



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

**ESTILO DE VIDA Y FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS EN LOS ADULTOS DEL
ASENTAMIENTO HUMANO JOSÉ OLAYA, CASMA, ÁNCASH, 2024**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA

AUTOR

**ARAUJO GARCIA, FRESCIA GEORGINA
ORCID:0000-0002-9950-1643**

ASESOR

**GORRITTI SIAPPO, CARMEN LETICIA
ORCID:0000-0002-2943-1328**

**CHIMBOTE-PERÚ
2024**



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA DE ESTUDIO DE ENFERMERÍA

ACTA N° 0040-092-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **06:10** horas del día **20** 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
REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER Miembro
ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO Miembro
Dr(a). GORRITTI SIAPPO CARMEN LETICIA Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **ESTILO DE VIDA Y FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS EN LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO JOSÉ OLAYA, CASMA, ÁNCASH, 2024**

Presentada Por :
(0112171236) **ARAUJO GARCIA FRESCIA GEORGINA**

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

REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER
Miembro

ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO
Miembro

Dr(a). GORRITTI SIAPPO CARMEN LETICIA
Asesor



CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: ESTILO DE VIDA Y FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS EN LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO JOSÉ OLAYA, CASMA, ÁNCASH, 2024 Del (de la) estudiante ARAUJO GARCIA FRESCIA GEORGINA , asesorado por GORRITTI SIAPPO CARMEN LETICIA 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, 12 de Julio del 2024



Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

DEDICATORIA

A Dios, por siempre ser mi guía incondicionalmente durante mi formación profesional y darme fuerzas de seguir cumpliendo mis metas.

A mis Padres, por su apoyo incondicional en todos estos años y su gran amor que me demuestran día a día. A mi novio, quien me ha brindado su apoyo constante y confiado en mis capacidades para lograr culminar mi tesis.

A mi novio, quien me ha brindado su apoyo constante y confiado en mis capacidades para lograr culminar mi tesis.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por protegerme durante todo mi camino y por darme fuerzas para superar obstáculos y dificultades a lo largo de toda mi vida.

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento a mis padres por todo el esfuerzo que hicieron para sacarme adelante con mis estudios y de esta manera poder culminar mi carrera universitaria.

Agradezco de igual manera a mi asesora, por el gran apoyo durante el desarrollo de mi informe de tesis.

ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA	IV
AGRADECIMIENTO	V
ÍNDICE GENERAL	VI
LISTA DE TABLAS	VII
LISTA DE FIGURAS	VIII
RESUMEN	IX
ABSTRACT	X
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA (Descripción del problema, formulación del problema, objetivo general y específicos, justificación)	1
II. MARCO TEÓRICO	7
2.1 Antecedentes	7
2.2 Bases teóricas	10
III. METODOLOGÍA.....	14
3.1 Tipo, Nivel y Diseño de investigación	14
3.2 Población	14
3.3 Operacionalización de las variables/categoría.....	15
3.4 Técnicas e instrumento de recolección de datos/información.....	18
3.5 Método de análisis de datos/información	20
3.6 Aspectos éticos	21
IV. RESULTADOS.....	22
V. DISCUSIÓN.....	28
VI. CONCLUSIÓN	38
VII. RECOMENDACIONES	39
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	40
ANEXOS	48
Anexo 01. Matriz de Consistencia.....	48
Anexo 02. Instrumento de recolección de información.....	50
Anexo 03. Ficha técnica de los instrumentos	54
Anexo 04. Formato de consentimiento informado u otros	56

LISTA DE TABLAS

	Pág.
TABLA 01: ESTILO DE VIDA EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO JOSÉ OLAYA_CASMA., ANCASH.....	22
TABLA 02: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO JOSÉ OLAYA, CASMA, ANCASH.....	23

LISTA DE FIGURAS

	Pág.
FIGURA 01: ESQUEMA DEL MODELO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD DE NOLA PENDER.....	10
FIGURA 02: ESQUEMA DEL MODELO DE DETERMINANTES DE LA SALUD....	12
FIGURA 03: ESTILO DE VIDA EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO JOSÉ OLAYA, CASMA, ANCASH.....	22
FIGURA 04: EDAD EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO JOSÉ OLAYA, CASMA, ANCASH.....	24
FIGURA 05: SEXO EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO JOSÉ OLAYA, CASMA, ANCASH.....	24
FIGURA 06: GRADO DE INSTRUCCIÓN EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO JOSÉ OLAYA, CASMA, ANCASH.....	25
FIGURA 07: ESTADO CIVIL EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO JOSÉ OLAYA, CASMA, ANCASH.....	25
FIGURA 08: INGRESO ECONÓMICO EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO JOSÉ OLAYA, CASMA, ANCASH.....	26
FIGURA 09: OCUPACIÓN EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO JOSÉ OLAYA, CASMA, ANCASH.....	26
FIGURA 10: TIPO DE SEGURO DE SALUD EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO JOSÉ OLAYA, CASMA, ANCASH.....	27
FIGURA 11: RELIGIÓN EN ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO JOSÉ OLAYA, CASMA, ANCASH.....	27

RESUMEN

El Presente trabajo de investigación se realizó con el objetivo de determinar el estilo de vida y los factores sociodemográficos de los adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash. Es un estudio cuantitativo, descriptivo, de una sola casilla, con una muestra de 155 adultos, quienes fueron encuestados con dos instrumentos: Escala de estilo de vida y cuestionario de factores sociodemográficos. Los resultados se presentan en tablas simples con frecuencia y porcentajes, con sus respectivos gráficos. La información se recolectó en abril del año 2024. Obteniendo lo siguiente: el 60,6% de los adultos tienen un estilo de vida no saludable; en cuanto a los factores sociodemográficos el 52,9% son adultos maduros, 55,5% son de sexo femenino, 67,7% tienen grado de instrucción secundaria, predominando la secundaria completa; 57,1% es de estado civil conviviente o casado con énfasis al conviviente; 51,6% cuentan con ingreso económico de 500 a 1025 soles; 66,5% son trabajadores, predominando el trabajo eventual; 63,2% tienen un tipo de seguro de salud SIS-MINSA; 76,1% profesan la religión católica. Se concluye que, más de la mitad tienen un estilo de vida no saludable y en relación a los factores sociodemográficos un poco más de la mitad son adultos maduros; de sexo femenino y con ingreso económico de 500 a 1025 soles; más de la mitad tienen secundaria completa e incompleta; con trabajo eventual y estable; son convivientes o casados y con seguro de salud SIS-MINSA; la mayoría profesan la religión católica.

Palabras claves: adulto, estilo de vida, factores sociodemográficos

ABSTRACT

The present research work was carried out with the objective of determining the lifestyle and sociodemographic factors of the adults of the José Olaya human settlement, Casma, Ancash. It is a quantitative, descriptive, single-box study, with a sample of 155 adults, who were surveyed with two instruments: Lifestyle scale and sociodemographic factors questionnaire. The results are presented in simple tables with frequency and percentages, with their respective graphs. The information was collected in April 2024. Obtaining the following: 60.6% of adults have an unhealthy lifestyle; Regarding sociodemographic factors, 52.9% are mature adults, 55.5% are female, 67.7% have a secondary education degree, predominantly completing secondary school; 57.1% are cohabiting or married with emphasis on cohabiting; 51.6% have an income of 500 to 1025 soles; 66.5% are workers, with casual work predominating; 63.2% have a SIS-MINSA type of health insurance; 76.1% profess the Catholic religion. It is concluded that more than half have an unhealthy lifestyle and in relation to sociodemographic factors, a little more than half are mature adults; female and with an income of 500 to 1025 soles; more than half have completed or incomplete secondary school; with temporary and stable work; They are cohabiting or married and have SIS-MINSA health insurance; the majority profess the Catholic religion.

Keywords: adult, lifestyle, sociodemographic factors

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

A nivel mundial, en el 2021, debido a las medidas de confinamiento provocadas por la pandemia por COVID-19, se ha evidenciado cambios muy severos en los estilos de vida, los cuales se ha manifestado en una alimentación deficiente, la poca actividad física, alteraciones en el sueño insomnio e incluso alteraciones de salud mental como estrés, depresión y ansiedad. Estas alteraciones propician el desarrollo de una vida sedentaria, la cual favorece la presencia de enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) como obesidad, diabetes e hipertensión (1).

Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS) (2), en el 2023 la pandemia y la respuesta ante ella llevaron a interrupciones de los servicios y los suministros de medicamentos esenciales, una nutrición poco saludable, menos acceso a la atención, el confinamiento y el cierre de escuelas e instalaciones comunitarias, y un aumento en el consumo de sustancias psicoactivas. Debido a todo esto el estilo de vida descendió considerablemente puesto que las personas dejaron de hacer actividad física y llevaron alimentación inadecuada, etc lo que causó estar vulnerables a enfermedades.

Así mismo, la Organización Mundial De La Salud (OMS) (3), en el año 2021 el 71% de los fallecimientos han sido a causa de las ECNT que alcanzaron un número de 41 millones de personas fallecidas anualmente. De los 15 millones de adultos entre 30 y 69 años de edad que mueren por las ECNT cada año, más del 85% pertenecen a países de bajos y medianos ingresos. Al año 17,9 millones de muertes son producidas por enfermedades del corazón, representando el mayor número, que a la vez le siguen los 9,0 millones de muertes por cáncer, los 3,9 millones de muertes por enfermedades respiratorias y finalmente los 1,6 millones de muertes por diabetes. Cabe señalar que esto se debe a estilos de vida poco saludables como las dietas nocivas para la salud, la poca actividad física y el consumo de sustancias nocivas como el tabaco y alcohol, que pueden manifestarse en el aumento de la presión arterial, de la glucosa, los lípidos en sangre y la obesidad.

En todo el mundo, en el 2021 se ha podido evidenciar que algunos grupos no solo tienen acceso limitado a servicios de salud de calidad, sino que también luchan para llegar a fin de mes con pocos ingresos diarios, tienen un acceso más deficiente a condiciones de vivienda seguras y educación de calidad, menos oportunidades de empleo que paguen un salario digno, desigualdad, y tienen poco o ningún acceso a entornos seguros, agua y aire limpio y servicios de salud, sufren inseguridad alimentaria. Los grupos que más sufren estas

desventajas son a menudo los que sufren discriminación étnica y de género. Estas condiciones pueden provocar sufrimiento innecesario, enfermedades evitables y muerte prematura, dañando nuestras sociedades y economía (4).

En España, el sedentarismo, es uno de los principales factores de riesgo cardiovascular, afecta al 19,4 % de la población adulta española, porcentaje que se eleva al 22,4% en el caso de las mujeres. La falta de sueño y el sobrepeso son los dos principales factores de riesgo que presentan los españoles mayores de edad, seguidos del hipercolesterolemia y la hipertensión. Al sedentarismo le siguen el estrés, la obesidad, el tabaquismo y la diabetes. Pero muchas de estas enfermedades son prevenibles con hábitos de vida saludables, por lo que se insiste en el control de los factores de riesgo cardiovascular (5).

En México, en el 2021, temas como la mala alimentación, la inactividad física y las conductas sedentarias en los adultos, han hecho que este país desarrolle una prevalencia de 72.5% de sobrepeso y obesidad, con una tasa de mortalidad de 8.6%, que lo posicionó entre los cinco países con mayores afectaciones a nivel mundial, y sumado a ello las medidas internacionales de confinamiento ha generado un cambio en el estilo de vida que ha provocado un aumento en el comportamiento sedentario, considerado el cuarto factor de riesgo de mortalidad en el mundo y al que se le atribuye, a nivel mundial, 27% de la prevalencia de diabetes, 30% de cardiopatía isquémica y más de 20% de los cánceres de mama y colon (6).

En Panamá, en el 2021, se reporta que los adultos que no realizan actividad física tienen entre 20% y 30% mayor probabilidad de fallecer debido a la vida sedentaria que realizan, por lo que se identificó la necesidad la creación de lugares en donde se puede realizar actividades físicas, con la finalidad de prevenir enfermedades cardiovasculares, obesidad, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas, depresión y ansiedad, estimando que se podría evitar hasta 5 millones de fallecimientos al año si se aumenta la actividad física en la población (7).

En el Perú, en el 2023, la relación del perfil demográfico de la población adulta mayor de 65 años representaba un bajo porcentaje lo cual implicó un incremento respecto al 2000. De igual manera en el 2023 se tuvo 102 mujeres por cada varón y el 33,4% de adultos mayores con 65 años a más por cada 100 menores con edad de 15 años. La prevalencia del consumo de sustancias nocivas en las personas de 15 años a más fue de 6,6% en cuanto al sobrepeso y obesidad en la misma categoría de edades. En el 2022 la tasa de desempleo fue 3,7% de la población total (8).

Así también en el 2023, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), menciona que la mayoría de la población peruana reportaron que cuentan con algún tipo de seguro, conforme al área de residencia el porcentaje fue de gran incremento en la zona rural y área urbana. De toda la población afiliada a un tipo de seguro, se muestra que el mayor número está accediendo solo al seguro integral de salud (SIS), a nivel nacional se obtuvo que más de la mitad son del área urbana y la mayoría del área rural. En cuanto tiene igual similitud que el trimestre del 2022, el tipo de seguro de salud aumentó a nivel nacional y en la zona rural con 2,8 y 3,4 puntos porcentuales (9).

El Ministerio de Salud (MINSA) en el año 2022, de 15 millones de personas, el 62% de la población mayores de 15 años presentan obesidad y sobrepeso, a consecuencia del sedentarismo, el consumo excesivo de alimentos procesados, entre otros, esto se incrementó a raíz de la pandemia de covid-19. El sobrepeso es el mayor responsable del aumento de la mortalidad debido a enfermedades cardíacas hipertensivas, enfermedad renal, diabetes mellitus; para contrarrestar las enfermedades mencionadas el MINSA recomienda a la población, consumir ocho vasos de agua al día, comer cinco porciones de verduras y frutas, hacer treinta minutos de ejercicios y el consumo moderado de grasas (10).

Según La Política Nacional Multisectorial de Salud al año 2023 (PNMS) nombrada Perú, País Saludable, se denominó como un problema público “años de vida saludables perdidos en la población por causas evitables”, en donde las conductas que conllevan a un inadecuado estilo de vida son: baja actividad física, consumo de alcohol, tabaco, drogas, etc. Al no tener un estilo de vida adecuado afectará negativamente la salud y por consiguiente disminuirá la calidad y esperanza de vida (11).

A nivel regional, el departamento de Áncash en el 2022 cuenta con 1,083,519 habitantes, mientras que las personas de 15 años a más llega a 791,330 habitantes, 108,370 son adultos mayores de 65 años de edad, 124,171 son personas con alguna discapacidad y el 92,1% cuentan con algún seguro de salud, así también la Dirección Regional de Salud de Ancash (DIRESA), señala que durante el año 2021 se han detectado 400 nuevos casos de cáncer, siendo el de cuello uterino el de mayor incidencia, seguido de cáncer al estómago, de mamas y próstata. Ante esta situación los especialistas en salud enfatizan la importancia de los controles preventivos y constantes para la detección temprana de esta enfermedad los cuales se vienen trabajando a través de las estrategias de PROMSA, mediante campañas, consejerías, sesiones entre otras actividades preventivo promocionales (12,13).

Asimismo, EsSalud Ancash, en el 2022 reportó 14,633 nuevos casos de diabetes en la red asistencial a nivel nacional en el transcurso del primer semestre del año. De acuerdo con el reporte de la oficina de inteligencia e información sanitaria de la gerencia central de EsSalud, el número de casos es 55% (8077) de las mujeres y el 45% (6556) de hombres. El grupo que fue más afectado en ambos sexos, fue de 55 a 59 años siendo el 7% de casos (1001) en hombres y el 9% (1247) en mujeres. En marzo se tuvo gran cantidad de casos con diabetes, reemplazándolo con el 17% (2530) posteriormente en junio el número de casos bajó a 2254. El reporte demuestra que los casos informados hasta junio del 2022 aumentaron los casos con 5% a comparación del año anterior donde se registró 13,937 (14).

Por otro lado, el programa de daños no transmisibles en el 2022 refirió que la obesidad y el sobrepeso, así como las enfermedades coronarias, hipertensión y diabetes perjudican la salud, por esta razón es la importancia de promover una alimentación y estilo de vida saludable para disminuir el peligro de adquirir enfermedades. De esta manera se puede tener y controlar un estilo de vida saludable al realizar actividad física durante media hora, la disminución de comidas con elevada grasa, evitar el consumo excesivo de sal y la ingesta de sustancias nocivas. El director de la Diresa, mencionó que se tiene que tener más cuidado con la población comprendida de 30 a 59 años por ser de mayor riesgo respecto a la obesidad (15).

La problemática expuesta también es evidenciada en los adultos del asentamiento humano José Olaya, una comunidad ubicada en Casma cerca al río Sechín, y que pertenece a la jurisdicción del Hospital de Apoyo San Ignacio de Casma, entidad de salud que realiza actividades preventivo promocionales a través del programa de PROMSA creado por el MINSA y dirigido a personas de alto riesgo de enfermedades crónicas mediante el programa de prevención y tratamiento de hipertensión y diabetes, que sin embargo son poco conocidos por la comunidad Casmeña (16).

En el asentamiento humano José Olaya, la mayoría de adultos tienen como ocupación principal el comercio, mientras que otros trabajan en las chacras y fábricas, por lo que no se encuentran en sus hogares la mayor parte del día. Las viviendas de dicha comunidad cuentan con todos los servicios básicos, asimismo, están construidas de material mixto (adobe y concreto), cuenta con pistas pavimentadas, y veredas. Tienen acceso al transporte público a través de moto taxis. En algunas zonas no se evidencia alumbrado público, lo que aumenta el riesgo de sufrir algún tipo de robos, permitiendo la inseguridad en los moradores que transitan por la zona, en horas de la noche (16).

El mayor porcentaje de la población adulta, debido a la vida sedentaria que llevan no tienen un adecuado estilo de vida, al realizar poca actividad física, en cuanto a su alimentación su dieta está basada en carbohidratos ya que consumen con alta frecuencia la papa, olluco, fideos y harinas y muy pocas verduras y frutas. Por otro lado, se evidencia cúmulos de basura en casi toda la zona, debido a que el carro recolector de basura pasa esporádicamente por dicho lugar, fomentando la presencia de fauna nociva como moscas, roedores, entre otros, siendo ello un foco infeccioso para contraer enfermedades infectocontagiosas (16).

Como consecuencia a un estilo de vida poco saludable pueden surgir enfermedades no transmisibles como la obesidad, diabetes, hipertensión arterial, las cuales ponen en riesgo la vida de los adultos por lo que es necesario contrarrestarlo al consumir alimentos balanceados y realizando actividad física.

Ante esta situación es importante que los adultos conozcan sobre un estilo de vida adecuado, para que de esta manera pueda disminuir las enfermedades no transmisibles, en este sentido se recomienda coordinar con el centro de salud de la localidad para que brinden sesiones o charlas educativas de un estilo de vida saludable y de esta manera lograr que los adultos tomen conciencia y conozcan los problemas que tendrían a futuro si no cambian su estilo de vida poco saludable.

Ante la situación anterior se formuló el siguiente problema de investigación: ¿Cuál es el estilo de vida y los factores sociodemográficos en los adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash, 2024?

Para dar respuesta al problema se planteó el objetivo general:

Determinar el estilo de vida y los factores sociodemográficos de los adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash.

A su vez para poder conseguir el objetivo general se planteó los siguientes objetivos específicos:

- Identificar el estilo de vida de los adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash.
- Identificar los factores sociodemográficos: edad, sexo, grado de instrucción, estado civil, ingreso económico, ocupación, tipo de seguro de salud, religión de los adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash.

En los últimos años, el Perú ha sido escenario de una crisis sanitaria, que se ha hecho evidente por el incremento de enfermedades crónicas no transmisibles en la población adulta,

generada por diversos factores y condiciones en que viven las personas, que han agudizado aún más las conductas y estilos poco saludables de este grupo étnico.

En este contexto el presente estudio abordó la línea de investigación de la Escuela Profesional de Enfermería denominada “Factores de riesgo y determinantes de la salud”, el cual es importante porque permite obtener datos relevantes sobre los factores sociodemográficos y el estilo de vida, en base a esta información el centro de salud de la jurisdicción podrá rediseñar estrategias e intervenciones para mejorar la calidad de vida de los adultos, mediante actividades de prevención y promoción considerando los factores de riesgo encontrados.

Es de gran utilidad para la comunidad, porque la publicación de resultados, conclusiones y recomendaciones de la investigación contribuirá en el aporte de conocimiento colectivo, donde tanto la sociedad civil, líderes y pobladores del asentamiento humano José Olaya, podrán acceder a dicha información y podrán ser partícipes de su propio cambio, a través de estrategias de cooperación multisectorial que genere el empoderamiento comunitario.

Asimismo, sirve como material de consulta y base para futuras investigaciones que deseen profundizar sobre el tema y llevarlo a un nivel aplicativo, de enfoque cualitativo en el mismo contexto o en otros contextos similares. Y permitirá la formación de profesionales de salud con espíritu investigativo, que sean generadores de cambio en su centro laboral.

II. MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes

Antecedentes internacionales

Cigarroa, I. Et al (17) en el año 2022 investiga los Factores sociodemográficos y estilos de vida asociados a un bajo nivel de actividad física durante el confinamiento producto del Covid-19 en adultos latinoamericanos, tuvo como objetivo general: Determinar los factores asociados a un bajo nivel de actividad física en adultos durante el confinamiento durante la pandemia de Covid-19, con una muestra de 3.362. La metodología es de tipo analítico de corte transversal. Los resultados indican que los adultos entre 18 y 60 años con mayor probabilidad de ser inactivos fueron las mujeres, aquellos que tuvieron pocos años de educación, con sobrepeso u obesidad, que fumaban al menos un cigarrillo al día, ingerían alcohol cuatro o más veces por semana, dormían menos de seis horas por día, paseaban más de seis horas al día en conductas sedentarias. Se concluye que, el perfil sociodemográfico y estilo de vida asociado a la inactividad física durante el confinamiento de los adultos latinoamericanos, se muestra por los resultados la necesidad de fomentar estilo de vida saludable durante el confinamiento.

Mercadante, Y. Et al (18) en el año 2022 investiga la alimentación, estilo de vida y distanciamiento social: un estudio en el sureste brasileño durante la pandemia de covid-9, tuvo como objetivo general: Evaluar la relación del distanciamiento social y los factores de estilo de vida en adultos del sureste brasileño durante la primera ola pandémica, con una muestra de 1828 adultos con edad 18 y 83 años. La metodología es de tipo cuantitativo, transversal. Los Resultados indican que el 12,5% mostraron disminución del desayuno con un aumento en el consumo de merienda, 24,5% con horario matutina, el 12,5% vespertina y el 24,4% dan picotes entre comidas, así como de la ingesta de verduras y leguminosas. Se concluye que, los hallazgos proponen la necesidad de desarrollar estrategias de promoción de salud de acuerdo a la situación actual.

Giraldo, N. Et al (19) en el año 2023 investiga la malnutrición asociada a factores sociodemográficos en adultos mayores de Medellín-Colombia, tuvo como objetivo general: Estimar la frecuencia de malnutrición en AM de Medellín-Colombia y explorar su asociación con factores sociodemográficos, con una muestra de 1187. La metodología es de tipo transversal. Los resultados indican que el 65,2% fueron mujeres

adultas mayores de 70 años, 61,5% de estrato socioeconómico bajo, 54,2% nivel educativo primaria, 39,0% con estado civil casados, el 21,9% son de son geográfica noroccidental, el 88,5% son de locación geográfica urbana. Se concluye que, la malnutrición en los AM incrementa, ocasionando un problema de salud pública que afecta más a mujeres con edad avanzada, zonas rurales, estratos socioeconómicos bajos y de menor nivel educativo.

Antecedentes nacionales

Flores, K. (20) en el año 2023 investiga los estilos de vida y factores sociodemográficos en los adultos del caserío Santa Rosa-Tambogrande-Piura, tuvo como objetivo general: Determinar la relación que existe entre los estilos de vida y factores sociodemográficos en los adultos del caserío Santa Rosa-Tambogrande-Piura, con una muestra de 276 adultos. La metodología es de tipo cuantitativa, descriptivo, correlacional. Los resultados indican que el 78,26% de los adultos tienen un estilo de vida no saludable. Con respecto a los factores sociodemográficos: más de la mitad 57,60% son de edad entre 36 a 59 años, el 72,47% son de sexo femenino, el 44,57% tienen secundaria completa, 48,55% tienen ocupación empleados y un ingreso económico entre 650 a 850 soles, 72,47% son casados, 77,54% profesan la religión evangélica, 65,94% cuentan con sistema de seguro SIS.

Aniceto, Z. (21) en el año 2020 investiga los estilos de vida y Factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Caraz- Ancash, tuvo como objetivo general: Identificar los factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Caraz- Ancash, con una muestra de 369 adultos. La metodología es de tipo cuantitativo, nivel descriptivo- correlacional, diseño no experimental. Los resultados indican que el 76,96% de los adultos tienen estilo de vida no saludable. El 57,45% tienen edad entre los 36 a 59 años, 48,78% son de sexo masculino, 29% tienen grado de instrucción secundaria incompleta, 58,81% profesan la religión católica, 42,82% tienen ingreso económico de 600 a 1000 soles, 24,93% son de ocupación empleados.

Sosa, Y. (22) en el año 2021 investiga los determinantes biosocioeconómicos relacionados al estilo de vida de la persona adulta del caserío San Jacinto- Catacaos-Piura, tuvo como objetivo general: Determinar la relación entre los determinantes biosocioeconómicos y estilo de vida de la persona adulta del caserío San Jacinto- Catacaos-Piura, con muestra de 100 adultos. La metodología es de tipo cuantitativo, descriptivo, correlacional. Los resultados indican que casi la totalidad 97% tienen un

estilo de vida no saludable y en cuanto los determinantes biosocioeconómicos: el 56% son de sexo femenino, el 47% son adultos maduros, 45% con grado de instrucción secundaria completa/ incompleta, 45% sin ocupación, 62% cuenta con ingreso menor de 850 soles, 45% son ama de casa.

Antecedentes locales

Carrion, T. (23) en el año 2023 investiga los factores sociodemográficos y estilos de vida en el adulto del asentamiento humano Villa Universitaria_Nuevo Chimbote, tuvo como objetivo general: Determinar la relación entre los factores sociodemográficos y estilos de vida del adulto, con una muestra de 130 adultos. La metodología es de tipo cuantitativo, descriptivo, correlacional. Los resultados indican que el 90,7% tiene un estilo de vida saludable y en cuanto al factor sociodemográfico, 76,9% son de sexo femenino, 56,9% su edad es de 18 a 35 años, el 54,6% tiene grado de instrucción secundaria, 45,7% profesan la religión católica, el 41,9% son de estado civil conviviente, 38,6 % son de ocupación empleados, el 44,6% tiene ingreso económico mayor de 1100 nuevos soles, 46,5% cuenta con seguro SIS.

Jacinto, G. (24) en el año 2021 investiga los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida del adulto en el asentamiento humano Houston_Nuevo Chimbote, tuvo como objetivo general: Determinar la asociación de los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: Estilo de vida del adulto en el asentamiento humano Houston_Nuevo Chimbote, con una muestra 150 adultos. La metodología es de tipo cuantitativo, correlacional-transversal. Los resultados indican que el 60,7% son adultos maduros, el 57,3% son de sexo femenino, 59,3% tienen grado de instrucción secundaria completa, 36% con ocupación otros, 101% son convivientes, 76,7% (115) cuenta con un ingreso económico de 650 a 850 soles, 84,7 tiene un sistema de seguro SIS. En cuanto al estilo de vida el 53,3% tiene un estilo de vida no saludable.

Quezada Y. (25) en el año 2023 investiga los factores sociodemográficos y estilo de vida en adultos del asentamiento humano Balcón-Chimbote, tuvo como objetivo general: Determinar la relación de los factores sociodemográficos y estilo de vida en adultos del asentamiento humano Balcón-Chimbote, con un amuestra de 277 adultos. La metodología es de tipo cuantitativo, nivel correlacional, transversal. Los Resultados indican que el 76,9% tienen un estilo de vida saludable, y en cuanto al factor sociodemográfico el 49,5% tienen edad entre 18 a 35 años, 64,6% son de sexo femenino,

54,9% tienen grado de instrucción secundaria. 54,0% profesan religión católica, 37,5% (104) son convivientes, 46,2% son amas de casa, 25,3% cuentan con ingreso económico de 850 a 1000 soles.

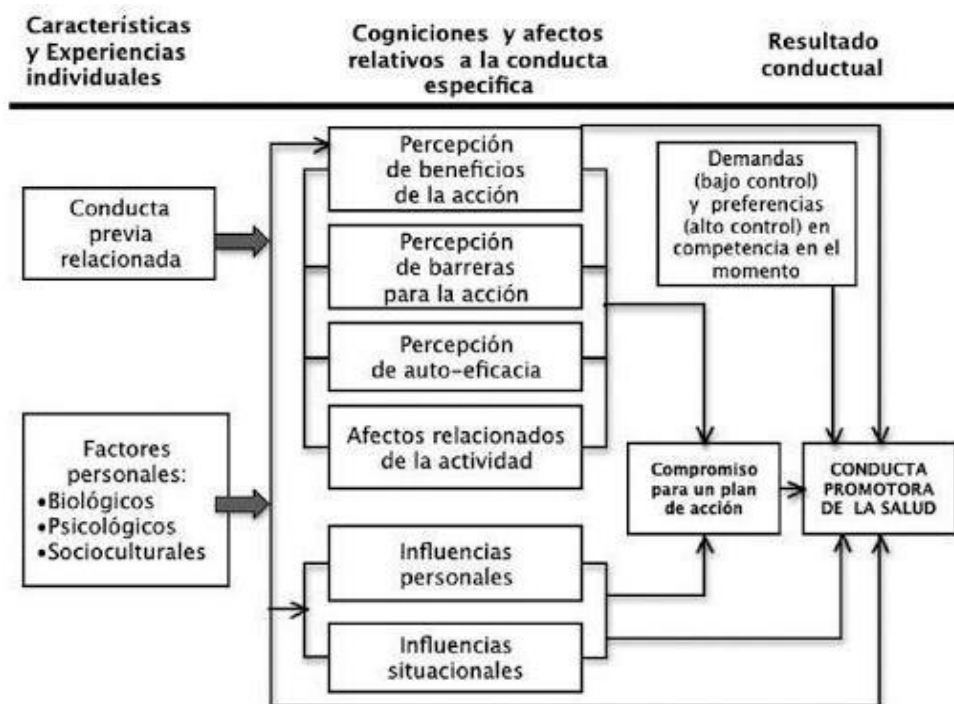
2.2 Bases teóricas

El presente trabajo de investigación se sustenta en el Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender y el Modelo de los Determinantes de la Salud de Marc Lalonde.

Según Nola Pender el Modelo de Promoción de la Salud señala que cada persona tiene características y experiencias personales únicas que afectan las acciones posteriores. El conjunto de variables para el conocimiento y el efecto específicos del comportamiento tienen un significado motivacional importante. El comportamiento de promoción de la salud es el resultado conductual deseado y es el punto final en el modelo de promoción de la salud. Los comportamientos que promueven la salud deben resultar en una mejor salud, una mayor capacidad funcional y una mejor calidad de vida en todas las etapas de desarrollo (26).

Figura 01

Esquema del Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender



Fuente: Traducido del Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender.

Así mismo planteo que el ser humano tiene características y experiencias individuales, que afectan las acciones posteriores, teniendo un importante significado motivacional por lo que las variables podrán modificarse a través de acciones de

enfermería por lo tanto la promoción de salud son el resultado de un buen estilo de vida, mejor capacidad funcional, una buena calidad en todas las etapas del desarrollo. También la demanda conductual está influenciada por la demanda de preferencias competitivas mediatas ya previstas para promover el bienestar (26).

Del mismo modo, Nola Pender denomina factores personales a lo biológico, psicológico y socioculturales, estas están guiados por la naturaleza del comportamiento del objetivo que se está considerando, por el ejemplo los biológicos incluyen variables tales como el índice de masa corporal por edad, capacidad aeróbica, fuerza, agilidad y equilibrio. Factores psicológicos incluyen variables como la autonomía, la autoevaluación, percepción, estado de salud y definición de salud. Los factores socioculturales como la etnicidad racial, cultura, educación, percepciones personales y cognitivas del entorno que se propone la promoción de la salud (27).

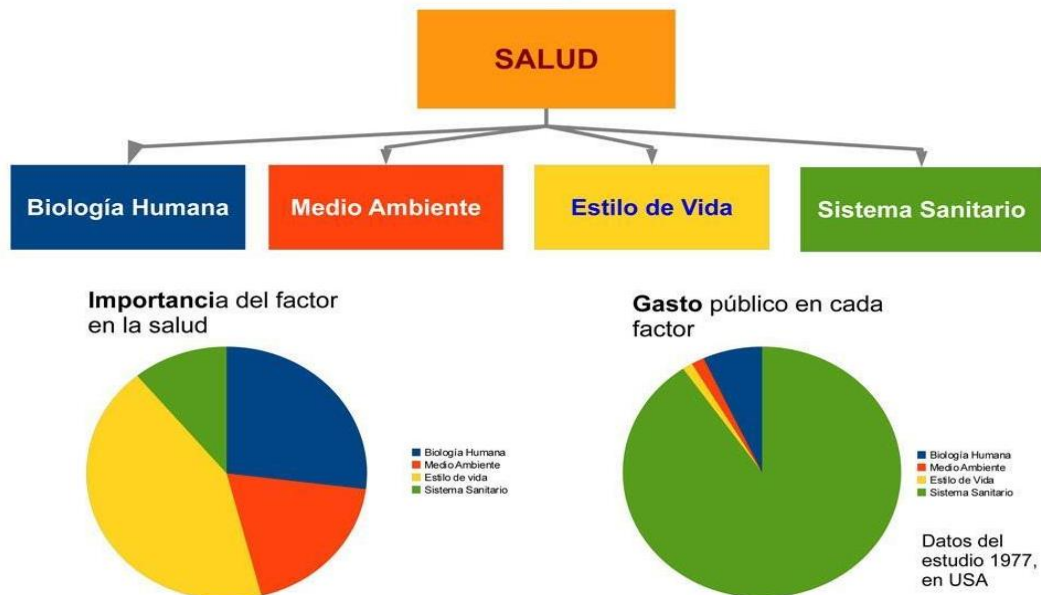
Los resultados conductuales son un compromiso con un plan de acción, la estrategia planificada que conduce a la implementación de salud. La promoción del comportamiento es el resultado final dirigido a lograr una salud positiva y un bienestar óptimo. El modelo es la importancia de un proceso social y cognitivo, teniendo una conducta en la persona, lo que podría afectar a su salud (27).

Esto sustenta los factores sociodemográficos, que se abordaron en el presente estudio con relación a los factores personales que refiere Nola Pender en el cual el factor biológico lo relaciona con la edad y sexo, en lo psicológico con el sistema sanitario y en los socioculturales aborda con la religión, ocupación, ingreso económico y grado de instrucción (27).

Asimismo, el estudio se sustenta con el modelo de determinantes de salud de Marc Lalonde, quien identifica cuatro factores condicionantes de la salud la biología humana, el medio ambiente o entorno, el estilo de vida y la organización de los sistemas de salud, los cuales se investigaron en el presente estudio (28).

Figura 02

Esquema del modelo de determinantes de la salud



Fuente: Lalonde. Canadá 1974. Organización Panamericana de la Salud (OPS).

Según el factor de la biología humana refiere que la herencia genética es el proceso de maduración y envejecimiento de las personas según su ciclo de vida, puede repercutir en la salud de manera variada, múltiple y grave, también son todas las acciones que se relacionan con la salud, mental y física. En el estudio se relaciona con las características que tiene la persona en cuanto al sexo que es femenino o masculino y la edad que comprende al adulto joven, maduro y mayor (28).

De igual modo el medio ambiente es el entorno que rodea a la persona, es decir son todos los factores que influyen y que repercuten en su salud en el entorno social, político, económico, demográfico y físico. En el medio ambiente no solo se identifica a los factores del ambiente natural sino también y muy especial al social. Estos factores asociados con la salud son externos al cuerpo humano por lo que la persona no tiene ningún control. En el estudio se identifica con el grado de instrucción, ocupación e ingreso económico (29).

En cuanto el estilo de vida, lo relaciona con el hábito personal, grupo de alimentación, actividad y ejercicio, etc. Es lo que concierne a los comportamientos y conductas que influyen de manera negativa o positiva en la salud de cada persona. Dichas conductas son producto de las decisiones personales y por la influencia del entorno del grupo social y el entorno en que se desarrolla cada persona (29).

Así como al sistema sanitario que se refiere al grupo de recursos humanos, económicos, tecnológicos y materiales que están condicionados por la eficacia, la efectividad, la accesibilidad, además de las coberturas sanitarias y sus buenas prácticas que puedan acceder y recibir los adultos (29).

2.2.1. Bases conceptuales de la investigación

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

Estilo de vida: Son el resultado de una serie de conductas o hábitos que permiten a la persona disfrutar de un equilibrio entre el aspecto físico, mental y social. Por lo que es muy importante no descuidar ninguno de estos aspectos (30).

Factores sociodemográficos: Son todas las características asignadas a la edad, sexo, educación, ingresos o nivel económico, estado civil, trabajo, religión, que están presentes en la población sujeta a estudio, tomando solo las que pueden ser medibles (31).

Adulto: Es una etapa en la que se requiere mayor responsabilidad, identidad y actitud, puesto que se enfrenta a nuevas experiencias, como el matrimonio, un trabajo, el inicio de la paternidad, la búsqueda de empleo para su independencia, entre otros, asimismo, la adultez implica la superación de las etapas de la infancia, adolescencia y plena juventud. Al mismo tiempo, es la que precede a la ancianidad, hoy llamada tercera edad. En cada persona, la edad adulta puede variar según una gran diversidad de factores, tales como factores biológicos (predisposición genética, desarrollo hormonal, etc) o factores culturales o psicológicos (educación, circunstancia de vida, ambiente cultural dominante, hábitos cotidianos, alimentación, etc) (32).

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo, Nivel y Diseño de investigación

Nivel de investigación

Descriptivo: La investigación descriptiva es cuando se desea describir el comportamiento y estado que presenta como objeto de estudio, también reúne información cuantificable (33).

Tipo de investigación

Cuantitativo: Porque es una investigación estructurada donde se recogen y analizan datos numéricos medibles que se obtendrán de diversas fuentes, además de que se hará uso de la informática, la estadística y la matemática para la obtención de los resultados (33).

Diseño de la investigación

De una sola casilla: Porque se obtiene información de un solo grupo aislado en el momento de la investigación (33).

3.2 Población

Población:

La población estuvo constituida por 258 adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash.

Muestra:

El tamaño de la muestra fue de 155 adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash, obtenida luego de aplicar la fórmula para cálculo de tamaño de muestra, mediante el muestreo aleatorio al 95% de confiabilidad.

Fórmula procesada:

$$n = \frac{Z^2 P \cdot Q \cdot N}{(N-1) E^2 + Z^2 \cdot P \cdot Q}$$

n = Tamaño de muestra = 155

N =Tamaño de la población= 258

Z² =La distribución normal a un 95% de nivel de confianza (Z²= 1.96)

P = Proporción de las características en estudio (P=0,50)

E = Margen de error (E=0,05)

Reemplazando:

$$n = \frac{(1.96)^2 (0.5) (0.5) (258)}{(258-1) (0.05)^2 + (1.96)^2 (0.5) (0.5)}$$
$$n = 155$$

Unidad de análisis

Se consideró a cada adulto del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash, que fue parte de la muestra de estudio y que respondió a los siguientes criterios:

Criterios de Inclusión y Exclusión

Criterios de Inclusión

- Adultos que residen más de 3 años en el asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash.
- Adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash que aceptaron participar en el estudio mediante el consentimiento informado.
- Adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash de ambos sexos.

Criterios de Exclusión

- Adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash que tuvieron algún trastorno mental.
- Adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash que tuvieron problemas de comunicación.
- Adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash que tuvieron capacidades especiales que impiden emitir juicios o responder a instrumentos de recolección de datos.

3.3 Operacionalización de las variables/categoría

Variable N° 01

ESTILO DE VIDA

Definición conceptual:

Es un conjunto de comportamientos y actitudes que la persona adopta como también puede tener hábitos y conductas que permiten un estado de bienestar en la persona (34).

Definición operacional:

Escala nominal

- Estilo de vida saludable: 75-100 puntos
- Estilo de vida no saludable: 25-74 puntos

Variable N°02

FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS:

Definición Conceptual:

Son todas las características asignadas a la edad, sexo, educación, ingresos o nivel económico, estado civil, trabajo, religión, que están presentes en la población sujeta a estudio, tomando solo las que pueden ser medibles (31).

Definición operacional:

Para fines metodológicos de la investigación la operacionalización fue de la siguiente manera:

EDAD

Definición Conceptual.

Es el tiempo que pasa desde que la persona nace y va evolucionando en cada etapa. La vida humana está dividida en la niñez, juventud, edad adulta y envejecimiento (35).

Definición Operacional

Escala ordinal

- Adulto joven (18 a 29 años)
- Adulto maduro (30 a 59 años)
- Adulto mayor (60 a más)

SEXO

Consiste en las características biológicas anatómicas y físicas que hacen diferencias a los hombres de las mujeres, y que se determina por las hormonas, cromosomas y los genitales (36).

Definición conceptual

Escala nominal

- Masculino
- Femenino

GRADO DE INSTRUCCIÓN

Definición Conceptual

Es el más alto grado de estudios aprobados por una persona en cualquier nivel del sistema educativo (37).

Definición Operacional

Escala Ordinal

- Sin instrucción

- Primaria
- Secundaria completa
- Secundaria incompleta
- Superior completo
- Superior incompleto

ESTADO CIVIL

Definición Conceptual.

Es la condición que establece la persona en la sociedad, la cual va a depender de igual manera de su relación con su familia. Se habilita para que se ejerza algunos derechos y se pueda contraer ciertas responsabilidades (38).

Definición Operacional

Escala nominal

- Soltera/o
- Casada/o
- Conviviente
- Divorciada/o
- Viuda/o

INGRESO ECONÓMICO

Definición Conceptual

Es la suma de dinero con lo que cuentan las familias para obtener servicios y bienes que requieren para subsistir y de esta manera puedan lograr su desarrollo social y personal (39).

Definición Operacional

Escala de intervalo

- Menor de 500
- De 500 a 1025 nuevos soles
- Mayor de 1025 nuevos soles

OCUPACIÓN

Definición Conceptual

Se refiere a lo que la persona realiza en un tiempo definido, la forma que tiene de desempeñar en el momento de trabajo (40).

Definición Operacional

Escala nominal

- Trabajador estable
- Trabajador eventual
- Sin ocupación
- Jubilado
- Estudiante
- Ama de casa

TIPO DE SEGURO DE SALUD

Definición Conceptual.

Son instituciones administradoras de fondos de aseguramiento en salud, que permiten la protección de la persona de cualquier eventualidad, sea por salud o accidente (41).

Definición Operacional

Escala nominal

- ESSALUD
- SIS- MINSA
- FOSPOLI/ SANIDAD
- Particular
- Otros:

RELIGIÓN

Definición Conceptual

Es una forma de vida, una cultura, que se encamina en fortalecer la fe y la espiritualidad de cada individuo (42).

Definición Operacional

Escala nominal

- Católico
- Evangélico
- Otras

3.4 Técnicas e instrumento de recolección de datos/información

Técnicas:

En el presente estudio se utilizó la encuesta y observación para la aplicación de los instrumentos de recolección.

Instrumentos:

Instrumento 01

ESCALA DE ESTILO DE VIDA

La escala de estilo de vida fue elaborada por Walker, Sechrist y Pender, modificado por Delgado R, Reyna E, y Díaz R comprende seis dimensiones y se sub divide por 25 ítems que permitirá medir y evaluar los estilos de vida mediante las siguientes dimensiones: alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal autorrealización y responsabilidad en salud. (Anexo 02).

Está constituido por 25 ítems distribuidos de la siguiente manera:

Alimentación: 1, 2, 3, 4, 5, 6

Actividad y Ejercicio: 7, 8

Manejo del Estrés: 9, 10, 11, 12

Apoyo Interpersonal: 13, 14, 15, 16

Autorrealización: 17, 18, 19

Responsabilidad en salud: 20, 21, 22, 23, 24, 25

Cada ítem tiene el siguiente criterio de calificación:

NUNCA: N=1

A VECES V=2

FRECUENTEMENTE: F=3

SIEMPRE: S=4

En el ítem 25 el criterio de calificación es N=4; V=3; F=2; S=1. Los puntajes obtenidos en la escala total del promedio resultan de las distintas respuestas de los 25 ítems, de la misma resulta de cada sub escala donde se obtiene como resultado de dos categorías, las cuales son: saludables es de 75 – 100 puntos; y no saludable es de 25 – 74 puntos.

Instrumento 02

CUESTIONARIO DE FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS

El Cuestionario de factores sociodemográficos fue elaborado por la investigadora Vílchez, M. en la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote (Anexo 02).

Está constituido por 8 ítems distribuidos:

- Factores sociodemográficos edad, sexo, grado de instrucción, estado civil, ingreso económico, ocupación, tipo de seguro de salud, religión. (8 ítems).

Control de calidad de los datos

Validez

Díaz, R; Reyna. E; Delgado, R consolidaron la validez externa del instrumento de la Escala de estilo de vida a través del juicio de expertos presentando el instrumento a cuatro expertos en el área de investigación y de la especialidad de enfermería, quienes con sus sugerencias dieron mayor calidad y especialidad al instrumento de medición. Para su validez interna, se aplicó la fórmula de R Pearson en cada uno de los ítems, obteniendo un $r > 0,20$, lo cual nos indica que el instrumento es válido. El cuestionario de factores sociodemográficos no se le realizó validez por la naturaleza de sus ítems que da lugar a respuestas no complejas (Anexo 03).

Confiabilidad

Díaz, R; Reyna. E; Delgado, R midieron la confiabilidad a la Escala de estilo de vida, a través de una prueba piloto a un total de 29 adultos, obteniendo un índice de confiabilidad Alfa de Cronbach de 0.794, lo cual nos indica que el instrumento es confiable. El cuestionario de factores sociodemográficos no se le realizó confiabilidad por la naturaleza de sus ítems que da lugar a respuestas no complejas (Anexo 03).

3.5 Método de análisis de datos/información

3.5.1 Procedimientos de recolección de datos

En cuanto a la recolección de datos del presente trabajo se tuvo en cuenta los siguientes aspectos:

- Se informó y se solicitó el consentimiento a los adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash enfatizando que los datos y resultados serán totalmente confidenciales.
- Se coordinó la disponibilidad y el tiempo de la fecha de la aplicación del instrumento para proceder a aplicar el instrumento a cada adulto del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash.
- Se realizó la lectura de las instrucciones de los instrumentos a los adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash. El instrumento fue aplicado en un tiempo de 20 minutos, las respuestas fueron marcadas de manera personal y directa.

3.5.2 Análisis y Procesamiento de datos

Para el presente estudio se realizó el procesamiento y análisis de datos, se ingresó la información a una base de datos en el Microsoft Excel, se presentaron en tablas simples con frecuencia y porcentajes, con sus respectivos gráficos.

3.6 Aspectos éticos

Los principios éticos que guían la presente investigación estuvieron considerados en el Reglamento de Integridad Científica en la Investigación V001, de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote (43). Siendo los siguientes:

Respeto y protección de los derechos de los intervinientes: La dignidad, privacidad y diversidad cultural de todos los participantes fueron protegidos a través de la codificación de los participantes, protegiendo el anonimato y la aplicación de los instrumentos de recolección de la información en un ambiente cómodo y seguro.

Toda la información relacionada al estudio fue almacenada de forma segura. Toda la información de los participantes fue almacenada en bases de datos protegidas por contraseñas en computadoras accesibles solo a investigadores del estudio. Toda la información que resulte del presente estudio fue tratada con estricta confidencialidad, y solamente la investigadora mencionada en el presente estudio, autoridades regulatorias locales y comités de ética tuvieron acceso a esta información.

Cuidado del medio ambiente: Se respetó el entorno, la protección de especies y preservación de la biodiversidad y naturaleza del entorno, utilizando material reciclable (papel) y eliminando de manera adecuada los residuos sólidos.

Libre participación por propia voluntad: Los participantes tienen el derecho de estar informados acerca de los propósitos y la finalidad de la investigación en la cual fueron partícipes a voluntad propia, a través de la firma del Formato de Consentimiento Informado de la Universidad.

Beneficencia, no maleficencia: Todos los hallazgos encontrados en la investigación no causaron daño de ningún modo a los participantes de la investigación, los resultados de la investigación son descriptivos y permitieron implementar estrategias que mejoren su salud y calidad de vida.

Integridad y honestidad: Se aseguró la objetividad imparcialidad y transparencia en la difusión responsable de la investigación en revistas científicas, ponencias o eventos científicos. Se recogió la información con el registro veraz de los datos brindados.

Justicia: Se dio un trato equitativo a todos los participantes durante la investigación.

IV. RESULTADOS

Tabla 01

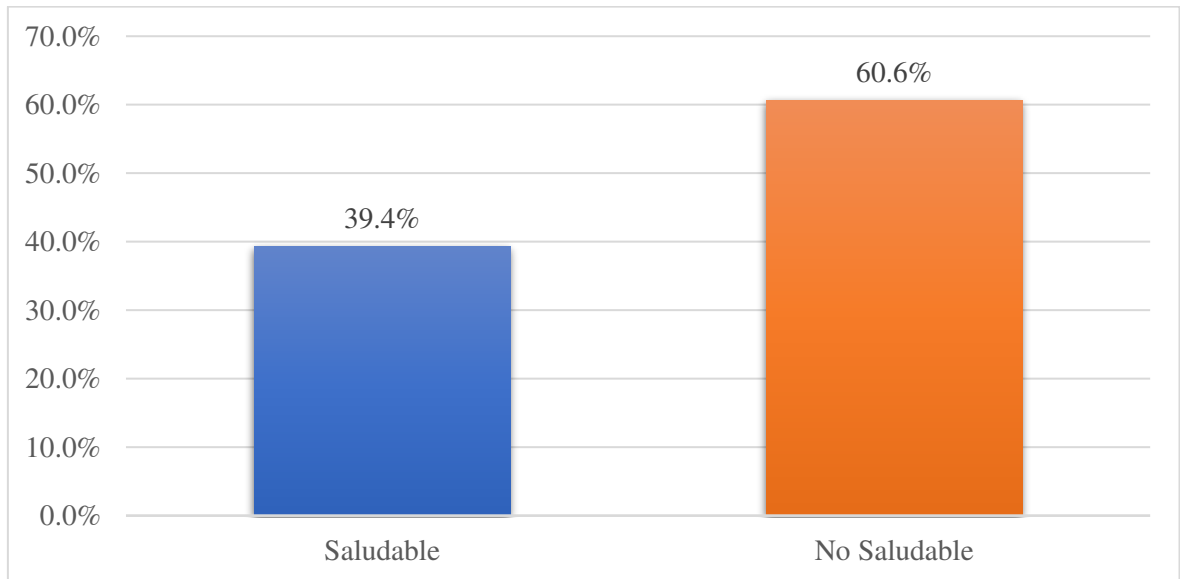
Estilo de vida en adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash

Estilo de vida	n	%
Saludable	61	39,4%
No Saludable	94	60,6%
Total	155	100%

FUENTE: Escala de estilo de vida, adaptada por Diaz, R; Reyna E, Delgado, R. Aplicada a los adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash. Abril 2024

Figura 03

Estilo de vida en adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash



FUENTE: Escala de estilo de vida, adaptada por Diaz, R; Reyna E, Delgado, R. Aplicada a los adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash. Abril 2024

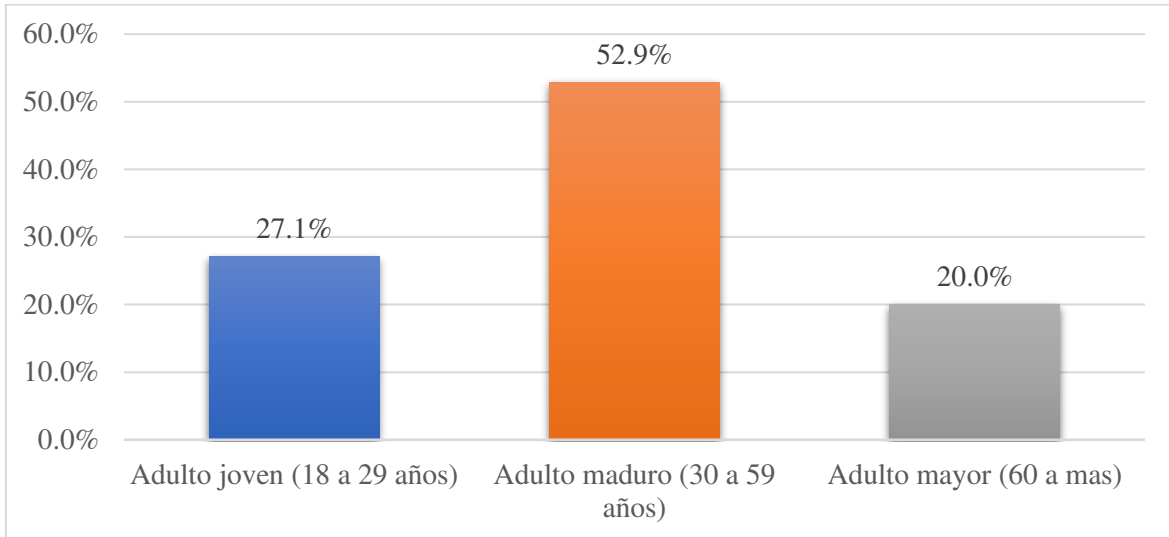
Tabla 02

Factores sociodemográficos en adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash

Factor Sociodemográfico	n	%
Edad		
Adulto joven (18 a 29 años)	42	27,1%
Adulto maduro (30 a 59 años)	82	52,9%
Adulto mayor (60 a más)	31	20,0%
Total	155	100,0%
Sexo		
Masculino	69	44,5%
Femenino	86	55,5%
Total	155	100,0%
Grado de instrucción		
Sin instrucción	3	1,9%
Primaria	6	3,9%
Secundaria completa	63	40,6%
Secundaria incompleta	42	27,1%
Superior completo	27	17,4%
Superior incompleto	14	9,0%
Total	155	100,0%
Estado civil		
Soltera/o	54	35,1%
Casada/o	9	5,8%
Conviviente	79	51,3%
Divorciada/o	4	2,6%
Viuda/o	8	5,2%
Total	154	100,0%
Ingreso Económico		
Menor de 500 nuevos soles	26	16,8%
De 500 a 1025 nuevos soles	80	51,6%
Mayor de 1025 nuevos soles	49	31,6%
Total	155	100,0%
Ocupación		
Trabajador estable	37	23,9%
Trabajador eventual	66	42,6%
Sin ocupación	7	4,5%
Jubilado	0	0,0%
Estudiante	12	7,7%
Ama de casa	33	21,3%
Total	155	100,0%
Tipo de seguro de salud		
ESSALUD	21	13,5%
SIS-MINSA	98	63,2%
FOSPOLI/SANIDAD	8	5,2%
Particular	17	11,0%
Otros	11	7,1%
Total	155	100,0%
Religión		
Católico(a)	118	76,1%
Evangélico	28	18,1%
Otras	9	5,8%
Total	155	100,0%

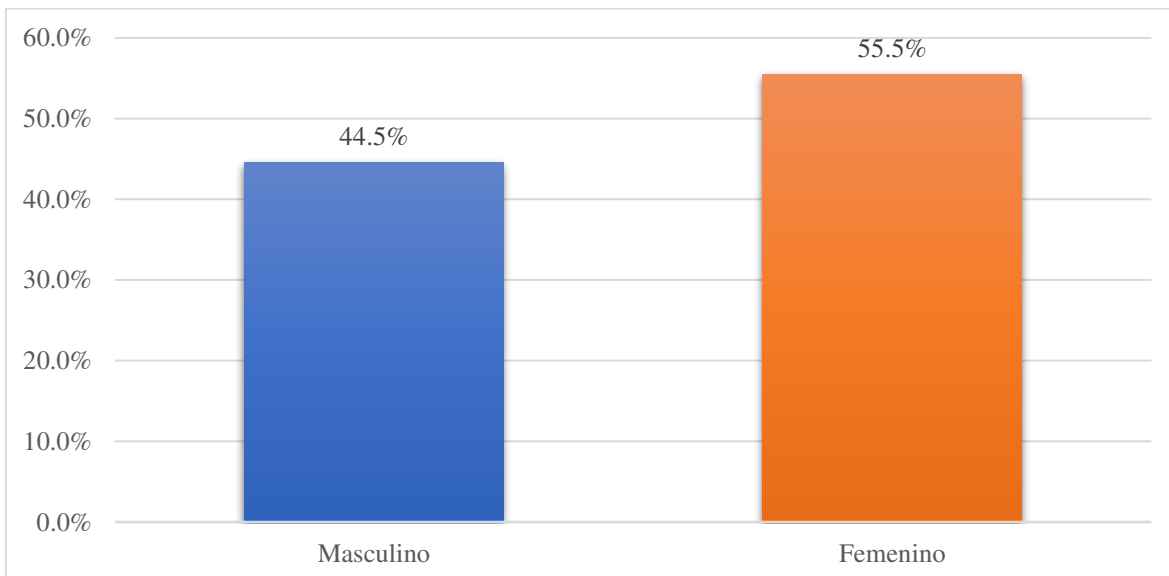
FUENTE: Cuestionario de Factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez, M. Aplicada a los adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash, abril, 2024

Figura 04
Edad en adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash



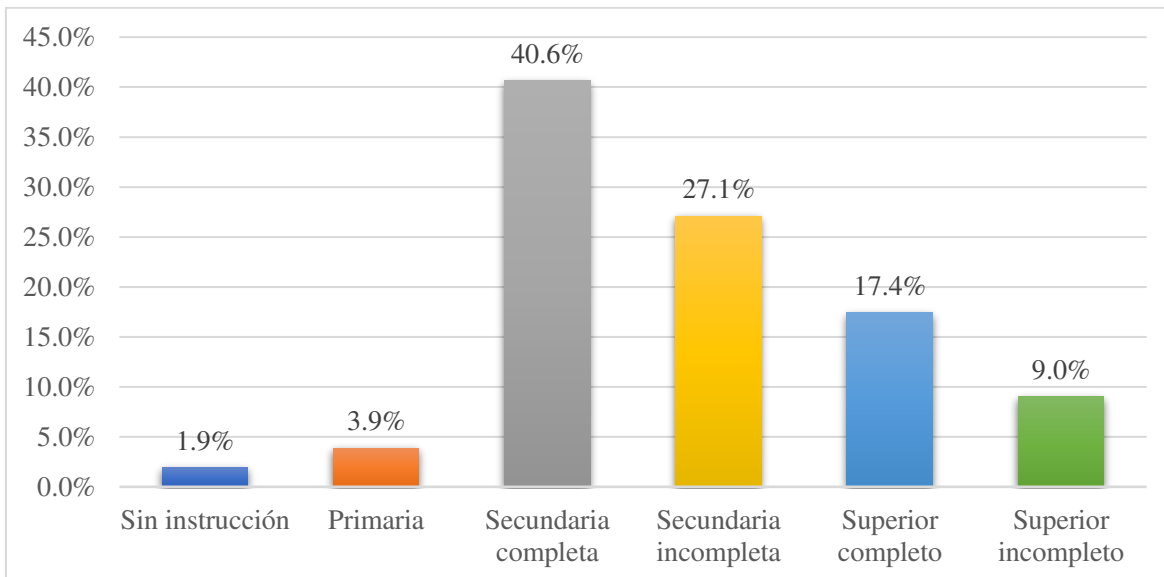
FUENTE: Cuestionario de Factores sociodemográficos, elaborado por Vilchez, M. Aplicada a los adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash, abril, 2024

Figura 05
Sexo en adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash



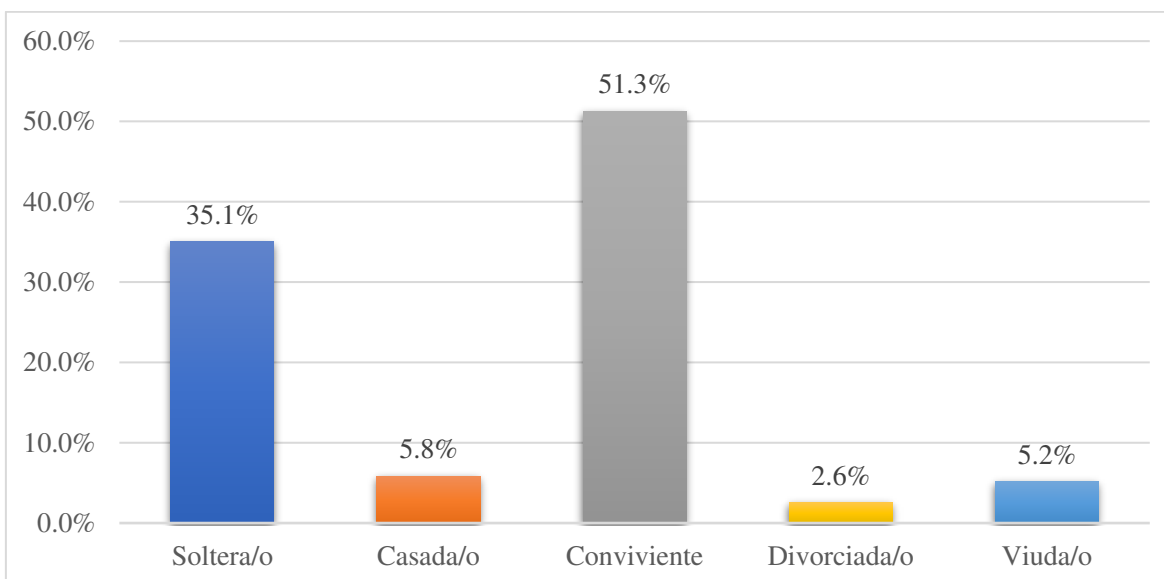
FUENTE: Cuestionario de Factores sociodemográficos, elaborado por Vilchez, M. Aplicada a los adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash, abril, 2024

Figura 06
Grado de instrucción en adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash



FUENTE: Cuestionario de Factores sociodemográficos, elaborado por Vilchez, M. Aplicada a los adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash, abril, 2024

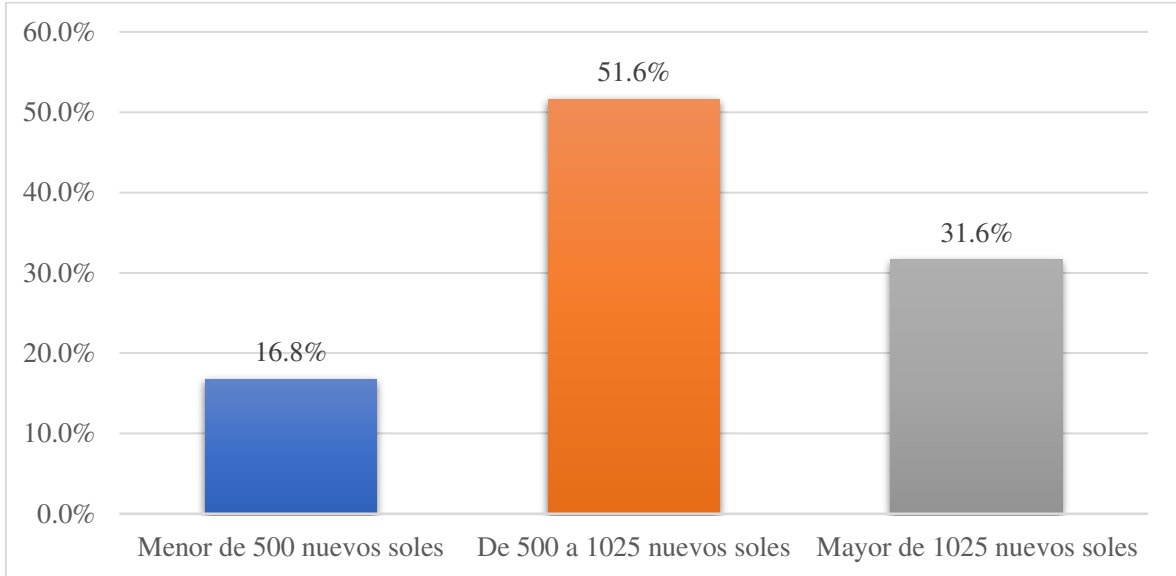
Figura 07
Estado civil en adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash



FUENTE: Cuestionario de Factores sociodemográficos, elaborado por Vilchez, M. Aplicada a los adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash, abril, 2024

Figura 08

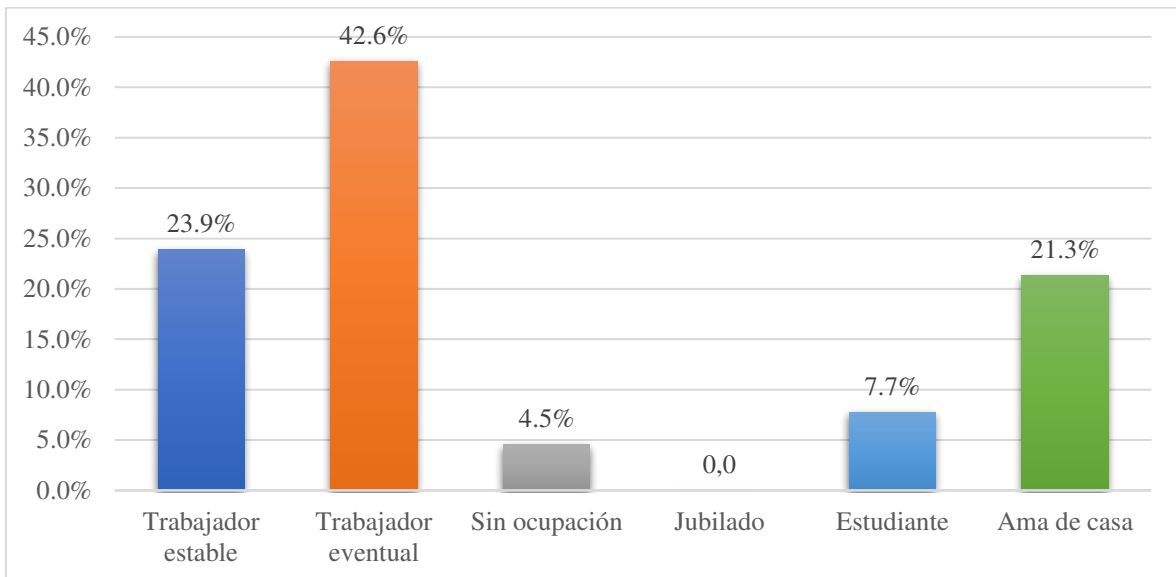
Ingreso Económico en adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash



FUENTE: Cuestionario de Factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez, M. Aplicada a los adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash, abril, 2024

Figura 09

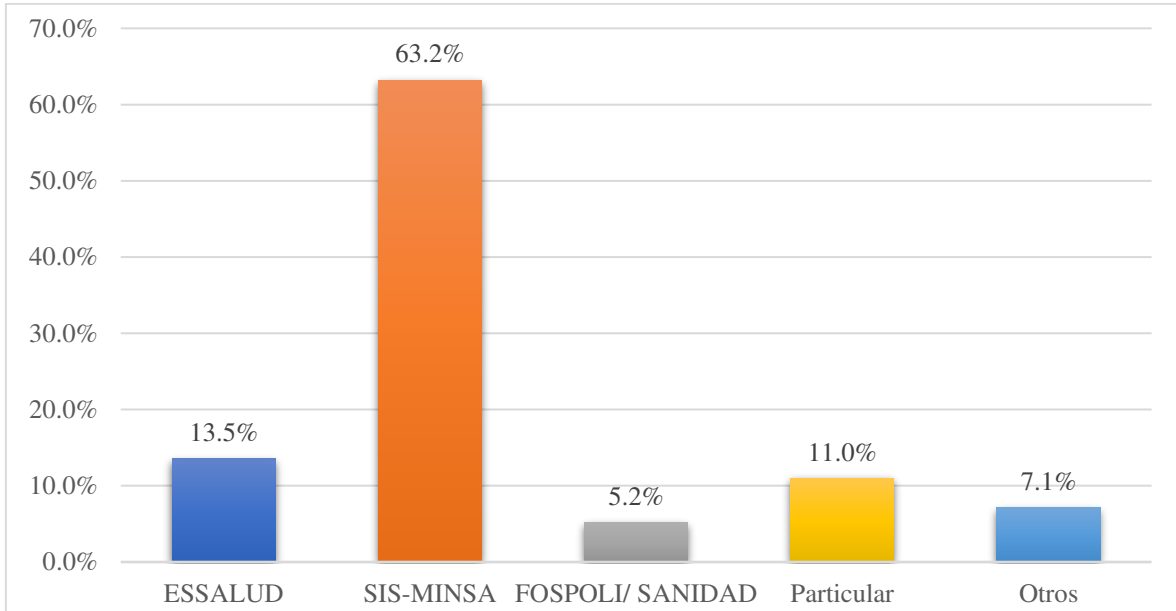
Ocupación en adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash



FUENTE: Cuestionario de Factores sociodemográficos, elaborado por Vílchez, M. Aplicada a los adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash, abril, 2024

Figura 10

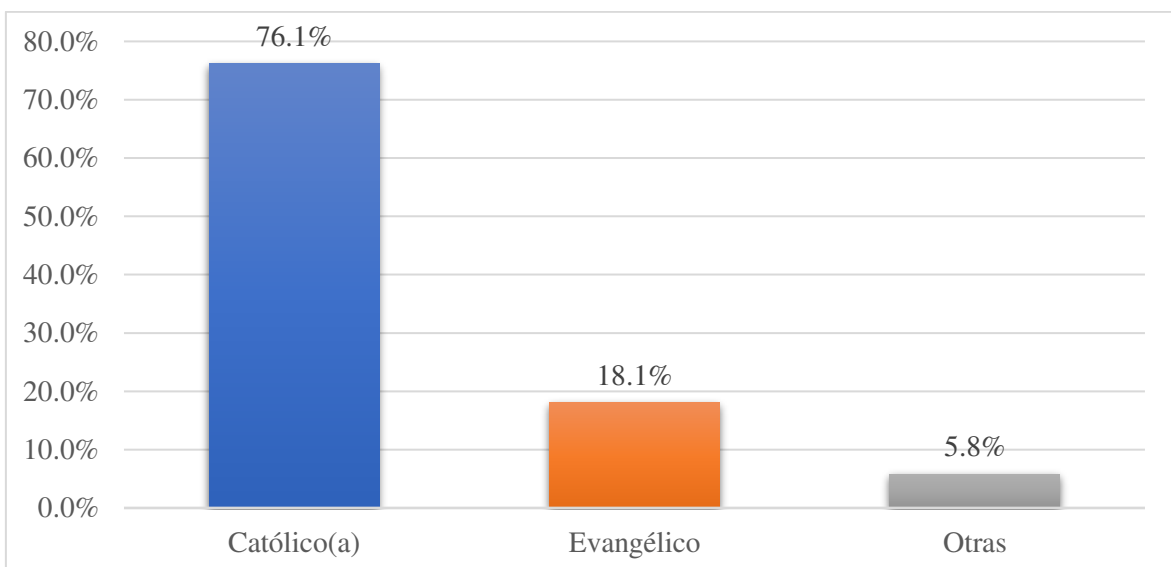
Tipo de seguro de salud en adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash



FUENTE: Cuestionario de Factores sociodemográficos, elaborado por Vilchez, M. Aplicada a los adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash, abril, 2024

Figura 11

Religión en adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash



FUENTE: Cuestionario de Factores sociodemográficos, elaborado por Vilchez, M. Aplicada a los adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash. Abril, 2024

V. DISCUSIÓN

Tabla 01: Reporta que el 60,6% de los adultos sujetos de la investigación tienen un estilo de vida no saludable y un 39,4% refirió tener un estilo de vida saludable. Estos resultados según lo recogido en la encuesta se deben a que los adultos tienen una inadecuada alimentación, por lo que consumen alimentos altos en grasa, no realizan actividad física por la falta de tiempo, y no son responsables con su salud debido a la automedicación y los malos hábitos nocivos.

Se han encontrado resultados similares al del presente estudio tales como Vera, G. (44) en su investigación reporta que el 65,83% de los adultos tienen un estilo de vida no saludable. Así también, Jacinto, G. (24) en su investigación tuvo como resultado que el 53,3% de los adultos tienen un estilo de vida no saludable.

Sin embargo, Carrion, T. (23) encontró resultados diferentes, obteniendo que el 90,7% de los adultos tienen un estilo de vida saludable. Así como Quezada, Y. (25) en su investigación encontró que el 76,9% de los adultos tienen un estilo de vida saludable.

Según Lalonde en Barrios, R. y Castañeda, W. (45) el estilo de vida es la forma como vive un individuo, las decisiones que toma para el cuidado de su salud, decisiones que controla en cierta medida, si la persona toma una mala decisión y tiene malos hábitos, estos lo llevan a tener un mayor riesgo que puede afectar su salud. Si como consecuencia la persona se enferma o muere, se podría argumentar que el estilo de vida que tenía o tiene ha causado dicho resultado.

En este sentido, el estilo de vida es considerado como un conjunto de pautas que influyen notablemente en el proceso salud-enfermedad, que a su vez son influenciados por las condiciones biológicas, psicológicas y sociales del individuo. Si se manejan adecuadamente, permiten a las personas alcanzar niveles satisfactorios de bienestar (46).

Asimismo, de acuerdo con los resultados encontrados en el estudio, la mayoría de los adultos tienen un estilo de vida no saludable que es la causa de numerosas enfermedades. Se da cuando las personas dejan de practicar algunos hábitos sanos y a la vez practican hábitos nuevos como el consumo de alcohol, tabaco, sustancias nocivas para la salud las cuales son perjudiciales para su organismo ya que aumenta la tasa de mortalidad (47).

En tal sentido son pocos los adultos que le dan la importancia correspondiente al mantenimiento de su salud, no consumen alimentos nutritivos, y como primera opción es la comida rápida, refieren que consumen sus alimentos a sus horas y consideran que el comer

en exceso es comer bien, muchos de ellos no tienen el ingreso económico suficiente para escoger algunos productos alimenticios por lo que se debe al desconocimiento de un estilo de vida saludable.

Además, García, et al. (48) menciona que el estilo de vida y la conducta de salud están relacionados con las dimensiones. Puesto que la alimentación es el acto de proporcionar al cuerpo alimentos e ingerirlos, la actividad física es el movimiento del cuerpo que trabaja al músculo siendo fundamental para prevenir enfermedades, y la responsabilidad en salud implica decidir, escoger acerca de alternativas saludables. Por tanto, en el estudio se evidencio que las dimensiones mencionas son las que están alteradas.

En cuanto a la calidad de la alimentación depende principalmente de factores económicos y culturales. La alimentación un conjunto de acciones que al ser utilizado por el organismo ayuda a obtener los nutrientes que requieren para la realización de los procesos vitales. De tal modo que el cuerpo necesita a diario vitaminas, carbohidratos, agua, grasas, proteínas y minerales (49).

Del mismo modo, una mala alimentación es el principal factor de riesgo de enfermedades el cual causa una serie de enfermedades no transmisibles las cuales son: enfermedades cardiovasculares (accidentes cerebrovasculares, infarto miocardio), diabetes, obesidad y provocar algún tipo de cáncer. Por ende, se debe realizar con energías sus actividades diarias para obtener un peso saludable y de esta manera evitar el desarrollo de enfermedades (50).

De manera que, según los resultados más de la mitad tienen una alimentación no saludable, tienden a consumir comida rápida, no comen a sus horas y consideran que comer en exceso es estar bien alimentados, los adultos recurren a los alimentos ultra procesados porque lo consideran que son más baratos y más ricos y ya están cocinados; sin embargo están cometiendo un gran error ya que este tipo de alimentos perjudican al organismo debido a su alto contenido en grasas, sales, azúcares, conservantes, colorantes y aditivos lo cual puede traer consigo enfermedades como la diabetes y las enfermedades cardiovasculares, son muy frecuentes en la etapa de la adultez.

Según la OMS (51) refiere a la actividad física como cualquier movimiento del cuerpo que se produce por la contracción de los músculos esqueléticos, en consecuencia, se produce gasto de energía. La actividad física son los movimientos que se realizan inclusive en el tiempo de descanso, como también al trasladarse a ciertos lugares. La actividad física sea moderada o intensa ayuda a mejorar la salud.

También menciona que tanto el sedentarismo como la falta de actividad física pueden originar problemas a la salud, dado que es un factor de riesgo para tener enfermedades cardiovasculares. El sedentarismo y la falta de ejercicio conlleva a tener mayor riesgo de diabetes, obesidad e hipertensión arterial (52).

Esto se corrobora con el estudio en que más de la mitad no realizan actividad y ejercicio, los adultos no ejercitan su cuerpo de manera diaria y lleven una vida sedentaria, sea en su hogar o trabajo, prefieren dormir por lo que salen tarde del trabajo y ya no tienen tiempo y asimismo desconocen de lo importante que es realizar ejercicios, por lo que es un factor de riesgo en las enfermedades no transmisibles.

La responsabilidad en salud es la forma en que la persona toma decisiones correctas sobre su bienestar físico y mental, en lugar de aquellas que causen daño o riesgo a su salud. Es la libertad que tiene cada individuo para cuidarse lo mejor posible, de acuerdo con su situación individual y sus capacidades, considerando que cada cosa o actividad que se realice o que se piense va a repercutir en la vida de la persona llevando a que más adelante contraigan enfermedades si no cuidan su salud (53).

Por lo que en el estudio se pudo evidenciar, que más de la mitad de los adultos desconocen y toman una actitud irresponsable en su salud, no toman acciones concretas para regular los factores que afectan a su propio desarrollo y funcionamiento en beneficio de su vida, salud o bienestar. Según refieren suelen automedicarse acudiendo a las farmacias o boticas que están cerca a sus viviendas, algunos no acuden a realizar sus chequeos médicos y solo asisten cuando se complica su enfermedad. Por otro lado, algunos adultos tienen hábitos nocivos, fuman, consumen bebidas alcohólicas, por lo que se sienten bien hacerlo, puesto que es un factor de riesgo en su salud causando que padezcan posibles enfermedades respiratorias, hepáticas o cáncer.

Por consiguiente, los adultos que participaron en el estudio no tienen un estilo de vida saludable, ya que tienen una alimentación inadecuada por lo que consumen alimentos altos en grasa, no realizan actividad física por la falta de tiempo a causa del trabajo y no son responsables con su salud debido a la automedicación y malos hábitos nocivos. De continuar con un estilo de vida no saludable puede provocar enfermedades no trasmisibles. En este sentido se recomienda que el personal de salud pueda tomar medidas necesarias para fomentar en los adultos estilos de vida saludables, mediante la identificación de grupos de riesgo, ejecución de sesiones educativas sobre el tema, enfatizando la importancia de una alimentación saludable, actividad física y responsabilidad en la salud. No obstante, para

aplicar un estilo de vida saludable en los adultos se tiene como posibles limitaciones, sus costumbres inadecuadas y su falta de conocimiento sobre el tema.

Tabla 02: Reporta que el 52,9% son adultos maduros, 55,5% de sexo femenino, 67,7% tienen grado de instrucción secundaria, predominando la secundaria completa (40,6%); 57,1% es de estado civil conviviente o casado con énfasis al conviviente (51,3%); 51,6% cuentan con ingreso económico de 500 a 1025 soles; 66,5% son trabajadores, predominando el trabajo eventual (42,6%); 63,2% tienen un tipo de seguro de salud SIS-MINSA; 76,1% profesan la religión católica. Por lo tanto, la comunidad del asentamiento humano José Olaya, son a predominio de mujeres; adultas maduras; con grado de instrucción secundaria completa e incompleta; de estado civil conviviente o casado; tienen un ingreso económico de 500 a 1025 soles; con un trabajo eventual y estable; cuentan con tipo de seguro de salud SIS-MINSA y profesan la religión católica.

Los resultados obtenidos son semejantes al estudio realizado por Flores, K. (20) se encontró que el 57,60% son adultos maduros, el 44,57% tienen secundaria completa e incompleta, 48,55% son trabajadores eventuales, 65,94% cuentan con sistema de seguro SIS. Asimismo, Jacinto, G. (24) identificó que el 60,7% son adultos maduros, 57,3% son de sexo femenino, 81,3% profesan la religión católica. De igual manera Sosa, Y. (22) indica que el 56% son de sexo femenino, 47% son adultos maduros, 45% con grado de instrucción secundaria completa. También Marcelo, E. (54) refiere que el 51,20% son adultos maduros, 52% son de sexo femenino, 46,40% trabajadores eventuales, 42,40% tienen un ingreso de 800 a 1100, 44,80% cuentan con tipo de seguro SIS.

Por otro lado, los resultados difieren con Merino, H. (55) quien encontró que el 54,5% son de sexo masculino, el 61,7% son adultos jóvenes, el 83,1% el grado de instrucción es superior, el 65,5% (101) son solteros, el 52,6% tienen otras ocupaciones. También Chinchay, C. (56) encontró que el 72,5% tiene grado de instrucción primaria, 67,5% profesan la religión evangélica, 75,8% con un ingreso económico mayor de 1100 nuevos soles. Asimismo, García, F. (57) identificó que el 39,77% son de ocupación ama de casa, 46,97% cuentan con ingreso económico menor de 500 soles. 70,08% profesan la religión evangélica.

Estos resultados pueden explicarse en lo referido por Pender, N. en Navarro, D. (26) señala que cada persona tiene características y experiencias individuales a las que denomino factores personales mencionando a los biológicos, psicológicos y socioculturales. Esto sustenta los factores sociodemográficos, que se abordaron en el presente estudio con relación a lo biológico en la edad y sexo, en lo psicológico lo describe con el sistema sanitario y los

socioculturales que abordan a la religión, ocupación, ingreso económico y grado de instrucción. Además de estos factores la persona tiene sus cogniciones y sus persecuciones que son los que van a determinar su conducta.

También, se corrobora por Lalonde, M. en Maitta K, y Et al. (28) refiere que el modelo de determinantes de la salud identifica cuatro determinantes las cuales son: Biología humana, medio ambiente o entorno, estilo de vida y sistema sanitario, lo cual se sustenta con los factores sociodemográficos en relación a la biología humana con la edad y sexo, en el entorno con en el grado de instrucción, ocupación e ingreso económico, estilo de vida y sistema sanitario, los cuales se investigaron en el presente estudio.

En relación a la edad se define como el tiempo en que transcurre desde el nacimiento hasta la actualidad, en la etapa en la adultez es cuando se pueden evidenciar el inicio de las transiciones más importantes en la vida del ser humano. La característica principal en la etapa adulta es que se inicia la vida laboral y con ello la adquisición del propio dinero y la economía independiente, pero también el deterioro de algunas funciones orgánicas (58).

El resultado se corrobora con la investigación en que un poco más de la mitad son adultos maduros cuyas edades fluctúan entre los 36 a 59 años, en esta etapa el adulto ha dejado de ser joven y ha iniciado a ser maduro, pero todavía no ha llegado al envejecimiento, logrando conseguir un estado desarrollo apropiado para su empleo, utilización o funcionamiento (59).

En esta etapa transicional surgen las responsabilidades más importantes como es el sostener una familia lo que trae consigo el aumento de responsabilidades. Desde el panorama biológico, el periodo de vida está limitada entre la madurez y el inicio del envejecimiento.

Por otra parte, el sexo se conceptualiza como las características fisiológicas y biológicas que define al hombre y mujer. También se puede tener en cuenta al sexo como la condición orgánica; siendo femenino o masculino, de plantas o animales. Mientras que el género hace referencia al rol de actividades, conductas y atributos que una cultura ya determinada va a considerar apropiada para el hombre y mujer (36).

En el Instituto Nacional De Estadística e Informática (INEI) (60) con relación al sexo, en el Perú en año 2021, se evidencia un mayor porcentaje de la población femenina que representa el 50,4% de la población a nivel nacional e incluso en el extranjero.

Este dato se relaciona con los datos encontrados, que un poco más de la mitad son de sexo femenino, donde las mujeres tienen mayor representación. Esto indica que la mujer puede cumplir varios roles como madre, esposa, ama de casa y empleada, estudiante, todos

estos roles son considerados como funciones, en donde la mujer suele entregarse con generosidad, aunque a veces no es completamente vista por lo que hace y mucho menos reconocida (61).

Como resultado, muchas veces es el varón el que sale de casa a trabajar y por lo tanto la mujer es la que se encuentra habitualmente en las viviendas y se encarga del cuidado de los hijos y de los quehaceres domésticos. Esto indica que es sobre las mujeres o madres que recae exclusivamente el acompañar a los niños al médico, asistir a las reuniones del colegio y organizar la casa. Otro motivo es que muchas veces debido a las diferencias salariales ya que las mujeres ganan menos que los hombres son ellos los que tienen que salir de casa para sustentar las necesidades de su familia. Se debe considerar que a pesar de que la mujer tenga un trabajo sin remuneración muchas veces duplica el trabajo del varón.

Por otro lado, Cruzado, J. (62) menciona que el grado de instrucción, en el Perú el propósito de la educación es formar individuos capaces de realizarse intelectual, cultural, física, afectiva y espiritualmente fortaleciendo y consolidando su identidad y sobre todo su autoestima. La educación da como resultado hombres y mujeres con un mínimo de habilidades que les asegure un puesto laboral que les permita abastecer sus necesidades básicas.

En el Perú en el año 2022, el 30,9% de los habitantes lograron terminar los estudios secundarios satisfactoriamente comparado al año anterior con un porcentaje de 36,6% (63).

Esto se corrobora con los datos encontrados, que más de la mitad tienen grado de instrucción secundaria completa e incompleta. En esta etapa la educación secundaria completa e incompleta constituye el nivel de educación básica regular, en donde los estudiantes tienen una formación científica, tecnológica y humanística o interrumpen su formación académica por diversas razones, la educación es fundamental para poder afianzar su identidad social y personal. En tal sentido, se caracteriza en el desarrollo de competencia como en el trabajo, vida, convivencia democrática y así permite también el acceso a niveles superiores de estudios (64).

Es muy importante recalcar que la educación durante la etapa de la adultez juega un papel primordial ya que es en esta etapa donde se logra consolidar la persona tanto personal como el emocional y socialmente. Así mismo si se tiene un mayor grado de instrucción les va a permitir tener mayores conocimientos para la protección a su salud y tomar las medidas necesarias para prevenir ciertas enfermedades.

Se evidencia que por motivos económicos y porque algunos formaron su familia de manera precoz, solo lograron terminar su secundaria completa sin poder continuar con sus estudios técnicos o superiores por lo tanto prefieren trabajar para mantener a su familia. Por otro lado, algunos adultos no pudieron culminar su secundaria, siendo esto un indicador negativo debido a que muchos no tienen un trabajo seguro y tienen dificultad para encontrar empleo, estos factores ocasionan que la familia de estos adultos tenga pocos ingresos económicos lo cual no les permite de alguna manera satisfacer todas las necesidades que tienen su familia ya que algunas viviendas están construidas con materiales rústicos y solamente tienen lo necesario para vivir.

En cuanto al estado civil, establece la persona en la sociedad, la cual va a depender de igual manera de su relación con su familia, pareja o convivencia, asociándose a la figura legal que establece un conjunto de obligaciones y derechos que están determinados por la ley (38).

Como vemos en el presente estudio más de la mitad de los adultos son convivientes o casados. Siendo la convivencia la unión de una pareja que viven juntos pero que no ha llegado a contraer matrimonio y es denominada cuando tanto el varón como la mujer se unen libres de impedimento matrimonial con el objetivo de alcanzar y cumplir deberes similares al del matrimonio (65).

Ser casado, es la unión de dos personas ante la ley que se realiza de manera voluntaria, tiene como objetivo hacer una vida juntos y tener una familia. Los cónyuges tienen las mismas obligaciones, derechos y responsabilidades en casa. De igual manera si tienen hijos, ambos tienen las mismas obligaciones y derechos. Para en esta situación ofrecer cuidado, educación, protección y sostenimiento a la familia con la que contrajo matrimonio (66).

Por este motivo, muchas veces las parejas no quieren formalizar su matrimonio, como se sabe es el matrimonio civil el único que rige y tiene el vigor en el derecho y que se celebra conforme a las disposiciones del código civil, sin embargo, las parejas solo se unen de manera voluntaria pero no legal y no formalizan su relación para llevar una vida común. Los adultos refieren que para ellos no es importante el matrimonio civil ya que lo importante es poder tener una buena comunicación con su pareja y que además si en caso la relación no funciona sería más sencillo separarse sin tener que pagar por un divorcio el cual le generaría pérdida de dinero, lamentablemente vivimos en una sociedad con pensamiento liberal, libre de compromisos formales. Por otra parte, existen algunos adultos casados que siguieron la costumbre de sus padres y decidieron contraer matrimonio para que de esta manera les

ofrezcan a sus hijos una familia sagrada, forjándoles buenos valores para su futuro. El rol que cumplen los padres es fundamental en la educación de los hijos.

Con respecto al ingreso económico, es el salario que tiene la persona y lo que puede generar en un cierto tiempo para poder adquirir servicios y bienes que se necesita en el desarrollo personal, social y subsistencia. Por lo tanto, se puede definir que el salario es un punto esencial al momento de determinar el bienestar en la población actual (39).

Asimismo, el ingreso económico, entró en decadencia mostrando una abrupta caída producto de la pandemia del COVID-19. Es por ello que se ha evidenciado una menor producción de la mayoría de los sectores entre ellos el comercio y la construcción transporte entre otros; situación que se potenció por el choque de la demanda en el corto plazo en especial en los hogares los cuales se han visto afectados en sus ingresos económicos (67).

Se corrobora con los resultados de la investigación que un poco más de la mitad tienen un ingreso menor de 500 a 1025 nuevos soles. Puesto que es un sueldo específico que un empleador paga a sus trabajadores por realizar su jornada laboral. Con la finalidad de garantizar un nivel de vida básico en el cual y una indemnización justa (68).

Acerca de lo mencionado el ingreso monetario no cubre con los requerimientos económicos que tiene cada familia, y muchas veces esto no es insuficiente para poder satisfacer incluso hasta las necesidades básicas, más aún cuando alguno de los miembros se enferma porque esto genera un gasto adicional que muchas veces no pueden cubrir y es por ello que se automedican, porque no tienen el dinero para poder llevar a sus niños al médico. Esto adicionado a que gran parte de los adultos tiene trabajo eventual, son datos que causan inestabilidad en cada uno de sus hogares y que trae gran preocupación para el padre de familia que es el que mantiene el hogar. Muchas veces estos factores negativos hacen que las familias tengan otras prioridades y dejen de lado el aspecto sanitario lo cual repercute muchas veces en su calidad de vida.

Por otra parte, la ocupación es el conjunto de tareas, funciones y responsabilidades que tiene un individuo en un trabajo determinado y para el cual emplea un determinado tiempo para obtener algún servicio bien o una remuneración que le ayude a satisfacer sus necesidades económicas (40).

Según los resultados del presente estudio, más de la mitad son trabajadores eventuales y estables. El trabajo eventual es aquél que no se encuentra sujeto a la actividad constante que realiza en una empresa: pública, privada, etc, debido a que oficialmente no está contratado (69).

El Trabajo estable, significa un empleo a largo plazo, consiste en la garantía que tiene todo trabajador al mantenerse en el empleo y recibir los beneficios prestacionales y salariales, puesto que es un trabajo que no se termina de un momento a otro, sin motivos, salvo que el dueño justifique una causa relevante del despido (70).

En este sentido los adultos tienen trabajo eventual, por lo que desempeñan actividades mayormente manuales donde se requiere un mayor esfuerzo físico y son empleados en empresas públicas y privadas, entre ellas tenemos la albañilería, la carpintería, el empaque de conservas en empresas pesqueras, entre otras actividades, cuyo sueldo mayormente se da de manera semanal, quincenal o mensual. Las tareas que realizan están en relación a los procesos productivos y en su mayoría son eventuales, lo cual causa preocupación en ellos ya que en cualquier momento pueden ser despedidos dado que no hay seguridad laboral para ellos y por ende no hay una seguridad económica para sus familias. Sin embargo, hay algunos adultos con trabajo estable debido a que ahorraron y lograron poner un negocio propio el cual le genera un ingreso cada mes, otros terminaron sus estudios para poder tener un trabajo fijo en alguna empresa y contar con los beneficios.

En cuanto al seguro de salud es un contrato que se realiza con la compañía y el asegurado, en la cual incluye una variedad de servicios y atención médica. Asimismo, el seguro no cubre todo el costo sino una parte por lo que de esta manera están protegidos si en caso llegaran a presentar alguna enfermedad o dolencia (71).

Por lo que más de la mitad de los adultos cuentan con seguro SIS-MINSA. El seguro integral de salud está dirigido para todos los peruanos e incluso aquellos extranjeros que residen en el Perú y que no cuentan con otro seguro, el propósito es cubrir el costo de medicamentos algunas operaciones procedimientos insumos e incluso traslados por emergencia lo cual incluye más de 1400 enfermedades entre ellos algunos tipos de cáncer (72).

Ante lo expuesto, los adultos refieren que como su trabajo no es estable optaron por el seguro SIS-MINSA debido a que por ser gratuito les permite cubrir la mayor parte del gasto y lo que se requiera en cuanto a su hospitalización, medicamentos, brindando de igual manera a que las personas mejoren en su salud.

Además, la religión es un conjunto de dogmas, creencias referido al sentimiento de veneración, divinidad y miedo a ellas, de normas morales para el comportamiento social, individual y de prácticas ceremoniales, es principal el rezo y el sacrificio a fin de dar culto (73).

En el estudio la mayoría de los adultos son católicos. La religión católica es un conjunto de creencias, costumbres y transmite creencias de la divinidad y existencia de un Dios, compartidas entre personas que profesan la misma religión (74).

Esto se debe a que su familia tenía esta misma religión, sin embargo, no asisten a misa, pero creen en Dios y en los Santos. A pesar de que la comunidad cuenta con una iglesia y está cerca sus viviendas son pocos los que se congregan los días domingos, según refieren algunos la religión católica es más fácil de sobrellevar ya que no te prohíben tomar bebidas alcohólicas, ni fumar, además pueden participar de fiestas hasta altas horas de la noche y eso no les impide continuar asistiendo a la iglesia. Por este motivo no les gusta la religión evangélica porque tienen muchas doctrinas y restringen algunas actividades que para ellos son importantes para su tiempo de ocio, lo cual genera algunas conductas de riesgo para su salud.

Por consiguiente, se encontró que en el estudio predominan más las mujeres, adultas maduras, con grado de instrucción secundaria completa e incompleta por lo que indican que, por motivos de dinero, y porque formaron su familia a temprana edad no pudieron continuar con sus estudios, esto conlleva a que tengan el tipo de ocupación trabajador eventual, y algunos con trabajo estable, esto se debe que en cuanto al ingreso económico no les alcance como debería de ser para que puedan tener una mejor calidad de vida y no les afecte. Sin embargo, se tiene como limitaciones a la falta de involucramiento de las autoridades y la poca participación comunitaria.

VI. CONCLUSIÓN

- Más de la mitad de los adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash tienen un estilo de vida no saludable, debido a que consumen alimentos altos en grasa, no realizan actividad y ejercicio por la falta de tiempo, y no son responsables con su salud en cuanto a la automedicación y los malos hábitos nocivos.
- En relación a los factores sociodemográficos un poco más de la mitad son adultos maduros; de sexo femenino y con ingreso económico de 500 a 1025 soles; más de la mitad tienen grado de instrucción secundaria, predominando la secundaria completa; de estado civil conviviente o casado, con énfasis al conviviente; son trabajadores, predominando el trabajo eventual y cuentan con un tipo de seguro de salud SIS-MINSA; la mayoría profesan la religión católica.

VII. RECOMENDACIONES

Se recomienda a los dirigentes de la comunidad en conjunto con el personal de salud del establecimiento a que implementen y puedan gestionar con otros sectores como el de cultura, educación, entre otros para tratar de lograr que la mayor cantidad de población tengan estilos de vida saludables que ayuden a promover con las acciones preventivas para evitar enfermedades no transmisibles en los adultos.

A los adultos de la investigación se le recomienda incorporar en su día a día una alimentación adecuada, realizar actividad física y adoptar una buena responsabilidad en su salud, teniendo acceso a programas de promoción en el centro de salud al que pertenecen.

Se recomienda a la municipalidad de dicha comunidad en coordinación con el ministerio de trabajo y promoción del empleo a fomentar la producción de trabajo y de esta manera puedan mejorar con su ingreso económico.

Se recomienda a los estudiantes de la universidad Uladech Católica, que sigan realizando estudios que incluya la variable estilo de vida y factores sociodemográficos, a fin de entender y darse cuenta de cuál es la problemática que atraviesa dicha comunidad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Reyes M y Meza M. Cambios en los estilos de vida durante el confinamiento por COVID-19. 2021. CIENCIA ergo-sum, Revista Científica Multidisciplinaria de Prospectiva, vol. 28, núm. 4, Esp., [citado el 09 de marzo del 2024]. Disponible en: <https://cienciaergosum.uaemex.mx/article/view/16875/12730> .
2. Organización panamericana de la salud (OPS). Informe anual del director de la oficina sanitaria panamericana. Seguir trabajando para superar la pandemia de covid-19. Washington, D.C.: 2021. [citado el 09 de marzo del 2024]. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/54953>
3. Organización mundial de la salud [OMS]. Enfermedades no transmisibles. [citado el 09 de marzo de 2024] Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/noncommunicable-diseases>
4. Organización Panamericana de Salud (OPS). Día Mundial de la Salud 2021 - Construir un mundo más justo y saludable. [citado el 09 de marzo del 2024]. Disponible: <https://www.paho.org/es/campanas/dia-mundial-salud-2021-construir-mundo-mas-justo-saludable>
5. El Periódico de Aragón. El sedentarismo afecta al 19,4 % de la población adulta española. 2021. [citado el 15 de marzo del 2024]. Disponible en: <https://www.elperiodicodearagon.com/salud/2021/09/28/sedentarismo-afecta-19-4-poblacion-57779136.html>
6. Flores L, Cervantes N, Quintana E, y Enríquez L. Actividad física y estilo de vida sedentario en adultos, cambios durante el confinamiento por la pandemia de Covid-19. 2021. [citado el 09 de marzo del 2024]. Disponible en: <https://doi.org/10.21149/13199>
7. Organización Panamericana de la salud (OPS). OPS Y MINSA hacen llamado a la juventud promoviendo un estilo de vida activo. [Internet]. 2021. [citado el 07 de abril del 2024] disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/7-7-2021-ops-minsa-hacen-llamado-juventud-promoviendo-estilo-vida-activo>
8. Organización panamericana de la salud [OPS]. Determinantes sociales y ambientales de la Salud. Perfil de país-Perú. 2023. [citado el 09 de marzo del 2024). Disponible en: <https://hia.paho.org/es/paises-2022/perfil-peru>
9. Instituto Nacional de Estadística e Informática. (INI). Condiciones de vida en el Perú. 2023 [citado el 09 de marzo del 2024). Disponible en:

https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/informe_condiciones_de_vida.pdf

10. Ministerio de salud. Minsa: 15 millones de personas tienen sobrepeso y obesidad. 2022 [citado el 15 de marzo 2024] Disponible en:
<https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/634511-minsa-15-millones-de-personas-tienen-sobrepeso-y-obesidad>
11. Ministerio de salud. Política multisectorial de salud al 2030. 2020 [citado el 15 de marzo del 2024] Disponible en:
<https://www.gob.pe/institucion/minsa/informes-publicaciones/1127209-politica-nacional-multisectorial-de-salud-al-2030>
12. Ministerio de desarrollo e inclusión social. Reporte regional de indicadores sociales del departamento de Ancash. 2022 [citado el 09 de marzo del 2024]. Disponible en:
<http://sdv.midis.gob.pe/redinforma/Upload/regional/ANCASH.pdf>
13. Agencia Peruana de noticias ANDINA. Día Mundial de Lucha contra el Cáncer. 2021 [citado el 10 de marzo del 2024]. Disponible en: <https://andina.pe/agencia/noticia-dia-mundial-lucha-contra-cancer-ancash-detecto-400-nuevos-casos-2021-879763.aspx>
14. Seguro Social de Salud (ESSALUD). Es Salud detectó más de 14 mil nuevos casos de diabetes en primer semestre del año. 2022. [citado el 10 de marzo del 2024] Disponible en:
<http://noticias.essalud.gob.pe/?inno-noticia=essalud-detecto-mas-de-14-mil-nuevos-casos-de-diabetes-en-primer-semester-del-ano>
15. Gobierno Regional de Ancash. DIRESA Ancash Promueve Estilos de Vida Saludable en el Marco a la Semana de Oro. 2022 [citado el 15 de marzo] Disponible en:
<https://diresancash.gob.pe/diresa-ancash-promueve-estilos-de-vida-saludable-en-marco-a-la-semana-de-oro/>
16. Ministerio de salud (MINSA). Hospital de Apoyo Casma en Casma. 2021. [citado el 15 de marzo del 2024]. Disponible en:
<https://www.establecimientosdesalud.info/ancash/hospital-de-apoyo-casma-casma/>
17. Cigarroa I. Et al. Factores socio demográficos y de estilos de vida asociados a un bajo nivel de actividad física durante el confinamiento producto del COVID-19 en adultos latinoamericanos. Rev. méd. Chile [Internet]. 2022 [citado 10 Mar 2024]; 150(5): 634-642. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872022000500634&lng=es.

18. Mercadante Y. Et al. Alimentación, estilo de vida y distanciamiento social: un estudio en el sureste brasileño durante la pandemia de COVID-19. 2022 [citado 10 Mar 2024] Disponible en: https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1659-02012022000200165&lang=es
19. Giraldo N, Malnutrición asociada a factores sociodemográficos en adultos mayores de Medellín-Colombia. 2023 [citado 10 marzo 2024] Disponible en: https://revistas.urosario.edu.co/index.php/revsalud/article/view/malnutricion_factores_sociodemograficos
20. Flores K. Estilos de vida y factores sociodemográficos en los adultos del caserío Santa Rosa-Tambogrande-Piura, 2023. [citado el 10 marzo 2024] Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/35403>
21. Aniceto Z. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Caraz - Ancash, 2020. [citado el 10 de marzo 2024] Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/19047>
22. Sosa, Y. Determinantes biosocioeconómicos relacionados al estilo de vida de la persona adulta del caserío San Jacinto –Catacaos-Piura, 2021. [citado el 10 de marzo 2024] Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/23402>
23. Carrion T. Factores sociodemográficos y estilos de vida en el adulto del asentamiento humano Villa Universitaria_Nuevo Chimbote. 2023 [citado 11 marzo 2024] Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/35664>
24. Jacinto G. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida del adulto en el asentamiento humano Houston_Nuevo Chimbote, 2021. [citado 11 Mar 2024] Disponible en: https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/ULAD_f659c9ccb2a11138a60929acbb3fc926
25. Quezada Y. Factores sociodemográficos y estilo de vida en adultos del asentamiento humano Balcón - Chimbote, 2023. [citado 11 Mar 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/36092>
26. Navarro D, Et al. Análisis y Evaluación del Modelo de Promoción de la Salud. Revista internacional de historia y pensamiento enfermero. 2023. [citado 11 marzo 2024] . Disponible en: <https://ciberindex.com/c/t/e14224>
27. Aristizábal G., Et al. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. Rev. Enfermería Universitaria, octubre-diciembre 2011.

- [citado 12 mar 2024]. vol. 8, núm. 4, pp. 16-23 Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3587/358741840003.pdf>
28. Maitta K. Et al. La red pública integral y los factores determinantes de la salud. [internet] 2024. [citado 17 de marzo del 2024] disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9257822>
29. De La Guardia M, Ruvalcaba J. La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria. [Internet]. 2020. Ene [citado el 17 de marzo del 2024]. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2529-850X2020000100081&lng=es.
30. Pérez M. Et al. Promoción de estilos de vida saludables entre estudiantes universitarios. Rev. Fac. Med. Hum. [Internet]. 2022. Abr [citado 21 de Marzo del 2024] ; 22(2) : 434-435. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2308-05312022000200434&lng=es.
31. Plataforma del Estado Peruano. Definición de indicadores sociodemográficos. [Internet]. 2007 [Citado el 15 de mayo del 2024] Disponible en: https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1753/definiciones.pdf
32. IPSOS. Perfil del adulto en el Perú urbano 2020. [citado el 16 de marzo 2024]. Disponible en: <https://www.ipsos.com/es-pe/perfil-del-adulto-en-el-peru-urbano-2020>
33. Sampieri H. Metodología de la investigación. 6ta edición. México. [internet]. 2014 [Citado el 03 de abril 2024] disponible en: <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>
34. Pelayo A. Et al. Estilos de vida saludables en trabajadores: Análisis bibliométrico (2011-2020). 2021. [citado 13 mar 2024]. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-78902020000800027
35. Real academia española. Edad. Diccionario de la lengua española [Internet]. 2023 [citado 14 marzo 2024]. Disponible en: <https://dle.rae.es/edad?m=form>
36. Real academia española. Sexo. Diccionario de la lengua española. [Internet]. 2023 [citado el 14 de marzo 2024] Disponible en: <https://dle.rae.es/sexo?m=form>

37. Real academia española. Instrucción. Diccionario de la lengua española. [Internet]. 2023 [citado el 12 de marzo 2024] Disponible en: <https://dle.rae.es/instrucci%C3%B3n?m=form>
38. Real academia española. Estado civil. Diccionario panhispánico del español jurídico. [Internet] 2023 [citado el 12 de marzo 2024] Disponible en: <https://dpej.rae.es/lema/estado-civil>
39. Varona L. Gonzales J. Crecimiento económico y distribución del ingreso en Perú. Problemas del desarrollo, [Internet]. 2021. [citado el 16 de marzo de 2024] Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0301-70362021000200079
40. Real academia española. Ocupación. Diccionario de la lengua española, [internet] 2023 [citado el 12 de marzo del 2024] Disponible en: <https://dle.rae.es/ocupar>
41. Real academia española. Seguro. Diccionario de la lengua española. [internet] 2023 [citado el 16 de marzo del 2024] Disponible en: <https://dle.rae.es/seguro?m=form>
42. Real academia española. Religión. Diccionario de la lengua española. [internet] 2023 [citado el 12 de marzo del 2022]. Disponible en: <https://dle.rae.es/religi%C3%B3n>
43. Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. Reglamento de integridad científica en la investigación. [Internet]. [citado el 13 marzo 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>
44. Vera G. Estilos de vida y factores biosocioculturales en adultos mayores de la urbanización Cáceres Aramayo, Nuevo Chimbote, 2020. [citado el 11 mayo 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/19156?show=full>
45. Barrios R, Castañeda W. Determinantes sociales de la salud. Universidad san Carlos de Guatemala. [Internet]. 2020. [citado el 12 mayo del 2024]. Disponible en: <http://medicina.cunoc.edu.gt/articulos/0d3e2204b16b811464f7624a1d56c54b3d488693.pdf>
46. Guerrero L. León A. Estilo de vida y salud. Educare [Internet]. 2010. [citado el 12 mayo del 2024] Disponible en: de:

- <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35616720002>
47. Sarabia M, et al. Estilos saludables de vida y su relevancia en la salud del individuo. Rev Hum Med [Internet]. 2005 Ago [citado el 12 mayo del 2024] Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202005000200006&lng=es.
 48. García J, Et al. Dimensiones de los estilos de vida saludable durante el confinamiento por covid-19 en población mexicana. 2022 [citado el 20 de abril 2024]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9047276>
 49. Ministerio de salud. Estrategias de protección de alimentación saludable. [Internet]. Abril 2021 [citado el 20 de abril del 2024]. Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/SSNAB/es/trategia-promocion-alimentacion-saludable.pdf>
 50. Quirantes A, et al. "Estilo de vida, desarrollo científico-técnico y obesidad." [Internet]. Revista Cubana de Salud Pública 35; 2009. [citado 20 abril 2024]. Disponible en: <https://www.scielosp.org/pdf/rcsp/2009.v35n3/o14/es>
 51. Organización Mundial de la Salud (OMS). Actividad física. 2022. [citado el 20 de abril 2024] Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
 52. Organización Mundial de la Salud (OMS). Directrices sobre la actividad física y hábitos sedentarios: de un vistazo. 2020 [citado el 21 de abril 2024] Disponible en: <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240014886>
 53. Ausín T, Triviño R. Responsabilidad por los cuidados. Rv. UAM [Internet]. Diciembre 2023 [citado 21 de abril del 2024]. Disponible en: <https://doi.org/10.15366/bp2022.30.008>
 54. Marcelo E. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento en la salud: estilos de vida en el adulto de la urbanización Nicolas Garatea_Nuevo Chimbote, 2021. [citado 21 de abril del 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/34570>
 55. Merino H. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del asentamiento humano Señor de los Milagros “Avenida Salaverry”- Chimbote, 2021. [citado el 21 de abril del 2024] disponible en:

- https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/34631/COMPORTA_MIENTO_SALUD_MERINO_RUIZ_HILARY.pdf?sequence=2&isAllowed=y
56. Chinchay C. Estilo de vida y factores biosocioculturales en adultos del Centro Poblado De Trigopampa _Yungar_ Carhuaz, 2022. [citado el 21 de abril del 2024] disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/29949>
57. Garcia F. Estilos de vida y factores sociodemográficos en los adultos del caserío El Salto-Tambogrande-Piura, 2023 [citado el 21 de abril del 2024] disponible en: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/35257>
58. Izquierdo A, Psicología del desarrollo de la edad adulta: teorías y contextos. [internet] 2007 [citado 24 abril 2024]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832315005.pdf>
59. Real academia española. Maduro. [internet] 2023 [citado 24 abril 2024]. Disponible en: <https://dle.rae.es/maduro>
60. Instituto Nacional de estadística e informática (INEI). Población peruana alcanzó los 33 millones de habitantes en el año del bicentenario. 2021. [citado el 10 de mayo del 2024] disponible en: <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/poblacion-peruana-alcanzo-los-33-millones-de-habitantes-en-el-ano-del-bicentenario-12969/>
61. Aguilar Montes de Oca Y, et al. Los roles de género de los hombres y las mujeres en el México contemporáneo. 2013 [citado el 10 de mayo del 2024] disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29228336001>
62. Cruzado J. La evaluación formativa en la educación. 2022 [citado el 22 de abril del 2024] disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2219-71682022000200149
63. Perú 21. ¿Cuántos peruanos logran cursar la educación secundaria en el Perú? Perú. 2024. [citado el 25 de abril del 2024] disponible en: <https://peru21.pe/peru/cuantos-peruanos-logran-cursar-la-educacion-secundaria-en-el-peru-educacion-secundaria-estudios-inei-enaho-desercion-genero-noticia/>
64. Gobierno del Perú. Cursos impartidos en la educación secundaria. 2024. [citado el 22 de abril del 2024] Disponible en: <https://www.gob.pe/23330-cursos-impartidos-en-la-educacion-secundaria>
65. La República. ¿Cómo hacer para que los bienes de mi pareja sean míos luego de 2 años de convivencia? [internet] 2023 [citado el 25 de abril del 2024] Disponible en:

- <https://larepublica.pe/datos-lr/respuestas/2023/04/04/los-bienes-de-mi-pareja-me-pertenecen-si-somos-convivientes-y-no-estamos-casados-union-de-hecho-evat-378332>
66. Sherit R. ¿Qué es el matrimonio? 2020. [citado el 18 de mayo del 2024] Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8229264>
67. Gobierno del Perú. Nivel de ingresos y gastos en el Perú y el impacto de la COVID-19. 2021. [citado el 13 de mayo del 2024]. Disponible en <https://www.gob.pe/institucion/ceplan/informes-publicaciones/2251853-nivel-de-ingresos-y-gastos-en-el-peru-y-el-impacto-de-la-covid-19>
68. Real academia española. Ingreso mínimo mensual. [internet] 2023 [citado el 13 de mayo del 2024]. Disponible en <https://dpej.rae.es/lema/ingreso-m%C3%ADnimo-mensual>
69. Real academia española. Eventual. [internet] 2023 [citado el 13 de mayo del 2024]. Disponible en <https://dle.rae.es/eventual?m=form>
70. Gobierno del Perú. La estabilidad laboral en el Perú. [Internet]. Lima: 2001. [citado 18 mayo 2024]. Disponible en: https://www.pj.gob.pe/wps/wcm/connect/74b0aa00418d8511a0f9aced8eb732cb/CSJA_P_D_ARTICULO_DOCTOR_JELIO_PAREDES_15052012.pdf?MOD=AJPERES&CACHEID=74b0aa00418d8511a0f9aced8eb732cb#:~:text=La%20estabilidad%20laboral%2C%20significa%20en,momento%20a%20otro%20sin%20motivo.
71. Plataforma digital única del Estado Peruano. Seguros de salud del Perú. 2024. [citado el 14 de mayo del 2024] Disponible en: <https://www.gob.pe/281-seguros-de-salud-del-peru>
72. Gobierno del Perú. Planes del Seguro Integral de Salud (SIS). 2024 [citado el 26 de abril del 2022]. Disponible en <https://www.gob.pe/130-planes-del-seguro-integral-de-salud-sis>
73. Sarrazin, J. Definiciones del concepto de «religión» en el marco de las relaciones de poder modernas. [internet] 2021. [citado el 15 de mayo del 2024]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8016419>
74. Real academia española. Católica. Diccionario de la lengua española, [internet]. 2023. [citado el 15 de mayo del 2024] Disponible en: <https://dle.rae.es/cat%C3%B3lico>

ANEXOS

Anexos 01. Matriz de Consistencia

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>Problema general: ¿Cuál es el estilo de vida y los factores sociodemográficos en los adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash, 2024?</p>	<p>Determinar el estilo de vida y los factores sociodemográficos de los adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar el estilo de vida de los adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash. • Identificar los factores sociodemográficos: edad, sexo, grado de instrucción, estado civil, ingreso económico, ocupación, tipo de seguro 	<p>Variable 1</p> <p>Estilo de vida</p> <p>Definición conceptual: Es un conjunto de comportamientos y actitudes que la persona adopta como también puede tener hábitos y conductas que permiten un estado de bienestar en la persona (34).</p> <p>Operacionalización:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estilo de vida saludable • Estilo de vida no saludable <p>Variable 2</p> <p>Factores sociodemográficos</p> <p>Definición conceptual: Son todas las características asignadas a la edad, sexo,</p>	<p>Tipo de Investigación: Cuantitativo</p> <p>Nivel de Investigación: Descriptivo</p> <p>Diseño de investigación: De una sola casilla</p> <p>Población y muestra:</p> <p>Población: La población estuvo constituida por 258 adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash.</p> <p>Muestra: El tamaño de la muestra fue de 155 adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash</p>

	<p>de salud, religión de los adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash.</p>	<p>educación, ingresos o nivel económico, estado civil, trabajo, religión, que están presentes en la población sujeta a estudio, tomando solo las que pueden ser medibles (31).</p> <p>Operacionalización:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Edad • Sexo • Grado de instrucción • Estado civil • Ingreso económico • Ocupación • Tipo de seguro de salud • Religión 	<p>Técnica e instrumentos de recolección de datos.</p> <p>Técnicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Encuesta • Observación <p>Instrumentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Escala de estilo de vida • Cuestionario de factores sociodemográficos
--	---	---	--

Anexo 02. Instrumento de recolección de información

Instrumento 01



FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
ESCALA DE ESTILO DE VIDA



Elaborado por Walker, Sechrist y Pender

Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado, R (2008)

Nº	ITEMS	CRITERIOS			
ALIMENTACIÓN					
1	Come Ud. Tres veces al día: desayuno, almuerzo y comida.	N	V	F	S
2	Todos los días, Ud. consume alimentos balanceados que incluyan tanto vegetales, frutas, carne, legumbres, cereales y granos.	N	V	F	S
3	Consume de 4 a 8 vasos de agua al día.	N	V	F	S
4	Incluye entre comidas el consumo de frutas.	N	V	F	S
5	Escoge comidas que no contengan ingredientes artificiales o químicos para conservar la comida.	N	V	F	S
6	Lea 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 siestas, 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 actitudes 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	Consumo 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

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

N = 4 V = 3 F = 2 S = 1

PUNTAJE MÁXIMO: 100 puntos

75 a 100 puntos saludable

25 a 74 puntos no saludable

Instrumento 02



FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
CUESTIONARIO DE FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS



Autora: Vílchez, M.

Instrucciones: Estimado/a participante, la presente encuesta es de carácter confidencial y anónima; y tiene como propósito conocer algunas de sus características sociodemográficas. Responda con sinceridad a cada uno de los ítems marcando con un aspa (X) en el recuadro que corresponda.

1. Edad:

- 18-29 años ()
- 30-59 años ()
- 60 a más ()

2. Sexo:

- Masculino ()
- Femenino ()

3. Grado de instrucción:

- Sin instrucción ()
- Primaria ()
- Secundaria completa ()
- Secundaria incompleta ()
- Superior completo ()
- Superior incompleto ()

4. Estado civil

- Soltera/o ()
- Casada/o ()
- Conviviente ()
- Divorciada/o ()
- Viuda/o ()

5. Ingreso económico de la familia

- Menor de 500 nuevos soles ()
- De 500 a 1025 nuevos soles ()
- Mayor de 1025 nuevos soles ()

6. Ocupación

- Trabajador estable ()
- Trabajador eventual ()
- Sin ocupación ()
- Jubilado ()
- Estudiante ()
- Ama de casa ()

7. Tipo de Seguro de Salud

- ESSALUD ()
- SIS- MINSa ()
- FOSPOLI/ SANIDAD ()
- Particular ()
- Otros: ()

8. Religión

- Católico (a) ()
- Evangélico ()
- Otras ()

Gracias...



Anexo 03. Ficha técnica de los instrumentos
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



VALIDÉZ INTERNA DE LA ESCALA DE ESTILO DE VIDA

Para la validez de la Escala del Estilo de Vida, se aplicó la formula R de Pearson en cada

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

uno de los ítems; obteniéndose:

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

Si $r > 0.20$ el instrumento es válido.

(*) se creyó conveniente dejar ítems para su importancia en el estudio.



CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

Resumen del procesamiento de los casos

		N
Casos	Válidos	27
	Excluidos(a)	2
	Total	29

Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
0.794	25

Anexo 04. Formato de consentimiento informado u otros
PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO
INFORMADO PARA ENCUESTAS
(CIENCIAS DE LA SALUD)



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: ESTILO DE VIDA Y FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DE LOS ADULTOS EN EL ASENTAMIENTO HUMANO JOSÉ OLAYA, CASMA, ANCASH, 2024 y es dirigido por Frescia Georgina Araujo Garcia, investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es: Determinar el estilo de vida y los factores sociodemográficos de los adultos del asentamiento humano José Olaya, Casma, Ancash.

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 su correo electrónico. Si desea, también podrá escribir al correo fresciaaraujo12@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 participante: _____

Firma del investigador (o encargado de recoger información): _____

CARTA DE RECOJO



Chimbote, 03 de abril del 2024

CARTA N° 0000000014- 2024-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA

Señor/a:

**MANUEL SALINAS MENDEZ
ASENTAMIENTO HUMANO JOSÉ OLAYA**

Presente.-

A través del presente reciba el cordial saludo a nombre del Vicerrectorado de Investigación de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, asimismo solicito su autorización formal para llevar a cabo una investigación titulada ESTILO DE VIDA Y FACTORES SOCIODEMÓGRAFICOS EN LOS ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO JOSÉ OLAYA, CASMA, ANCASH, 2024, que involucra la recolección de información/datos en ADULTOS DEL ASENTAMIENTO HUMANO JOSÉ OLAYA, a cargo de FRESCIA GEORGINA ARAUJO GARCIA, perteneciente a la Escuela Profesional de la Carrera Profesional de ENFERMERÍA, con DNI N° 70124386, durante el período de 01-04-2024 al 14-04-2024.

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

Es propicia la oportunidad para reiterarle las muestras de mi especial consideración.

Atentamente.



Dr. Willy Valle Salvatierra
Coordinador de Gestión de Investigación

A.H. JOSÉ OLAYA

Manuel Salinas Mendez
PRESIDENTE
DNI. 32116679

Recibido: 04/04/2024