



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

**FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN  
EN EL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO DEL  
CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA\_CARHUAZ, 2024**

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

**AUTOR**

**COLONIA LEIVA, TITO JAVIER  
ORCID:0000-0002-6856-0288**

**ASESOR**

**VILCHEZ REYES, MARIA ADRIANA  
ORCID:0000-0002-7629-7598**

**CHIMBOTE-PERÚ  
2024**



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**

**PROGRAMA DE ESTUDIO DE ENFERMERÍA**

**ACTA N° 0073-092-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS**

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **18:00** horas del día **21** 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:

**CANTUARIAS NORIEGA NELIDA** Presidente  
**REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER** Miembro  
**ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO** Miembro  
**Dr(a). VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA** Asesor

Se reunieron para evaluar la sustentación del informe de tesis: **FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN EN EL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA\_CARHUAZ, 2024**

**Presentada Por :**  
(1212161015) **COLONIA LEIVA TITO JAVIER**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **15**, quedando expedito/a el/la Bachiller para optar el TITULO PROFESIONAL de **Licenciado en Enfermería**.

Los miembros del Jurado de Investigación firman a continuación dando fe de las conclusiones del acta:

**CANTUARIAS NORIEGA NELIDA**  
Presidente

**REYNA MARQUEZ ELENA ESTHER**  
Miembro

**ROMERO ACEVEDO JUAN HUGO**  
Miembro

**Dr(a). VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA**  
Asesor

## CONSTANCIA DE EVALUACIÓN DE ORIGINALIDAD

La responsable de la Unidad de Integridad Científica, ha monitorizado la evaluación de la originalidad de la tesis titulada: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN EN EL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA\_CARHUAZ, 2024 Del (de la) estudiante COLONIA LEIVA TITO JAVIER, asesorado por VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 22% 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, 11 de Julio del 2024



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

**Mgtr. Roxana Torres Guzman**  
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

## **DEDICATORIA**

A MIS PADRES, por haber confiado en mí en todo momento, y brindarme su apoyo incondicional motivándome en los momentos difíciles en los que creía desfallecer; gracias por ser parte importante en el logro de este éxito. ¡Dios los bendiga siempre!

A mis asesoras, por su gran paciencia, colaboración y su valioso tiempo, también por compartir sus conocimientos conmigo que me sirvió de gran ayuda en este informe de investigación.

## **AGRADECIMIENTO**

Al presidente del Centro Poblado, por permitir que desarrolle la presente investigación por la valiosa información concedido, también a toda la población por su colaboración de cada uno de ellos para así concretar con dicha investigación.

De la misma manera a mis padres: Victoria y Claudio; por sus consejos y su apoyo; además, a mis hermanos: Tiberio y Cesar por su acompañamiento, consejos para mejorar cada día como ser humano y por inmenso cariño.

**JAVIER C.L**

## ÍNDICE GENERAL

	<b>Pág.</b>
DEDICATORIA.....	IV
AGRADECIMIENTO.....	V
ÍNDICE GENERAL.....	VI
LISTA DE TABLAS.....	VII
LISTA DE FIGURAS.....	VIII
RESUMEN.....	IX
ABSTRACT.....	X
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	1
II. MARCO TEÓRICO.....	8
2.1 Antecedentes.....	8
2.2. Bases teóricas.....	14
2.3. Hipótesis.....	19
III. METODOLOGÍA.....	20
3.1. Tipo, nivel y diseño de Investigación.....	20
3.2. Población y muestra.....	20
3.3. Operacionalización de las variables/categorías.....	22
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	27
3.5. Método de análisis de datos/información.....	30
3.6. Aspectos Éticos.....	31
IV. RESULTADOS.....	33
V. DISCUSIÓN.....	43
VI. CONCLUSIÓN.....	57
VII. RECOMENDACIONES.....	58
IV. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS.....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
4.1 Cronograma de actividades.....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
4.2 Presupuesto y financiación.....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	59
Anexo 01. Matriz de consistencia.....	69
Anexo 02. Instrumento de recolección de información.....	70
Anexo 03. Ficha técnica de los instrumentos.....	77
Anexo 04. Formato de consentimiento informado u otros.....	79

## LISTA DE TABLAS

<b>TABLA 1:</b> MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.....	23
<b>TABLA 2:</b> FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS EN EL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA_CARHUAZ, 2024.....	34
<b>TABLA 3:</b> ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD EN EL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA_CARHUAZ, 2024.....	39
<b>TABLA 4:</b> ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA_CARHUAZ, 2024.....	40
<b>TABLA 5:</b> RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y EL ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA_CARHUAZ, 2024.....	41
<b>TABLA 6:</b> RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA_CARHUAZ, 2024.....	42

## LISTA DE FIGURAS

<b>FIGURAS DE LA TABLA 2: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS EN EL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA_CARHUAZ, 2024.....</b>	<b>35</b>
<b>FIGURA DE LA TABLA 3: ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD EN EL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA_CARHUAZ, 2024.....</b>	<b>39</b>
<b>FIGURA DE LA TABLA 4: ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA_CARHUAZ, 2024.....</b>	<b>39</b>
<b>FIGURA DE LA TABLA 5: RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y EL ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA_CARHUAZ, 2024.....</b>	<b>40</b>
<b>FIGURA DE LA TABLA 6: RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA_CARHUAZ, 2024.....</b>	<b>42</b>

## RESUMEN

El problema más predominante que afecta a los adultos son las enfermedades no transmisibles, por llevar un estilo de vida no saludable, por ende, la morbilidad es alta, por ello esta investigación tiene como objetivo general determinar la relación entre los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción en el comportamiento de la salud: Estilos de vida en el adulto del Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024. Metodología: cuantitativa, correlacional transversal, no experimental. Conformado por 91 adultos. Se aplicó 3 cuestionarios sobre factores sociodemográficos, acciones de prevención y promoción de la salud, estilos de vida; utilizando la técnica de entrevista. Los datos fueron procesados al programa estadístico SPSS, versión 25 presentado en tablas simples de doble entrada, para crear la relación de variables se utilizó la prueba estadística Chi cuadrado. Resultados y conclusiones: en cuanto a los factores sociodemográficos la mayoría son de sexo masculino, religión y sistema de seguro, menos de la mitad grado de instrucción, estado civil, ocupación e ingreso económico. Acciones de prevención y promoción de la salud, la mayoría tiene acciones adecuadas y estilo de vida saludable. Luego de realizar la prueba del Chi cuadrado entre los factores de sociodemográficos y estilos de vida se obtuvo que no existe relación estadísticamente significativamente como también al realizar la prueba del Chi cuadrado de la prevención y promoción de la salud con estilo de vida se explicó que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Palabras clave: adultos, estilos de vida, factores sociodemográficos, prevención y promoción

## ABSTRACT

The most predominant problem that affects adults is non-communicable diseases, due to leading an unhealthy lifestyle, therefore the general objective was set to determine the relationship between sociodemographic factors and prevention and promotion actions in health behavior: Lifestyles in adults in the Populated Center of Cochapampa\_Carhuaz, 2024. Quantitative, cross-sectional correlational, non-experimental methodology. The sample was made up of 91 adults. Three questionnaires were applied on sociodemographic factors, prevention and health promotion actions, and lifestyles; using the interview technique. The data were processed using the SPSS statistical program, version 25, presented in simple double-entry tables. To create the relationship of variables, the Chi square statistical test was used, reaching results and conclusions: regarding sociodemographic factors, the majority are gender. male, religion and insurance system, less than half the level of education, marital status, occupation and economic income. Prevention and health promotion actions, the majority have appropriate actions and a healthy lifestyle. After "performing the Chi square test between sociodemographic and lifestyle factors, it was found that there is a statistically significant relationship, as well as performing the Chi square test on prevention and health promotion with lifestyle, it was explained that There is a statistically significant relationship" between both variables.

Keywords: adults, lifestyles, sociodemographic factors, prevention and promotion

## **I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

En cuanto a la promoción de la Salud, las acciones y la planificación que va direccionado con un solo objetivo de mejorar el desarrollo sostenible 2023 – 2030 es renovar la promoción de la salud por medio y conjuntamente con hechos tanto políticas y sociales por medio de técnicas que abarquen los determinantes de la salud, la finalidad principal es perfeccionar la salud y disminuir las imparcialidades del agenda 2030, el propósito es que las personas adultas puedan mejorar sus conductas y comportamientos en la salud. Además, el propósito busca el descenso de los factores que puedan alterar la integridad de las personas adultas, por ello es fundamental poner énfasis en el comportamiento de cada adulto y el buen funcionamiento del organismo así prevenir problemas de mañana (1).

En los últimos 5 años se ha venido logrando en todo el mundo mejoras muy importantes respecto a la situación de salud de los adultos, pero no es lo suficiente para lograr la disminución de las muertes de dicha edad, especialmente en los países en desarrollo como es en África 5 de cada 10 adultos es ocasionado por males no transmisibles, entre tanto en los países desarrollados esa escala es de 2 de cada 10 adultos. En América Latina y en los países de desarrollo como es el caso de Asia y de la región del pacifico occidental, cada 4 decesos de adultos se da por enfermedades que no son transmisibles, ello predomina el avance lento en cuanto a la epidemiología (2).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) (3). El informe presentado de “Estadísticas sanitarias mundiales 2023” donde se trató la importancia en la esperanza de vida y las causas de muerte de los adultos, el objetivo principal es que en el año 2048 se haya disminuido las muertes de las enfermedades no trasmisibles (ENT), pero la falta de compromiso de las autoridades en la mejora en la atención primaria de salud se prevé que las ENT causarán la mayoría de los decesos en el mundo, cabe precisar que las cuatro causas de muerte que se genera en los adultos es las enfermedades cardiovasculares (17,9 millones), el cáncer (9,3 millones), las enfermedades respiratorias crónicas (4,1 millones) y la diabetes (2,0 millones) a nivel mundial.

La comisión ejecutiva de la Organización Panamericana de Salud, (OPS) (4) en una sesión en la sede de la OMS – 2023 en la que se debatió varios temas y estrategias para mejorar la salud de las Américas, los puntos abordados fueron la vigilancia y el control de las

enfermedades arbovirales como es la infección por Virus de inmunodeficiencia Humana (VIH) y también las infecciones de Transmisión Sexual, son enfermedades que a largo de la vida fueron desatendidas y causaron problemas en adultos al no tener acceso a los tratamientos y de alto costo. En ese sentido la junta acordó trabajar conjuntamente con las autoridades locales para evitar problemas y que el individuo tenga bienestar.

En América Latina y el Caribe la OPS en 2022 estima que la promoción de la salud en cuanto al adulto en el ámbito laboral, debe ser un entorno de precedencia en la salubridad, que tengan ambientes confortables que es indispensable para conservar la adecuada salud de los trabajadores. De la misma manera se enfatiza las estrategias para priorizar programas con la finalidad de activar la promoción de salud en los espacios de trabajo y fortalecer actividades innovadoras para mantener la buena salud (5).

En España según “Antropometría, Ingesta y Balance Energético en España” (ANIBES) 2023 (6). respecto al estilos de vida de los adultos entre 18 y 64 años tienen problemas de obesidad o sobrepeso, estos datos son muy preocupantes debido al impacto negativo para la salud, ello se debe a los diferentes aspectos que tienen que ver con la ingesta de alimentos procesados alto en carbohidratos y además la falta de actividad física y la relación de entre factores sociodemográficos, por ello las autoridades han tomado énfasis en implementar las intervenciones que aborden los factores que alteran la salud de las personas brindando patrones de estilos de vida saludable como es: “alimentación mixta - físicamente activo - estilo de vida poco sedentario”

En el país de Ecuador, la medidas a tomar es uno de las columnas primordiales para los paradigmas de salud, el galeno Marco Herrera, declaro respecto a la perseverancia del atención sanitaria primaria se imparte en dos pilares muy importantes como son la prevención evitar enfermedades futuras y mala práctica con los medicamentos y promoción engloba de cómo mejorar los estilos de vida a través informaciones brindadas por el personal de salud, en ello está de cómo prevenir la diabetes, consumo de productos bajo en grasa, bajo en azúcar, bajo en harinas y sobre todo realizar actividades de ejercicio (7).

En Cuba respecto a la promoción y prevención el gobierno tiene enfoques más reales al saber que cada año la cifra de personas adultos rebasan al menos de 55 años, logro que se puede convertir en un desafío si no se trabaja de manera coordinada y adecuada, por ello las autoridades desde el año 2022 el “Programa Nacional de Atención Integral al adulto” puso más

énfasis en atender las necesidades de los adultos sin alterar algunos asuntos como las tareas políticas, económicas y sociales (8,9).

En México, en los gobiernos anteriores en cuanto al presupuesto se disminuyó a 20%, en el año 2022 la evaluación estuvo de 90.558 millones de pesos, a comparación con el año de 2020 fue de 113.480 millones, en conclusión, los gobiernos mexicanos no priorizaron la inversión en temas de salud, como es la promoción y prevención así poder evitar enfermedades venideras, ante esa situación el encargado de salud José Narro concedió que se tiene que emplear más en salud ya que los principales problemas más comunes que se vienen dando es el sobrepeso y la obesidad, así mismo el número de muertes por enfermedades crónicas no transmisibles también se incrementó más de 7 veces a comparación con los datos hace 10 años (10).

En Perú, Minsa aprobó la resolución “Prioridades Nacionales en Salud 2024 - 2030” donde se implanta que salvaguardar la salud es obligatoria del estado además promocionar, vigilar y ordenar, del mismo modo el estado tiene la potestad de promover coberturas de salud para el beneficio de la población. Pero ello no se cumple, nuestro país es el tercer país con alto porcentaje de sobrepeso en Latinoamérica, por ello se necesita estrategias de manera urgente para controlar estas cifras y evitar las ENT. (11).

Además, respecto al estilo de vida en el Perú los problemas que más afecta a los adultos es el sobrepeso y la obesidad, donde el 70% (7 de cada 10) tanto varones y mujeres tienen el mal hábito alimenticio por el simple hecho de consumir productos que contienen alto grados de carbohidrato, en ello se complementa la falta de actividades físicas según Minsa solo el 26% de los peruanos realiza dicha actividad para evitar el sedentarismo (12).

El Ministerio de Salud (Minsa) por medio del centro nacional de epidemiología, prevención y control de enfermedades, dio conocer entre los meses enero y abril del 2024 hubo un total de 140 decesos por la enfermedad transmitida por *Aedes aegypti* de las 25 regiones en 14 de ellos lo que ocupa el primer lugar está la región lima con 26 muertes, Áncash y la libertad con 23 fallecidos ocupan el segundo lugar, también encontramos en tercer lugar a la región Ica con 21 muertes, mientras que Lambayeque reporto 18 y región Piura 17 decesos por dengue (13).

EsSalud es una institución encargada de brindar prevención y seguridad social en salud, el objetivo principal es que toda la población sea consciente de las enfermedades y disminuir su repercusión, según los datos estadísticos el cáncer de mama es la segunda causa de deceso. Por

otro parte, en cuanto a la atención primaria, hizo saber la importancia de organizar sesiones educativas como la consejería, talleres y proyección de videos dirigidos a todo el público y asociaciones. La detección temprana de las enfermedades como es el cuello uterino y cáncer de mama y es de énfasis alta en el EsSalud, por ello es importante consolidar la prevención y promoción (14).

Dirección Regional de Salud – Ancash (DIRESA), a principios del año 2019 el problema de desnutrición en gestantes fue de un 29,9%, por ello se planteó realizar campañas promocionales para poder disminuir la anemia en gestantes, pero a pesar de realizar esfuerzos no se pudo logra el objetivo, en el 2023 el porcentaje se elevó a 33,8% ello pone en riesgo la integridad de las madres venideras y de los adultos (15).

En Chimbote el nosocomio “La Caleta” realizo una cruzada para concienciar a los usuarios sobre sus facultades y deberes que tienen cada individuo respecto a su salud, comprendiendo la promoción y prevención de las enfermedades y además se informó que cada individuo que necesite ayuda inmediata tiene derecho de acogerse a la atención en cualquier instalación sanitaria. Por otro lado, los indicadores que nos presenta el INEI nos permite conocer la mortalidad y las condiciones de vida de hijos fallecidos de mujeres mayores de 12 años en Ancash, si bien el indicador se redujo de 9,8% en 2021 a 7,3% en 2023, el promedio aún sigue alta, a nivel nacional de 8,3% a 6,3% en el mismo periodo (16).

Ante esta realidad no es ajena que los adultos del Centro Poblado de Cochapampa - Carhuaz, ubicado en el departamento de Ancash, en pleno callejón de Huaylas, se encuentra a una altitud de 3.150 msnm, tiene límite por el norte: con el Centro Poblado de Pariacaca, por el sur: con el centro Poblado de Copa Grande; por el este: con el Distrito de Acopampa y por oeste: cordillera blanca.

La problemática que más preocupa en el Centro Poblado de Cochapampa es que los adultos no enfatizan lo que es prevención y promoción ello se debe a la falta de orientación, la filosofía que tienen ellos es acudir al centro de salud cuando les adolece o se presenta alguna anomalía en el cuerpo, a ello se le suma la falta de atención del centro de salud. En cuanto al estilo de vida los adultos tienden a consumir alimentos procesados, teniendo en cuenta que en dicho lugar hay productos que ellos mismos cosechan como es la papa, el trigo, cebada, maíz etc. Prefieren vender y comprar productos bajos en proteínas y minerales, a ello se le suma la poca actividad física.

El centro poblado de Cochapampa cuenta con los servicios básicos (luz, agua, desagüe), actualmente la gran mayoría de las calles son trochas, cuenta con un estadio deportivo, se practica el fútbol en raras ocasiones, cuenta con una parroquia, cementerio y bodegas. La población se atiende en el centro de salud donde brinda atención básica y las atenciones son inter diarias, los problemas que más se evidencian son las infecciones respiratorias (IRAS), infecciones al estómago y enfermedades diarreicas agudas (EDAS), la gran mayoría de las personas cuentan con el Seguro Integral de Salud (SIS).

Cuenta con una Institución Educativa Inicial Primaria, secundaria, centro de salud que brinda atención básica, el centro poblado, también posee con un auditorio municipal además está constituido por las siguientes autoridades: Alcalde y sus regidores, Juez de Paz, presidente de la comunidad campesina y sus miembros, presidenta del comité Vaso de Leche, los miembros tienen diferentes roles como: la gestión, organización, con el propósito de buscar y mantener el desarrollo sostenible de la comunidad.

En el centro poblado aproximadamente 1000 habitantes, dentro de ello en la actualidad población total de habitantes en el centro poblado de Cochapampa, la población en general se dedica por lo general al cultivo, crianza de ganados y venta de sus productos, así para poder cubrir sus necesidades de alimentación, vestimenta, salud y educación, en este centro poblado prevalece la religión católica, en menor cantidad son de otra religión (17).

**Formulación del problema:**

¿Existe relación entre los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción en el comportamiento de la salud: Estilos de vida en el adulto del Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024?

**Objetivo general:**

Determinar la relación entre los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción en el comportamiento de la salud: Estilos de vida en el adulto del Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024

**Objetivos específicos:**

- Caracterizar los factores sociodemográficos en el adulto del Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024

- Caracterizar las acciones de prevención y promoción de la salud en el adulto del Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024
- Caracterizar el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024
- Explicar la relación de los factores sociodemográficos asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024
- Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción en el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024

### **Justificación de la investigación**

#### **Teórica:**

Esta investigación se justifica con el método de promoción y prevención de la salud, ya que de esta forma el personal de salud procuramos poder conocer la situación actual en los adultos del Centro Poblado de Cochapampa, de la misma manera nos atribuye a los profesionales de la salud fomentar y aplicar métodos de mejora la salubridad y poder comprender y dar un desenlace a los problemas de salud, contribuyendo la promoción y prevención de las causas de riesgo y perfeccionar sus estilos y la calidad de vida de los adultos.

#### **Practica**

Este estudio es fundamental en el ámbito de la salud como en la promoción y prevención de enfermedades, si bien es cierto en cuanto a la salud cada persona es responsable de sus actos, pero las autoridades deben estar vigilantes ante cualquier problema que se pueda suscitar. La investigación permitirá que las instituciones como los institutos y universidades que son parte formando profesionales de salud puedan tener o ver los resultados que se obtendrá en esta investigación, con los resultados de esta investigación van formando a los profesionales con ganas de inferir en temas científicos, los encuestados estarán siempre direccionados mediante la promoción y prevención de la salud.

#### **Metodológica**

De tal manera, la presente investigación tiene una visión a futuro de que el sistema de salud debe tener un objetivo de orientar a la sociedad a través de ello lograr la prevención de las enfermedades futuras. El estudio está plenamente dirigido a promocionar la salud de la

población y así lograr una calidad de vida de cada usuario, ello se logrará a través de los entrevistas y cuestionarios validados confiables de cada variable y no está de menos mencionar que la promoción de la salud y la prevención debe estar dirigido tanto para el usuario y la comunidad.

### **Científica**

Es de consideración mencionar que el presente estudio realizara el ímpetu de ser investigador en cada uno de los estudiantes pregrados o posgrados en el área de salud y así promocionar la salud. Además, esta investigación es imprescindible para los centros de salud puedan saber la realidad del estudio realizado a través de los resultados, así trabajar en los programas preventivo promocional en los adultos del Centro Poblado y disminuir los problemas que más aquejan, para mejorar todo ello sería importante orientar para que tomen conciencia ante los problemas que padecen.

Esta investigación nos concede realizar los análisis esenciales para el mejoramiento de la salud en los adultos del Centro Poblado de Cochapampa - Carhuaz, 2024 asimismo, es propicio para las autoridades municipales que nos permitan indagar los resultados más concretos de la investigación, para que las personas se incentiven a mejorar sus conductas saludables y poder disminuir los riesgos de padecer enfermedades crónicas y fomentar la salud y el bienestar de los individuos de las comunidades.

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1 Antecedentes

#### **Estudios a nivel internacional**

**Ascona E**, (18) investigación titulada: Relación entre estilos de vida y promoción de la salud en la población adulta de Barranquilla, Colombia 2023. Objetivo: Establecer la relación entre estilos de vida y promoción de la salud en la población adulta de Barranquilla. Metodología: enfoque cuantitativo, alcance correlacional y un método analítico. Resultados: Los adultos tienen edades en su mayoría de 60 a 68 años 57%, son de sexo masculino 61.6%, son casados 51.2%, con un nivel primario 39.5% y 19.8% presenta enfermedades previas destacando la hipertensión arterial. El autocuidado en el adulto es medio 51.2%, según sus dimensiones: promoción de salud el 65.1% tiene un medio, la interacción social el 51.2% es bajo, el bienestar personal, el 55.8% es bajo, la actividad física, el 58.1% es medio y la alimentación 60.5% es medio. Para la variable estilos de vida el 90.7% no es saludable y el 9.3% saludable. Conclusiones: Si existe relación significativa entre estilos de vida y promoción de la salud.

**Carvalho A, et al.** (19) investigación titulada: “Relación entre el estilo de vida y los determinantes sociodemográficos en los adultos, Brasil 2022” Objetivo: Identificar la relación entre el estilo de vida y los determinantes sociodemográficos en los adultos, Brasil. Metodología: transversal. Resultado: Los adultos que desarrollan actividades físicas son el 39,02%, y riesgo individual y familiar 36,36%; los que no desarrollan actividades físicas es de 61.0%, el 45% es de estado civil soltero, el 63,0% su un grado de instrucción primaria, el 88,8% religión católica, el 46,1%, obreros, el 38,1% Conclusión: La investigación muestra que los factores que influyen para el incumplimiento en lo que es la promoción y prevención de la salud es el déficit de autocuidado del adulto, falta de intervención del personal de salud en promoción y prevención de salud en pacientes adultos.

**Suarez D**, (20) en su investigación titulado: “Factores que influyen en el estilo de vida de los adultos en la ciudadela Virgen Del Carmen - Ecuador 2022” Objetivo: determinar factores que influyen en el estilo de vida de los adultos. Metodología: no experimental de corte trasversal y descriptivo. Resultado: indican que

en relación con la variable estilos de vida en los adultos, el 78% revela tener un estilo de vida no saludable y el 22% mantiene estilos de vida saludables, lo que significa que los adultos están inmerso a estilos de vida no saludable y desconocen de prevención y promoción de la salud. Conclusión: varios factores influyen en los estilos de vida de los adultos; ante esta situación y parámetros que incluyen en las variables de alimentación no saludable, falta de actividad física, la prevención y promoción no son suficientes para vivir saludablemente.

**Yaulema L, et al.** (21) Investigación titulada: estilos de vida en adultos que acuden a las parroquias rurales del cantón Riobamba, Chimborazo, Ecuador 2021. Objetivo: describir el comportamiento de los estilos de vida en adultos que acuden a las parroquias rurales del cantón Riobamba, Chimborazo, Ecuador. Metodología: descriptiva. Resultado: incluyeron un promedio de edad de 67,44 años con predominio, el 76,00% de los adultos viven solos y el 79,11% presentó diagnóstico de enfermedad crónica. El 94,22% realizan actividades físicas menos de 2 veces por semana y el 92,44% consumía una alimentación inadecuada en el momento de realizar la investigación; el 79,11% acude a controles de salud menos de 2 veces al año. Se concluye que existe un elevado por ciento de adultos con estilos de vida poco saludables caracterizado principalmente por elevada presencia de enfermedades crónicas, alimentación poco saludable y baja práctica de actividades físicas.

**Murillo N,** (22) Investigación titulada: Caracterización de los hábitos y estilos saludables en la población adulta en la Vereda Guadual del Municipio de Supata Cundinamarca – Bogotá – Colombia 2021. Objetivo: Describir los hábitos y estilos de vida saludable de la población adulta de la vereda Guadual en el municipio de Supatá Cundinamarca. Metodología: descriptivo. Resultados: el 30% de la población presenta hipertensión arterial, un 43% de los participantes consume medicamentos de forma diaria para el manejo de enfermedades crónicas no transmisibles, que existe un porcentaje de la población que sufre actualmente de sobrepeso y obesidad. Lo anterior, relacionado con el bajo consumo de frutas y verduras, la mínima actividad física que realizan. Conclusión: Se caracterizaron los estilos de vida saludable de la población participante, donde se encuentran factores de riesgo que se espera intervenir con las

recomendaciones que se entregan tanto a la población sana como a la que está actualmente sufriendo una patología.

### **Estudios a nivel nacional**

**Viera M,** (23) trabajo de investigación: “factores sociodemográficos y Estilos de vida en el adulto del Centro poblado San Vicente\_Sullana, 2023”. Objetivo: Determinar los factores sociodemográficos y Estilos de vida en el adulto del Centro poblado San Vicente\_Sullana. Metodología: cuantitativo, nivel descriptivo. Resultado: el 65,6% son de sexo femenino, el 66,0% varones, el 50,8% tienen estudios secundarios, el 68,4% son de religión católica, el 34,0% su estado civil es conviviente, el 38,1% son obreros, el 34,0% cuenta con ingreso económico de 650 a 850 soles, el 78,8% (180) cuentan con seguro de SIS. Conclusión: Se concluye que, si existe relación estadísticamente significativa, entre factores sociodemográficos y estilos de vida, la edad, el grado de instrucción, la ocupación, ingreso económico, así como también no existe relación estadísticamente significativa con el sexo, religión, estado civil, sistema de seguro.

**Flores K,** (24) investigación titulado: estilos de vida y factores sociodemográficos en los adultos del caserío Santa Rosa – Tambogrande - Piura, 2023. Objetivo: estilos de vida y factores sociodemográficos en los adultos del caserío Santa Rosa–Tambogrande-Piura. Metodología: cuantitativo, descriptivo. Resultado: 78.26% de los adultos del caserío Santa Rosa no cuentan con un estilo de vida no saludable y el 21.74% presenta estilos de vida saludables. Respecto a los factores sociodemográficos: más de la mitad 57,60% tienen de 36 a 59 años de edad, 72.47% son mujeres casadas y 77.54% profesan la religión evangélica, teniendo el 65.94% SIS como tipo de seguro. Así como 44.57% tienen secundaria completa, 48.55% tienen ocupación empleados y tienen un ingreso económico entre 650 a 850 soles. Conclusión: no hay relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores socioculturales.

**Vilela R,** (25) investigación que tiene como título: “Factores sociodemográficos y estilos de vida en los adultos en el Centro Poblado Santa Julia y Bedia, Tambogrande, Piura, 2023”. Objetivo: Determinar factores sociodemográficos y estilos de vida en los adultos. Metodología: cuantitativo, descriptivo y no experimental. Resultado: el 54,1% de sexo femenino, el 52,9 % de 36 a 59 años, el 73,0% su un grado de instrucción primaria, el 89,8% profesan de religión católica, el 46,7 % casados, el 58,6% obreros, el

38,1% tienen un ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles y el 95,9% está asegurado al SIS, el 68,0 % tiene estilos de vida no saludable y el 32,0 % tiene estilos de vida saludable. Conclusión: los factores sociodemográficos más de la mitad son de sexo femenino, tienen de 26 a 59 años, tienen grado de instrucción primaria, profesan la religión católica, son casados y el seguro que tienen es SIS y tienen un estilo de vida no saludable.

**Coronado L, (26)** investigación titulada: Factores Sociodemográficos y estilo de vida en el adulto del caserío Huaypira - Lancones -Sullana 2023. objetivo general: Determinar los Factores Sociodemográficos y estilo de vida en el adulto. Metodología: cuantitativa y no experimental. Resultado: el 59% más de la mitad son de sexo femenino, el 73% son adulto joven, el 45% tienen grado superior, menos tienen trabajos independientes, el 40% tiene un ingreso económico menor a 400 soles y el 77 % tiene seguro SIS. Conclusión, tenemos que, más de la mitad son de sexo femenino, tienen entre 18 a 35 años, menos de la mitad tienen grado superior, en el estado civil menos de la mitad son solteros, el ingreso económico es menor a 400 nuevos soles, con seguro de salud SIS. Se encontró que existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida con el sexo, edad grado de instrucción, seguro SIS, no hay relación con la religión, estado civil, ocupación, ingreso económico.

**Zavala M, (27)** Investigación titulada: Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada \_Bellavista \_Sullana,2021. Objetivo: Determinar los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada. Metodología: descriptivo correlacional. Resultados y conclusión: Entre los factores sociodemográficos más de la mitad son de sexo femenino (53,9%), menos de la mitad mostrando un ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles (40,9%), la mayoría tiene el tipo de seguro SIS (66,1%). Casi todos tienen acciones de prevención y promoción adecuadas estilos de vida saludables. La relación entre acciones de prevención y promoción y estilo de vida, mostro relación significativa entre ambas variables.

### **Estudios a nivel regional**

**Pretell J,** (28) en su trabajo de investigación “factores sociodemográficos y el estilo de vida de los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre-Nuevo Chimbote, 2023” Objetivo: Determinar la relación entre los factores sociodemográficos y el estilo de vida de los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre. Metodología: cuantitativo, correlacional-transversal y no experimental. Resultado: el 52,6% son de sexo femenino, el 50.6% tienen grado de instrucción secundaria, del 47.1% su estado civil es casado y el 61.4% tienen SIS. El 68.6% tienen un estilo de vida no saludable. Conclusión: factores sociodemográficos la mayoría cuentan con SIS, más de la mitad son de sexo femenino, tienen grado de instrucción secundaria y profesan religión católica, menos de la mitad tienen entre 36-59 años, son casados, empleados y tienen un ingreso económico mayor a 1100 nuevos soles. La mayoría tienen un estilo de vida no saludable.

**Jacinto G,** (29) presente investigación titulado: “Asociación de los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: Estilos de vida del adulto en el Asentamiento Humano Houston\_Nuevo\_Chimbote, 2021”. Objetivo: Determinar la asociación de los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: Estilos de vida del adulto. Metodología: cuantitativo descriptivo. Resultado: el 57,3% son de sexo femenino, el 59,3% con grado de instrucción secundaria completa, el 36% tienen otras ocupaciones, 76,7% ingreso económico 650 a 850 soles mensuales, El 50,7% tienen acciones de prevención y promoción inadecuadas. conclusiones, en las acciones de prevención y promoción la mitad son adecuadas. No existe relación estadísticamente significativa entre las acciones prevención y promoción y estilos de vida.

**Giraldo E,** (30) investigación titulada: “Factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida en el Adulto del Centro Poblado de Unchus\_Huaraz, 2021”. Objetivo: Determinar los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida en el Adulto. Metodología: cuantitativo, correlacional de corte transversal, diseño descriptivo. Resultado: Del total de adultos la

mayoría son de sexo femenino, ingreso económico menor de 400 soles, con seguro SIS, menos de la mitad son adultos maduros, con grado de instrucción secundaria, estado civil conviviente, ocupación ama de casa y casi todos tienen acciones de prevención y promoción adecuada y estilos de vida saludable. Conclusión: No existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos: sexo, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico.

**Flores Y,** (31) Investigación titulada: Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto en el barrio de Vista Florida\_Pomabamba, 2021 Objetivo: Determinar la asociación de los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción de la salud con el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto. Metodología: cuantitativo. Resultados: el 50.9% son mujeres; 47.4% son adultos maduros, 42.2% con instrucción secundaria, 86.2% son católicos, 58.6% son convivientes, ocupación empleada el 27.6%, el 49.5% con ingreso menor de 400 soles, 58.6% con SIS; el 90.5% tienen acciones de promoción de la salud no adecuadas; el 92.2% con estilos de vida saludable. Conclusiones: Al realizar la prueba de chi cuadrado se encontró que los factores sociodemográficos y estilos de vida no tienen relación estadísticamente significativa.

**Cumplido M,** (32) Investigación titulada: Factores Sociodemográficos y las acciones de Prevención y Promoción con el comportamiento de la salud: Estilos de vida en el adulto de la Urbanización Bellamar II Etapa “Jirón Las Palmeras 2021. Objetivo: Determinar la relación de los Factores Sociodemográficos y las acciones de Prevención y Promoción con el comportamiento de la salud: Estilos de vida en el adulto. Metodología: cuantitativo Resultados y conclusiones: En los factores sociodemográficos la mayoría son de sexo femenino, tienen grado de instrucción superior; más de la mitad tienen edad de 36 – 59 años, con ingreso económico mayor de 1100 nuevos soles. La mayoría tiene estilo de vida saludable. En acciones de prevención y promoción la mayoría tienen acciones adecuadas. No existe relación significativa entre la variable factores sociodemográficos y estilos de vida; pero si con la variable edad. En relación a estilo de vida y acciones de prevención y promoción si existe relación significativa.

## 2.2. Bases teóricas

De acuerdo la OMS determina a la promoción de la salud como “el proceso que permite a las personas incrementar el control sobre su salud”, la promoción de la salud es el que fomenta la transformación en el entorno y además ayuda a fomentar y resguardar salud. Todos esos cambios tienden a modificarse en las comunidades con el objetivo de garantizar el buen servicio en cuanto a la salud. La promoción de la salud está relacionada particularmente por ser colaborador: principalmente se basa en la población, es unión, es participativa y es comprensible a la situación y tiene la función de trabajar varios niveles (33).

La promoción de la salud siempre estuvo presente desde la creación del 1948 hasta nuestra actualidad y su importancia es fundamental por ello la OMS ha nombrado cientos de colaboradores en todo el mundo, además fue patrocinador de las conferencias más importantes y ha llevado a cabo considerables programas y acciones referente a la promoción de la salud. Todo ello va relacionado con la carta de Ottawa el fomento de la salud sigue ejerciendo de orientación para la práctica a nivel mundial de la promoción de la salud y las estrategias son 5 acciones primordiales: el establecimiento de una política pública favorable a la salud, la creación de entornos propicios, el fortalecimiento de la acción comunitaria, el desarrollo de las aptitudes personales y la reorientación de los servicios de salud (34).

La promoción de la salud es el proceso que permite a las personas aumentar el control su estado de salud, como bien se sabe que la salud, a lo que se refiere al organismo debe estar en óptimas condiciones tanto mental, social y físico, y no necesariamente la ausencia de algún tipo de enfermedad. Por ende, es importante tener una idea respecto de la salud lo que implica que la promoción va más allá del campo medico si no implica factores como económicos, bilógicos y ambientales (34).

Respecto al cuidado de atención primaria, promoción de la salud es una línea que fue en constante desarrollo con un solo objetivo, dar soluciones a los problemas constantes que afecta la salud; ofrecer y asegurar la salud de todas las personas. La primera conferencia internacional respecto la Atención Primaria de la Salud de Alma – Ata, fue un evento internacional más importante de ese entonces, donde expresaron las

necesidades de una solución rápida de parte de los gobiernos y los responsables en temas de la salud, para así proteger la salud de todas las personas del mundo. Desde entonces la atención primaria es primordial para una progresiva evolución sanitaria (35).

Con todas las conferencias tanto de Alma – Ata, la carta de Ottawa, respecto de cómo mejorar la promoción de la salud se adoptó un modelo donde la evolución se fue fortaleciendo desde un punto los valores y principios, acoplado un perfil socioeconómico que considera los determinantes de la salud, adoptando una estrategia sanadora con perfil de mantener a los individuos sanos, además se fortaleció que las comunidades y las personas tengan una idea clara, fomentar la salud y el compromiso de ser partícipes así poder alcanzar la igualdad en relación a la salud (36).

En el presente estudio en relación a las bases teóricas tiene como soporte a la teorista Nola Pender, en el año 1982 plasma un paradigma donde da conocer respecto a la promoción de la salud, que en nuestros días siguen vigente, ello es fundamental para otros modelos, desde muy joven se interesó mucho en el campo de ciencias de la salud, todo ello gracias a un familiar. Pender empezó a realizar estudios para así llevar sus teorías en lo respecta a su modelo conceptual llamado promoción y prevención de la salud. De la misma manera enfatiza respecto a la promoción de la salud es el comportamiento motivador por el afán de obtener el confort al máximo del ser humano en su vida cotidiana. Por ello es importante que el individuo tenga claro sobre las decisiones de su propia salud (37).

Nola Pender, después de plasmar sus teorías, también paso a ser enfermera terapéutica en la cual resalta que cuán importante es la salud del ser humano, más allá de que la persona es única en cuanto sus comportamientos. El modelo de la promoción de la salud (MPS), intenta demostrar la naturaleza pluridimensional de cada persona con el ambiente y así poder alcanzar el bienestar; resaltando el vínculo entre las particularidades personales, creencias, conocimientos vinculados con su accionar de su salud (38).

La transformación en cuanto a las conferencias respecto de cómo promocionar la salud, según manifiesta la OMS, el cambio se ha determinado como hechos de un avance eficaz en las reuniones mundiales y el objetivo es tener relaciones con visiones políticas

para así desarrollar enfoques óptimos, plasmando nuevos retos con el propósito de promocionar las nuevas ideas y estrategias para tener la igualdad en los servicios de apoyo (39).

En la 22ª Conferencia Mundial de Promoción de la Salud que se desarrolló en Curitiba, Brasil – 2016, la Unión Internacional de Promoción de la Salud y Educación para la Salud (UIPES) en dicha reunión se enfatizó que es muy importante la promoción de la salud, la finalidad era crear aspectos importantes en cuanto a la promoción de salud en cada persona, pero ello no es lo suficiente para impartir la buena salud, por tal motivo se requiere trabajar con instituciones, investigadores, profesionales así poder impartir y discutir nuevos conocimientos innovadoras para el bien de la sociedad (40)(41).

**Persona:** Está compuesto tanto por partes físicas y psicológicas, además una persona posee sentimientos y capacidades para resolver cualquier dificultad respecto a su salud. La persona es única de sí mismo, gracias a la evolución posee esas capacidades de enfrentarse en el mundo exterior, además tiene su yo interno que impone a resolver cualquier propósito planteado. Para Psicología cada individuo es única, esencialmente diferente de las demás (42).

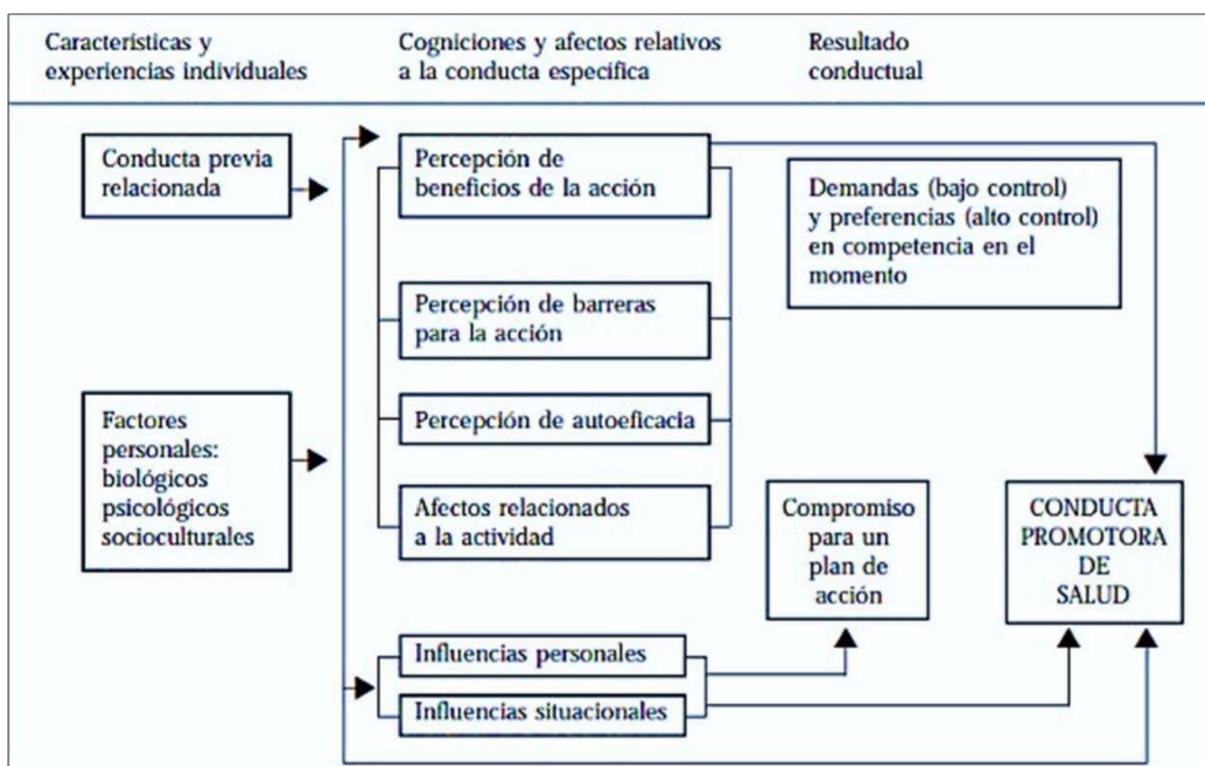
**Salud:** La salud es un estado óptimo de bienestar tanto mental, físico y social, y no necesariamente la ausencia de algún tipo de enfermedad. Como se sabe la salud es un estado que fue creciendo efectivamente, tiene un elemento humanístico e indulgente, un individuo es un ser integral. Una persona se encuentra realmente sano cuando, además de estar bien mental, física, socialmente, su organismo, procesos fisiológicos y sus comportamientos se mantienen dentro de los límites aceptados como normales para todos los otros seres humanos que comparten con él las mismas características y el mismo medio ambiente (43).

**Entorno:** El ser humano interactúa con su medio ambiente siempre manteniendo todas las complicaciones tanto factores biológicos, sociales y psicológicos, así es como va evolucionando de forma progresiva en su entorno actual y a futuro. Los trabajadores del sistema sanitario son participes del contexto de relaciones entre personas, que se encargan de brindar la comodidad a las personas en su etapa de vida (43).

**Enfermería:** Brindar el bienestar y la mejoría en toda la etapa del ser humano así es como se caracteriza la enfermería, desde un principio la enfermería fue muy importante ya que garantiza el confort de cada persona, todo ello sin importar la cultura, el sexo la edad, sanos y enfermos en cualquier circunstancia. Además, la enfermera brinda promoción de la salud, previniendo enfermedades futuras. La OMS define “El bienestar como especialidad de la enfermería, ha tenido su auge durante el último decenio, responsabilidad personal en los cuidados sanitarios es la base de cualquier plan de reforma de tales ciudadanos y la enfermera se constituye en el principal agente encargado de motivar a los usuarios para que mantengan su salud personal” (44).

Asimismo, Nola Pender resume su teoría sobre la “Promoción de la salud” en un esquema, en ello define las peculiaridades y vivencias respecto a persona usuaria, de la misma manera sobre su epistemología y efectos específicos sobre los comportamientos de cada persona respecto a su salud.

**Figura 1.** Promoción de la Salud de Nola J. Pender modificado.



**Fuente:** Allgod M, Ejemplar y teoría en enfermería (8a ed.). Barcelona, España: Elsevier.

La estructura de Nola Pender tiene 3 importantes factores, en cada columna de izquierda a derecha cada factor tiene sus propias dimensiones que tiene estrecha relación en cuanto a la promoción de salud, en el caso primero, encontramos las peculiaridades y experiencias de cada individuo que alteran las vivencias en cuanto a la salud, respecto a ello encontramos conductas direccionadas ya sean indirectos y directos que puedan comprometer en cuanto a la promoción de la salud, referente a los factores personales rescatamos 3 puntos muy indispensables que es factor biológico que engloba el vivir de una persona en la naturaleza, en ello también enmarca lo que es el sistema fisiológico y metabólico (45).

El modelo de promoción de la salud (MPS), fue creado con un objetivo direccionado por dos bases teóricas; ello nos da a conocer el comportamiento de cada ser humano, sus motivaciones y posturas teniendo una visión de cómo fomentar una salud óptima. Los dos bases teóricas se refieren especialmente en el aprendizaje social de Albert Bandura y el modelo de valoración de expectativas de la motivación humana de Feather. Respecto al primero el concepto primordial es cuán importante son los procesos cognitivos ya que ello está en constante cambios conductuales del aprendizaje; de todo lo mencionado hay cuatro requisitos muy importantes como la retención, atención, motivación y reproducción respecto al segundo concepto se refiere si la conducta es racional, en este caso la idea principal es la idea que realza la motivación para adquirir las metas trazadas (46).

La adultez es una etapa de transición, lo que representa el desarrollo del organismo tanto físico y psicológico, a comparación de otra fase, en esta fase se puede decir que la edad ya alcanzo la línea para tomar decisiones que serán oportunas para su vida; lo resaltante de esta manifestación se basa principalmente desde lo psicosocial, también se le conoce la prolijidad vital por la toma de responsabilidades tanto en su vida social y familiar; según la Real academia (RAE) da un concepto respecto a la persona adulta, aquella persona terminada la adolescencia, desarrollada en todo sentido, del mismo modo hay autores como Erikson, Maslow y Allport conceptualizan la etapa adultez como un estado final o propósito complicado de encontrar una definición pero con la característica de la persona madura. Igualmente, Folliet precisa que la etapa de adulto es una persona que ya logro el desarrollo pleno tanto fisiológico y psicológico (47).

La aperecibimiento de enfermedades, el enfoque va más allá de prevenir las enfermedades futuras, el objetivo es disminuir algunos factores predisponentes que ponen en

riesgo la integridad de las personas, además es poner un pare el avance de algunas enfermedades; tenemos tres fases de prevención, la primera va direccionado a las personas usuarias y familias que se encuentren en riesgo, la segunda es brindar apoyo tanto a la persona y el entorno, del mismo modo el tercero son necesariamente direccionados a los individuos que están enfermos y que están en una etapa complicada (50).

### **Bases conceptuales**

**Promoción de la salud:** Es un concepto que viene desde muchos años atrás sin modificar el objetivo, la línea de la promoción de la salud es brindar el bienestar y confort para así incrementar la salud, de la misma manera el enfoque debe ser global, que las personas de distintas comunidades y organizaciones se involucren y así puedan contribuir con el bien ante la sociedad. El termino salud es un estado de bienestar que puede ser tanto subjetivo u objetivo (51).

**Estilos de vida:** Se refiere a como se orientan los intereses, las actitudes, los pensamientos y comportamientos de cada ser humano, como bien se sabe que cada persona tiene su conducta y formas de tener un hábito ya sean perjudiciales o buenos. La OMS en el año de 1896 define “una forma general de vida basada en la interacción entre las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones individuales de conducta determinados por factores socioculturales y características personales”(52).

La persona usuaria para que tenga un estado óptimo de vivencia en la tierra es muy importante que tenga una buena salud tanto en lo físico, mental y espiritual; al mantener una buena salud dependerá mucho de cada persona, al sobrellevar el estado de salud buena es cuestión de educarse, muchas veces los jóvenes no toman conciencia solo viven el momento sin pensar en las consecuencias futuras (53).

### **2.3. Hipótesis**

**H<sub>1</sub>:** Existe relación estadísticamente significativa entre los Factores Sociodemográficos y las acciones de Promoción en el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz.

**H<sub>0</sub>:** No existe relación estadísticamente significativa entre las acciones de promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz.

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1. Tipo, nivel y diseño de Investigación

El tipo de investigación es cuantitativo, es adquirir conocimientos fundamentales y la elección del modelo más adecuado que nos permita conocer la realidad de una manera más imparcial, ya que se recogen y analizan los datos a través de los conceptos y variables medibles (54).

Cuantitativo es una forma estructurada de recopilar y analizar datos obtenidos de distintas fuentes, lo que implica el uso de herramientas informáticas, estadísticas, y matemáticas para obtener resultados, trata de cuantificar el problema y entender qué tan generalizado está mediante la búsqueda de resultados proyectables a una población mayor (55)

##### **Nivel de la investigación de las tesis**

El nivel de investigación es correlacional – transversal, dado que se busca determinar la relación entre dos o más variables y la recolección de la información será tomada en un solo periodo de tiempo (56).

##### **Diseño de la investigación**

El diseño de la investigación es no experimental, debido a que el investigador no manipula o influye en las variables de estudio, reportándolas en su contexto natural tal y como son (57).

#### 3.2. Población y muestra

**Población:** Constituida por 118 adultos del Centro Poblado Cochapampa.

**Muestra:** estuvo conformado por 91 adultos del Centro Poblado Cochapampa. (Anexo 4)

**Unidad de análisis:** Cada adulto del Centro Poblado de Cochapampa, que formo parte de la muestra y respondan a los criterios de la investigación.

##### **Criterios de Inclusión**

- Adultos que vivan más de 3 años en el Centro Poblado Cochapampa.
- Adultos del Centro Poblado Cochapampa que acepten participar en el estudio.

- Adultos del Centro Poblado Cochapampa, que estuvieran aptos para participar en los cuestionarios como informantes sin importar nivel de escolarización, sexo y condición socioeconómica.

**Criterios de Exclusión:**

- Adultos del Centro Poblado Cochapampa, que presenten algún trastorno mental.
- Adultos del Centro Poblado de Cochapampa, que presenten problemas de comunicación.
- Adultos del Centro Poblado de Cochapampa, que presenten problemas psicológicos.

### 3.3. Operacionalización de las variables/categorías

VARIABLE	DEFINICIÓN OPERATIVA	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	CATEGORÍAS O VALORACIÓN
Variable 1 Factores socio demográficos:  Características asignadas que modifica la vida de cada ser humano (40).		Factores sociodemográficos.	Sexo.  Edad.  Grado de instrucción.  Religión  Estado civil.  Ingreso económico.  Ocupación.	Nominal  De razón  Ordinal  Nominal  Nominal  Nominal  Nominal.  Nominal.	- Masculino - Femenino  - Adulto joven. - Adulto maduro. - Adulto mayor.  - Analfabeto - Primaria. - Secundaria. - Superior.  - Católico. - Evangélico. - Otros.  - Soltero. - Casado. - Viudo. - Conviviente. - Separado.  - Menor de 400 soles. - De 400 a 650. - De 650 a 850. - De 850 a 1100. - Mayores de 1100 soles.  - Obrero - Empleado

	Sistema de seguro.	Nominal.	
<p><b>Variable 2</b></p> <p>Acciones de prevención y promoción:</p> <p>Hace referencia a los medios necesarios para mejorar la salud, tiene como objetivo alcanzar el bienestar mental, físico y social de la persona, identificando necesidades para alcanzar el bienestar (28).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Acciones de prevención y promoción adecuadas.</li> <li>- Acciones de prevención y promoción inadecuadas.</li> </ul>	<p>Ordinal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ama de casa</li> <li>- Estudiante</li> <li>- Otros.</li> <li>- EsSalud.</li> <li>- SIS.</li> <li>- Otro seguro.</li> <li>- No tiene seguro.</li> <li>- Acciones de prevención y promoción adecuadas (107 a 212 puntos)</li> <li>- Acciones de prevención y promoción inadecuadas (1 a 106 puntos)</li> <li>- Nunca (1)</li> <li>- A veces (2)</li> <li>- Casi siempre (3)</li> <li>- Siempre (4)</li> </ul>
	<p>Sistema de seguro.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿El personal de salud de tu comunidad brinda sesiones educativas acerca de alimentación saludable?</li> <li>- ¿Existe apoyo de las autoridades en el desarrollo de medidas de promoción para una alimentación saludable en su comunidad?</li> <li>- ¿ofrecen alimentos saludables dentro de tu comunidad? (no refrescos azucarados, comida rápida, dulces o alcohol)</li> <li>- ¿Cuentan con los servicios básicos dentro de tu comunidad? (agua, luz y desagüe)</li> <li>- ¿Con qué frecuencia se lava las manos antes de comer?</li> <li>- ¿Lava los alimentos antes de consumirlos?</li> <li>- ¿Realiza el Baño corporal diariamente?</li> <li>- ¿Mantiene limpia y en orden su ropa?</li> <li>- ¿Colaboras en el orden y limpieza de tu casa?</li> <li>- ¿Sabe escuchar y sabe cuándo hablar?</li> <li>- ¿Escucha con atención y está dispuesta(o) a discutir los problemas?</li> </ul>		<p>Higiene</p> <p>Habilidades para la vida.</p>

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Respetas las ideas de los demás? apoya y ayuda?</li> <li>- ¿Enfrenta los problemas y plantea soluciones?</li> <li>- ¿Alienta la participación y la cooperación?</li> <li>- ¿Se comunica libremente? (Expresiva, espontánea y segura)</li> <li>- ¿Tiene una personalidad activa?</li> <li>- ¿Conoces sus derechos?</li> <li>- ¿Respetan tus comportamientos en la comunidad?</li>   <li>- ¿Realiza 30 minutos diarios de actividad física? (Bajar escaleras, gym, deporte)</li>   <li>- ¿Eres sexualmente activo (a)?</li> <li>- ¿Conoces los métodos anticonceptivos?</li> <li>- ¿Usa un método anticonceptivo?</li> <li>- ¿Se hace exámenes médicos ginecológicos?</li>   <li>- ¿Realiza la Higiene de la boca mínimo 3 veces en el día?</li> <li>- ¿Usar a diario un enjuague bucal con flúor?</li> <li>- ¿Tiene exámenes regulares odontológicas?</li> <li>- ¿Evita el consumo de tabaco y el alcohol?</li>   <li>- ¿En general está satisfecho con usted mismo/a?</li> </ul>		
	<p>Actividad física.</p>				
	<p>Salud sexual y reproductiva.</p>				
	<p>Salud bucal.</p>				
	<p>Salud mental y cultura de paz.</p>				

		<p>Seguridad vial y cultura de tránsito.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿A veces piensa que no sirve absolutamente para nada?</li> <li>- ¿Te sientes querido por las personas de tu entorno?</li> <li>- ¿Te sientes feliz en tu hogar?</li> <li>- ¿Tienes una actitud positiva?</li> <li>- ¿Usa el cinturón de seguridad de manera adecuada?</li> <li>- ¿Cruza la pista por el cruce peatonal?</li> <li>- ¿Usas el móvil al cruzar las calles y tienes precaución al cruzar las calles?</li> <li>- ¿Si manejas motocicleta usas casco?</li> <li>- ¿Usted solo cruza la pista cuando el semáforo está en color verde?</li> </ul>		
<p>Estilos de vida: Es la forma como vive la persona de manera diaria, también se considera que es el conjunto de hábitos y pausas mediante el comportamiento de la persona, es la manera de agregar comportamientos saludables para su salud y no crear</p>	<p>Estilo de vida saludable.</p> <p>Estilo de vida no saludable.</p>	<p>Responsabilidad hacia la salud.</p> <p>Actividad física.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Escojo una dieta baja en grasa, grasas saturadas y en colesterol.</li> <li>- Informo a un doctor (a) a otros profesionales de la salud cualquier señal inusual o síntoma extraño.</li> <li>- Sigo un programa de ejercicios planificados.</li> <li>- Siento que estoy creciendo y cambiando en una forma positiva.</li> <li>- Elogio fácilmente a otras personas por sus éxitos.</li> <li>- Limito el uso de azúcares y alimentos que contienen azúcar (dulces)</li> <li>- Leo o veo programas de televisión acerca del mejoramiento de la salud.</li> <li>- Hago ejercicios vigorosos por 20 o más minutos, por lo menos tres veces a la semana (tales como caminar rápidamente, andar en</li> </ul>	<p>Nominal</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estilo de vida saludable: (86 a 121)</li> <li>- Estilo de vida no saludable: (72 a 85)</li> <li>- Nunca (1)</li> <li>- A veces (2)</li> <li>- Casi siempre (3)</li> <li>- Siempre (4)</li> </ul>

<p>conductas negativas para su salud (44).</p>		<p>Nutrición.</p> <p>Crecimiento Espiritual y relaciones Interpersonales.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- bicicleta, baile aeróbico, usar la maquina escaladora)</li> <li>- Tomo algún tiempo para relajarme todos los días</li> <li>- Creo que mi vida tiene un propósito.</li> <li>- Mantengo relaciones significativas y enriquecedoras.</li> <li>- Hago preguntas a los profesionales de la salud para poder entender sus instrucciones.</li> <li>- Acepto aquellas cosas de mi vida que yo no puedo cambiar.</li> <li>- Miro adelante hacia al futuro.</li> <li>- Paso tiempo con amigos íntimos.</li> <li>- Como de 2 a 4 porciones de fruta todos los días.</li> <li>- Busco una segunda opinión, cuando pongo en duda las recomendaciones de mi proveedor de servicios de salud.</li> <li>- Tomo parte en actividades físicas de recreación (tales como: nadar, bailar, andar en bicicleta).</li> <li>- Me siento satisfecho y en paz conmigo (a)</li> <li>- Se me hace fácil demostrar preocupación, amor y cariño a otros.</li> <li>- Estoy consciente de lo que es importante para mí en la vida.</li> </ul>		
--	--	---	--	--	--

### **3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

En el presente informe se coordinó la entrevista y la observación para la aplicación de los instrumentos.

#### **Instrumento**

En el presente informe se utilizó 3 instrumentos para la recolección de la información que se detallan a continuación:

#### **Instrumento N° 01**

##### **CUESTIONARIO SOBRE FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS**

Elaborado por la autora Dra. Vílchez Reyes, María Adriana, en Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación (Anexo N° 01).

Está constituido por 8 ítems distribuidos en 4 partes:

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

#### **Instrumento N° 02**

##### **CUESTIONARIO DE ACCIONES Y PROMOCIÓN DE LA SALUD**

Elaborado por la autora Dra. Vílchez Reyes, María Adriana

Está constituido por 53 ítems distribuidos en 8 ejes temáticos:

- Datos de Identificación, donde se obtiene las iniciales o seudónimo de del adulto. (2 ítems).
- Ejes temáticos: Alimentación nutrición (8 ítems).
- Ejes temáticos: Higiene (7 ítems).
- Ejes temáticos: habilidades para la vida (12 ítems).
- Ejes temáticos: Actividad física (4 ítems).
- Ejes temáticos: Salud sexual y reproductiva (3 ítems).
- Ejes temáticos: Salud bucal (4 ítems).

- Ejes temáticos: Salud mental y cultura de paz (7 ítems).
- Ejes temáticos: Seguridad vial y cultura de tránsito (8 ítems)

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

Asimismo, se realizará validez de contenido mediante la evaluación por juicios de expertos.

#### **Control de calidad de los datos:**

##### **Evaluación Cualitativa:**

Fue concluida a través de la entrevista a personas del área de Salud que actuaron como jueces; Se realizó en reuniones, con el objetivo de evaluar la propuesta del Cuestionario sobre Acciones de Promoción y Prevención de la salud. Desarrollado por Dra. Vílchez Reyes Adriana, Directora de la presente línea de Investigación y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaqué.

Durante las reuniones se brindó a los jueces información respecto a la matriz de operacionalización de la variable y la propuesta del cuestionario, para su análisis y socialización, luego cada participante emitió observaciones al cuestionario propuesto, los cuales permitieron realizar ajustes necesarios a los enunciados y categorías de respuestas de las preguntas relacionadas a la promoción y prevención de la salud en los adultos.

##### **Evaluación Cuantitativa:**

**Validez de contenido:** Se realizó mediante la calificación de criterio de expertos, de los cuales fueron diez, Para efectos de este análisis, se utilizó para la evaluación de la validez de contenido la fórmula de V de Aiken (Penfield y Giacobbini, 2004).

Dónde: 
$$V = \frac{\bar{x} - l}{k}$$

**x̄**: Es la media de las calificaciones de los jueces en la muestra.

**l**: Es la calificación más baja posible.

**k**: Es el rango de los valores posibles.

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

### **Confiabilidad**

#### **Confiabilidad interevaluador**

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

### **Instrumento N° 03**

#### **ESCALA DE ESTILOS DE VIDA**

Elaborado por Autores Serrano-Fernández, M. J., Boada-Grau, J., Vigil-Colet, A., & Gil-Ripoll, C. (2016).

El instrumento tiene 6 sub escalas, y cuenta con 52 ítems, distribuidos en los siguientes:

En la subescala Responsabilidad hacia la salud: 9 ítems

En la subescala Actividad física: 8 ítems

En la subescala nutrición: 9 ítems

En la subescala manejo de stress: 8 ítems

En la subescala relaciones interpersonales: 9 ítems

En la subescala Crecimiento Espiritual y Relaciones Interpersonales: 9 ítems El instrumento de estilo de vida proviene del cuestionario Health Promoting Lifestyle Profile II (HPLP-II) en la versión original, el cual está compuesto por 52 ítems en una escala de Likert de 1 a 4 puntos (desde nunca hasta rutinariamente) en 6 dimensiones:

Actividad física (8 ítem), Crecimiento espiritual (9 ítem), Manejo de estrés (8 ítem), Nutrición (9 ítem), Relaciones interpersonales (9 ítem) y Responsabilidad hacia la salud (9 ítem)

El instrumento validado en la versión español por Serrano, M. ( 2016) reportó que la validez se dio por validez de constructo reportando la prueba de esfericidad de Bartlett y índice Kaiser Meyer- Olkin , estos indicaron la adecuación muestral (0.86) y de datos para realizar un análisis factorial, seguido se utilizó el Análisis Factorial Exploratorio utilizando método Promin, reportando que de los 52 ítem se depuraron 4 ítem que reportaron tener una carga factorial menores a 0.3, y en solo 4 dimensiones:

Responsabilidad hacia la salud, Actividad física , Nutrición, Crecimiento Espiritual y Relaciones interpersonales. Asimismo, se realizó validez discriminante y concurrente para el instrumento HPLP – II mediante la correlación con otros instrumentos (MBI-GS, Autoeficacia, Satisfacción de vida y Engagement).

La confiabilidad del instrumento estuvo dada en 4 dimensiones fue reportada mediante el índice de Alfa de Cronbach mostrando una buena confiabilidad por dimensiones: Responsabilidad hacia la salud ( $\alpha=0.81$ ), Actividad física ( $\alpha=0.86$ ), Nutrición ( $\alpha=0.7$ ), Crecimiento Espiritual y Relaciones interpersonales ( $\alpha=0.88$ )

### **3.5. Método de análisis de datos/información**

En cuanto a la recolección de datos del presente estudio de investigación se tendrá en cuenta los siguientes aspectos:

- Se coordinó con el alcalde del Centro Poblado para recolectar la información y desarrollar la investigación.
- Se realizó el reconocimiento de todo el ámbito del estudio, previa autorización del alcalde.
- 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 Centro Poblado Cochapampa.
- Se informó y se solicitó el consentimiento a los adultos del Centro Poblado Cochapampa, haciendo énfasis que los datos y resultados son totalmente confidenciales.
- Se dio lectura de las instrucciones de los instrumentos a los adultos del centro poblado de Cochapampa.
- El instrumento fue aplicado en un tiempo de 20 minutos, las respuestas serán marcadas de manera personal y directa.

#### **Análisis y procesamiento de datos**

Para la presente investigación se coordinó el análisis descriptivo mediante tabla de frecuencias/ porcentaje y promedio/ desviación estándar según tipo de variable con sus respectivos gráficos. Asimismo, para el análisis correlacional con el fin de cada variable pertenecientes a los factores sociodemográficos

asociado con el comportamiento de la salud. Se utilizó el estadístico Chi cuadrado según el tipo de corresponda, presentando el p-valor con un nivel de confianza del 95%. Para el procesamiento y análisis de datos serán ingresados a una base de datos software estadístico IBM para ser exportados a una base de datos en el software SPSS Statistics 24.0.

### **3.6. Aspectos Éticos**

Los principios éticos están basados en el reglamento de integridad científica versión 001 actualizado por consejo universitario con resolución N° 0277 – 2024 – CU - ULADECH tiene el fin de determinar los principios y valores éticos que orienten las buenas prácticas y comportamientos responsables, docentes, graduados y no docentes, todos ellos tienen que cumplir con el presente código de Ética en investigación de la universidad (58).

#### **Respeto y protección de los derechos de los intervinientes**

El individuo en toda la investigación que se desarrolla es muy importante porque siempre debe ser el fin y no el medio, por tal motivo se necesita un grado de protección, en las investigaciones que se trabaja con las personas, siempre tener en cuenta el respeto, la identidad, la diversidad, privacidad y la confidencialidad. Esto implica que la persona a pesar de aceptar voluntariamente en participar en la investigación tiene derechos fundamentales, en caso fuese en situaciones de vulnerabilidad de su persona (58). En la investigación se aplicará los principios éticos desde el momento que se empieza desarrollar el estudio en los adultos del Centro Poblado de Cochapampa, respetando su toma de decisiones y comentarios que cada uno realicen.

#### **Cuidado del medio ambiente**

En dicha investigación el medio ambiente mantiene una estrecha relación recíproca con los seres humanos, al tener acciones negativas ante ello provocará efectos adversos en el futuro, en ese sentido en el presente estudio no puede ser ajena en preservar la biodiversidad además se impartirá conocimiento a los adultos para generar un cambio para las generaciones siguientes (58).

#### **Libre participación por propia voluntad**

En las investigaciones que se desarrollen es muy importante que la persona sea informada en todos los aspectos como que propósito tiene y la finalidad del estudio así

mismo tiene la total libertad de participar con su propia voluntad (58). En el presente estudio se dará conocer a los adultos del Centro Poblado de Cochapampa, la finalidad del estudio que se va a desarrollar, informarles que son libres en participar en dicho estudio.

### **Beneficencia, no maleficencia**

La finalidad es asegurar el bienestar de todas las personas que sean partícipes de la investigación, en tal caso el investigador debe tener en cuenta las reglas generales, lo importante es generar beneficios al máximo hacia las personas y no causar daño y disminuir posibles efectos adversos (58). En esta investigación se aplicará la beneficencia en los adultos del centro poblado de Cochapampa.

### **Integridad y honestidad**

La integridad debe ser de forma lineal en todos los aspectos, no solo en la actividad científica del investigador, si no debe extenderse a sus actividades de enseñanza. El investigador debe mantener sus normas deontológicas de su profesión, para así evaluar los daños y riesgos que pueda afectar a las personas que participan en el estudio. Asimismo, deberá mantener la autonomía de los resultados de la investigación (58). En la investigación se mantendrá la integridad científica en los adultos del Centro Poblado de Cochapampa.

### **Justicia**

En este sentido se trata de que debemos de respetar los derechos de los demás y tratarlos con consideración que se merecen, este principio de justicia hace que los usuarios no sean menos despreciados. El investigador tiene la total obligación de tratar de igual forma a las personas participes en la investigación (58). En la presente investigación se aplicará la equidad y tratar justamente en los adultos del Centro Poblado de Cochapampa.

#### IV. RESULTADOS

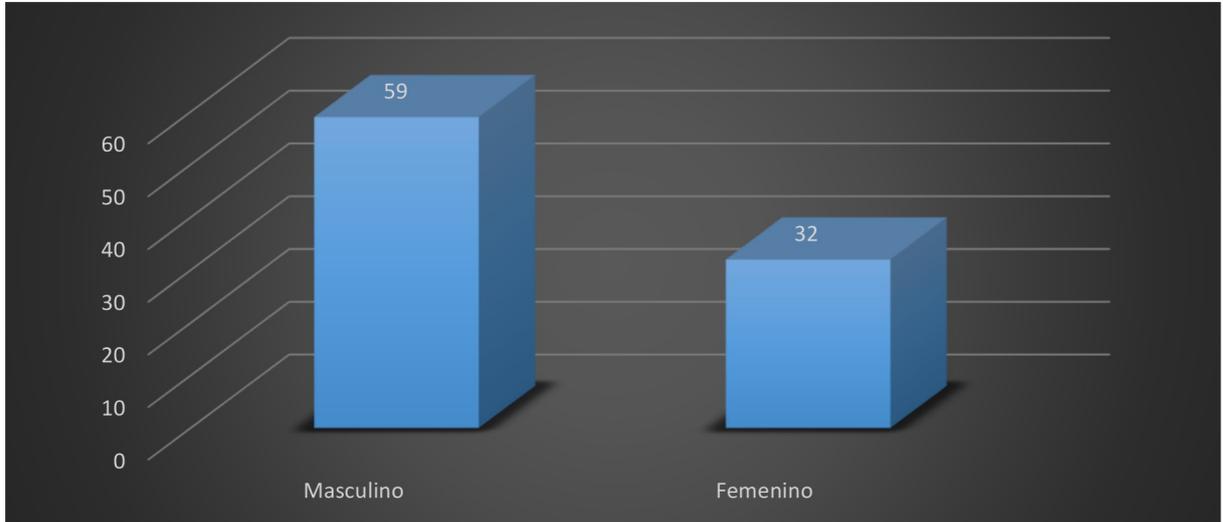
**TABLA 2**  
**FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS EN EL ADULTO DEL CENTRO**  
**POBLADO DE COCHAPAMPA\_CARHUAZ, 2024**

<b>Sexo</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Masculino	59	64,8
Femenino	32	35,2
<b>Total</b>	<b>91</b>	<b>100,0</b>
<b>Edad</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
18 a 35 años	13	14,3
36 a 59 años	31	34,1
60 a más	47	51,6
<b>Total</b>	<b>91</b>	<b>100,0</b>
<b>Grado de Instrucción</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Analfabeto	23	25,3
Primaria	35	38,5
Secundaria	19	20,9
Superior	14	15,4
<b>Total</b>	<b>91</b>	<b>100,0</b>
<b>Religión</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Católico	72	79,1
Evangélico	17	18,7
Otras	2	2,2
<b>Total</b>	<b>91</b>	<b>100,0</b>
<b>Estado Civil</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Soltero	11	12,1
Casado	43	47,3
Viudo	10	11,0
Conviviente	19	20,9
Separado	8	8,8
<b>Total</b>	<b>91</b>	<b>100,0</b>
<b>Ocupación</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Obrero	35	42,9
Empleado	27	19,8
Ama de casa	37	27,5
Estudiante	6	6,6
Otros	2	3,3
<b>Total</b>	<b>91</b>	<b>100,0</b>
<b>Ingreso Económico</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Menor de 400 nuevos soles	37	40,7
De 400 a 650 nuevos soles	25	27,5
De 650 a 850 nuevos soles	3	3,3
De 850 a 1100 nuevos soles	8	8,8
Mayor de 1100 nuevos soles	18	19,8
<b>Total</b>	<b>91</b>	<b>100,0</b>
<b>Seguro</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
EsSalud	18	19,8
SIS	72	79,1
Otro seguro	1	1,1
<b>Total</b>	<b>91</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por la Dra. Vílchez M, aplicado a los adultos. Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024

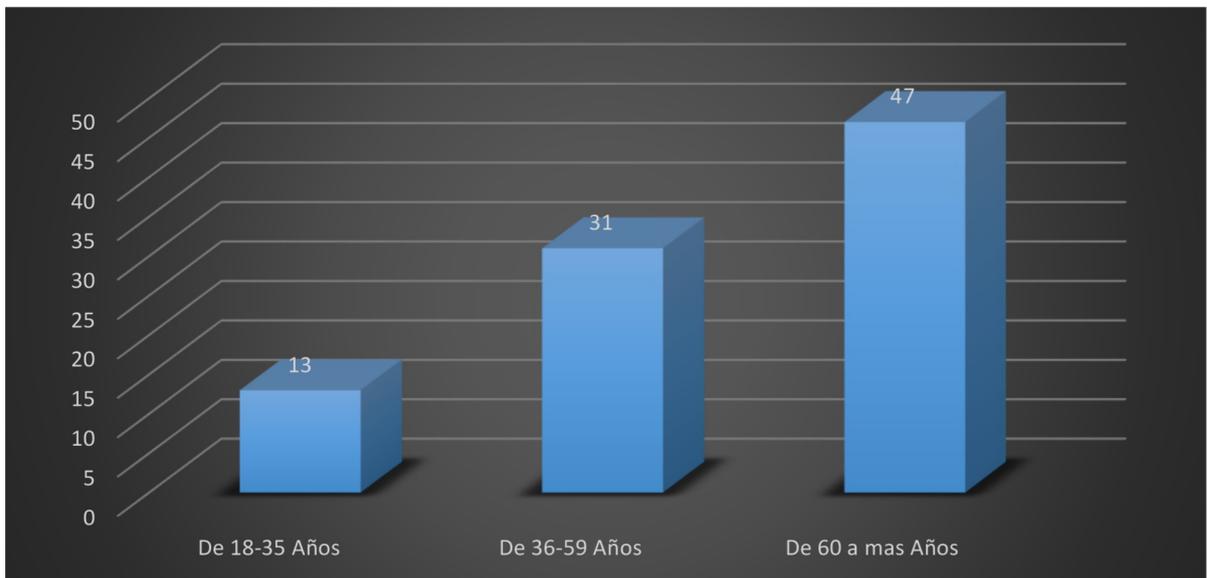
## FIGURAS DE LA TABLA 2

**FIGURA 1: SEGÚN SEXO DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA\_CARHUAZ, 2024**



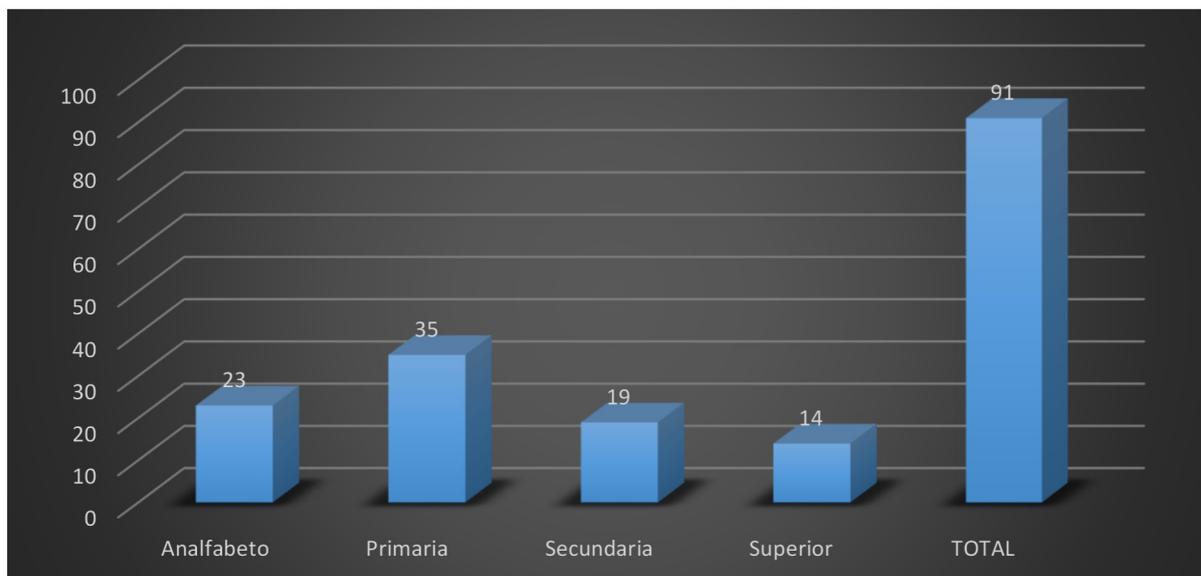
**Fuente:** Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Vílchez M, aplicado a los adultos del Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024

**FIGURA 2: SEGÚN EDAD DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA\_CARHUAZ, 2024**



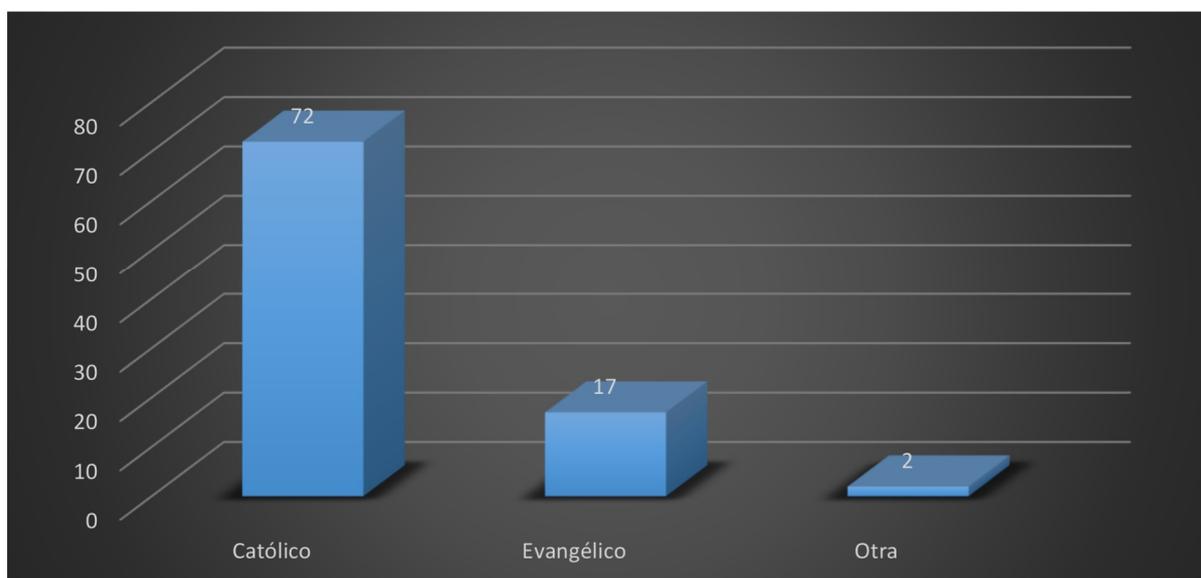
**Fuente:** Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por la Dra. Vílchez M, aplicado a los adultos. Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024

**FIGURA 3: SEGÚN GRADO DE INSTRUCCIÓN EN LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA\_CARHUAZ, 2024**



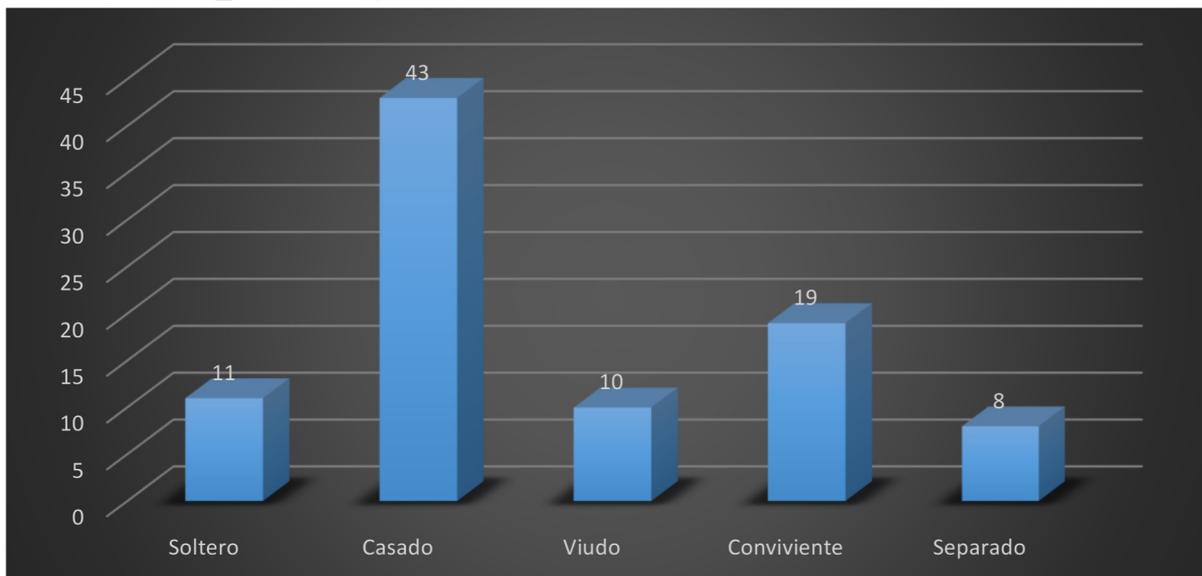
**Fuente:** Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. Vílchez M, aplicado a los adultos. Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024

**FIGURA 4: SEGÚN RELIGIÓN DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA\_CARHUAZ, 2024**



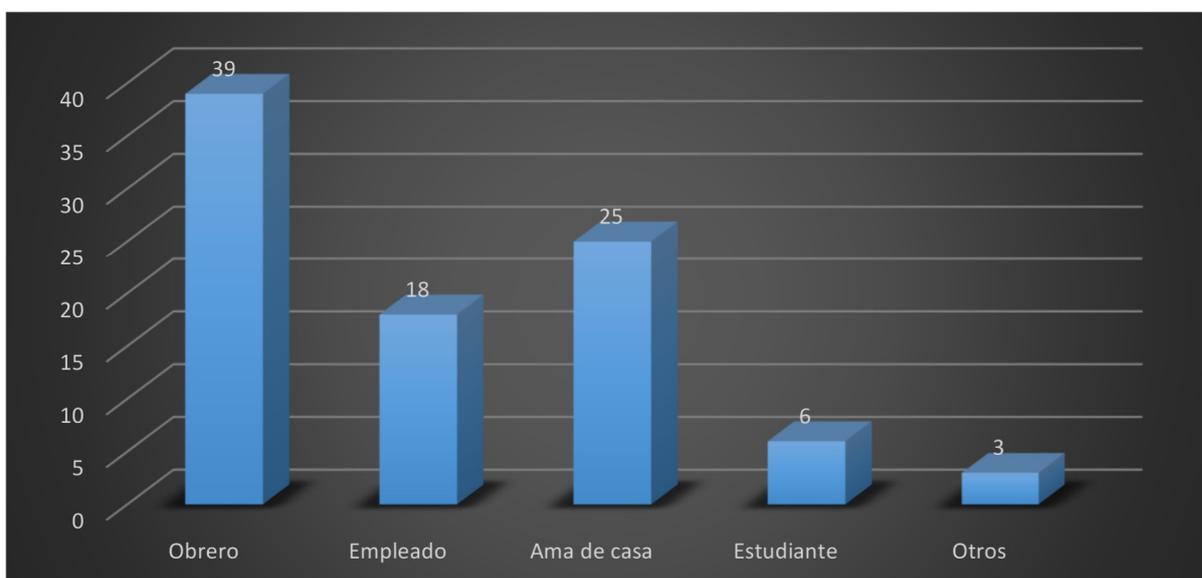
**Fuente:** Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. Vílchez M, aplicado a los adultos. Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024

**FIGURA 5: SEGÚN ESTADO CIVIL DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA\_CARHUAZ, 2024**



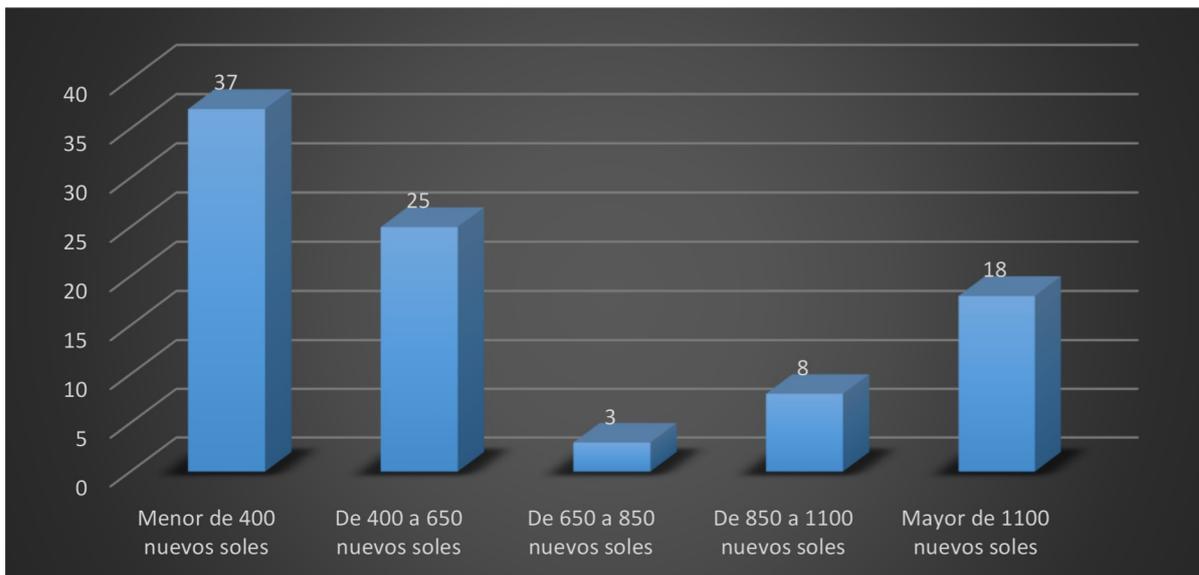
**Fuente:** Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. Vílchez M, aplicado a los adultos. Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024

**FIGURA 6: SEGÚN OCUPACIÓN DE LOS ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA\_CARHUAZ, 2024**



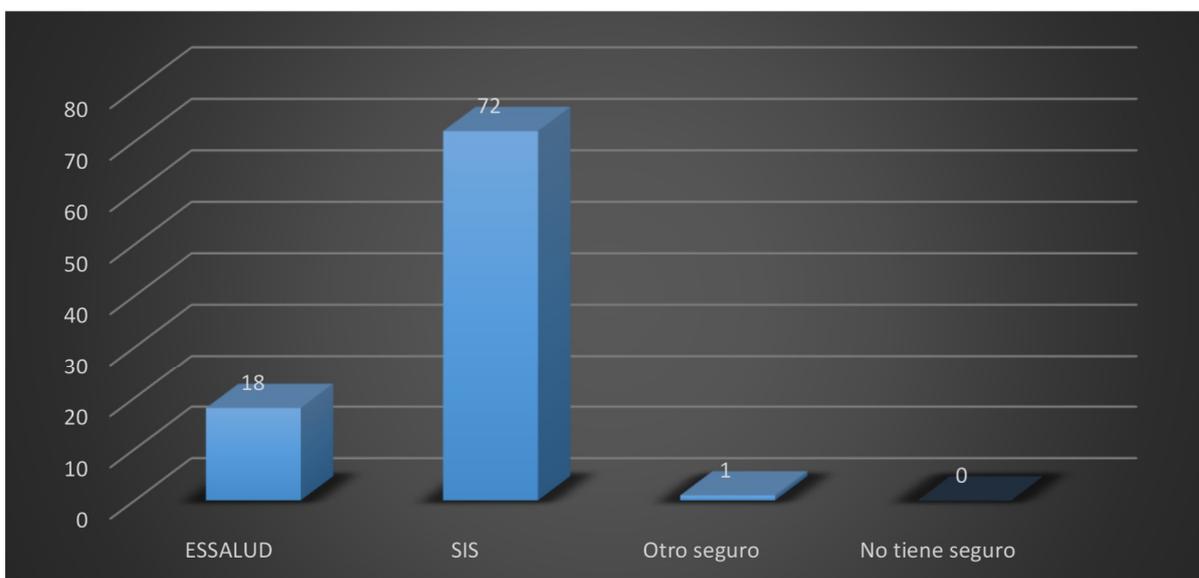
**Fuente:** Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. Vílchez M, aplicado a los adultos. Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024

**FIGURA 7: SEGÚN INGRESO ECONÓMICO DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA\_CARHUAZ, 2024**



**Fuente:** Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. Vílchez M, aplicado a los adultos. Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024

**FIGURA 8: SEGÚN TIPO DE SEGURO DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA\_CARHUAZ, 2024**



**Fuente:** Cuestionario de Factores sociodemográficos del adulto, elaborado por Dra. Vílchez M, aplicado a los adultos. Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024

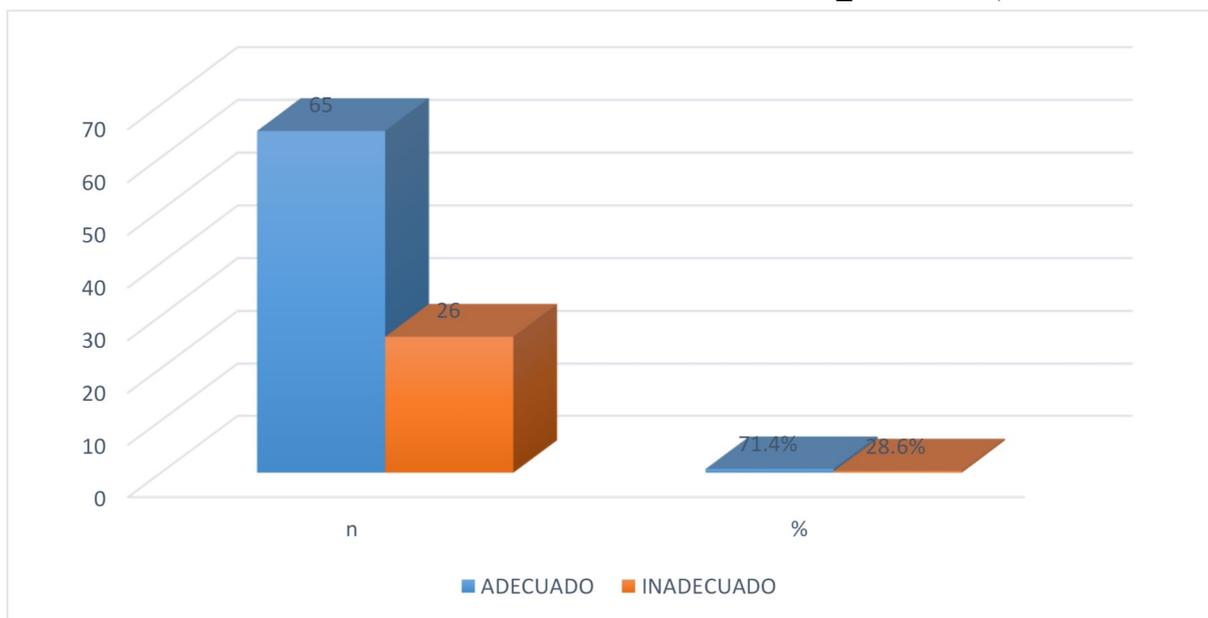
**TABLA 3**  
**ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD EN EL ADULTO**  
**DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA\_CARHUAZ, 2024**

<b>ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
INADECUADO	26	28,6
ADECUADO	65	71,4
<b>Total</b>	<b>91</b>	<b>100,0</b>

**Fuente:** Cuestionario sobre Acciones de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por Dra. Vílchez M, Aplicado a los adultos del centro poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024

**FIGURA DE LA TABLA 3**

**FIGURA 9: ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD EN EL ADULTO DEL CENTRO POBLADO COCHAPAMPA\_CARHUAZ, 2024**



**Fuente:** Cuestionario sobre Acciones de Prevención y Promoción de la salud, elaborado por Dra. Vílchez M, Directora de la presente línea de Investigación y en la parte estadística desarrollado por el Ing. Miguel Ipanaqué. Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024

**TABLA 4**

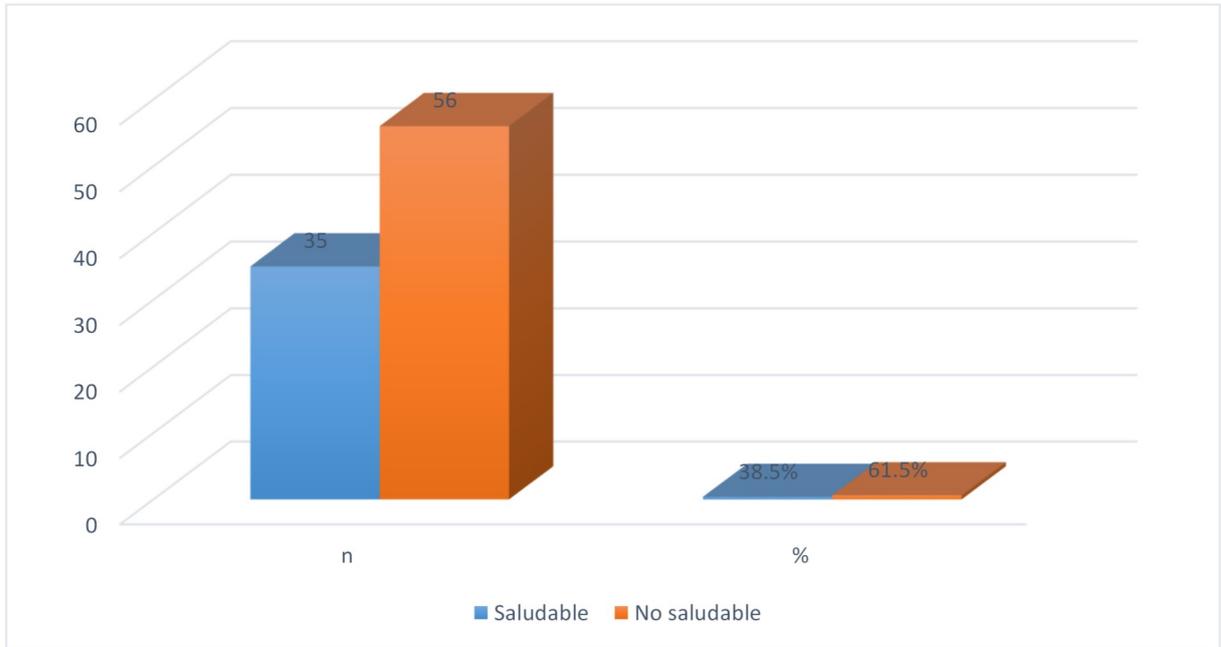
***ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA\_CARHUAZ, 2024***

<b>ESTILOS DE VIDA</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
No saludable	56	61,5
Saludable	35	38,5
<b>Total</b>	<b>91</b>	<b>100.0%</b>

**Fuente:** Cuestionario Estilo de Vida, elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A, Gil C. aplicado a los adultos del Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024

**FIGURA DE LA TABLA 4**

***FIGURA 10: ESTILO DE VIDA DEL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA\_CARHUAZ, 2024***



**Fuente:** Cuestionario Estilo de Vida, elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A, Gil C. aplicado a los adultos del Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024

**TABLA 5**

**RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS Y ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA\_CARHUAZ, 2024**

Sexo	ESTILO DE VIDA						CHI CUADRADO		
	No saludable		Saludable		TOTAL		x2=	2.2280	gl= 1
	n	%	n	%	n	%			
Masculino	33	36.3%	26	28.6%	59	64.8	P=	0.149265	> 0.05
Femenino	23	25.3%	9	9.9%	32	35.2			
<b>TOTAL</b>	<b>56</b>	<b>61.5%</b>	<b>35</b>	<b>38.5%</b>	<b>91</b>	<b>100.0</b>	No existe relación		
Edad	n	%	n	%	n	%	x2=	9.1076	gl= 2
De 18-35 Años	4	4.4%	9	9.9%	13	14.3	P=	0.3017877	> 0.05
De 36-59 Años	17	18.7%	14	15.4%	31	34.1			
De 60 a más Años	35	38.5%	12	13.2%	47	51.6	No existe relación		
<b>TOTAL</b>	<b>56</b>	<b>61.5%</b>	<b>35</b>	<b>38.5%</b>	<b>91</b>	<b>100.0</b>			
Grado de instrucción	n	%	n	%	n	%	x2=	8.5655	gl=3
Analfabeto	19	20.9%	4	4.4%	23	25.3	P=	0.3068009	> 0.05
Primaria	20	22.0%	15	16.5%	35	38.5			
Secundaria	12	13.2%	7	7.7%	19	20.9	Existe relación		
Superior	5	5.5%	9	9.9%	14	15.4			
<b>TOTAL</b>	<b>56</b>	<b>61.5%</b>	<b>35</b>	<b>38.5%</b>	<b>91</b>	<b>100.0</b>			
Religión	n	%	n	%	n	%	x2=	1.8090	gl= 2
Católico	45	49.5%	27	29.7%	72	79.1	P=	0.1409936	> 0.05
Evangélico	9	9.9%	8	8.8%	17	18.7			
Otra	2	2.2%	0	0.0%	2	2.2	No existe relación		
<b>TOTAL</b>	<b>56</b>	<b>61.5%</b>	<b>35</b>	<b>38.5%</b>	<b>91</b>	<b>100.0</b>			
Estado Civil	n	%	n	%	n	%	x2=	13.3559	gl= 4
Soltero	5	5.5%	6	6.6%	11	12.1	P=	0.3831032	> 0.05
Casado	30	33.0%	13	14.3%	43	47.3			
Viudo	8	8.8%	2	2.2%	10	11.0	No existe relación		
Conviviente	6	6.6%	13	14.3%	19	20.9			
Separado	7	7.7%	1	1.1%	8	8.8			
<b>TOTAL</b>	<b>56</b>	<b>61.5%</b>	<b>35</b>	<b>38.5%</b>	<b>91</b>	<b>100.0</b>			
Ocupación	n	%	n	%	n	%	x2=	11.4104	gl= 4
Obrero	26	28.6%	13	14.3%	39	42.9	P=	0.3541029	> 0.05
Empleado	5	5.5%	13	14.3%	18	19.8			
Ama de casa	19	20.9%	6	6.6%	25	27.5	No existe relación		
Estudiante	4	4.4%	2	2.2%	6	6.6			
Otro	2	2.2%	1	1.1%	3	3.3			

TOTAL	56	61.5%	35	38.5%	91	100.0			
<b>Ingreso Económico</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>	x2=	20.2849	gl= 4
Menor de 400 nuevos soles	27	29.7%	10	11.0%	37	40.7	P=	0.47213	> 0.05
De 400 a 650 nuevos soles	17	18.7%	8	8.8%	25	27.5			
De 650 a 850 nuevos soles	3	3.3%	0	0.0%	3	3.3			
De 850 a 1100 nuevos soles	6	6.6%	2	2.2%	8	8.8	No existe relación		
Mayor de 1100 nuevos soles	3	3.3%	15	16.5%	18	19.8			
<b>TOTAL</b>	<b>56</b>	<b>61.5%</b>	<b>35</b>	<b>38.5%</b>	<b>91</b>	<b>100.0</b>			
<b>Sistema de seguro</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	x2=	9.5514	gl=3
ESSALUD	6	6.6%	12	13.2%	18	19.8	P=	0.3239758	>0.05
SIS	50	54.9%	22	24.2%	72	79.1			
Otro seguro	0	0.0%	1	1.1%	1	1.1			
No tiene seguro	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0	No existe relación		
<b>TOTAL</b>	<b>56</b>	<b>61.5%</b>	<b>35</b>	<b>38.5%</b>	<b>91</b>	<b>100.0</b>			

**Fuente:** Cuestionario de factores de sociodemográficos, elaborado por Vílchez M el cuestionario de Estilos de Vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A, Gil C, Aplicado en el Adulto del Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024

**TABLA 6**

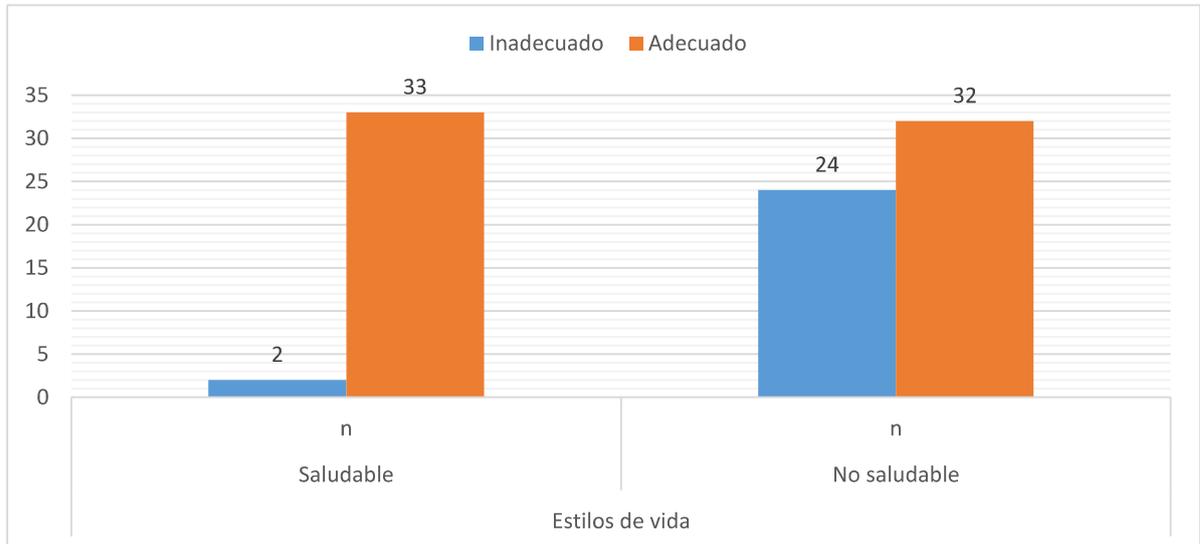
***RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA\_CARHUAZ, 2024***

Acciones de Prevención y Promoción	ESTILO DE VIDA				TOTAL		CHI CUADRADO		
	Saludable		No saludable		n	%	x2=	14.5600	gl= 1
	n	%	n	%					
Inadecuado	2	2.2%	24	26.4%	26	28.6	P=	3.8414	> 0.05
Adecuado	33	36.3%	32	35.2%	65	71.4	No existe relación		
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>38.5%</b>	<b>56</b>	<b>61.5%</b>	<b>91</b>	<b>100.0</b>			

**Fuente:** Cuestionario de acciones de prevención y promoción, elaborado por Vílchez M, y de Estilos de Vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A, Gil C, Aplicado en el Adulto. Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024

### FIGURA DE LA TABLA 6

*FIGURA 11: RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILO DE VIDA EN EL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA\_CARHUAZ, 2024*



**Fuente:** Cuestionario de prevención y promoción de la salud, elaborado por Dra. Vílchez M, el cuestionario de Estilos de Vida elaborado por Serrano M, Boada J, Vigil A, Gil C, Aplicado en el Adulto del Centro Poblado Cochapampa\_Carhuaz, 2024

## V. DISCUSIÓN

**Tabla 2.** Del 100% (91) adultos del Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, el 64,8% (59) son de sexo masculino; el 51,6% (47) tienen de 60 años a más; el 38,5% (35) tienen un grado de instrucción de nivel primaria. El 79,1% (72) profesan la religión católica; el 47,3% (43) son casados; El 42,9% (39) son obrero; el 40,7% (37) tienen un sueldo menor de 400 nuevos soles y el 79,1% (72) cuentan con Seguro Integral de Salud (SIS).

En los resultados encontrados en la investigación de los adultos del Centro Poblado de Cochapampa la mayoría de los adultos son de sexo masculino, existen estudios que se asemejan de Ascona E, (18) titulada: *Relación entre estilos de vida y promoción de la salud en la población adulta de Barranquilla, Colombia 2023*. Donde se encontró en sus resultados que los adultos tienen edades en su mayoría de 60 a 68 años 57%, de sexo masculino 61.6%. Por otra parte, en el estudio realizado que difiere por Baylon J. (59) *Estilo de vida relacionado con los factores biosocioculturales del adulto de la localidad de Tarmatambo – Junín, 2021*. El estilo de vida es poco adecuado en el 47.8% de los adultos y es mayor en las que son adultos de sexo femenino 77,3% respecto a los adultos de sexo masculino 33,7%.

De ello podemos inferir que en esa comunidad los adultos del centro poblado de Cochapampa se observó que tienen el rol de solventar en lo económico y tienen la potestad de velar por la familia, además los adultos varones son los que acuden a las reuniones o asambleas que se desarrolla en la comunidad. De igual se observó que los varones están ligados a la cultura antigua ya que prima el machismo, en algunos casos las mujeres no tienen el mismo poder en toma de decisiones.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) (60). el sexo define a las particularidades biológicas y anatómicas que explican y distinguen a hombres y mujeres; no obstante, cabe puntualizar que ciertas particularidades no son tan ajenas de una de las otras, debido a que hay personas que comparten dichas características tanto como la de los varones y la de mujer a la vez.

En cuanto las edades más de la mitad de los adultos comprenden de 60 años a más, de acuerdo a los datos obtenidos, ello tiene que ver que durante la entrevista se encontró solo a los adultos mayores en casa, al cuidado de la casa y de los nietos, además ellos manifiestan que ya no salen de la casa por motivos de tienen problemas en las articulaciones, que les impide a

movilizarse y tienen miedo a caerse, además sus hijos no dejan que salgan de la casa. En cuanto a edad más de la mitad de los adultos del centro poblado tienen de 60 años a más, en relación al estudio que se asemeja desarrollado por Yaulema L, et al. (20) Investigación titulada: estilos de vida en adultos que acuden a las parroquias rurales del cantón Riobamba, Chimborazo, Ecuador 2021, donde el resultado comprende que el promedio de edad de adultos es de 67,44 años en dicho estudio.

Según INEI de acuerdo con las proyecciones de población al año 2023, en nuestro país existen 4 millones 598 mil personas de 60 y más años de edad, las cuales representan el 13,6% de la población total del país. Según sexo, el 52,4% de los adultos mayores son mujeres (2 millones 412 mil) y el 47,6% hombres (2 millones 187 mil). Por grupo de edad, se aprecia que el 4,0% tienen de 60 a 64 años, 3,2% de 65 a 69, 2,5% de 70 a 74 años de edad, 1,7% de 75 a 79 años y el 2,1% de los adultos mayores tienen de 80 a más años de edad (62).

Como bien sabemos a esta edad los adultos están más propensos a algunas enfermedades no transmisibles (ENT), algunos adultos tienen el concepto de que la enfermedad es inmediata, pero el proceso de los males es un proceso, probablemente todo los males resulten cuando ya son adultos mayores, de ello también podemos inferir que en el centro poblado de Cochapampa predomina los adultos antes mencionado por que los jóvenes se encuentran en el exterior de dicho lugar por motivos de trabajo, para el bienestar de sus familias y en algunos casos por motivos de estudio.

Los resultados encontrados en cuanto al grado de instrucción de los adultos del centro poblado de Cochapampa, menos de la mitad tienen grado de primaria, así mismo los resultados de esta investigación se asemejan de Carvalho A. (19) Relación entre el estilo de vida y los determinantes sociodemográficos en los adultos, Brasil 2022”, los adultos tuvieron un grado de instrucción primaria el 40,6%, religión católica el 46,1%.

Así mismo, los adultos no priorizaron lo que es el estudio, manifiestan; ciertos factores como falta de apoyo, falta de recursos y en algunos casos a las mujeres; los padres le decían para que vas a estudiar, el hombre te va a mantener, la mujer está para ser ama de casa, ciertas creencias machistas que amilanaba para no culminar los estudios, pero como bien se sabe la educación es primordial para el desarrollo personal y de la comunidad, ello conlleva menos oportunidad en acceder a mejores oportunidades de trabajo y generar un ingreso económico sustentable para vivir en condiciones óptimas, de igual manera según INEI el nivel de

educación alcanzado, el 39,8% de las personas adultas mayores del país tiene educación primaria, 29,6% secundaria, 10,5% educación superior universitaria 7,0% superior no universitaria y el 13,1% educación inicial o sin nivel educativo.

El grado de instrucción es la capacidad de cada ser humano de terminar los años escolares y superiores para ir adquiriendo nuevos conocimientos integradores en el orden social, lo que le permitirá un mejor desarrollo y mejorar tanto en el ámbito personal y grupal, así demostrando sus cualidades y capacidades cognitivas, teóricas, procedimentales y actitudinales de los adultos del centro poblado de Cochabamba (63).

En lo referente a la religión de los adultos del centro poblado de Cochabamba, la mayoría profesan la religión católica, donde los entrevistados comentaban que profesan esta religión por tradición familiar o costumbres que tenían desde la niñez. Por otro lado, existe un porcentaje de entrevistados que tienen otro tipo de religión como evangélico y cristianismo, donde cada uno de ellos tiene creencias que les representa o como otros entrevistados que no prefieren profesar ningún tipo de religión.

En la religión, se establece la libertad de pensamiento y conciencia. La religión establece los límites de su alcance, así como las restricciones. Se establece la prohibición de restringir este derecho por motivos que no sean óptimos para preservar principios fundamentales en la democracia del respectivo país, por lo que sí es permisible establecer restricciones que tengan como objetivo la protección de los principios de estas sociedades, y uno de estos principios es la salud pública. Por tanto, es válido según el convenio establecer restricciones en este sentido, pues la legitimidad radica en entender que son necesarias las suspensiones de ciertos eventos de índole religiosa con motivo de preservar la salud pública (63).

Respecto al ingreso económico de los adultos del centro poblado de Cochabamba, podemos decir que menos de la mitad tienen un ingreso económico menor a 400 nuevos soles, al tener este ingreso económico no van a poder contar con una alimentación saludable. Según los adultos al no tener un ingreso económico sustentable no les permite tener una canasta familiar que atribuya alimentos nutritivos para toda la familia, el ingreso económico solo cubre para pagar las necesidades básicas como pago de servicios. Por otro lado, hay adultos que no tienen trabajo estable donde ellos no cuentan con beneficios y solo viven de trabajos diarios.

En cuanto al sistema seguro la mayoría de los adultos cuentan con seguro integral de salud (SIS), así mismo el estudio desarrollado por Pretell J, (28) tiene semejanza en su

investigación “factores sociodemográficos y el estilo de vida de los adultos del Asentamiento Humano 3 de Octubre-Nuevo Chimbote, 2023”. el 52,6% son de sexo femenino, el 50.6% tienen grado de instrucción secundaria, del 47.1% su estado civil es casado y el 61.4% tienen SIS. El 68.6% tienen un estilo de vida no saludable. Conclusión: factores sociodemográficos la mayoría cuentan con SIS.

Según INEI de acuerdo con el tipo de seguro de salud, el 54,2% de los adultos acceden al Seguro Integral de Salud (SIS), 30,9% al seguro social de salud (EsSalud) y el 4,2% otro tipo de seguro de salud. Por sexo, se aprecia que el 56,3% de las mujeres y el 51,8% de los hombres adultos, cuentan en mayor proporción con el SIS; en tanto, el 30,2% de mujeres y 31,6% de hombres adultos acceden a EsSalud; mientras que, solo el 3,7% de mujeres y 4,8% de hombres adultos tienen otro tipo de seguro de salud (62).

En cuanto al tipo de seguro la mayoría de adultos cuentan con SIS, este tipo de seguro permite a los adultos ser atendidos en los establecimientos de salud de manera gratuita, permitiendo así beneficios económicos, ya que ser atendidos en clínicas particulares es un gasto evidente para los adultos perjudicando su economía, es por ello que el SIS brinda el servicio gratuito.

Los adultos, manifiestan de nada les sirve tener SIS ya que en el centro Poblado la atención es 2 veces a la semana y no hay médicos tampoco medicamentos y las autoridades no se preocupan para mejorar el servicio de salud, además se evidencia que, al no tener estudios superiores, no tener trabajos en sectores públicos o privados los adultos solo cuentan con seguro integral de salud y ello hace que tengan limitaciones en cuanto a las atenciones de las afecciones que puedan presentar en el ciclo de vida.

Por otra parte, los adultos del centro poblado cuentan con (SIS) pero ellos prefieren acudir a centros médicos particulares para ser atendidos lo más antes posible, además de tener un ingreso económico bajo en algunos adultos, hacen todo lo posible para acudir a un centro médico, de todo ello podemos decir que los indicadores en riesgo son el grado instrucción, edad y el ingreso económico.

En cuanto al resultado obtenido de los adultos del centro poblado de cochapampa según la Organización Mundial de Salud (OMS) las afecciones más comunes que se pueda dar en la edad adulta por falta de actividades físicas, alimentación no saludable pueda traer consigo como

diabetes, osteoartritis, depresión y la demencia (ENT) además la adultez es la aparición de varios estados muy complejos que también se conoce como el síndrome geriátrico (61).

Analizando los resultados obtenidos podemos determinar respecto a los factores sociodemográficos la edad, grado de instrucción, ocupación e ingreso económico influyen indirectamente en el bienestar y en la salud; debido al no haber culminado sus estudios secundarios, ello hace que se dediquen a la agricultura y ama de casa, a largo plazo pueda traer consigo problemas de salud, por descuidar el bienestar y comprometer la salud.

Dada las limitaciones de la problemática de los adultos del centro poblado de Cochapampa, es indispensable brindar recomendación y la intervención de las autoridades del municipio y del centro de salud para que tomen medidas oportunas para el bienestar de los adultos y de la comunidad.

**Tabla 3.** Con respecto a las acciones de prevención y promoción en los adultos del centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, del 100% (91) de los adultos el 71,4% (65) tienen acciones adecuadas de prevención y promoción y el 28,6% (26) tienen acciones inadecuadas de prevención y promoción de la salud.

Los adultos del Centro Poblado de Cochapampa respecto a la prevención y promoción de la salud la mayoría tiene acciones adecuadas y menos de la mitad acciones inadecuadas, de igual manera el estudio desarrollado que tiene similitud es de **Zavala M, (27)** Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada \_Bellavista \_Sullana, 2021., 66,4% la mayoría tienen acciones de prevención y promoción adecuadas estilos de vida saludables, de igual manera, el estudio se asemeja con la del **Cumplido M, (32)** en su tesis titulada “Factores Sociodemográficos y las acciones de Prevención y Promoción con el comportamiento de la salud: Estilos de vida en el adulto de la Urbanización Bellamar II Etapa “Jirón Las Palmeras 2021”. Donde la mayoría de los adultos tiene acciones adecuadas el 67,8% y menos de la mitad tienen acciones inadecuadas que representa el 32,2% de los adultos.

Por ello podemos decir que los adultos tienen claro de cuán importante es estar informado de los problemas que más se presenta en la comunidad o en su familia así ellos previenen algunas enfermedades que se puede presentar a futuro. En ello podemos inferir que los adultos tienen la idea; al vivir en el campo aún están ajenos a las afecciones ya que ellos se

inculcan de cómo prevenir algunos males ya sea personales o comunidad que se pueda presentar a futuro, uno de los pobladores nos hace mención que aún prevalece las costumbres de los antepasados, pero a medida van pasando los años se va perdiendo dicha costumbre, pero sin embargo un porcentaje menor no toman interés se evidencia que hay adultos que no toman interés para mejorar su condición de vida y estado de confort.

Las malas acciones de prevención y promoción no tienen beneficios para el adulto debido a que no previenen enfermedades no transmisibles que empiezan a desarrollarse en el cuerpo esto a causa de una mala conducta en la salud, entre ellos tenemos una mala alimentación, el consumo de alimentos no saludables y que no tienen ningún aporte nutricional, por otro lado también el consumo de tabaco y alcohol, no realizar actividad física, dormir menos de las horas adecuadas, estos son uno de los factores que perjudican la salud del adulto, se puede apreciar que menos de la mitad de adultos no mantienen buenas acciones de prevención y promoción.

En cuanto la acción tiene que ver mucho la nutrición, tiene un rol muy importante para el buen desarrollo y mantener el equilibrio del organismo y así pueda funcionar todos los órganos en balance homeostático, del mismo modo el desarrollo de la absorción de los nutrientes, como es la digestión o metabolismo. De la misma forma, la nutrición es una fuente que está involucrado en la síntesis de los alimentos que el ser humano consume, los beneficios y el aporte para así preservar la salud humana (65).

Así mismo el resultado obtenido difieren por Flores Y (31), en su investigación titulada Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto en el barrio de Vista Florida\_Pomabamba, 2021 donde el 90.5% tienen acciones de prevención y promoción de la salud no adecuadas respecto al 9.5% de acciones adecuadas; el 92.2% con estilos de vida saludable.

La Organización Mundial de la Salud, el enfoque integral o “La promoción de la salud” es un concepto que tiene el fin principal un afianzamiento tanto de las habilidades o capacidades de los usuarios para poder dar un principio de una determinada actividad, y además la fortaleza que tiene la sociedad para poder accionar de una forma global con un solo objetivo que es de realizar mediadas auto protectoras en lo que determinantes de Salud (64).

En la entrevista que se realizó los adultos indicaron que no siempre se dedican a las actividades físicas debido a su trabajo. Por otro lado, al analizar las habilidades para la vida de los adultos, informaron que casi siempre les gusta apoyar y escuchar a los necesitados, como

también enfrentó problemas de seguridad y se volvió muy favorece el estado emocional de la persona porque se siente bien en ayudar a los demás y defender sus derechos es una habilidad en cierto modo, contribuirá al estado de salud de los adultos.

Cuando se trata de actividad física, muchos adultos dicen que no realizan actividad física ni determinados deportes, el cual se conoce que la actividad física es muy importante para la salud, tiene como beneficios mantener un peso ideal, fortalecer huesos y músculos, como también aumenta las posibilidades de vivir una vida más larga, otras de sus importancias prevenir enfermedades cardiovasculares, enfermedades degenerativas como el cáncer y diabetes, es por ello la importancia de realizar actividad física ya que se previene enfermedades y se mantiene un cuerpo saludable.

Según la Organización Mundial de la salud (OMS), (23). La actividad física es una de las prácticas que más se asocia con condiciones de vida saludable, a diferencia del sedentarismo, la mala alimentación y el tabaquismo, que son factores que inciden negativamente en la salud, especialmente en las enfermedades crónicas no transmisibles.

De acuerdo a la salud sexual y reproductiva los adultos mencionan que no siempre se protegen, no se informan sobre los métodos anticonceptivos como también no realizan examen médico a menos que tengan algún problema de salud. Es importante que los adultos conozcan sobre los métodos anticonceptivos cuyo objetivo es prevenir enfermedades de transmisión sexual, de la misma manera la importancia de realizarse los exámenes médicos o control médico, esto permite reducir o detectar a tiempo ciertas enfermedades el cual se pueden dar una solución y evitar posibles tragedias en los adultos, es por ello que es fundamental que conozcan los beneficios de los métodos anticonceptivos y el examen médico.

De acuerdo a su higiene bucal los adultos indican que no usan otros tipos de enjuagues bucales más que el Colgate, no se realizan exámenes odontológicos a menos que tengan alguna molestia o un diente en mal estado, consumen bebidas como gaseosas y jugos, en ciertas ocasiones consumen tabaco y alcohol, lo que indica que la mayoría de adultos no cuida en su totalidad su higiene bucal.

Con respecto a la salud mental y cultura de paz, los adultos indican que, si se sienten satisfechos consigo mismo, en los que han hecho y lo que hacen, sienten que están haciendo las cosas bien, mencionan que la vida que llevan no es lujuriosa pero que aprecian lo que tienen y

valoran mucho, pero no piensan que sea malo siempre buscan salir adelante y tienen una actitud positiva de sí mismo.

Algunos de los adultos menciona que tienen carros y que usan el cinturón de seguridad, algunos adultos no usan el teléfono cuando están manejado pero los demás adultos mencionaron que si lo usan y son conscientes de que no deben hacerlo porque pueden poner en riesgo su vida y de las demás personas, por otra parte mencionan que al cruzar la pista la mayoría espera que el semáforo este en verde para que puedan cruzar pero por otro lado hay adultos que mencionan que a veces cruzan las pistas sin esperar a que el semáforo cambien, el cual nos da a entender que los adultos están poniendo su vida en peligro al cruzar las pistas de manera imprudente.

Del resultado que se obtuvo podemos inferir que la mayoría de los adultos poseen actitud adecuada sobre la prevención y promoción de la salud, ello quiere decir que los adultos tienen esa facultad de tomar decisiones respecto de cómo mejorar su alimentación, también poner énfasis en lo que es las actividades de ejercicio, además estar informado de fuentes confiables relacionados sobre de cómo prevenir o tener un estilo de vida saludable.

Una de las implicancias con el personal de salud es poner énfasis en mejorar las acciones de los adultos del Centro Poblado, la información debe estar orientado de promoción y prevención; prevenir algunas enfermedades que les dificulte algunas actividades en su etapa de vida. De la misma manera es muy importante que los adultos tengan una idea que es el autocuidado, sean conscientes que las malas acciones les puede causar alguna anomalía en el futuro. La actitud es indispensable porque permite tener una calidad de vida, libre de enfermedades metabólicas y cardiovasculares.

**Tabla 4.** En cuanto a los estilos de vida de los adultos del centro poblado de cochapampa, del 100% (91) de los adultos el 61.5% (56) llevan un estilo de vida no saludable, mientras el 38.5%(35) tienen un estilo de vida saludable.

Los adultos del Centro Poblado de Cochapampa se evidencio que la mayoría no tienen un estilo de vida no saludable, es así que existen estudios que se asemejan al de Suarez D (20), en su investigación titulado “Factores que influyen en el estilo de vida de los adultos en la ciudadela Virgen Del Carmen - Ecuador 2022” en su resultado indican que en relación con la variable estilos de vida en los adultos, el 78% revela tener un estilo de vida no saludable y el

22% mantiene estilos de vida saludables, lo que significa que los adultos están inmerso a estilos de vida no saludable y desconocen la buena práctica sobre estilos de vida saludable.

Los adultos del centro poblado de Cochapampa, con base en información procesada se puede definir que la mayoría de los adultos llevan un estilo de vida no saludable, lo que significa que depende de sus hábitos diarios para mantenerse en buen estado, cuanto a la actividad física, no siguen una programa de ejercicios planificados, ejercicio que implique movimientos corporales, no manejan el estrés; y también las relaciones interpersonales, pocas veces interactúan con los demás y no tiene responsabilidad con su salud.

Respecto a la alimentación no es óptima para desarrollar sus actividades diarias, ellos mencionan que no siempre consumen alimentos con valor nutricional por diferentes razones como salir al campo a trabajar o pastar sus ganados, solo llevan algún fiambre que no es una alimentación óptima para el organismo, además mencionan que solo toman desayuno y no acostumbran hacer el almuerzo, tampoco realizan actividades físicas, el relato de un poblador es “Mi persona no va a chequearse al hospital hace muchos años, tampoco hago actividades física, mi alimentación es sin restricción, estoy un poco subido de peso pero me siento tranquilo con mi aspecto físico y además de algo tenemos que morir, solo disfruto mi vida”; a comparación del porcentaje menor tienen sus propios productos fácil de acceder a ello por ser una zona agrícola y productora de los alimentos básicos. También podemos mencionar un porcentaje menos considerable de los adultos tienden a practicar deporte todos los fines de semana.

En ello podemos enfatizar que tener un estilo de vida saludable es estar en óptimas condiciones para realizar las actividades cotidianas, pero los adultos nos hacen mención que a veces no se refleja la realidad de sus estilos de vida de cada familia, en ese aspecto se les suma a los adultos que poco o nada les interesa tener una un estilo de vida ordenada.

Por otra parte, el resultado obtenido difiere en su investigación desarrollado por Regalado T (66) en su investigación que tiene como título estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Callima- Pariacoto- Huaraz, 2023, obteniendo como resultado que el 84.40% de los adultos en estudio mantienen estilos de vida saludables y relación a estilos de vida no saludable que representa un porcentaje de 15,6%, los factores biosocioculturales, el 52.2% son adultos maduros, el 44.4% de sexo femenino.

Según la OMS el estilo de vida es una definición donde hay dos dimensiones como; el estilo de vida saludable y no saludable, ello tiene que ver mucho con el actuar de cada persona, su rutina, cultura, lo fisiológico y metabólico. En ello es muy importante mencionar que la vida sedentaria o la mala alimentación conlleva enfermedades que están relacionadas al fallo de algunos órganos, además están relacionadas con los que es aspectos físicos y psicológicos (67).

Los estilos de vida del adulto mayor holísticamente, en el matriz comprenden cuatro factores; responsabilidad hacia la salud, actividad física, nutrición y crecimiento espiritual y relaciones interpersonales. Por ello es muy importante que los adultos tengan una filosofía de llevar un estilo de vida ordenada, saludable ya que al obviar todo lo bueno repercutirá con las enfermedades ya sea metabólicas o cardiovasculares, según los resultados de la Encuesta Nacional de Hogares (ENAH) señalan que el 80,0% de los adultos mayores a nivel nacional padecen de problemas de salud crónico, tales como, artritis, hipertensión, asma, reumatismo, diabetes, TBC, colesterol, entre otros. Según sexo, el 85,1% de las mujeres y el 74,2% de hombres adultos mayores, padecen de algún problema de salud crónico.

Los adultos relatan al tener días libres tienen la costumbre de salir a la ciudad a pasear y comer en la calle toda la familia, ya que ellos lo ven de una manera de distracción después de trabajar por largas jornadas, además nos hacen saber que no consumen mucha fruta por el incremento de los costos y es escaso en dicho lugar, ello les dificulta consumir frutas más continuo.

Para enfatizar en cuanto a los resultados, los adultos al no llevar un estilo de vida saludable están predispuestos a tener enfermedades como la diabetes, hipertensión, obesidad y colesterol alto (ENT) todo ello debido al consumo de alimentos altos en grasa, deficiente valor nutritivo y no tener la costumbre de realizar las actividades físicas. En cuanto a su salud de los adultos del centro poblado de cochapampa no suelen asistir a sus controles médicos, aun lo hacen cuando tienen dolencias fuertes, cuando no calma con las pastillas que compran de la botica, refieren que tiene tiempo para acudir por los trabajos en el campo o tienen otras responsabilidades lo cual les impide acudir al centro de salud más cercano.

Las limitaciones en cuanto al resultado es que los adultos al no llevar un estilo de vida saludable están expuestos a tener enfermedades como Enfermedades no transmisibles (ENT) como son hipertensión, diabetes, sobre peso, obesidad colesterol alto, debido al consumo de alimentos altos en grasas y con bajo valor nutritivo y la falta de actividad física, pueden ser

uno de los principales factores que ocasionen estas enfermedades en los adultos del centro poblado de Cochapampa.

**Tabla 5.** Al realizar la relación entre factores sociodemográficos y estilos de vida de los adultos del centro poblado de Cochapampa, el 64,8% (59) son de sexo masculino y 36,3% llevan un estilo de vida no saludable, así mismo el 51,6% (47) comprende la edad de 60 a más años, en ello el 38,5% tienen estilo de vida no saludable, el 38,5% (35) tienen grado de instrucción primaria y el 22,0% tienen un estilo de vida no saludable, de la misma manera el 79,1% (72) profesan la religión católica y el 49,5% tienen estilo de vida no saludable, respecto al estado civil el 47,3% (43) son casados y el 33,0% tienden a llevar un estilo de vida no saludable, por otro lado en cuanto a la ocupación el 42,9% (39) son obreros y el 28,6% llevan un estilo de vida no saludable, de la misma forma el 40,7% (37) tienen un ingreso económico menor de 400 soles y el 29,7% llevan un estilo de vida no saludable y finalmente en cuanto al sistema de seguro el 79,1% (72) cuentan con seguro SIS, de los cuales el 54,9% llevan un estilo de vida no saludable.

La relación entre los factores sociodemográficos y estilos de vida se concluye que respecto a la edad se dio el resultado  $\chi^2=9.1076/P=5.9914$   $gl=2$ ,  $sig=0.039$ , siendo el valor ( $p>0,05$ ), por ello no existe relación estadísticamente entre las dos variables, de igual manera respecto al grado de instrucciones, estado civil, ocupación, ingreso económico y sistema de seguro tampoco existen relación estadísticamente entre ambas variables, el sexo  $\chi^2=2280$ ,  $gl=1$ ,  $sig=0.038$  y religión  $\chi^2=1.8090$ ,  $gl=2$ ,  $sig=0.038$  de ello podemos inferir que el nivel de significancia es menor al 5% por ende no existe relación estadísticamente significativa respecto a estilos de vida.

Así mismo el estudio desarrollado se asemeja con la investigación de Giraldo E, (30) cuyo título “Factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida en el Adulto del Centro Poblado de Unchus\_Huaraz, 2021”. Donde no existe relación estadísticamente significativa entre los factores sociodemográficos y estilos de vida.

El modelo de promoción de la salud de Nola Pender explica que los humanos buscan un sentido de responsabilidad por su propio bienestar y prestar atención para su salud y para estar informado o educado con la ayuda de profesionales que pueden ayudar a mejorar ellos mismos y su futuro en entorno familiar (36).

Respecto al estudio realizado se relaciona con la edad, en esa edad los adultos están enfocados al trabajo; la mayoría de ellos, por ende, el aspecto físico lo obvian, como es realizar caminatas, deporte alguna actividad recreativa etc. como bien se sabe al realizar todo ello se reduce algunas enfermedades cardiovasculares, mejora la circulación y fortalece el corazón, ello contribuye una buena salud y la tranquilidad de los adultos.

En cuanto al grado de instrucción está relacionado a tener un estatus de nivel de atención en cuanto a la salud de cada uno de los adultos, la realidad que se percibe es que al tener mejor nivel académico hay más facilidades en cuanto al acceso al sistema de salud, por ello los adultos del centro poblado de cochapampa de acuerdo a los resultados obtenidos el porcentaje no favorece aun acceso de mejores beneficios en cuanto a la salud, los adultos manifiestan que la atención es deficiente, al acudir al centro de salud solo nos brindan pastillas que no cesan el dolor o los males que presentan los adultos, a ello se agrega lo que se observa la deficiente practica en cuanto lo que es los estilos de vida.

Por otro lado, la investigación de Flores K, (24) tiene similitud cuyo título es estilos de vida y factores sociodemográficos en los adultos del caserío Santa Rosa – Tambogrande - Piura, 2023. Conclusión: no hay relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores socioculturales.

El estudio desarrollado por Elizondo J. (68) en Madrid donde nos da conocer que la actividad física está muy arraigada en dicha población, ello se está haciendo cada vez sedentaria, a pesar de programas emprendidos por las autoridades, además mencionan que la vida sedentaria está asociado al sexo femenino, mayor edad y nivel socioeconómico en los adultos, los resultados obtenidos no están ajena de los adultos del centro poblado de cochapampa.

Del mismo Elizondo J. en su estudio menciona respecto al modelo de promoción de la salud de Nola Pender, donde los seres humanos tienden a buscar su propio bienestar con el fin de mejorar su ciclo de vida, alcanzar el bienestar, pero no todas las personas logran comprender u obvian de llevar un estilo de vida saludable, una adecuada promoción de la salud es un factor para evitar ciertas complicaciones futuras (68).

De esta manera podemos inferir que los variables antes mencionados son importantes en el bienestar la vida de los adultos, por ello sería importante recomendar a los adultos a potenciar cada parte de sus vidas formando un espacio de tranquilidad que puedan brindar a quienes carecen de esta estabilidad, demostrando de esta manera la práctica de la solidaridad y amor al

prójimo, asimismo tener en cuenta la importancia del sistema de salud. Además, factores sociodemográficos y estilos de vida determinan el perfil que tiene la personas en donde refleja si tiene buenas practicas saludables como también el de mantener su estabilidad emocional, ya que esto puede afectar en la autoestima de los adultos del centro poblado de Cochapampa.

Las limitaciones al no incorporar actividades preventivas promocional con la finalidad de mejorar su estilo de vida de los adultos, así también incorporar de actividades deportivas. Así, se ha encontrado que los adultos que conviven con sus familiares presentan mayores niveles de salud mental, física y emocional en comparación con aquellos que viven solos.

**Tabla 6.** En cuanto a la relación entre acciones de prevención y promoción y estilos de vida en los adultos del centro poblado de Cochapampa del 100% (91), el 71,4% (65) tiene acciones adecuadas y el 36,3% llevan un estilo de vida saludable.

En ello encontramos que al relacionar las acciones de prevención y promoción de la salud con estilos de vida en el adulto se halló como resultado  $\chi^2=14.5600$ ,  $gl=1$ ,  $sig=0.00$  siendo el valor de ( $p<0,05$ ), podemos inferir que no existe relación estadísticamente entre ambas variables.

El presente estudio realizado en lo adultos del centro poblado de Cochapampa, en cuanto a los resultados obtenidos tiene semejanza con la investigación elaborado por Zavala M, (27) Investigación titulada: Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada \_Bellavista \_Sullana,2021. Donde concluyo casi todos tienen acciones de prevención y promoción adecuadas estilos de vida saludables. La relación entre acciones de prevención y promoción y estilo de vida, mostro relación significativa entre ambas variables.

Al analizar ambas variables y al encontrar que existe relación entre ambas variables, de ello podemos inferir que los adultos tienen una información respecto a lo mencionado y eso hace que tengan un mejor estilo de vida, como bien se sabe que al realizar las actividades físicas y llevando una dieta balanceada para el buen funcionamiento del organismo.

El estudio desarrollado se asemeja al de **Jacinto G**, (29) presente investigación titulado: “Asociación de los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: Estilos de vida del adulto en el Asentamiento Humano Houston\_Nuevo \_Chimbote, 2021”.Conclusion: No existe relación estadísticamente significativa entre las acciones prevención y promoción y estilos de vida.

El modelo de la promoción de la salud de Nola Pender es ampliamente relacionado con los comportamientos humanos, por ende, es importante que la salud y la labor de la persona sean un entorno adecuado que atribuya positivamente y no perjudique su salud como también su estabilidad emocional, ya que se refleja en el comportamiento y acciones que ejerce ante situaciones de estrés. Al mismo tiempo, mantener una vida saludable es importante para el ser humano, sobretodo porque implica asuntos como el ejercicio, alimentación adecuada, descanso, recreación y actividad social, a fin de prevenir enfermedades que amenacen su salud (69).

Es importante añadir que los adultos del centro poblado de Cochapampa conserven una buena esperanza de vida lo que es bueno ya que se encuentran más tranquilos y contentos lo que va a provocar que tengan una vida larga, amena y sobre todo saludable, tienen un concepto sobre lo que es prevención y promoción. Por ello, es importante considerar el estado de ánimo de los adultos, ya que estos factores influyen diariamente en su vida, dado el caso si se encuentran frustrados van a presentar cuadros de estrés, lo que va a perjudicar su estabilidad emocional y también el de influenciar en su entorno, ya que no saben controlar estas situaciones de estrés.

Asimismo, hay caso de adultos que no tienen adecuados estilos de vida, ni prácticas de prevención y sobre todo no promueven la salud, ya que a veces no disponen del tiempo necesario o solo hacen caso omiso a toda estas buenas prácticas, que con el tiempo tiene sus propias consecuencias perjudicando así su estado de salud y también su estabilidad emocional, ya que como se sabe, una vida sedentaria es carente de actividad física o también del movimiento por lo que están más propensos a sufrir problemas de salud. Además del consumo excesivo de comida chatarra, por lo que va a sumarse a esos hábitos inadecuados provocando así amenazas a su salud, como ser causantes de diabetes, sobrepeso, problemas digestivos y no ajeno a esto acompañado de fatigas y cuadros de depresión, ya que no cuentan con un buen aspecto físico por causa de una mala alimentación.

Las limitaciones en cuanto a las buenas practicas saludables para prevenir enfermedades futuras a través de la práctica de promoción de la salud, por ello que es fundamental trabajar en conjunto con el Puesto de Salud y las autoridades de dicho centro poblado que velan por los adultos de dicha comunidad, solicitando el apoyo del MINSA u otros sectores de salud con el fin de beneficiar de manera positiva en la vida del adulto como el de su entorno familiar.

## VI. CONCLUSIÓN

- Dentro de los factores sociodemográficos de los adultos del Centro Poblado de Cochapampa, en los resultados se encontró que la mayoría de los adultos cuentan con seguro SIS y profesan la religión católica; más de la mitad son de sexo masculino, la mayoría tienen edades que comprenden de 60 años a más; menos de la mitad un sueldo menor de 400 soles, son casados, tienen un grado de instrucción de nivel primario y son amas de casa.
- Respecto a las acciones de prevención y promoción de la salud de los adultos del Centro Poblado de Cochapampa, se encontró que la mayoría de los adultos tiene acciones adecuadas de prevención y promoción, un porcentaje considerable tiene acciones inadecuadas.
- Respecto a la variable estilos de vida; en los resultados se encontró que la mayoría de los adultos tienen estilos de vida no saludable; un porcentaje considerable tiene estilo de vida saludable.
- Luego de realizar la prueba del Chi cuadrado entre los factores de sociodemográficos y estilos de vida de los adultos del centro poblado de Cochapampa se obtuvo que no existe relación estadísticamente significativamente entre estilo de vida; edad, grado de instrucción, estado civil, ingreso económico, sexo, religión y seguro.
- Luego de realizar la prueba del Chi cuadrado de la prevención y promoción de la salud con estilo de vida de los adultos se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

## **VII. RECOMENDACIONES**

- Hacer saber los resultados a las autoridades del centro poblado de Cochapampa, con el fin de sensibilizar a los adultos así poder generar estilos de vida saludable, además que asistan al centro de salud para sus exámenes anuales con el fin de disminuir algunas enfermedades futuras que se pueda dar en el adulto.
- Sugerir al puesto de salud de Cochapampa, que continúen desarrollando lo que es la promoción y prevención, así evitar males que les puedan impedir sus actividades cotidianas, concurriendo a todos sus sectores pertenecientes al Centro Poblado, en ello se podrá dar a conocer los temas relacionados de cómo mejorar la salud.
- Sociabilizar los resultados y conclusiones obtenidos de la investigación a los adultos en el centro poblado de Cochapampa, con el objetivo de que los adultos participen en la creación de actividades sobre acciones de prevención y promoción así poder mejorar los estilos de vida de los adultos.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Panamericana de la Salud. Día Mundial de la Salud 2024 - “Mi salud, mi derecho” - OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud [Internet]. OPS. 2024 [cited 2024 Mar 29]. Available from: <https://www.paho.org/es/campanas/dms-2024>
2. Organización Panamericana de la Salud. 75 años mejorando la salud pública [Internet]. [cited 2024 Mar 29]. Available from: <https://www.who.int/es/campaigns/75-years-of-improving-public-health>
3. Organización Mundial de la Salud. Estadística mundial de salud 2023: un resumen visual. [Internet]. World Health Organization. 2023 [cited 2024 Mar 29]. Available from: <https://www.who.int/data/stories/world-health-statistics-2023-a-visual-summary>
4. Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de Salud | Nuevas estrategias y planes para mejorar la salud en las Américas son consideradas por países que integran el Comité Ejecutivo de la OPS [Internet]. [cited 2024 Mar 29]. Available from: <https://paho.org/es/noticias/26-6-2023-comite-ejecutivo-ops-inicia-debate-sobre-estrategias-politicas-para-mejorar>
5. Organización Panamericana de la Salud. OPS-Taller estrategia de promoción de la salud de los trabajadores en América Latina y el Caribe temas: empresas, centros y puestos de trabajo saludables 2023 [Internet]. [cited 2024 Mar 29]. Available from: <https://www.binasss.sa.cr/opac-ms/media/digitales/Estrategia%20de%20promoci%C3%B3n%20de%20la%20salud%20en%20los%20lugares%20de%20trabajo%20de%20Am%C3%A9rica%20latina%20y%20el%20Caribe.pdf>
6. ANIBES. FEN | ANIBES | Patrones de estilos de vida. FEN – Fund. Española la Nutr [Internet]. 2021 Mar 2 [cited 2024 Mar 29];1(2020):13–45. Available from: <https://www.fen.org.es/anibes/es/patrones-estilos-vida>
7. Política Nacional de Salud en el trabajo 2019 -2025”. Ministerio de Salud Pública, Dirección Nacional de Ambiente y Salud, Subsecretaría Nacional de Promoción de la Salud e Igualdad, 2019.[Internet].[cited 2024 Mar 29]. Available from: <https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2019/10/MANUAL-DE-POLITICAS-final.pdf>
8. Ministerio de Salud Pública de Cuba. Programa Nacional de Atención Integral al Adulto

- en Cuba apuesta por vejez activa y saludable – Sitio oficial de gobierno del Ministerio de Salud Pública en Cuba [Internet]. MISAP. 2021 [cited 2024 Mar 29]. p. 23. Available from: <https://salud.msp.gob.cu/el-programa-nacional-de-atencion-integral-al-adulto-mayor-en-cuba-apuesta-por-vejez-activa-y-saludable/>
9. Figueroa L, Apoyo social y condiciones de vida de adultos que viven en la pobreza urbana en México 2021 [Tesis para licenciatura en enfermería]. Cad Saude Publica [Internet]. 2021 Mar [cited 2024 Mar 29];27(3):460–70. Available from: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1561-31942016000100012#:~:text](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942016000100012#:~:text)
  10. Centro de Investigacion en Politica Pública. “sube y baja de los recursos para salud”, Instituto Mexicano para la Competitividad | CNN [Internet]. 2023 [cited 2024 Mar 29]. Available from: <https://imco.org.mx/sube-y-baja-de-los-recursos-para-salud/>
  11. Instituto Nacional de Salud – Plan de desarrollo de las personas. 2024 - 2030 [Internet]. 2024 [cited 2024 Mar 29]. Available from: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/5692478/5054977-rgg-n-003-2024.pdf>
  12. Ministerio de Salud. Estilos de vida en adultos. Minsa [Internet]. 2023 [cited 2024 Mar 29]; Available from: <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/6051173/5357456-rd-168-2024-diris-ls-dg.pdf>
  13. Minsa. Boletín Epidemiológico – Centro Nacional de Epidemiología, prevención y control, de enfermedades. 2024 [Internet]. [cited 2024 Abr 11] Available from: [https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/6162791/5437047-boletin014\\_2024.pdf](https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/6162791/5437047-boletin014_2024.pdf)
  14. EsSalud. La Libertad organiza Semana de Prevención de Cáncer Ginecológico | EsSalud [Internet]. 2023 [cited 2024 Mar 29]. Available from: <http://noticias.essalud.gob.pe/?inno-noticia=essalud-la-libertad-realiza-actividades-de-prevencion-contracancer-de-cuello-uterino>
  15. Diresa - Ancash. Sala de Salud Interactiva de la Diresa Ancash [Internet]. 2022 [cited 2024 Mar 29]. Available from: <https://bvs.minsa.gob.pe/local/clima-salud/10.ANCASH-Hoja-Ruta-2022-2023-RD-1163-2022-28.12.22.pdf>
  16. Instituto Peruano de Economía. Áncash: avances en salud | Instituto Peruano de Economía [Internet]. 2022 [cited 2024 Mar 29]. Available from: <https://www.ipe.org.pe/portal/ancash-avances-en-salud/>

17. Municipalidad de Carhuaz. Municipalidad del Centro Poblado Cochapampa (Carhuaz - Carhuaz) en Carhuaz [Internet]. [cited 2024 Mar 29]. Available from: <https://www.deperu.com/gobierno/municipalidad/municipalidad-del-centro-poblado-cochapampa-carhuaz-carhuaz-5380>
18. Ascona E. Relación entre estilos de vida y promoción de la salud en la población adulta de Barranquilla, Colombia 2023. [Tesis de licenciatura en enfermería]. Universidad de Antioquia, Colombia. [Internet]. 2023 Jan 1 [cited 2024 Abr 6];40(1):102–8. Available from: [https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182023000200174&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182023000200174&script=sci_arttext)
19. Carvalho L, Lima P, Ferreira A, Da Silva M, Goncalves K. Relación entre el estilo de vida y los determinantes sociodemográficos en los adultos, Brasil 2022. [Tesis de licenciatura en enfermería]. Universidad Federal de Piauí, Teresina. Scielo.cl [Internet]. 2022 [cited 2024 Apr 1];38(2):337–48. Available from: [https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182022000600545&script=sci\\_arttext&tlng=en](https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182022000600545&script=sci_arttext&tlng=en)
20. Yaulema L, Parreño A, Ríos P. Estilos De Vidas De Los Adultos que acuden a las Parroquias Rurales Del Canton Riobamba 2021. Revista de Investigación Enlace Universitario. Universidad estatal de Bolívar. (En Línea - Guaranda) [Internet]. 2021 Jul 1 [cited 2024 May 10];20(2):75–87. Available from: <https://enlace.ueb.edu.ec/index.php/enlaceuniversitario/article/view/163>
21. Murillo N. Caracterización de los Hábitos y estilos Saludables en la Población Adulta en la Vereda Guadual del Municipio de Supata Cundinamarca Bogotá – Colombia 2021. [Tesis de licenciatura en enfermería]. [Internet]. Uan.edu.co. Universidad Antonio Nariño; 2022 [cited 2024 May 10]. Available from: <https://repositorio.uan.edu.co/items/72267fd7-a00e-48d9-8b7a-33cf468b5ac8>
22. Suarez D. Factores que influyen en el estilo de vida de los adultos en la ciudadela Virgen Del Carmen - Ecuador 2022 [Tesis para optar título profesional de licenciada en enfermería]. [Internet]. Repositorio-UPSE. La Libertad: Universidad Estatal Península de Santa Elena, 2022; 2022 [cited 2024 Mar 29]. Available from: <https://repositorio.upse.edu.ec/handle/46000/6459>
23. Viera M. Factores sociodemográficos y estilos de vida en el adulto del centro poblado

- San Vicente de Piedra Rodad\_Sullana, 2023[Tesis para optar título profesional de licenciada en enfermería]. [Internet]. Repositorio institucional Uladech 2023 [cited 2024 Mar 29]. Available from: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/36128>
24. Flores K. Estilos de vida y factores sociodemográficos en los adultos del caserío Santa Rosa-Tambogrande-Piura, 2023. [Tesis para optar título profesional de licenciada en enfermería]. Repositorio institucional Uladech 2023 - Jan 17 [cited 2024 Mar 29]; Available from: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/35403>
  25. Coronado L. Factores sociodemográficos y estilos de vida en el adulto del caserío Huaypira Lancones\_Sullana, 2023. [Tesis para optar título profesional de licenciada en enfermería]. Uladechedupe [Internet]. 2023 [cited 2024 May 10]; Available from: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/35875>
  26. Munayco L. Determinantes biosocioeconómicos y estilos de vida de la persona adulta del caserío El Sauce-Lancones-Sullana, 2023. [Tesis para optar título profesional de licenciada en enfermería]. Uladechedupe [Internet]. 2023 [cited 2024 May 10]; Available from: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/36225>
  27. Zavala M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto del centro poblado Santa Rosa de Piedra Rodada \_Bellavista \_Sullana,2021. [Tesis para optar título profesional de licenciada en enfermería]. Repositorio institucional Uladech 2023 [cited 2024 May 22]; Available from: [https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/ULAD\\_f03df58c1321926dcdebc3ac2e9e978e](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/ULAD_f03df58c1321926dcdebc3ac2e9e978e)
  28. Pretell J. Factores sociodemográficos y estilo de vida de los adultos del asentamiento humano 3 de Octubre\_Nuevo Chimbote, 2023. [Tesis para optar título profesional de licenciada en enfermería]. Repositorio institucional Uladech 2023 Mar 14 [cited 2024 Mar 29]; Available from: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/36230>
  29. 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. [Tesis para optar título profesional de licenciada en enfermería]. Uchilecl [Internet]. 2021 [cited 2024 May 23]; Available from: <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/6410630>

30. Giraldo E. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del centro poblado de Unchus\_Huaraz, 2021. [Tesis para optar título profesional de licenciada en enfermería]. Repositorio institucional Uladech 2022 Mar 6 [cited 2024 Mar 29]; Available from: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/32194>
31. Wilber Y. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social del adulto en el barrio de Vista Florida\_Pomabamba, 2021. [Tesis para optar título profesional de licenciada en enfermería]. [Internet]. Concytec.gov.pe. 2021 [cited 2024 May 9]. Available from: [https://alicia.concytec.gov.pe/vufind/Record/ULAD\\_7a5c24f1d4c287953523e3d69fcc6369](https://alicia.concytec.gov.pe/vufind/Record/ULAD_7a5c24f1d4c287953523e3d69fcc6369)
32. Larisa M. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto de la urbanización Bellamar II etapa “Jirón Las Palmeras” \_ Nuevo Chimbote, 2021. [Tesis para optar título profesional de licenciada en enfermería]. Uladechedupe [Internet]. 2021 [cited 2024 May 10]; Available from: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/33569>
33. Organización Mundial de Salud. (OPS) Promoción de la Salud - OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud 2019[Internet]. [cited 2024 Mar 30]. Available from: <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>
34. Organización Mundial de Salud. 74ª Asamblea Mundial de la Salud. 2021 [Internet]. [cited 2024 Mar 29]. Available from: <https://www.who.int/es/about/governance/world-health-assembly>
35. Organización Panamericana de Salud /OMS. Promoción de la Salud 2023 [Internet]. [cited 2024 Mar 29]. Available from: [https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com\\_docman&view=list&slug=promocion-salud-9772&Itemid=270&lang=es](https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_docman&view=list&slug=promocion-salud-9772&Itemid=270&lang=es)
36. Organización Mundial de la Salud. Alocución de apertura del Director General de la OMS en la Conferencia Internacional para Conmemorar el 45.º Aniversario de la Declaración de Alma-Ata [Internet]. 2023 Oct 23 [cited 2024 Mar 29];64(3):361–6. Available from: <https://www.who.int/es/director-general/speeches/detail/who-director->

[general-s-opening-remarks-at-the-international-conference-commemorating-alma-ata-45-and-astana-5---23-october-2023](#)

37. Master de Salud Publica y Gestion Sanitaria - Declaración de Alma Ata, realizada en la Conferencia Internacional sobre Atención Primaria de Salud, Alma Ata, URSS, 6-12 de septiembre de 2021 - Facultad de Medicina - Universidad de Chile [Internet]. [cited 2024 Mar 30]. Available from: <https://www.easp.es/blogmsp/2021/10/25/sobre-alma-ata-y-un-lugar-llamado-atencion-primaria-de-salud/>
37. Hoyos G, Borjas D, Ramos A, Meléndez A. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender. Una reflexión en torno a su comprensión. Facultad de Enfermería, Universidad Autónoma de Nuevo León (México) [Internet]. 2023 [cited 2024 Mar 30];8(4):16–23. Available from: <https://ciberindex.com/index.php/t/article/view/e14224>
38. Aristizábal G, Blanco D, Sánchez A, Ostiguín R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender: Una reflexión en torno a su comprensión. 2021 [Tesis de Licenciatura en enfermería] [cited 2024 Mar 29]; Available from: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-70632011000400003](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003)
39. Cerqueira M. Promoción de la salud: evolución y nuevos mundos. *hdin-ía @resa Cerqueira 2*. [Artículo] Circuito de Posgrados, Ciudad Universitaria, Unidad de Posgrado, Edificio [cited 2024 Abr 1]; Available from: <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/15480/v120n4p342.pdf?sequence=1>
40. Organización Panamericana de la Salud. 22ª Conferencia Mundial de Promoción de la Salud en Curitiba, Brasil | Campus Virtual de Salud Pública (CVSP/OPS) [Internet]. [cited 2024 Abr 1]. Available from: <https://www.campusvirtualesp.org/es/22a-conferencia-mundial-de-promocion-de-la-salud-en-curitiba-brasil>
41. Puenayan Y, Vaca L. Modelo de promoción de la salud en el lugar de trabajo: una propuesta 2021. [Tesis de posgrado en enfermería]. Universidad Nacional de Colombia [cited 2024 Mar 1]; Available from: <https://doi.org/10.15446/av.enferm.v37n2.73145>
42. Honorio J. La persona humana desde el punto de vista psicológico Honorio Delegado 2021. Universidad Mayor de San Marcos [cited 2024 Abr 5]; Available from: [https://vino.bdigital.uncu.edu.ar/objetos\\_digitales/13197/043.pdf](https://vino.bdigital.uncu.edu.ar/objetos_digitales/13197/043.pdf)
43. Organización Mundial de Salud – OMS. Que es Salud [Internet]. [cited 2024 Abr 5].

- Available from: <https://www.who.int/es/about/frequently-asked-questions>
44. Ministerio de la Protección Social - OPS. Entornos Saludables y Desarrollo Territorial en Colombia: Impulso al Logro de los Objetivos de Desarrollo del Milenio con Equidad 2023 [Internet]. [cited 2024 Abr 5]. Available from: <https://colaboracion.dnp.gov.co/CDT/PublishingImages/Planeacion-y-desarrollo/2023/octubre/pdf/participacion-de-colombia-en-los-ODS.pdf>
  45. Organización Panamericana de la Salud - OMS. Enfermería - OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud [Internet]. [cited 2024 Abr 5]. Available from: <https://www.paho.org/es/temas/enfermeria>
  46. Bustamante C, Franco N, Gomez M. Aplicación del modelo de Nola Pender a un adolescente con sedentarismo. Rev Enfermería Neurológica 2021 [Internet]. 2023 Abr 30 [cited 2024 Abr 5];9(1):39–44. Available from: <https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/4967/Trabajo%20de%20grado.pdf?sequence=1>
  47. Ferreira Y. El Aprendizaje Cognoscitivo Social De Albert Bandura Y La Teoría Psicogenética De Jean Piaget (Material de consulta para el aprendizaje) [Internet]. [cited 2024 Mar 29]. Available from: [https://www.academia.edu/23341071/EL\\_APRENDIZAJE\\_COGNOSCITIVO\\_SOCIAL\\_DE\\_ALBERT\\_BANDURA\\_Y\\_LA\\_TEORÍA\\_PSIKOGENÉTICA\\_DE\\_JEAN\\_PIAGET\\_Material\\_de\\_consulta\\_para\\_el\\_aprendizaje](https://www.academia.edu/23341071/EL_APRENDIZAJE_COGNOSCITIVO_SOCIAL_DE_ALBERT_BANDURA_Y_LA_TEORÍA_PSIKOGENÉTICA_DE_JEAN_PIAGET_Material_de_consulta_para_el_aprendizaje)
  48. Organización Mundial de la Salud. Desarrollo del adulto y vejes 3era Edición. [Internet]. [cited 2024 Mar 29]. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
  49. Aliaga E, Cuba S. Promoción de la salud y prevención de las enfermedades para un envejecimiento activo y con calidad de vida [2021]. [Tesis para optar título profesional de licenciada en enfermería]. Aliaga-Díaz | Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública [Internet]. [cited 2024 Abr 1]. Available from: <https://rpmesp.ins.gob.pe/rpmesp/article/view/2143/2243>
  50. Corporación Municipal Del, Municipio De Yamaranguila Departamento De Intibucá. Entornos y Estilos de Vida Saludables [Internet]. [cited 2024 Abr 1]. Available from: <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/34580/vidasaludable2016->

- [spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y](#)
51. Vargas A, Palacios P. Educación para la Salud Grupo Editorial Patria. 2021[cited 2024 Abr 1]; Available from: <https://books.google.com.pe/books?id=so55DwAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
  52. Vargas A, Palacios V. Educación para la Salud - Ciencias De La Salud. 2021 [Internet]. [cited 2024 Mar 30]. Available from: <https://books.google.com.pe/books?id=so55DwAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
  53. Hernández R, Fernández C, Bautista P. Metodología de la Investigación (6° ed.). [Internet]. Edificio Punta Sant.... Vol. Sexta Ed. 2021 [cited 2024 Abr 2]. 634 p. Available from: <https://academia.utp.edu.co/grupobasicoclinicayaplicadas/files/2013/06/Metodología-de-la-Investigación.pdf>
  54. Programa de educación sexual - CESOLAA - Universidad de Chile. Conceptos de género, sexualidad y roles de género - Programa de Educación Sexual [Internet]. [cited 2024 Abr 2]. Available from: <https://educacionsexual.uchile.cl/index.php/hablando-de-sexo/conceptos-de-genero-sexualidad-y-roles-de-genero>
  55. Gobierno de Vasco. Dirección de estudios y régimen jurídico. Justizia, Lan Eta Gizarte Segurantzza Saila Definiciones Relativas A Individuos Definiciones Generales Nivel de instrucción. [cited 2024 Abr 1]; Available from: [https://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/5873/es\\_2266/adjuntos/CMTOferta2002Doc.4.Definiciones.pdf](https://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/5873/es_2266/adjuntos/CMTOferta2002Doc.4.Definiciones.pdf)
  56. Economía - UNAM - México. Economía - Marco teórico y conceptual sobre la Distribución del Ingresom 2020 [Internet]. [cited 2024 Abr 1]. Available from: <http://www.economia.unam.mx/secss/docs/tesisfe/yvbsp/1.pdf>
  57. Minsal. Promocion Y Prevencion En Salud [Internet]. [cited 2024 Abr 1]. Available from: <https://www.minsal.cl/portal/url/item/71e6235bf0657770e04001011f017ac5.pdf>
  58. Reglamento de integridad científica en la investigacion – versión 001 - resolución N° 0277 – 2024 – CU – ULADECH [cited 2024 Abr 11]; Available from: <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](http://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)
59. Baylon J, Estilo de vida relacionado con los factores biosocioculturales del adulto de la localidad de Tarmatambo 2021. Para optar el título profesional de: Licenciada en Enfermería [Internet]. [cited 2024 May 17]. Available from: [http://repositorio.undac.edu.pe/bitstream/undac/3340/1/T026\\_72083711\\_T.pdf](http://repositorio.undac.edu.pe/bitstream/undac/3340/1/T026_72083711_T.pdf)
  60. Organización Mundial de Salud/OPS. Genero y salud. [Internet]. Vol. 63, Sociological Review. Blackwell Publishing Ltd; 2020 May [Internet]. [cited 2024 May 15]. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/gender>
  61. Organización Mundial de Salud. Envejecimiento y salud [Internet]. Who.int. World Health Organization: WHO; 2022 [Internet]. [cited 2024 May 17]. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
  62. Instituto Nacional de Estadística. Plataforma digital única del Estado Peruano Agosto [Internet]. Www.gob.pe. 2024 [cited 2024 May 30]. Available from: <https://www.gob.pe/institucion/inei/noticias/824582-mas-de-4-millones-500-mil-adultos-mayores-conmemoran-su-dia-este-26-de-agosto>
  63. Latorre M. Educación, Instrucción, aprendizaje y formación. 2019 [Internet]. [cited 2024 May 15]; Available from: <https://marinolatorre.umch.edu.pe/wp-content/uploads/2015/09/Educación-Instrucción-aprendizaje-formación.pdf>
  64. Gutiérrez M, Ruvalcaba J. La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria. J Negat No Posit Results [Internet]. 2022 [cited 2024 May 17];5(1):81–90. Available from: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2529-850X2020000100081&lng=es&nrm=iso&tlng=es](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2529-850X2020000100081&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
  65. Amparo S. Alimentación y Nutrición. In: Facultad de magisterio [Internet]. Valencia: Unitat d'Innovación Educativa.; 2021 [cited 2024 May 17]. Available from: <https://www.uv.es/hort/alimentacion/alimentacion.html>

66. Regalado T. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del caserío de Callima - Pariacoto - Huaraz, 2023. Uladechedupe [Internet]. 2023 [cited 2024 May 19]; Available from: <https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/34596>
67. Dehesa G. Modos y estilos de vida [Internet]. 2018 May [cited 2024 May 18]. Available from: [http://www.uvsfajardo.sld.cu/sites/uvsfajardo.sld.cu/files/modo\\_y\\_estilo\\_de\\_vida\\_promocion\\_de\\_salud\\_gdehesa.pdf](http://www.uvsfajardo.sld.cu/sites/uvsfajardo.sld.cu/files/modo_y_estilo_de_vida_promocion_de_salud_gdehesa.pdf)
68. Elizondo J, Grima G, Aguinaga I. Prevalencia de actividad física y su relación con variables sociodemográficas y estilos de vida en la población de 18 a 65 años de Pamplona. Revista Española de Salud Pública [Internet]. 2024 [cited 2024 May 23];79(5):559–67. Available from: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1135-57272005000500006](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57272005000500006)
69. Aristizábal G, Blanco D, Sanchez A, Ostiguín R. El modelo de promoción de la salud de Nola Pender: Una reflexión en torno a su comprensión. Enfermería universitaria [Internet]. 2024 [cited 2024 May 23];8(4):16–23. Available from: [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-70632011000400003](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003)

### Anexo 01. Matriz de consistencia

Factores sociodemográficos y acciones de promoción en el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
¿Existe relación entre los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción en el comportamiento de la salud: Estilos de vida en el adulto del Centro Poblado de Cochapampa_Carhuaz, 2024?	<p><b>Objetivo general:</b> Determinar los factores sociodemográficos y acciones de promoción en el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del Centro Poblado de Cochapampa_Carhuaz, 2024</p> <p><b>Objetivos específicos:</b> Caracterizar los factores sociodemográficos en el adulto del C. P de Cochapampa_Carhuaz, 2024</p> <p>Caracterizar las acciones de promoción de la salud en el adulto del C. P de Cochapampa_Carhuaz, 2024</p> <p>Caracterizar el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del C. P de Cochapampa_Carhuaz, 2024</p> <p>Explicar la relación de los factores sociodemográficos asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del C. P de Cochapampa_Carhuaz, 2024</p> <p>Explicar la relación de las acciones de promoción en el comportamiento de la salud: estilos de vida y apoyo social en el adulto del C. P de Cochapampa_Carhuaz, 2024</p>	<p><b>H<sub>1</sub>:</b> Existe relación estadísticamente significativa entre los Factores Sociodemográficos y las acciones de Promoción de la Salud y los comportamientos de la salud: estilos de vida en el adulto del Centro Poblado de Cochapampa_Carhuaz.</p> <p><b>H<sub>0</sub>:</b> No existe relación estadísticamente significativa entre las acciones de promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del Centro Poblado de Cochapampa_Carhuaz.</p>	<p>Factores sociodemográficos (Sexo, grado de instrucción, ingreso económico, ocupación)</p> <p>Acciones y promoción (acciones adecuadas y acciones inadecuadas)</p> <p>Estilo de vida (estilo de vida saludable y no saludable)</p>	<p><b>Tipo de Inv:</b> Cuantitativo</p> <p><b>Nivel de Inv:</b> Correlacional Transversal</p> <p><b>Diseño de Inv:</b> No experimental</p> <p><b>Técnica:</b> Entrevista y Observación.</p> <p><b>Muestra:</b> La muestra estará constituida por 107 adultos.</p>

## Anexo 02. Instrumento de recolección de información



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**  
**CUESTIONARIO SOBRE FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS**

### DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

**Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:**

---

#### A. FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS

1. ¿Marque su sexo?

- a) Masculino ( ) b) Femenino ( )

2. ¿Cuál es su edad?

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

3. ¿Cuál es su grado de instrucción?

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

4. ¿Cuál es su religión?

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

5. ¿Cuál es su estado civil?

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

6. ¿Cuál es su ocupación?

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

7. ¿Cuál es su ingreso económico?

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

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

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



## “ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN”

**Autora:** María Adriana Vílchez Reyes

Marque la calificación de acuerdo a las acciones de prevención y promoción:

N.º	Comportamientos del usuario	CALIFICACION			
		Nunca	A Veces	Casi Siempre	Siempre
<b>EJES TEMÁTICOS</b>					
<b>ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN</b>					
01	¿Se ha elaborado un plan de trabajo para promocionar una alimentación saludable en su comunidad?				
02	¿Participan las autoridades locales en el desarrollo de medidas de promoción para una alimentación saludable en su comunidad?				
03	¿ofrecen en su comunidad alimentos y bebidas saludables? (no refrescos azucarados, comida rápida, dulces o alcohol)				
04	¿Se provee y promueve la elección de alimentos y bebidas saludables? (precios menores, muestras gratis, etc.)				
05	¿Se provee agua potable en su comunidad?				
06	¿En los últimos 30 días con qué frecuencia se lavó las manos antes de comer?				
07	¿En los últimos 30 días comió habitualmente frutas?				
08	¿En los últimos 30 días comió habitualmente verduras?				
<b>HIGIENE</b>					
09	¿Se lava las manos antes de preparar y consumir los alimentos?				
10	¿Se realiza el Baño corporal diariamente?				
11	¿Se realiza el lavado de los dientes 3 veces al día?				
12	¿Mantiene limpia y en orden su ropa?				

13	¿Mantiene limpio la cocina y sus utensilios?				
14	¿Mantiene en orden y limpia la vivienda?				
15	¿Mantiene Limpio su baño o letrina?				
<b>HABILIDADES PARA LA VIDA</b>					
16	¿Sabe escuchar a los demás y se comunica abiertamente con él o ella?				
17	¿Apoya a las personas que necesitan de su ayuda?				
18	¿Enfrenta los problemas dando solución?				
19	¿Incentiva la participación y el trabajo en equipo?				
20	¿Estimula las decisiones de grupo?				
21	¿Demuestra capacidad de autocrítica?				
22	¿Es expresiva, espontánea y segura?				
23	¿Participa activamente de eventos sociales?				
24	¿Defiende sus propios derechos?				
25	¿Ha presentado o presenta temores en su comportamiento?				
26	¿Su comportamiento es respetado por los demás?				
27	¿Se comunica fácilmente con toda clase de personas?				
<b>ACTIVIDAD FISICA</b>					
28	¿Realiza 30 minutos diarios de actividad física o practicas algún tipo de deporte?				
29	¿Realiza ejercicios de fuerza 2 o 3 veces por semana?				
30	¿Completar la rutina con 10 minutos de ejercicios de estiramiento?				
31	¿Toma una buena cantidad de líquido durante el día (aproximadamente 2 litros de agua)?				
<b>SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA</b>					
32	¿Al tener relaciones sexuales usted se protege?				
33	¿Se informa de los métodos anticonceptivos?				
34	¿Se realiza exámenes médicos?				
<b>SALUD BUCAL</b>					
35	¿Usa a diario un enjuague bucal con flúor?				

36	¿Regularmente se realiza exámenes odontológicos?				
37	¿Consume bebidas como gaseosas, los jugos artificiales y bebidas energéticas?				
38	¿Consume de tabaco y el alcohol?				
<b>SALUD MENTAL Y CULTURA DE PAZ</b>					
39	¿En general está satisfecho con usted mismo/a?				
40	¿Usted piensa que no sirve absolutamente para nada?				
41	¿Puede hacer las cosas bien como la mayoría de las personas?				
42	¿Cree que tiene muchos motivos para sentirme orgulloso/a?				
43	¿Siente que es una persona digna de estima o aprecio, al menos en igual medida que los demás?				
44	¿Tiende usted a pensar que su vida es un fracaso?				
45	¿Tiene una actitud positiva hacia mí mismo/a?				
<b>SEGURIDAD VIAL Y CULTURA DE TRÁNSITO</b>					
46	¿Cuándo maneja usa el cinturón de seguridad?				
47	¿Cruza por las líneas peatonales o esquina, de acuerdo a las señales del semáforo?				
48	¿Utiliza el celular al conducir o al cruzar la calle?				
49	¿Usted cruza la calle con cuidado?				
50	¿Si maneja bicicleta, triciclo u moto usa casco?				
51	¿Usted camina por las veredas en vez de la pista?				
52	¿Usted solo cruza la pista cuando el semáforo está en color verde?				
53	¿Usted evita salir a la calle si se encuentra en estado de embriaguez?				



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

**ESCALA DE ESTILOS DE VIDA**

Autores Serrano-Fernández, M. J., Boada-Grau, J., Vigil-Colet, A., & Gil- Ripoll, C. (2016).  
Adaptación española de la escala HPLP-II con una muestra de empleados. *Universitas Psychologica*, 15 (4).  
<http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.upsy15-4.aeem>

CONTENIDO ÍTEMS	NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
<b>Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores</b> F1. Responsabilidad hacia la salud, F2. Actividad física, F3. Nutrición, F4. Crecimiento Espiritual y Relaciones Interpersonales				
1.-Escojo una dieta baja en grasa, grasas saturadas y en colesterol.				
2.-Informo a un doctor (a) a otros profesionales de la salud cualquier señal inusual o síntoma extraño.				
3.-Sigo un programa de ejercicios planificados				
4.-Siento que estoy creciendo y cambiando en una forma positiva.				
5.-Elogio fácilmente a otras personas por sus éxitos.				
6.- Limito el uso de azúcares y alimentos que contienen azúcar (dulces)				
7.-Leo o veo programas de televisión acerca del mejoramiento de la salud.				

8.-Hago ejercicios vigorosos por 20 o más minutos, por lo menos tres veces a la semana (tales como				
<b>Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores.</b>				
9.-Tomo algún tiempo para relajarme todos los días				
10.-Creo que mi vida tiene un propósito				
11.-Mantengo relaciones significativas y enriquecedoras				
12.-Hago preguntas a los profesionales de la salud para poder entender sus instrucciones.				
13.-Acepto aquellas cosas de mi vida que yo no puedo cambiar.				
14.-Miro adelante hacia al futuro.				
15.-Paso tiempo con amigos íntimos.				
16.-Como de 2 a 4 porciones de fruta todos los días.				
17.-Busco una segunda opinión, cuando pongo en duda las recomendaciones de mi proveedor de servicios de salud.				
18.-Tomo parte en actividades físicas de recreación (tales como: nadar, bailar, andar en bicicleta).				
19.-Me siento satisfecho y en paz conmigo (a)				
20.-Se me hace fácil demostrar preocupación, amor y cariño a otros.				
21.-Estoy consciente de lo que es importante para mí en la vida.				

El Health Promoting Lifestyle Profile II (HPLP-II; Walker & HillPolerecky, 1996), en la versión en español con una muestra de estudiantes (Hulme et al., 2003), está compuesto por 52 ítems y 6 subescalas y utiliza un formato de respuesta tipo Likert de cuatro puntos (de 1 = nunca a 4 = rutinariamente). Los factores que componen la escala de este estudio son: F1: Actividad física: de 8 ítems ( $\alpha = 0.81$ ; e. g., “4.- Sigo un programa de ejercicios planificados”); F2: Crecimiento espiritual de 9 ítems ( $\alpha = 0.77$ ; e. g., “12. Creo que mi vida tiene propósito”); F3: Manejo del estrés de 8 ítems ( $\alpha = 0.59$ ; e. g. “17.- Acepto aquellas cosas en mi vida que no puedo cambiar”); F4: Nutrición de 9 ítems ( $\alpha = 0.64$ ; e. g., “20.- Como de 2 a 4 porciones de frutas todos los días”); F5: Relaciones interpersonales de 9 ítems ( $\alpha = 0.77$ ; e. g., “25.- Se me hace fácil demostrar preocupación, amor y cariño a otros” y F6: Responsabilidad hacia la salud, compuesto por 9 ítems ( $\alpha = 0.74$ ; e. g., “21.- Busco una segunda opinión, cuando pongo en duda las recomendaciones de mi proveedor de servicios de salud”. En la presente escala, el AFE se obtuvo empleando el método de extracción Promin (Lorenzo- Seva, 1999). Se usó el programa FACTOR 7.2 (Ferrando, 2005 y Lorenzo-Seva & Ferrando, 2006), dado que permite realizar el análisis utilizando matrices de correlación policóricas, que son más apropiadas cuando los ítems presentan un formato de respuesta tipo Likert (Muthen & Kaplan, 1992). Además, proporciona la posibilidad de decidir el número de factores que se deben retener a partir del análisis paralelo (Timmerman & Lorenzo-Seva, 2011). Los análisis relativos a la fiabilidad de las subescalas y a las correlaciones de los indicios de validez de la escala HPLP-II, a partir de las correlaciones de Pearson, se realizaron con el programa SPSS 20.0. La validez de consistencia interna mediante el Análisis Factorial Exploratorio con método Promin, el cual reportó 4 dimensiones y 48 ítems (ya que excluyo los otros 8 ítems por cargas factoriales de los ítems menores a 0.30). Concluyen, que el instrumento con 48 ítems es validado como versión en español.

### Anexo 03. Ficha técnica de los instrumentos

**Validez de contenido:** Se realizó mediante la calificación de criterio de expertos, de los cuales fueron diez, Para efectos de este análisis, se utilizó para la evaluación de la validez de contenido la fórmula de V de Aiken (Penfield y Giacobbi, 2004).

Dónde: 
$$V = \frac{\bar{x} - l}{k}$$

***x̄***: Es la media de las calificaciones de los jueces en la muestra.

***l***: Es la calificación más baja posible.

***k***: Es el rango de los valores posibles.

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

## **Confiabilidad del instrumento**

### **Confiabilidad**

#### **Confiabilidad interevaluador**

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

## Anexo 04. Formato de consentimiento informado u otros



**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE**



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

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

La finalidad de este protocolo, es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento. De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

La presente investigación en Salud se titula: **FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN EN EL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA\_CARHUAZ, 2024** y es dirigido por Colonia Leiva, Tito Javier investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es:

Determinar los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción en el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del C.P Cochapampa \_ Carhuaz, 2024

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 Centro de salud. Si desea, también podrá escribir al correo Xavier-cl@hotmail.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): \_\_\_\_\_

Documento de aprobación de institución para la recolección de información.



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE  
CHIMBOTE

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

SOLICITO: AUTORIZACIÓN PARA REALIZAR  
TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Alcalde del Centro Poblado de Cochapampa - Carhuaz

Señor: Claudio Colonia Vidal.....

De mi consideración:

Es un placer dirigirme a usted para expresar mi cordial saludo e informarle que soy el bachiller de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. El motivo de la presente tiene por finalidad presentarme, Colonia Leiva Tito Javier, con código de matrícula N° 1212161015, de la Carrera Profesional de Enfermería, quién solicita autorización para ejecutar de manera presencial, el proyecto de investigación titulado "FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA EN EL ADULTO DEL CENTRO POBLADO DE COCHAPAMPA\_CARHUAZ, 2024.", durante los meses de abril y mayo del presente año.

Por este motivo, mucho agradeceré me brinde el acceso y las facilidades a fin de ejecutar satisfactoriamente mi investigación la misma que redundará en beneficio a los usuarios del Centro Poblado. En espera de su amable atención, quedo de usted.

Atentamente.

Huaraz, 19 de abril del 2024

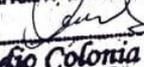
MUNICIPALIDAD CENTRO POBLADO  
COCHAPAMPA - CARHUAZ - ANCASH  
*Claudio Colonia Vidal*  
ALCALDE  
DNI. 32021416

*Juan Carlos*  
Colonia Leiva Tito  
46209615

## CARTA DE AUTORIZACIÓN

Yo, Claudio Colonia Vidal alcalde del Centro Poblado de Cochapampa con DNI: 32021416, autorizo al Bachiller Colonia Leiva Tito de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote, la ejecución llevara entre los meses de abril, el trabajo de investigación que tiene como título: Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción en el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del Centro Poblado de Cochapampa\_Carhuaz, 2024, sin más agregar me despido y agradezco su valiosa colaboración al realizar dicha investigación.

Cochapampa 23 de abril de 2024

MUNICIPALIDAD CENTRO PABLADO  
COCHAPAMPA - CARHUAZ - ANCASH  
  
Claudio Colonia Vidal  
ALCALDE  
DNI 32021416

# Evidencias de ejecución.

COLONIA LEIVA JAVIER - Excel

Archivo Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista Nitro Pro 10 ¿Qué desea hacer? Compartir

Calibri 11 Fuente Ajustar texto General Pegar Fuente Alineación Número Formato condicional Dar formato Estilos de celda Insertar Eliminar Formato Rellenar Ordenar y filtrar Buscar y seleccionar

BK65

ACCIONES DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN																																					
HABILIDADES PARA LA VIDA							ACTIVIDADES FISICA					EXUAL Y REPRO				SALUD				SALUD MENTAL Y CULTURA DE PAZ					SEGURIDAD VIAL Y CULTURA DE TRANSITO												
N°	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	P29	P30	P31	P32	P33	P34	P35	P36	P37	P38	P39	P40	P41	P42	P43	P44	P45	P46	P47	P48	P49	P50	P51	P52	P53
1	4	3	2	3	3	3	2	4	1	3	3	2	1	1	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	3	3	2	2	1	2	2	2	3	2	2	4	
2	3	2	3	3	3	2	1	4	1	2	3	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	3	1	3	2	3	3	1	1	3	2	2	2	2	3	
3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	2	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	4	1	3	4	2	1	2	1	2	3	3	3	3	4	4
4	4	4	2	2	3	2	3	2	1	3	4	2	1	1	2	1	4	1	2	3	2	3	2	2	3	3	1	2	1	2	2	3	4	3	3	3	
5	3	3	2	3	3	3	4	3	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	4	1	2	2	3	3	2	1	1	2	3	3	3	4	
6	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	3	2	3	3	3	2	4	1	2	2	2	2	2	3	4
7	4	2	3	2	2	2	1	4	1	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	4	1	3	3	2	1	3	1	2	2	2	1	2	3	2
8	2	3	4	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	4	1	3	1	2	1	3	2	3	3	2	1	3	2	3	1	4	1	2	3	3	3	
9	2	2	2	2	3	4	4	3	3	3	3	2	2	3	2	1	2	1	1	2	2	1	4	1	2	2	2	3	4	1	2	3	3	3	3	2	2
10	3	2	3	2	4	3	3	2	3	2	3	2	2	2	4	2	2	1	1	2	1	1	4	1	2	2	3	3	4	1	2	2	1	1	3	3	4
11	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	4	2	2	1	3	1	2	2	1	2	1	1	2	1	2	3	3	3	1	2	1	3	2	3	2	4	
12	4	3	3	2	3	4	3	3	3	4	2	3	2	3	2	3	4	1	2	2	1	2	1	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4
13	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	1	3	1	1	1	2	4	1	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	4	4	3	3
14	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	2	1	2	3	3	1	3	3	3	4	2	3	3	2	2	4	2	4	2	2	4
15	3	3	3	2	2	3	3	2	3	4	3	4	3	2	3	4	4	1	2	2	2	4	2	3	4	2	2	3	2	2	3	4	1	3	3	3	
16	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	1	4	1	3	4	4	3	3	2	2	3	3	3	4	2	2	2	
17	3	3	2	3	3	3	4	3	2	2	3	3	2	3	2	3	4	2	3	3	1	3	3	3	4	2	3	3	2	2	4	2	4	2	4	2	4
18	3	3	3	2	2	3	3	2	3	4	3	4	3	2	3	4	4	1	2	2	2	4	2	3	4	2	2	3	2	2	3	4	1	3	3	3	
19	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	1	4	1	3	4	4	3	3	2	2	3	3	3	4	2	2	2	
20	3	3	2	3	3	3	4	3	2	2	3	3	2	3	2	3	4	2	3	3	1	3	3	1	2	3	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	3
21	4	2	3	4	3	3	2	4	1	2	3	2	3	2	3	3	3	4	3	2	3	2	4	1	3	2	3	3	1	4	3	3	4	3	3	4	
22	3	4	2	3	3	1	4	1	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	2	3	1	3	3	4	3	2	1	4	4	3	2	4	3	4	
23	3	2	3	3	3	2	1	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	3	1	3	2	3	2	2	1	2	3	3	4	4	3	3

CUEST. F. SOCIOD. Y PROM PREV CUEST. DE ESTILOS DE VIDA

COLONIA LEIVA JAVIER - Excel

Archivo Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista Nitro Pro 10 ¿Qué desea hacer? Compartir

Calibri 11 Fuente Ajustar texto General Pegar Fuente Alineación Número Formato condicional Dar formato Estilos de celda Insertar Eliminar Formato Rellenar Ordenar y filtrar Buscar y seleccionar

V91

CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA																								
N°	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21			
1	1	2	2	3	4	3	2	1	3	4	3	3	2	2	2	3	2	1	2	2	3			
2	1	1	1	3	2	3	2	1	3	3	3	2	4	4	2	1	2	2	2	3	4			
3	1	2	1	4	1	2	2	1	4	3	3	2	2	4	1	2	4	1	2	4	1	3	2	4
4	1	1	2	3	4	2	1	1	2	3	3	4	3	4	3	2	3	3	4	2	3			
5	2	1	1	3	1	3	2	1	2	3	3	3	3	2	1	2	2	2	1	1	4			
6	3	2	1	3	2	3	3	1	2	2	3	4	3	4	4	3	3	2	2	2	1			
7	2	1	1	3	2	1	1	1	1	2	3	1	2	2	3	2	2	3	2	4	2	2		
8	3	1	2	2	3	4	2	2	2	3	3	2	2	4	1	2	3	2	3	2	3			
9	2	3	2	3	4	4	3	1	3	4	3	3	2	4	2	3	4	3	3	4	3			
10	3	3	2	3	3	2	2	1	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4			
11	3	1	2	3	3	2	2	1	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2			
12	3	1	2	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	4	2	3	2	3	2	3	4			
13	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3			
14	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	1	2	3	3	2	2	3	4	3	3			
15	2	3	4	3	2	3	4	3	2	4	3	4	3	4	4	4	3	2	3	3	3			
16	2	1	2	3	3	3	2	2	4	4	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3			
17	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	4	3	4	3	3			
18	2	1	2	2	3	4	3	3	3	1	3	3	3	2	1	2	3	4	4	3	3			
19	1	2	2	4	3	2	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	4	4			
20	2	1	2	2	4	2	3	2	4	3	4	2	2	3	3	4	3	2	2	4	4			
21	1	2	2	3	4	2	3	1	2	3	3	4	4	4	3	2	2	2	2	2	1			

CUEST. F. SOCIOD. Y PROM PREV CUEST. DE ESTILOS DE VIDA

Seleccione el destino y presione ENTRAR o elija Pegar