carhuayoc_San Marcos, 2023, [Tesis Para Optar El Título Profesional De Licenciada En Enfermería,] Universidad Católica Los Ángeles De Chimbote, 2023. Huaraz [consultado 14 de marzo 2024]. Disponible en :https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/32866/ADULTO_S_SALUD_AMANCIO_PONTE_NOE_JACOB.pdf?sequence=1&isAllowed=y
65. Vega E. Plegarias diversas, cuerpos que oran. Género, religión y lenguaje, Art.Debate Feminista, vol. 63, 53-76 [Doctorado en Estudios Críticos de Género]Universidad Iberoamericano Ciudad de México 2021. México [consultado 8 de setiembre 2022]. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2594-066X2022000100053&script=sci_arttext
66. Milla T. Estilo De Vida Y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Centro Poblado de Maya – Carhuaz – Áncash, 2023. [Tesis para Optar el Título Profesional de Licenciada En Enfermería,] Universidad Católica Los Ángeles De Chimbote,2024.Chimbote [consultado 14 de marzo 2024]. Disponible en https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/36086/ESTILO_VI_DA_MILLA_LEON_THALYA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

67. Lifeder .Nola Pender: biografía y teoría de la promoción de la salud, [Internet] www.lifeder.com 2023 [consultado 27 de diciembre 2023]. Disponible en: <https://www.lifeder.com/nola-pender/>
68. Mallqui Y .“Factores Socioculturales Y Prácticas Alimentarias Durante El Embarazo En Gestantes Atendidas En El Cisea Huarupampa, Huaraz, 2021” [Tesis en Licenciatura en enfermería] Universidad Nacional “Santiago Antúnez De Mayolo”2021.Huaraz [consultado 8 de setiembre 2022]. Disponible en :http://repositorio.unasam.edu.pe/bitstream/handle/UNASAM/4953/T033_70320157_T.PDF?sequence=1&isAllowed=y
69. Forero A, Rubio E. ¿De qué hablamos cuando decimos ‘Estilos de Vida?’: la experiencia de una comunidad educativa en Colombia. Artículo Saúde em Debate, vol. 45, núm. 130, 2021 [Internet] Centro Brasileiro de Estudos de Saúde, 2021[consultado 7 de setiembre 2022]. Disponible en :<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=406369190007>
70. Soriano A. Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales De Los Adultos Del Centro Poblado De Shiqui – Cátac, 2020 [Tesis en Licenciatura en enfermería] Universidad Católica los Ángeles de Chimbote 2020.Chimbote [consultado 7 de setiembre 2022]. 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
71. Quino A; Varas R. Algunos factores biosociales y la hipertensión arterial en el adulto mayor de un Hospital del Cono sur, Nuevo Chimbote, 2022, [Tesis Para Obtener El Título Profesional De Licenciada En Enfermería,] Universidad Nacional Del Santa, 2024 Nuevo Chimbote [consultado 17 de junio 2024]. Disponible en:<https://repositorio.uns.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14278/4519/Tesis%20Quino%20-%20Varas.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
72. Toledo F. Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales Del Adulto En La Urbanización Vista Alegre-Áncash, 2023 [Tesis Para Optar El Título De Licenciada En Enfermería,] Universidad Católica los Ángeles de Chimbote,2024.Chimbote [consultado 15 de marzo 2024]. Disponible

en:https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/35803/ESTILO_VIDA_TOLEDO_MACEDO_BLANCA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

73. Editorial Etecé. Concepto. Definición. Ingreso, que es el ingreso. Equipo editorial, Etecé [Internet] 2022 [Consultado 9 de setiembre 2022]. Disponible en:<https://concepto.de/ingreso-2/#ixzz7ePNzlcL>
74. Ángelo G, BSN, RN. Nola pender: Modelo de la Promoción de la Salud,2024 [Internet] Nurseslabs.com [Consultado 21 de junio 2024]. Disponible en:<https://nurseslabs.com/nola-pender-health-promotion-model/>

ANEXOS

Anexo 01 Matriz de consistencia

Título: Los Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales En Adultos Maduros Del Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau I Etapa_ Castilla_ Piura, 2022

Enunciado del Problema	Objetivos	Hipótesis	VARIABLES	Metodología
Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en adultos maduros del Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau I Etapa_ Castilla_ Piura, 2022	<p>Objetivo general</p> <p>-Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales en Adultos maduros del Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau I Etapa_ Castilla_ Piura, 2022</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>-Valorar el estilo de vida en Adultos maduros del Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau I Etapa_ Castilla_ Piura, 2022</p> <p>-Identificar los factores biosocioculturales: Edad, sexo, Grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico en Adultos maduros</p> <p>-Establecer relación estadística entre los estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos maduros del Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau I etapa_ Castilla_ Piura, 2022</p>	<p>Hi</p> <p>Existe estadísticamente significativa entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales en Adultos maduros del Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau I Etapa_ Castilla_ Piura, 2022</p> <p>Ho</p> <p>No existe relación estadísticamente significativa entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales en Adultos maduros del Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau I Etapa_ Castilla_ Piura, 2022</p>	<p>Variable 1</p> <p>Escala de estilos de vida:</p> <p>-Estilos de vida saludable</p> <p>-Estilos de vida no saludable</p> <p>Variable 2</p> <p>Factores biosocioculturales:</p> <p>- Factores biológicos</p> <p>- Factores culturales</p> <p>- Factores sociales</p>	<p>Tipo: cuantitativo-retrospectivo</p> <p>Nivel descriptivo</p> <p>Diseño descriptivo correlacional</p> <p>Población y muestra, Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau I Etapa_ Castilla.</p> <p>La muestra por muestreo no probabilístico por conveniencia, 100 adultos maduros</p> <p>Técnica, cuestionario y entrevista</p> <p>Instrumentos 2 uno de estilos de vida y factores biosocioculturales</p>

Anexo 02 Instrumentos de recolección de información



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA ESCALA DE ESTILO DE VIDA

Autor: Walker, Sechrist, Pender. Modificado por Díaz E.; Reyna E.; Delgado R.

N°	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 3 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 contenga 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
AUTORREALIZACIÓN					
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.

Estilo de vida saludable : 75 – 100 puntos.

Estilo de vida no saludable: 25 – 74 punto



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CUESTIONARIO SOBRE ESTILOS DE VIDA Y FACTORES

**BIOSOCIOCULTURALES EN ADULTOS MADUROS DEL ASENTAMIENTO
HUMANO ALMIRANTE MIGUEL GRAU I ETAPA_ CASTILLA _PIURA ,2022**

Reyna R (2013)

DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:

A) FACTORES BIOLÓGICOS

1. Marque su sexo?

- a) Masculino () b) Femenino ()

B) FACTORES CULTURALES:

2. ¿Cuál es su grado de instrucción?

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

3. ¿Cuál es su religión?

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

C) FACTORES SOCIALES:

4. ¿Cuál es su estado civil?

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

5. ¿Cuál es su ocupación?

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

6. ¿Cuál es su ingreso económico?

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



Anexo 03. Ficha técnica de los instrumentos

Validez del instrumento

VALIDEZ INTERNA DE LA ESCALA ESTILO DE VIDA

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

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

VALIDEZ R PEARSON DE ESTILO DE VIDA.

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

Si $r > 0.20$ el instrumento es válido.

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

Confiabilidad del instrumento

CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

Resumen del procesamiento de los casos A

casos	Nº	%
Válidos	27	93.1
Excluidos(a)	2	6.9
Total	29	100.0

Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
0.794	25

Anexo 04. Consentimiento informado



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

PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

La finalidad de este protocolo, es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento.

De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

La presente investigación en Salud se titula: los estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos maduros del Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau I Etapa_Castilla_Piura,2022 y es dirigido por Córdova Jiménez Melva, investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es: Determinar la relación entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales en los adultos maduros en el Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau I Etapa_Castilla_Piura,2022

Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 20 minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través de un correo electrónico. Si desea, también podrá escribir al correo melvacordova12@gmail.com para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

Si está de acuerdo con los puntos anteriores, complete sus datos a continuación:

Nombre: _____

Fecha: _____

Correo electrónico:

Firma del paciente:

Firma del investigador (o encargado de recoger información):

Documento de aprobación para la recolección de la información


UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ANGELES
CHIMBOTE
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional",

Chimbote, 30 de Junio 2022

OFICIO N° 219-2020-EPE-ULADECH CATÓLICA

Sr(a).
Pedro WONG
Secretario General del AAHH Almirante Miguel Grau, I Etapa, Castilla, Piura

Presente.

De mi consideración:

Es un placer dirigirme a usted para expresar nuestro cordial saludo en nombre de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. El motivo de la presente tiene por finalidad presentar a la estudiante **Córdova Jimenez Melva**, con código de matrícula N° **081 2191036**, de la Carrera Profesional de Enfermería, quién ejecutará de manera remota o virtual, el proyecto de investigación titulado **"Los Estilos de vida y Factores Biosocioculturales en el Adulto Maduro del Asentamiento Humano Almirante Miguel Grau I Etapa, Castilla _ Piura, 2022"** durante los meses de Julio-Octubre del presente año.

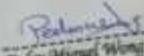
Por este motivo, mucho agradeceré brindar las facilidades a la estudiante en mención a fin culminar satisfactoriamente su investigación el mismo que redundará en beneficio de su institución.

Es espera de su amable atención, quedo de usted.

Atentamente



Pedro Miguel Wong Jimenez
Pia. de Soberanía Almirante Miguel Grau
Chimbote


Pedro Miguel Wong Jimenez
PRESIDENTE DE JURADO
AAHH ALMIRANTE MIGUEL GRAU
I Etapa - CASTILLA
Recibido: 01 Julio 2022
Hora: 10:18 am

Calle Balmaceda Almirante Miguel Grau Suroccidental No.
1124-26 - Puerto Chimbote, Piura
Caj. 09084209
www.uladech.edu.pe