



**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
ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO
DEL DISTRITO DE BULDIBUYO_PATAZ_LA LIBERTAD, 2024**

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA

AUTOR

HUALCAS IPARRAGUIRRE, YANINA YORLI

ORCID:0000-0003-4258-828X

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° 0099-092-2024 DE SUSTENTACIÓN DEL INFORME DE TESIS

En la Ciudad de **Chimbote** Siendo las **20:40** horas del día **22** 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
GIRON LUCIANO SONIA AVELINA 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 ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO_PATAZ_LA LIBERTAD, 2024

Presentada Por :
(1612171036) **HUALCAS IPARRAGUIRRE YANINA YORLI**

Luego de la presentación del autor(a) y las deliberaciones, el Jurado de Investigación acordó: **APROBAR** por **UNANIMIDAD**, la tesis, con el calificativo de **16**, quedando expedito/a el/la Bachiller para optar el TITULO PROFESIONAL de **Licenciada en Enfermería**.

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

CANTUARIAS NORIEGA NELIDA
Presidente

GIRON LUCIANO SONIA AVELINA
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 ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO_PATAZ_LA LIBERTAD, 2024 Del (de la) estudiante HUALCAS IPARRAGUIRRE YANINA YORLI, asesorado por VILCHEZ REYES MARIA ADRIANA se ha revisado y constató que la investigación tiene un índice de similitud de 14% 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, 19 de Julio del 2024



Mgtr. Roxana Torres Guzman
RESPONSABLE DE UNIDAD DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA

Dedicatoria

A Dios, por ser mi guía, mi apoyo, mi luz, mi camino y darme las fuerzas de no rendirme y seguir adelante en aquellos momentos de debilidad y dificultades presentadas en el transcurso de mi vida.

A mis padres y a mi hermana, pilares fundamentales en mi vida, porque han sido las personas que más han influenciado en mi vida, dándome los mejores consejos, guiándome y haciéndome una persona de bien, en reconocimiento a todo el sacrificio puesto para que yo pueda estudiar, se merecen esto y mucho más.

Una vez más a mi madre Fidelina, quien con esa fuerza de fortaleza me enseñó a luchar y lucho por mí, quien nunca se quejó y se sintió cansada por apoyarme siempre. Mi madre quien me puso como prioridad y que siempre dejó en claro que por mí ella dejaría y haría todo para verme profesional y sobre todo feliz.

YANINA

Agradecimiento

Agradezco a Dios por haberme otorgado una familia maravillosa, quienes han creído en mí dándome un ejemplo de superación, humildad y sacrificio.

A mis padres porque ellos sembraron en mí la semilla de la responsabilidad, el amor, el deseo de triunfar y superarme. Por esas palabras de aliento en los momentos de debilidad y porque nunca dejaron de creer en mí.

A una persona especial S.M.F.E, por apoyarme incondicionalmente e impulsarme para que siguiese adelante y así lograr ser una profesional de éxito.

Agradezco a la Mgtr. Vilchez Reyes, Maria Adriana quien con su experiencia, conocimientos y motivación me oriento en mi investigación. Gracias por sus enseñanzas, orientaciones y paciencia que tuvo conmigo al momento de guiarme en la realización de mi investigación para alcanzar mi meta.

YANINA

ÍNDICE GENERAL

	Pág.
DEDICATORIA	IV
AGRADECIMIENTO.....	V
ÍNDICE GENERAL.....	VI
LISTA DE TABLAS.....	VII
LISTA DE FIGURAS.....	VIII
RESUMEN	IV
ABSTRACT	X
I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	1
II. MARCO TEÓRICO.....	7
2.1 Antecedentes	7
2.2 Bases teóricas	12
2.3 Hipótesis.....	18
III. METODOLOGÍA	19
3.1 Tipo, nivel y diseño de la investigación.....	19
3.2 Población.....	19
3.3 Operacionalización de las variables	21
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	26
3.5 Método de análisis de datos	29
3.6 Aspectos Éticos	30
IV. RESULTADOS.....	32
V. DISCUSIÓN.....	47
VI. CONCLUSIONES.....	63
VII. RECOMENDACIONES	64
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	65
ANEXOS.....	75
Anexo 01. Matriz de Consistencia.....	75
Anexo 02. Instrumento de recolección de información.....	76
Anexo 03. Ficha técnica de los instrumentos.....	85
Anexo 04. Formato de consentimiento informado u otros.....	87

LISTA DE TABLAS

	Pág.
TABLA 1: OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES.....	21
TABLA 2: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024.....	32
TABLA 3: ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024.....	38
TABLA 4: ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024.....	39
TABLA 5: RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS ASOCIADOS A LOS ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024	40
TABLA 6: RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN Y ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024.....	46

LISTA DE FIGURAS

Pág.

FIGURA DE LA TABLA 2: FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024.....	33
FIGURA DE LA TABLA 3: ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024.....	38
FIGURA DE LA TABLA 4: ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024.....	39
FIGURA DE LA TABLA 5: RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS ASOCIADOS A LOS ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024.....	42
FIGURA DE LA TABLA 6: RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD Y ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024.....	46

RESUMEN

La salud es la mejor fuente de desarrollo personal, económico y social por lo que las acciones de prevención y promoción de la salud son de gran importancia porque promueven cambios de conductas en las personas. Por lo tanto, en esta investigación se plantea como objetivo general: Determinar los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida del adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024. Metodología fue cuantitativo, nivel correlacional-transversal, diseño no experimental, con una muestra de 108 adultos, se les aplicó los siguientes instrumentos: Cuestionario sobre factores sociodemográficos, cuestionario sobre acciones de prevención y promoción y cuestionario de estilos de vida, utilizando la técnica de entrevista. Los datos obtenidos fueron registrados en Microsoft Excel. Se obtuvieron los siguientes resultados y conclusiones: La mayoría son de sexo femenino, profesa la religión católica, poseen seguro SIS, más de la mitad tienen edades comprendidas de 18 a 35 años, menos de la mitad tienen grado de instrucción primaria, estado civil conviviente, ocupación ama de casa, con ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles. Por otra parte, la mayoría tiene acciones adecuadas y estilos de vida no saludable. Se concluye que no existe relación entre factores sociodemográficos y los estilos de vida; así mismo, si existe relación entre las acciones de prevención y promoción y el estilo de vida.

Palabras clave: adulto, acciones de prevención y promoción de la salud, estilos de vida, factores sociodemográficos

ABSTRACT

Health is the best source of personal, economic and social development, so prevention and health promotion actions are of great importance because they promote behavioral changes in people. Therefore, the general objective of this research is: Determine the sociodemographic factors and prevention and promotion actions associated with health behavior: lifestyles of adults in the district of Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024. Methodology was quantitative , correlational-transversal level, non-experimental design, with a sample of 108 adults, the following instruments were applied: Questionnaire on sociodemographic factors, questionnaire on prevention and promotion actions and lifestyle questionnaire, using the interview technique. The data obtained was recorded in Microsoft Excel. The following results and conclusions were obtained: The majority are female, profess the Catholic religion, have SIS insurance, more than half are between the ages of 18 and 35, less than half have a degree of primary education, cohabiting marital status, occupation as a housewife, with an income of 650 to 850 nuevos soles. On the other hand, most have inappropriate actions and unhealthy lifestyles. It is concluded that there is no relationship between sociodemographic factors and lifestyles; Likewise, if there is a relationship between prevention and promotion actions and lifestyle.

Keywords: adult, prevention and health promotion actions, lifestyles, sociodemographic factors

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE LA INVESTIGACIÓN

En el año 2024 la OPS refiere que la promoción de la salud se basa en la visión de que la salud y el bienestar son cosas buenas y completas que pueden construirse y mejorarse utilizando las herramientas y recursos de las personas, las comunidades y las familias resolviendo problemas de salud. Todo esto será importante para responder a los desafíos clave de salud pública que enfrentamos en este siglo: promover el envejecimiento saludable, mejorar la salud mental de la población, reducir los impactos a largo plazo y crear una vida sana, sostenible y equilibrada son los principales impulsores de desarrollo (1).

De la misma manera la OMS da como definición el estilo de vida como una forma general de vida basada en la interacción social en un sentido amplio y basada en patrones de comportamiento determinados por variables culturales y características personales. La buena salud es la mejor fuente de desarrollo personal, económico y social. Las acciones de promoción de la salud son de gran importancia porque promueven cambios que conducen a la producción de salud y bienestar de las personas y las familias. Otro objetivo de la promoción de la salud es la prevención primaria y la prevención secundaria, lo que ayuda al diagnóstico precoz y, por tanto, mejora los resultados positivos (2).

Asimismo, más del 80% de la población enfrenta desigualdades en las condiciones, sociales y económicas, desigualdades en las políticas gubernamentales, la seguridad social y la atención médica. Por tanto, estos factores afectan negativamente a la salud en todo el mundo. Por lo tanto, los programas de promoción de la salud son importantes para abordar los problemas de salud en América Latina y así mejorar los comportamientos de salud de cada grupo poblacional (3).

La salud pública se ha convertido en una preocupación mundial por sus consecuencias políticas, sociales y económicas. Cabe señalar que la promoción de la salud se basa en un concepto amplio que incluye ideas, principios y métodos ampliamente difundidos en libros, cursos, conferencias y programas de capacitación de la OPS en diversos países. Se hicieron esfuerzos para cambiar las instituciones y estructuras organizativas y redistribuir recursos para mejorar la vida de las personas. Sin embargo, en muchos países todavía persisten altos niveles de pobreza y desigualdad social, lo que

limita el logro de ciertos niveles de bienestar, que es uno de los objetivos de la promoción de la salud (3).

Según el Índice Multidimensional de Salud elaborado por el INE, la Comunidad de Madrid muestra los mejores datos sanitarios de todas las regiones de España. A medida que las personas envejecen y sus estilos de vida cambian, aumentan enfermedades como la obesidad, la diabetes, las enfermedades cardíacas y el cáncer. Pero la vida no es del todo predecible y en consecuencia, las enfermedades infecciosas cambian este patrón. Las sustancias, tanto legales como ilegales, más consumidas entre la población de 15 a 64 años en la sociedad madrileña son el alcohol, el tabaco, el cannabis, los antidepresivos, los anticonvulsivos y la cocaína. A pesar de una disminución significativa en las tasas de tabaquismo en los últimos años (20,4% de hombres y mujeres), los hombres generalmente tienen más probabilidades de fumar que las mujeres (4).

De igual manera en México, demostraron que el actual gobierno ha asumido la responsabilidad de crear un mejor ambiente para la población y ratificaron su compromiso de trabajar con las instituciones de salud para reducir los efectos de paliar el cambio climático. Desigualdad alimentaria, social y fortalecimiento de la participación comunitaria en todas las actividades. También se analizan los programas llamadas “Del campo a la ciudad” y el programa “Vivas Permanentes”, que están dirigidos principalmente a combatir la violencia contra las mujeres. También destacó la implementación del programa de atención comunitaria, enfatizando la calidad de la atención médica (5).

Por lo tanto, en Bogotá-Colombia, la promoción y prevención de la salud ocupa el primer lugar entre todos los tipos de conocimiento a través de métodos y conceptos técnicos. Las enfermedades funcionales incluyen medidas curativas, donde el nivel de conocimiento y acción en salud pública se define como el conocimiento y el arte que ayuda a prevenir enfermedades que tienen un impacto significativo en el cuerpo y la mente. Por ello, en la publicidad se han implementado medidas para mejorar la salud para mantener la salud de la población en buen estado y sobre todo evitar daños irreversibles por lo que hace muchos años el sistema de salud colombiano se decidió brindar atención médica universal a todos los ciudadanos (6).

De manera similar, el sistema de salud colombiano ha experimentado reformas en

los últimos años destinadas a mejorar la calidad y seguridad de la atención médica. Unidad en salud para todos los ciudadanos. Colombia tiene actualmente uno de los costos más bajos de América Latina y el Caribe, representando el 17% de todo el gasto en salud. Esto contribuyó a la reducción de la pobreza en Colombia, donde la pobreza cayó un 2,1% y se obtenga la mejor atención médica y un seguro médico asequible (6).

A lo largo de los años, el Perú ha sido sede de diversos eventos religiosos, culturales, deportivos y políticos en las regiones de Lima, Arequipa, Cusco, La Libertad y Ucayali. Ante esta realidad, las autoridades nacionales han realizado serios planes, promociones y prevenciones con el fin de reducir los riesgos para la salud que se puedan presentar para la población. Perú ha desarrollado un programa de planificación y control denominado programa, que tiene como objetivo evaluar riesgos y al mismo tiempo orientar acciones para promover, prevenir y controlar acciones encaminadas a proteger la salud de los participantes y de la población a proteger en general (7).

En la Libertad se busca promover buenas prácticas que contribuyan a mejorar la calidad de vida de los habitantes de la región La Libertad siendo partícipes autoridades que buscan la promoción y prevención de enfermedades a través de lineamientos e instituciones que velan por los buenos hábitos, la buena salud del individuo, la familia y la sociedad, así como el ambiente laboral (8).

Por otro lado, el gobierno regional ha iniciado esfuerzos de prevención sanitaria con el fin de prevenir y reducir la propagación de enfermedades entre la población liberteña realizando actividades como ferias y campañas de salud dejando en proceso estudios para prevenir la salud de las personas (8).

Por esta razón en el año 2023 en la Libertad. ESSALUD trabaja por la prevención y promoción de la salud para que la sociedad tome conciencia de la enfermedad y así reducirla. El cáncer de mama es la segunda causa de muerte en el país. De igual forma, Es Salud ha organizado recientemente campañas educativas como capacitaciones grupales, asesorías a comunidades enteras, presentaciones de videos, asesorías a comunidades y asociaciones. Dado que el diagnóstico precoz y la prevención del cáncer de mama y de útero es una prioridad del seguro social de salud, es necesario fortalecer su desarrollo mediante pruebas de detección, exposiciones educativas, asesoramiento y otras

actividades, sin abandonar la implementación de un estilo de vida saludable (9).

De acuerdo a esta problemática de salud los adultos del distrito de Buldibuyo no son ajenos, dicha población consta de aproximadamente 4094 habitantes incluyendo los habitantes de sus 13 anexos, bajo la administración del Gobierno regional de la libertad en el norte del Perú, en esta población la mayoría se dedican a la agricultura en la siembra y cosecha de verduras, maíz, papa, trigo, etc. También a la ganadería en la crianza de chanchos, conejos, cuyes, etc. Sin dejar de lado el comercio la venta de abarrotes siendo estos su principal fuente de ingreso económico que se benefician día a día en dicho distrito.

Cuenta con servicios básicos como agua, luz y desagüe donde el servicio de energía eléctrica es distribuido por la empresa Hidrandina mientras que los de abastecimiento de agua proveniente de los manantiales Avispata y Peña Grande. El distrito cuenta con un campo deportivo, una iglesia, una institución educativa nivel inicial, primaria y secundaria, con una posta médica que es atendida durante las 6 horas del día, en caso de padecer alguna enfermedad o complicación mayor se refiere al paciente a la ciudad de Trujillo, Hospital Regional Docente de Trujillo. Así mismo se evidencia cada vez más en la población personas que padecen enfermedades no transmisibles como hipertensión arterial, Enfermedades Diarreicas Agudas (EDAS). Siendo estos los principales problemas de salud que aquejan a la población, sin dejar de lado y hacer mención que dicha población cuenta con autoridades para velar por la seguridad de cada persona.

Formulación del problema:

¿Existe asociación entre factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida del adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024?

Objetivo general:

Determinar los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida del adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

Objetivos específicos:

- Caracterizar los factores sociodemográficos del adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.
- Caracterizar las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.
- Caracterizar el comportamiento de la salud: estilo de vida del adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.
- Explicar la relación de los factores sociodemográficos con el comportamiento de la salud: estilo de vida del adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.
- Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida del adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

Justificación de la investigación

Justificación teórica:

En la actualidad vivimos rodeados de múltiples enfermedades que aquejan a cada uno de los adultos la cual les puede conllevar a la muerte a causa de los malos hábitos en su estilo de vida, por ende, la realización de esta investigación podrá mostrar cuales son “los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida del adulto. Siendo necesaria para poder investigar las situaciones de los adultos y que de tal manera se pueda mejorar la calidad de vida de cada integrante de dicha comunidad y no solo ello sino también de ver si se está llevando a cabo la promoción de la salud ya que el ser humano en la edad adulta es más vulnerable.

Justificación práctica:

Por otro lado, este trabajo de investigación va permitir a los estudiantes de salud y al personal de salud de cada establecimiento a conocer como es el estilo de vida, comportamientos y actitudes que los adultos influyen en su vida diaria que de tal modo

puedan mejorar o cambiar su salud, lo cual es importante seguir socializando los resultados y continuar con las campañas de la promoción y prevención de la salud para mejorar los estilos de vida reduciendo los factores de riesgo logrando concientizar a la población adulta con el fin de que se vuelva más efectiva en cuanto al cuidado del individuo, familias y comunidades.

Justificación metodológica:

Podemos mencionar que en la justificación metodológica se basa a los fundamentos metodológicos de una investigación cuantitativa, que busca establecer la correlación existente entre los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida del adulto, además se emplea la encuesta como herramienta para la recolección de información que servirá para corroborar la hipótesis propuesta por lo que cabe mencionar que esta investigación es de mucha utilidad porque va a permitir a los investigadores realizar futuras investigaciones ante las mismas variables que servirá como marco referencial y base para profundizar conocimientos de los factores conductuales que afectan el riesgo de salud de la población adulta logrando mejorar la calidad de vida.

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

Antecedente Internacionales

Cerda P, (10) investigación titulada “Prácticas de promoción de salud basadas en el arte: Un análisis de iniciativas y experiencias; Santiago, 2020”, tuvo como objetivo generar orientaciones teóricas y prácticas sobre el uso de metodologías artísticas en promoción de salud, a partir de la revisión de iniciativas y experiencias comunitarias nacionales e internacionales; utilizó una metodología perspectiva metodológica cualitativa de investigación, basado en el enfoque metodológico de Análisis Temático, que combina revisión bibliográfica y entrevistas a algunos/as actores claves que participan de iniciativas/experiencias de promoción de salud basadas en metodologías artísticas. Concluyendo que los procesos desencadenados en los espacios de arte y promoción de salud son percibidos como una vía real alternativa para alcanzar estados de bienestar tanto individual como colectivo.

Onofre N, Izquierdo J, Trestano E, (11) en su investigación titulada “Estilos de vida y factores sociodemográficos asociados a la alta adhesión a la dieta mediterránea en la población adulta de la Comunidad Valenciana (España), 2021”. Cuyo objetivo: Evaluar, en una muestra de la población adulta de la Comunitat Valenciana, la asociación entre estilos de vida y factores sociodemográficos con la adhesión alta a la dieta mediterránea (DM). Metodología de estudio transversal de una muestra (n = 2728) representativa de la población ≥ 16 años. Los datos corresponden a la Encuesta de Nutrición de la Comunidad Valenciana. Se testó la asociación de las variables con la ADM alta mediante la regresión logística univariante y multivariante. Conclusión: La edad, el tipo de convivencia, el comer entre horas y el hábito tabáquico se asociaban a la ADM alta donde los grupos de edad de 45-64 años y de 65 años o más fueron los que mostraron una mayor asociación a la ADM alta en ambos sexos.

Yaulema L, Parreño A, Ríos P, (12) en su investigación titulada “Estilos de vidas de los adultos mayores residentes en parroquias rurales del Canton Riobamba, Ecuador. 2021”. Con el objetivo: describir el comportamiento de los estilos de vida en adultos mayores residentes en parroquias rurales del cantón Riobamba, Chimborazo, Ecuador.

Metodología no experimental, con un diseño descriptivo y explicativo. El enfoque fue mixto ya que incluyó elementos cualitativos y cuantitativos. El universo estuvo constituido por 730 adultos y la muestra quedó conformada por 225. En los resultados el 94,22% realizan actividades físicas al menos de 2 veces por semana y el 92,44% consumía una alimentación inadecuada; el 79,11% acude a controles de salud menos de 2 veces al año. Conclusión: existe un elevado porcentaje de adultos mayores con estilos de vida poco saludables principalmente por la elevada presencia de enfermedades crónicas, alimentación poco saludable y baja práctica de actividad física.

Mesa D, et. al, (13) en su investigación titulada “Estrategia de intervención para mejorar la calidad de vida del adulto mayor, 2020- Cuba”. Su objetivo fue Diseñar una estrategia de intervención para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores. Metodología: Investigación aplicada con una primera etapa descriptiva – evaluativa y de diseño de la estrategia y con un universo de 294 adultos mayores y una muestra de 223 individuos que cumplieron los criterios de inclusión. Resultados: Predominó el sexo femenino, con un nivel primario de enseñanza con el (50,4%) y la calidad de vida fue más alta en las personas con pareja, no existió correlación con el nivel de escolaridad ni se encontró polifarmacia en los adultos. Conclusiones: La estrategia de intervención diseñada contribuyó a elevar la calidad de vida en los adultos mayores.

Ruiz A, et. al, (14) en su investigación “Asociación entre patrones alimentarios y factores sociodemográficos en la población adulta de Antioquia, Colombia”. Su objetivo fue identificar los patrones alimentarios de la población adulta antioqueña y su asociación con variables sociodemográficos. Metodología: Estudio analítico transversal basado en datos secundarios, La muestra para dicho estudio fue probabilística, estratificada y polietápica, con muestra aleatoria de 1.394 adultos de 18 a 59 años. Resultados: La mayoría eran mujeres (60,2%), habitantes de la zona urbana (63,6%), con empleo (57,2%), además el 45,9% de los hogares tenía ingresos mensuales inferiores a un salario mínimo y sólo una cuarta parte de la población (24,6%) recibía más de dos salarios mínimos.

Antecedente Nacional

Campoverde B, (15) en su investigación titulada, “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto

del caserío de Chapaira _ Piura, 2021.” Cuyo objetivo: Determinar la asociación de los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: Estilos de vida en el adulto del caserío de Chapaira Piura. Metodología de tipo cuantitativo, nivel de investigación correlacional transversal, no experimental. La muestra fue 105 adultos, aplicándose los 3 cuestionarios sobre factores sociodemográficos, acciones de prevención y promoción y escala de estilos de vida a través de la entrevista. Se concluye: En los factores sociodemográficos la mayoría son adultos jóvenes, más de la mitad tienen estado civil soltero, menos de la mitad son de ocupación estudiante con ingreso económico menor de 400 nuevos soles. Casi todos tienen acciones de prevención y promoción adecuadas, y estilos de vida saludables.

García A, (16) en su investigación titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo_Huaraz, 2021”. Cuyo objetivo fue determinar la asociación entre los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo Huaraz, con metodología cuantitativa, descriptiva, correlacional, transversal y no experimental en una muestra de 270 adultos. Con resultados y conclusiones: El 55,6% tienen estudios secundarios, la mitad son mujeres, adultos maduros; menos de la mitad son convivientes, empleados. Por otra parte, la mayoría tiene acciones adecuadas; y más de la mitad tiene estilo de vida saludable. Se concluye que, si existe asociación entre el estilo de vida y los factores sociodemográficos, asimismo, si existe asociación entre las acciones de prevención y promoción y el estilo de vida.

Correa E, (17) en su investigación titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del distrito de Yúngar_Carhuaz, 2021”. Tuvo como objetivo: Determinar los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociados al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del Yúngar_Carhuaz. Metodología: Nivel correlacional de corte transversal, la muestra estuvo constituida por 130 adultos de ambos sexos. Se utilizó la técnica de la entrevista y observación. Los datos fueron procesados en la base de datos Microsoft Excel y software SPSS versión 24.0 aplicando el Chi cuadrado, con el 95%de confiabilidad y

significancia de $p < 0,05$. Conclusión: Más de la mitad presenta un estilo de vida saludable, la mayoría son de sexo masculino, tienen SIS, grado de instrucción secundaria, su estado civil casados con un ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles.

Espinoza L, Suárez L, (18) en su investigación titulada “Estilos de vida y estado nutricional en adultos del Centro Poblado Leticia-Supe Puerto, 2022.” Tuvo como objetivo: Determinar la relación que existe entre el estilo de vida y el estado nutricional en adultos del Centro Poblado Leticia-Supe Puerto, 2022. Metodología: Estudio tipo básica, enfoque cuantitativo, diseño de investigación no experimental – transversal y nivel relacional; cuya población fue 1346 adultos de 30 a 59 años y la muestra de 299 personas adultas; se utilizó la técnica de la encuesta y la observación, los datos se procesaron en el programa estadístico SPSS versión 25, para el análisis inferencial se realizó con la prueba de Chi cuadrado. Resultados: el 64,9% de los adultos tiene un estilo de vida no saludable y el 35,1% tiene un estilo de vida saludable. Conclusión: El centro Poblado Leticia Supe Puerto, la mayoría de los adultos tienen un estilo de vida no saludable.

Aniceto T, (19) en su investigación “Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del distrito de Caraz - Ancash, 2020”. Tuvo como objetivo: Determinar los estilos de vida y factores biosocioculturales en los adultos. Metodología: tipo cuantitativa, de nivel descriptivo – correlacional, de diseño transversal y no experimental; la muestra estuvo conformada por 369 adultos. Los resultados obtenidos son: El 76,96% de los adultos encuestados no tienen un estilo de vida saludable, el 57,45% tienen edades entre los 36 a 59 años, el 42,82% tienen ingresos entre 600 a 1000 soles, son empleados, conviven con sus parejas, y como grado de instrucción tiene secundaria incompleta. Se concluye que existe relación directa y estadísticamente significativa entre los factores biosocioculturales y el estilo de vida de los adultos del distrito de Caraz.

Antecedentes Locales o Regionales

Pujay E, (20) en su investigación titulada “Acciones de prevención y promoción de la salud relacionado con los estilos de vida de los adultos pescadores del desembarcadero pesquero artesanal – Salaverry, 2020.” Tuvo como objetivo: Explicar la relación entre las Acciones de Prevención y Promoción de la Salud y los Estilos de Vida

de los Adultos Pescadores del Desembarcadero Pesquero Artesanal – Salaverry, 2020. Metodología es de tipo cuantitativo explicativo, correlacional de corte transversal. Se trabajó con una muestra de 130 Adultos pescadores. Los datos fueron procesados en el software Estadístico IBM, luego exportados a una base de datos en el Software SPSS Statistics 25.0. Se utilizó la prueba estadística de Chi Cuadrado con el criterio de significancia: $p < 0.05$. Llegando a las conclusiones y resultados: En cuanto a las acciones de prevención y promoción de la salud de los Adultos pescadores se tiene que la mayoría tiene un nivel bajo de prevención y promoción de la salud.

Soles A, (21) en su investigación titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del asentamiento humano Miguel Grau _ Salaverry – Trujillo, 2021”. Con objetivo: “Determinar la asociación de los factores sociodemográficos y las acciones de prevención y Promoción asociados con el comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del Asentamiento Humano Miguel Grau _ Salaverry – Salaverry, 2021”. Metodología de tipo cuantitativo, nivel correlacional y diseño no experimental, La muestra estuvo constituida por 70 adultos. Se utilizó la técnica de la entrevista. Resultados y conclusiones: La mayoría son de sexo femenino, con grado de instrucción secundaria, religión católica, convivientes, amas de casa y cuentan con SIS. El 70% la mayoría tiene un estilo de vida saludable. En acciones de prevención y promoción el 54% más de la mitad tienen acciones adecuadas.

García N, (22) en su investigación titulada “Acciones de Prevención y Promoción de la Salud Asociado a los Estilos de Vida de los Usuarios del Programa Integral del Adulto y Adulto Mayor del Hospital I Luis Albrecht – Trujillo, 2023”. Tuvo como objetivo: Determinar la asociación entre las acciones de prevención y promoción de la salud y los estilos de vida de los usuarios del Programa Integral del Adulto y Adulto Mayor del Hospital I Luis Albrecht – Trujillo. La metodología es de nivel correlacional y corte transversal, tipo cuantitativo, de diseño no experimental y la población muestral está constituida por 50 adultos. Resultados: El 86% tienen acciones adecuadas de prevención y promoción de la salud y el 80% tienen estilos de vida saludables, concluyendo que: En las acciones de prevención y promoción de la salud la mayoría tienen acciones adecuadas y en los estilos de vida de la mayoría es saludable.

Mendoza L, (23) en su investigación titulada “Prevención y Promoción de la Salud Asociados al Estilo de Vida en los Adultos del Sector Marbella – El Milagro, 2023”. Tuvo como objetivo principal: Determinar si existe asociación entre Prevención y Promoción de la Salud y estilo de Vida en los Adultos. Su metodología: Tipo Básica, Cuantitativo, Correlacional de diseño no experimental. Se trabajó con una muestra no probabilística por 91 adultos, los datos fueron exportados y procesados en el software estadístico IBM-SPSS Ver. 25.0. Se concluyó que: El 53% cuentan con un nivel medio de prevención y promoción de la salud, el 98% de encuestados tienen un estilo de vida no saludable, la asociación de prevención y promoción de la salud y la dimensión de alimentación que conforma a la variable estilos de vida, el 48% cuentan con un nivel de prevención y promoción bajo asociado a un estilo de vida no saludable.

Guzmán P, (24) en su investigación “Prevención y promoción en salud asociado al estilo de vida del adulto de nuevo Jerusalén III sector La Esperanza 2022”. Cuyo objetivo: explicar la relación entre las acciones de prevención y promoción en Salud y el estilo de vida del adulto. Metodología: fue cuantitativo, explicativo; correlacional - transversal, la muestra no probabilística contó con 92 personas a los cuales se le dio un cuestionario y se utilizó como técnica la entrevista. Los resultados en la totalidad son que el 92% poseen el nivel medio de prevención y promoción y el 61% llevan un estilo de vida saludable, mediante la prueba de chi cuadrado arroja que si existe correlación entre las variables. Se concluye que a pesar que los adultos de dicho barrio tienen el conocimiento adecuado para cuidar de su salud, pero no todos lo ponen en práctica por distintos factores como el económico, social, entre otros.

2.2. Bases teóricas

Esta investigación se basa en la teoría Nola Pender siendo este un modelo principal en el que las enfermeras hablan sobre los métodos de promoción de la salud que utilizan para ayudar a las personas a comprender su comportamiento relacionado con la salud y, por lo tanto, guiar la educación del buen comportamiento. Según este modelo, los determinantes de la salud y el desarrollo de la salud se dividen en factores lógicos que se entienden como pensamientos, creencias e ideas que las personas tienen sobre la vida, que refuerzan o alientan una conducta o un comportamiento particular, exhiben un comportamiento o mejoran la vida. Propicia los cambios que es necesario realizar. Entre

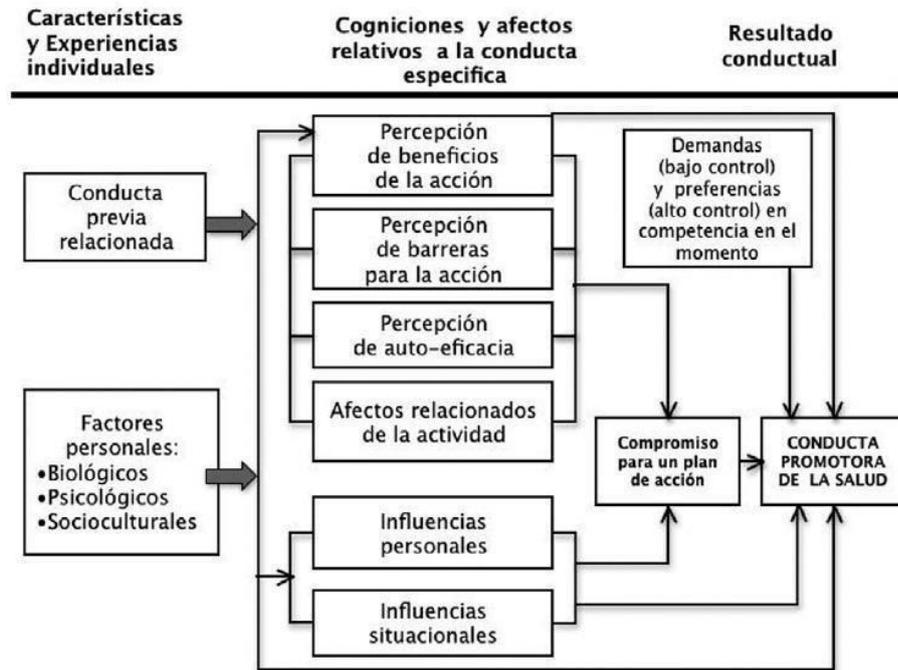
ellos se encuentra el motivo de este comportamiento que orienta a las personas hacia una vida hermosa conocida como salud.

Pender nació en 1941 en Michigan, Estados Unidos. Siempre estuvo interesada en la educación y en ayudar a las personas, por eso decidió estudiar enfermería. Recibió su título de enfermería en la Escuela de Enfermería del West Suburban Hospital en Oak Park en 1962; También completó sus estudios preparatorios en la Universidad Estatal de Michigan con una licenciatura en 1964. En su investigación doctoral, analizó los cambios evolutivos observados en la colección número de recuerdos de la infancia; Esto llevó a Pender a interesarse por comprender la vida humana, un modelo de desarrollo de la vida (25).

Nola Pender promueve la salud en términos de estrategias y acciones relacionadas con la felicidad humana y el marketing, la salud es muy importante y tiene muchas conexiones con otros temas ya que previene y fortalece muchas enfermedades. La salud es una estrategia, involucra a las familias, a los individuos y a la sociedad, es un proceso que conduce al bienestar y desarrollo de la sociedad, fortaleciendo la práctica de cada individuo y sociedad (26).

El modelo de promoción de la salud muestra los parámetros relevantes para la participación en producir o cambiar el comportamiento de cada individuo y las consecuencias de una buena salud (como el bienestar) son claras en relación con este modelo y la categoría de adultos. Así, Nola Pender demuestra que la enfermería es algo muy importante, se trata de animar y animar a las personas a proteger su salud personal. De igual forma, la promoción de la salud se realiza a través de las estrategias y acciones de las enfermeras que ayudan en el conocimiento de las ideas relevantes y de ahí que la salud se base en educar a las personas sobre cómo cuidarse y tener una buena salud (26).

Se explica el modelo a través del siguiente esquema:



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

El gráfico está en una columna de izquierda a derecha. El primer artículo trata de la naturaleza de cada individuo e incluye dos definiciones; El primero de ellos es el comportamiento debido a motivos personales. La primera definición se refiere a experiencias que pueden tener efectos directos e indirectos. De manera similar, la segunda definición describe factores clasificados como psicológicos y biológicos que predicen determinadas conductas (27).

Asimismo, consta de tres temas principales en las columnas de izquierda a derecha; El primero se refiere al carácter específico, compuesto por dos conceptos; comportamiento previo y eventos específicos. En segundo lugar, el conocimiento que adquieres afecta tu comportamiento. Tiene seis conceptos; el primero significa los beneficios obtenidos en el trabajo; el segundo se refiere a los desafíos que se presentan para realizar el trabajo; indica los problemas, barreras y brechas que impiden el compromiso con la buena salud; el último es el resultado del comportamiento que explica el desempeño que sentimos sobre nosotros mismos (27).

La segunda columna contiene seis cosas que la acción observa y que son el resultado final cuando se llevan a cabo como expresión de comportamiento en la vida. Inicialmente, los obstáculos visibles a la acción nos hablan del verdadero

comportamiento de la persona. Por otro lado, también podemos ver la segunda parte que habla de la riqueza de la persona. Cuando las probabilidades son grandes, ocurrirá un comportamiento específico. De hecho, vemos el cuarto capítulo sobre el comportamiento basado en el pensamiento ya sea bueno o malo, el quinto capítulo describe los efectos que se observan en una persona que lleva un estilo de vida saludable, y finaliza con el capítulo sexto, que describe el impacto del medio ambiente (27).

La promoción de la salud es de gran importancia para que todas las sociedades puedan controlar su salud y mejorar y proteger la calidad de las personas, especialmente a través de la prevención y el tratamiento de los problemas de salud. Para proteger la vida de la familia y de todos los demás, es necesario crear buenas condiciones y organizar mejoras en todos los niveles debido a los cambios en el entorno (27).

Al mismo tiempo, es un libro que acerca al individuo a la enfermera o al paciente y contribuye a la vida social del servicio sanitario. La enfermera actúa como catalizador de resultados positivos para los pacientes. Pender ofrece una crítica de cómo se puede lograr una buena vida mirando a las personas desde diferentes perspectivas. Por ejemplo, el hombre es un ser inseparable; vida, poder, residencia, riqueza y capacidad para tomar decisiones en la vida (28).

Si bien es claro este modelo está conformado de cuatro metas paradigmas que identifican eventos que han ocurrido y suelen ser de alto interés en la disciplina, ante ello influirá en las personas modificando su comportamiento en relación a su conducta sanitaria; donde la salud, las personas, el medio ambiente y las enfermeras intervienen para solucionarlo.

Persona: El hombre se esfuerza por encontrar y crear una sociedad en la que pueda hablar libremente y desarrollar el potencial humano. Asimismo, la persona se entusiasma con el desarrollo personal que intenta alcanzar y por ello quiere regular su conducta, es decir, tiene un sentido de autoexpresión que incluye evaluar sus capacidades. (28).

Enfermería: Es una ciencia que abarca los conocimientos, actividades y habilidades necesarias para satisfacer adecuadamente las necesidades de salud, atención, desarrollo y recuperación de las personas, grupos y sociedades. De hecho, las enfermeras tienen la responsabilidad de velar por la salud física y mental de las personas, pues esta es la base fundamental del programa de rehabilitación; Además, las enfermeras son responsables

de incentivar a personas o beneficiarios a mantener un estilo de vida saludable (28).

Salud: La vida es más importante que otras palabras. Esto se considera algo muy bueno, físicamente, mentalmente y socialmente; Esto significa más que simplemente la ausencia de enfermedades que indiquen potencial. Hacer frente a los desafíos diarios, mantener relaciones significativas y alcanzar el máximo potencial en todas las áreas de la vida (28).

Entorno: Considerando que el entorno en el que el individuo interactúa constantemente cambia con el tiempo y que los profesionales de la salud también son parte del entorno debido a su amplia estructura psicológica y social, las relaciones humanas tienen un impacto positivo en la vida humana (28).

Así mismo, se muestran las dimensiones de Nola Pender

Responsabilidad en salud: Las emociones deben funcionar y tener muchos significados para su felicidad, hay que cuidar su salud, saber de las cosas buenas, hacer ejercicio y buscar ayuda de profesionales (29).

Actividad física: Se refiere a cualquier actividad que implique movimiento físico y por tanto provoque desperdicio de energía. En general, todo el mundo debería caminar al menos 30 minutos al día porque los músculos se utilizan mucho y muchas cosas impiden el desarrollo de esta sensación, incluido el sedentarismo y las discapacidades congénitas (30).

Nutrición: La dieta consiste en la recombinación y metabolismo de sustancias y energía por parte de los organismos vivos, así como el proceso biológico mediante el cual los organismos vivos se reponen de los nutrientes esenciales y del agua necesarios para su trabajo, crecimiento y mantenimiento de una vida sostenible y saludable siguiendo algunos principios y métodos relacionados con la pirámide alimenticia (31).

Crecimiento espiritual: Enfocado en recaudación de fondos y apoyo fronterizo y comunicaciones; Cuando alguien les introduce en la comunicación visible con las personas que les rodean, se sienten equilibrados, se sienten en paz consigo mismos y las personas espiritualmente desarrolladas tienen un propósito en la vida, viven y trabajan para alcanzar sus metas (32).

Relaciones interpersonales: Prevalece la comunicación, se siente confianza en la otra persona, se forma una sensación positiva de cercanía, se establecen relaciones

importantes, se comparten e intercambian pensamientos y sentimientos, las emociones se transmiten a través de mensajes verbales y no verbales. (33).

Manejo del estrés: Incluye las acciones que cada individuo realiza para resolver problemas ya sea de ansiedad o sentirse preocupado por algo debido a situaciones estresantes, problemas emocionales o exceso de trabajo; Por tanto, una persona debe tener habilidades de gestión para afrontar el estrés (34).

De todo lo dicho se desprende que la mejora de la salud afecta a todas las personas y ciudades, especialmente a aquellas que mejoran su salud previniendo enfermedades. Por ello, se tomarán medidas para reducir los riesgos para la salud y que las personas puedan ver que tienen buenos hábitos. Y buena salud, lo que conducirá a la prosperidad y la promoción de la salud. Todos aportamos y mejoramos la asistencia sanitaria (35).

Bases conceptuales:

Factores sociodemográficos: Se refiere al estatus de una persona, que no cambia, teniendo en cuenta su tipo de matrimonio, edad, sexo y número de hijos. El estado civil se define como la situación jurídica de dos personas que desean formar una familia ejerciendo sus derechos legales. La edad es uno de los factores que se desarrollan en el ser humano desde el nacimiento hasta la edad adulta. El género es un conjunto de características, hormonales y otras características que definen a una persona como hombre o mujer. El número de hijos se define como el número de hijos que tiene una mujer a lo largo de su vida, igual al de un hombre (36).

Promoción de la salud: Se refiere al proceso de educar e informar a las personas para que conozcan las consecuencias de la salud, para educar y mejorar su salud para lograr una adecuada salud de mente, cuerpo y vida. Por lo tanto, utilizan esta información en momentos de sus vidas (37).

Prevención: Generalmente incluye medidas para prevenir enfermedades, reducir complicaciones, reducir riesgos y proteger a las personas de ataques en tres áreas: Primaria: enfocada en medidas preventivas, secundaria: enfocada en la persona que podría enfermarse, terciaria: enfocada en la persona que podría morir (37).

Estilo de vida: Se define como una forma de vida que puede beneficiar a cada uno de los participantes y perjudicar su vida, se llama comportamiento diferente, y diferentes situaciones que vive la persona en la sociedad, estos son hábitos que tiene cada

persona. Adoptar conductas saludables o poco saludables todos los días en las actividades diarias como comer, centrarse en alimentos nutritivos, actividades físicas, vestirse físicamente, manejo de problemas, centrarse en conductas personales incluyendo cómo o de qué manera solucionar problemas de salud (38).

Salud: Es un concepto científico utilizado tanto en grupos como en contextos históricos: la vida determina la salud de una persona o de una familia, en la que se garantiza la recuperación de la salud de la persona ante un acontecimiento. Esto resulta que la salud puede verse influenciada por la salud y la vida social, un estilo de vida que incluye comportamientos y valores que se reflejan en el comportamiento de una persona en áreas diferentes de la vida, como la actividad física, la dieta, el consumo de alcohol, el tabaquismo y las relaciones sexuales, sin dejar de lado los factores sociales, físicos, culturales y económicos afectan la vida de las personas (38).

Adulto: El ser adulto es entrar a una etapa que se divide en dos: adolescencia temprana, adolescencia media y mediana edad. Este período suele ocurrir entre los 18 y los 40 años. Una de las características más importantes es observar cada etapa de la vida que se caracteriza por conflictos que favorecen al ser humano por ejemplo cuando el adulto resuelve cualquier conflicto y se desarrolla psicológicamente, las personas encuentran más oportunidades para crecer, siendo un caso contrario el adulto puede encontrar más oportunidad de fracaso por lo que los adultos tardíos resuelven sus conflictos a base de amistad y aislamiento (39).

2.3. Hipótesis

- H1: Existe significancia estadística entre factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida del adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.
- HO: No existe significancia estadística entre los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida del adulto del Distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo, Nivel y Diseño de Investigación

Tipo de la investigación:

Fue cuantitativo teniendo el objetivo de evaluar los datos numéricos medibles. Este modelo se basó en la obtención de datos y una vez obtenidos también se encargó de analizarlos, implicando el uso de herramientas informáticas, estadísticas y matemáticas (40).

Nivel de la investigación:

Correlacional – transversal dado que se buscó determinar la relación entre dos o más variables y la recolección de la información fue tomada en un solo periodo de tiempo (41).

Diseño de la investigación:

Fue no experimental, debido a que el investigador no manipulo en las variables del estudio, reportándose en su contexto natural tal y como fueron (42).

3.2. Población y muestra.

Población: Estuvo constituida aproximadamente por 300 adultos que residen en el distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

Muestra: Se obtuvo una muestra de 108 adultos de ambos sexos que residen en el distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024. (Anexo N°4)

Unidad de análisis:

Cada adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad que formaron parte de la muestra y respondieron a los criterios de la investigación.

Criterios de Inclusión:

- Adultos que vivían más de 3 años en el distrito de Buldibuyo _ Pataz_ La Libertad.
- Adultos del distrito de Buldibuyo _ Pataz_ La Libertad. Que aceptaron participar en el estudio.
- Adultos del distrito de Buldibuyo _ Pataz_ La Libertad. De ambos sexos.

Criterios de Exclusión:

- Adultos del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024. Que presentaron problemas psicológicos.
- Adultos del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024. Que presentaron problemas de comunicación.

3.3.Operacionalización de las variables

VARIABLE	DEFINICIÓN OPERATIVA	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	CATEGORÍAS O VALORACIÓN
<p>FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS</p> <p>Hace referencia a las características de la persona que no son modificables entre las cuales se consideran a estado civil, la edad, el sexo y el número de hijos (43).</p>			<p>Sexo</p> <p>Edad</p> <p>Grado de instrucción</p> <p>Religión</p> <p>Estado civil</p> <p>Ocupación</p> <p>Ingreso económico</p>	<p>Nominal</p> <p>Cualitativa</p> <p>Cualitativa ordinal</p> <p>Nominal</p> <p>Cualitativa ordinal</p> <p>Nominal</p> <p>Nominal</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Masculino • Femenino • 18-35 años • 36-59 años • c) 60 a más • Analfabeto (a) • Primaria • Secundaria • Superior • Católico • Evangélico • Otras • Soltero • Casado • Viudo • Conviviente • Separado • Obrero • Empleado • Ama de casa • Estudiante • Otros • Menor de 400 nuevos soles • De 400 a 650

			<p>22. ¿Es expresiva, espontánea y segura?</p> <p>23. ¿Participa activamente de eventos sociales?</p> <p>24. ¿Defiende sus propios derechos?</p> <p>25. ¿Ha presentado o presenta temores en su comportamiento?</p> <p>26. ¿Su comportamiento es respetado por los demás?</p> <p>27. ¿Se comunica fácilmente con toda clase de personas?</p>		
		Actividad física	<p>28. ¿Realiza 30 minutos diarios de actividad física o practicas algún tipo de deporte?</p> <p>29. ¿Realiza ejercicios de fuerza 2 o 3 veces por semana?</p> <p>30. ¿Completar la rutina con 10 minutos de ejercicios de estiramiento?</p> <p>31. ¿Toma una buena cantidad de líquido durante el día (aproximadamente 2 litros de agua)?</p>		
		Salud sexual y reproductiva	<p>32. ¿Al tener relaciones sexuales usted se protege?</p> <p>33. ¿Se informa de los métodos anticonceptivos?</p> <p>34. ¿Se realiza exámenes médicos?</p>		
		Salud bucal	<p>35. ¿Usa a diario un enjuague bucal con flúor?</p> <p>36. ¿Regularmente se realiza exámenes odontológicos?</p> <p>37. ¿Consume bebidas como gaseosas, los jugos artificiales y bebidas energéticas?</p> <p>38. ¿Consume de tabaco y el alcohol?</p>		
		Salud mental y cultura de paz	<p>39. ¿En general está satisfecho con usted mismo/a?</p> <p>40. ¿Usted piensa que no sirve absolutamente para nada?</p> <p>41. ¿Puede hacer las cosas bien como la mayoría de las personas?</p> <p>42. ¿Cree que tiene muchos motivos para sentirme orgulloso/a?</p> <p>43. ¿Siente que es una persona digna de estima o aprecio, al menos en igual medida que los demás?</p> <p>44. ¿Tiene usted a pensar que su vida es un fracaso?</p> <p>45. ¿Tiene una actitud positiva hacia mí mismo/a?</p>		
		Seguridad vial y cultura de tránsito	<p>46. ¿Cuándo maneja usa el cinturón de seguridad?</p> <p>47. ¿Cruza por las líneas peatonales o esquina, de acuerdo a las señales del semáforo?</p> <p>48. ¿Utiliza el celular al conducir o al cruzar la calle?</p> <p>49. ¿Usted cruza la calle con cuidado?</p> <p>50. ¿Si maneja bicicleta, triciclo u moto usa casco?</p>		

		<p>Relaciones interpersonales:</p>	<p>20. Se me hace fácil demostrar preocupación, amor y cariño a otros.</p> <p>21. Estoy consciente de lo que es importante para mí en la vida.</p> <p>22. Busco apoyo de un grupo de personas que se preocupan por mí.</p>		
		<p>Nutrición:</p>	<p>23. Leo las etiquetas nutritivas para identificar el contenido de grasas y sodio en los alimentos empacados.</p> <p>24. Asisto a programas educacionales sobre el cuidado de salud personal.</p> <p>25. Alcanzó mi pulso cardiaco objetivo cuando hago ejercicios.</p> <p>26. Mantengo un balance para prevenir el cansancio.</p> <p>27. Me siento unido(a) con una fuerza más grande que yo.</p> <p>28. Me pongo de acuerdo con otros por medio del diálogo.</p> <p>29. Tomo desayuno.</p> <p>30. Busco orientación o consejo cuando es necesario</p>		
		<p>Crecimiento Espiritual y Relaciones Interpersonales</p>	<p>31. Expongo mi persona a nuevas experiencias y retos.</p> <p>32. Discuto mis problemas y preocupaciones con personas allegadas.</p> <p>33. Duermo lo suficiente.</p> <p>34. Como de 6 a 11 porciones de pan, cereales, arroz, o pastas(fideos) todos los días.</p> <p>35. Como solamente de 2 a 3 porciones de carne, aves, pescado, frijoles, huevos y nueces todos los días.</p>		

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas

En la presente investigación se utilizó la encuesta y la observación para la aplicación de los instrumentos.

Instrumento

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

Instrumento N° 01

FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS

Elaborado por la Dra. María Adriana Vílchez Reyes, en la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación (Anexo N° 02). Está constituido por 8 ítems distribuidos en 2 partes:

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

Instrumento N° 02

PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD

Elaborado por la Dra. Vílchez Reyes, María Adriana en la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, para fines de la presente investigación. (Anexo N° 02).

Está constituido por 53 ítems distribuidos en 8 ejes temáticos:

- Datos de Identificación, donde se obtuvo las iniciales o seudónimo 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 la 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 Giacobbi, 2004).

Dónde:
$$V = \frac{\bar{x} - l}{k}$$

x : 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 inter evaluador

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

Instrumento N° 03

ESTILOS DE VIDA

Elaborado por la Autores Serrano-Fernández, M. J., Boada-Grau, J., Vigil-Colet, A., & Gil- Ripoll, C. (2016) Adaptación española de la escala HPLP-II (Anexo N° 02). 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 ($\alpha=0.88$). (Anexo N° 02).

3.5.Método de análisis de datos

Procedimientos de la recolección de datos

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

- Primeramente, se coordinó con la máxima autoridad del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad. Nos brinde el permiso de poder aplicar el instrumento a los adultos.
- Se hizo el reconocimiento del lugar de estudio donde radican los adultos del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad.
- Se informó y se solicitó el consentimiento informado a los adultos del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad. Haciendo énfasis que los datos y resultados serán totalmente confidenciales.
- Se coordinó la disponibilidad, el tiempo y la fecha para proceder a aplicar el instrumento a cada adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad.
- Se realizó la lectura de las instrucciones de los instrumentos de evaluación a los adultos del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad.
- El instrumento se aplicó en un tiempo de 20 minutos, las respuestas fueron marcadas de manera personal y directa.

Análisis y procesamientos de datos

Para la presente investigación se realizó 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 perteneciente a los factores sociodemográficos asociados con el comportamiento de la salud. Se utilizó el estadístico Chi cuadrado según el tipo que correspondía, presentando el p-valor con un nivel de confianza del 95%.

Para el procesamiento y análisis de datos fueron 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

Fueron extraídos del reglamento de integridad científica VERSIÓN 001 teniendo como finalidad establecer y mantener los principios éticos, aprobado por el Consejo Universitario con Resolución N°0277-2024-CU-ULADECH Católica, de fecha 14 de marzo del 2024 siendo las siguientes: (46).

Respeto y protección de los derechos de los intervinientes:

Se aplicó los instrumentos a los adultos respetando su dignidad, privacidad y diversidad cultural.

Cuidado del medio ambiente:

Se respetó el entorno del adulto, protección de especies y preservación de la biodiversidad y naturaleza.

Libre participación por propia voluntad:

Al adulto se le informó los propósitos y finalidades de la investigación en la que participan de tal manera que se exprese de forma inequívoca su voluntad libre y específica, en cuanto a sus decisiones en la participación es de manera voluntaria, así mismo se les explicó que la presente investigación se dará exclusivamente con fin académicos.

Beneficencia, no maleficencia:

Se buscó hacer el bien al adulto de alguna u otra manera la cual implicó el estado físico, psicológico y espiritual, teniendo en cuenta que durante la investigación y

con los hallazgos encontrados aseguran el bienestar de los adultos a través de la aplicación de los preceptos de no causar daño, reduciendo los efectos adversos posibles y maximizar los beneficios.

Integridad y honestidad:

Consiste en que el investigador tuvo que tener en cuenta la ética personal y profesional, respetando los códigos éticos deontológicos de su profesión para la cual se está educando, es decir, no cometer fraude o alteraciones de resultados no verídicos dentro de la población adulta en estudio lo que va a permitir la objetividad, imparcialidad y transparencia en la difusión responsable de la investigación.

Justicia:

Se abarco a través de un juicio razonable y ponderable que permitió la toma de precauciones y límite los sesgos, así también, el trato equitativo con todos los adultos en estudio del distrito de Buldibuyo.

IV. RESULTADOS

TABLA 2

**FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS DEL ADULTO DEL DISTRITO DE
BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024**

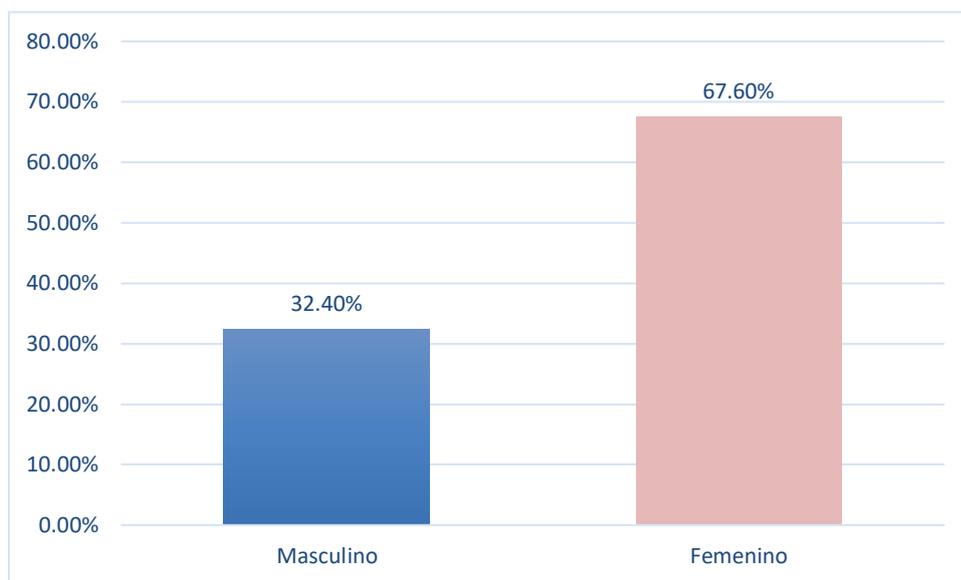
Sexo	n	%
Masculino	35	32,4
Femenino	73	67,6
Total	108	100,0
Edad	n	%
18-35 años	59	54,6
36-59 años	49	45,4
60 a más	0	0,0
Total	108	100,0
Grado de instrucción	n	%
Analfabeto	0	0,0
Primaria	48	44,4
Secundaria	44	40,7
Superior	16	14,8
Total	108	100,0
Religión	n	%
Católico (a)	73	67,6
Evangélico	28	25,9
Otras	7	6,5
Total	108	100,0
Estado civil	n	%
Soltero	39	36,1
Casado	6	5,6
Viudo	3	2,8
Conviviente	50	46,3
Separado	10	9,3
Total	108	100,0
Ocupación	n	%
Obrero	32	29,6
Empleado	0	0,0
Ama de casa	53	49,1
Estudiante	23	21,3
Otros	0	0,0
Total	108	100,0
Ingreso económico	n	%
Menor de 400 nuevos soles	23	21,3
De 400 a 650 nuevos soles	0	0,0
De 650 a 850 nuevos soles	53	49,1
De 850 a 1100 nuevos soles	32	29,6
Mayor a 1100 nuevos soles	0	0,0
Total	108	100,0

Sistema de seguro	n	%
ESSALUD	0	0,0
SIS	84	77,8
Otro seguro	0	0,0
No tiene seguro	24	22,2
Total	108	100,0

Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por la Dra. Vílchez Reyes María Adriana, aplicado al adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

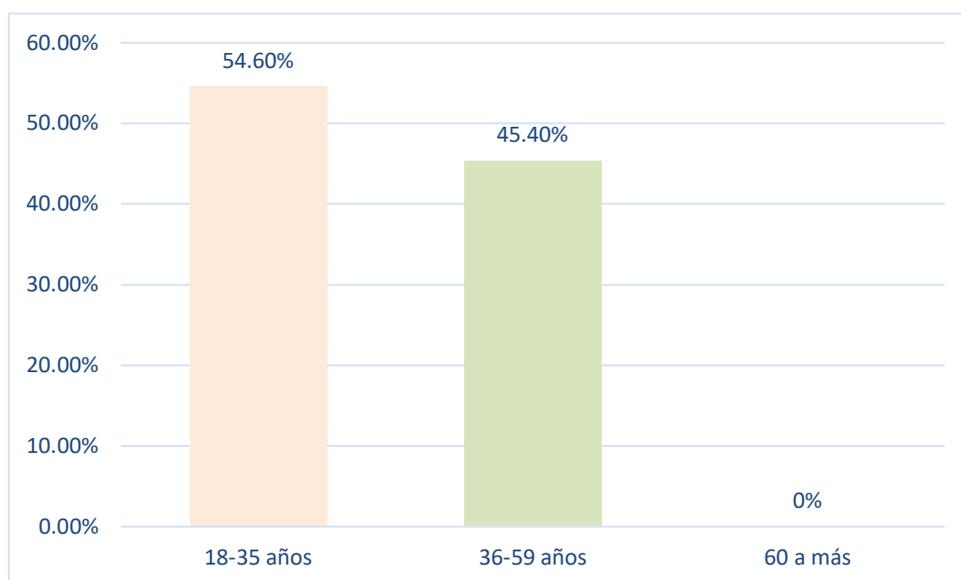
FIGURAS DE LA TABLA 2

FIGURA 1: SEGÚN SEXO DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024



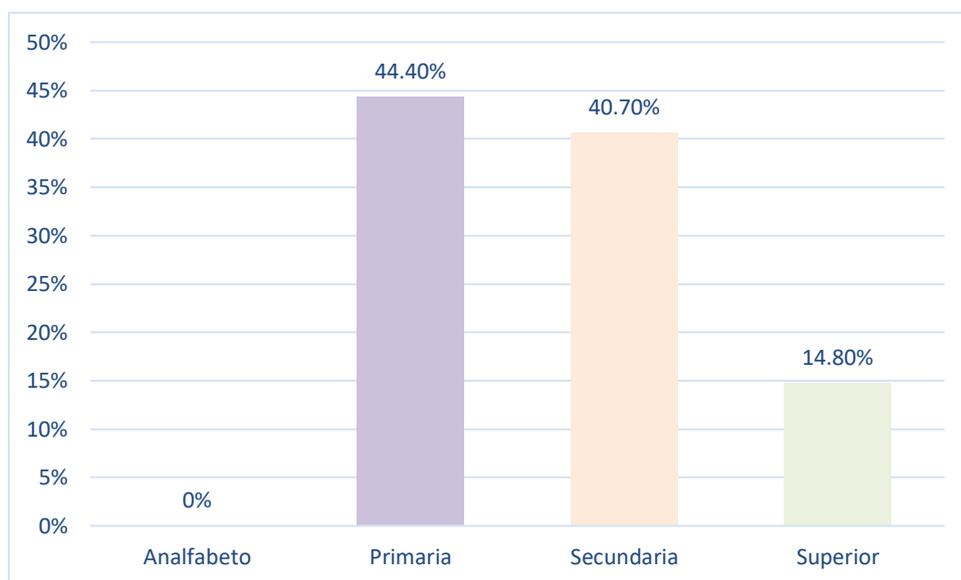
Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por la Dra. Vílchez Reyes María Adriana, aplicado al adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

FIGURA 2: SEGÚN EDAD DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024



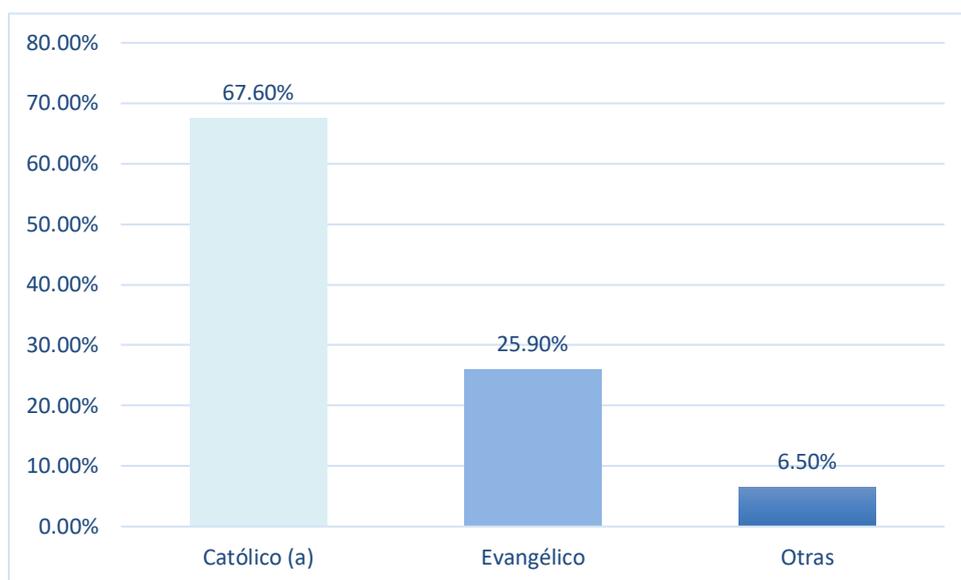
Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por la Dra. Vílchez Reyes María Adriana, aplicado al adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

FIGURA 3: SEGÚN GRADO DE INSTRUCCIÓN DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024



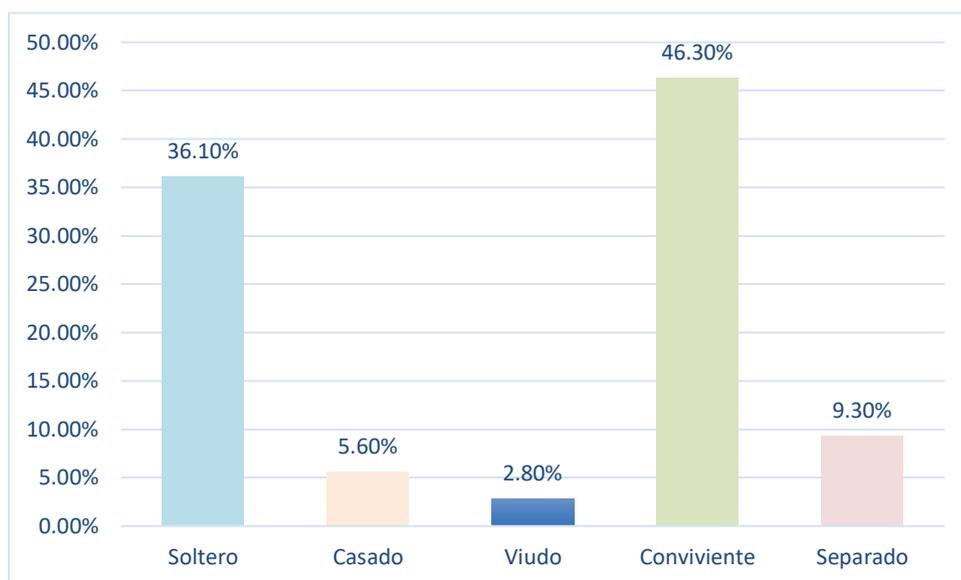
Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por la Dra. Vílchez Reyes María Adriana, aplicado al adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

FIGURA 4: SEGÚN RELIGIÓN DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024



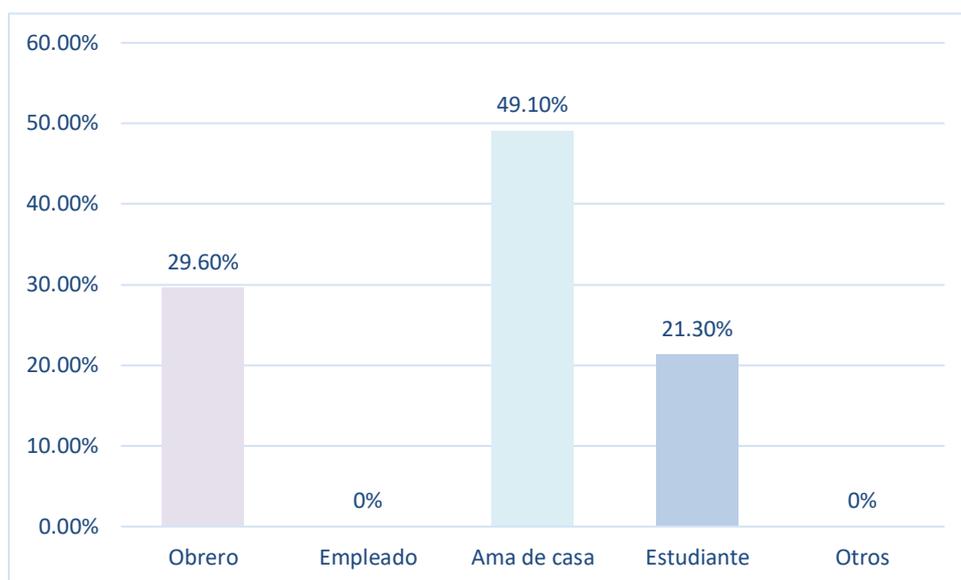
Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por la Dra. Vílchez Reyes María Adriana, aplicado al adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

FIGURA 5: SEGÚN ESTADO CIVIL DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024



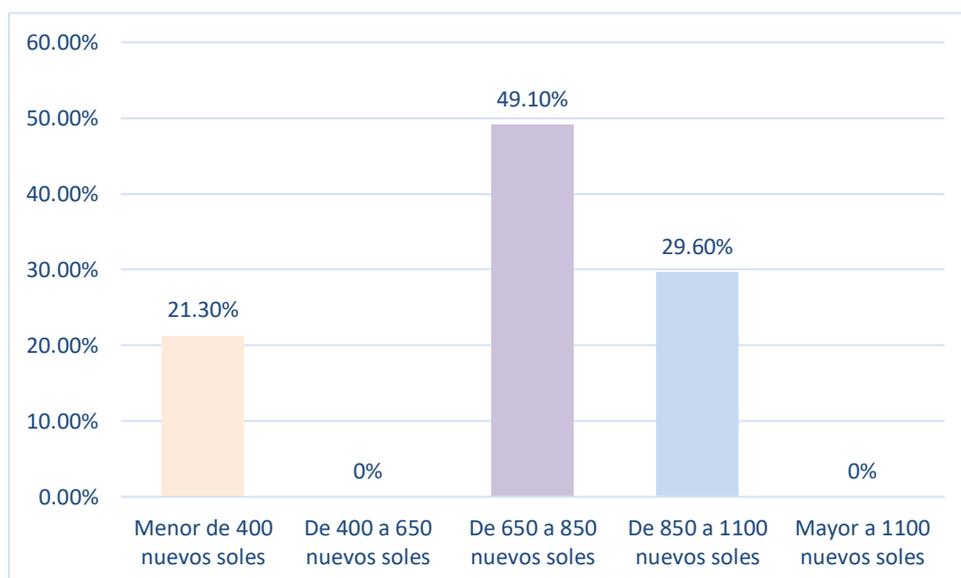
Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por la Dra. Vílchez Reyes María Adriana, aplicado al adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

FIGURA 6: SEGÚN OCUPACIÓN DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024



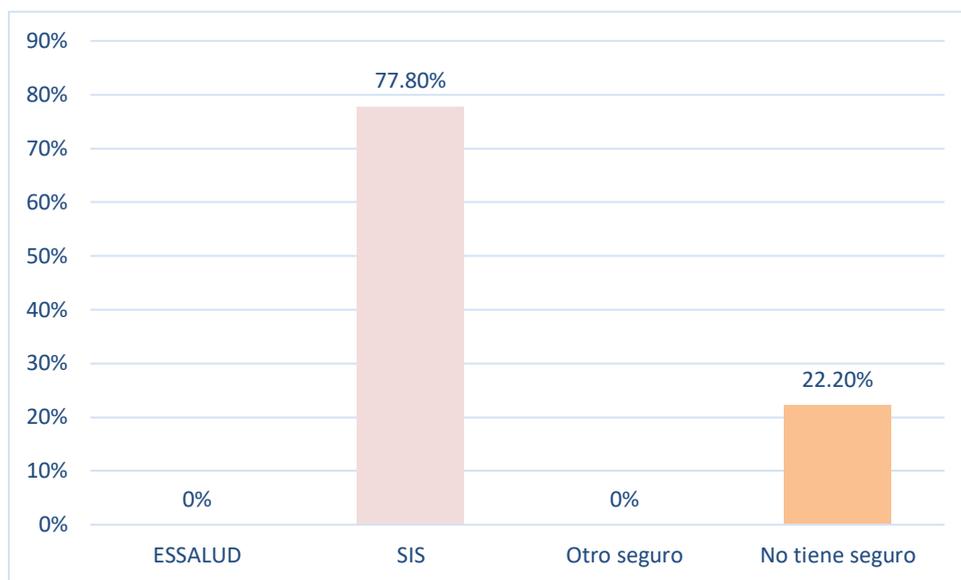
Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por la Dra. Vílchez Reyes María Adriana, aplicado al adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

FIGURA 7: SEGÚN INGRESO ECONÓMICO DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024



Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por la Dra. Vílchez Reyes María Adriana, aplicado al adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

FIGURA 8: SEGÚN TIPO DE SEGURO DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024



Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos, elaborado por la Dra. Vílchez Reyes María Adriana, aplicado al adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

TABLA 3

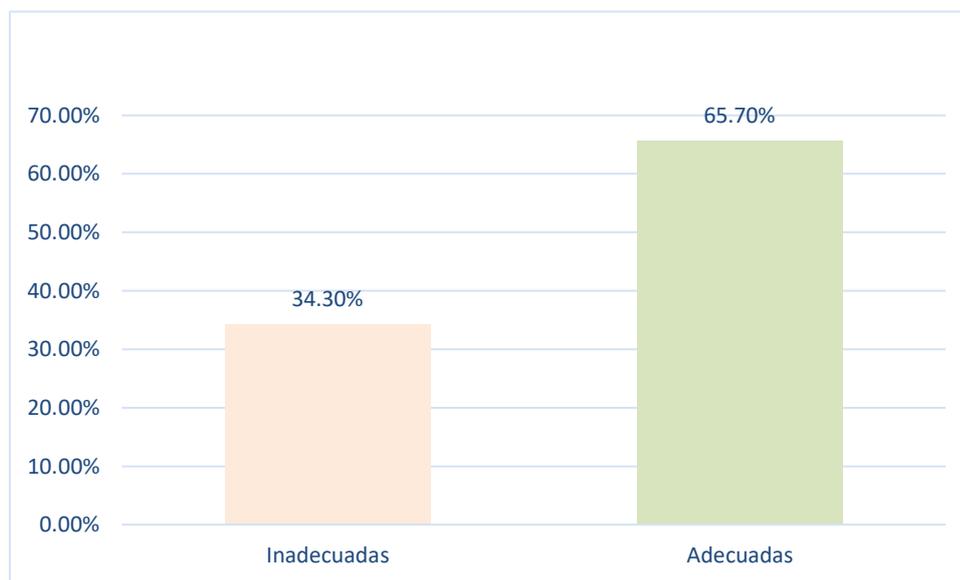
***ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO
DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024***

Acciones de Prevención y Promoción	n	%
Inadecuadas	37	34,3
Adecuadas	71	65,7
Total	108	100,0

Fuente: Cuestionario de acciones de prevención y promoción de la salud, elaborado por la Dra. Vílchez Reyes María Adriana, aplicado al adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

FIGURA DE LA TABLA 3

***ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD DEL ADULTO
DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024***



Fuente: Cuestionario de acciones de prevención y promoción de la salud, elaborado por la Dra. Vílchez Reyes María Adriana, aplicado al adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

TABLA 4

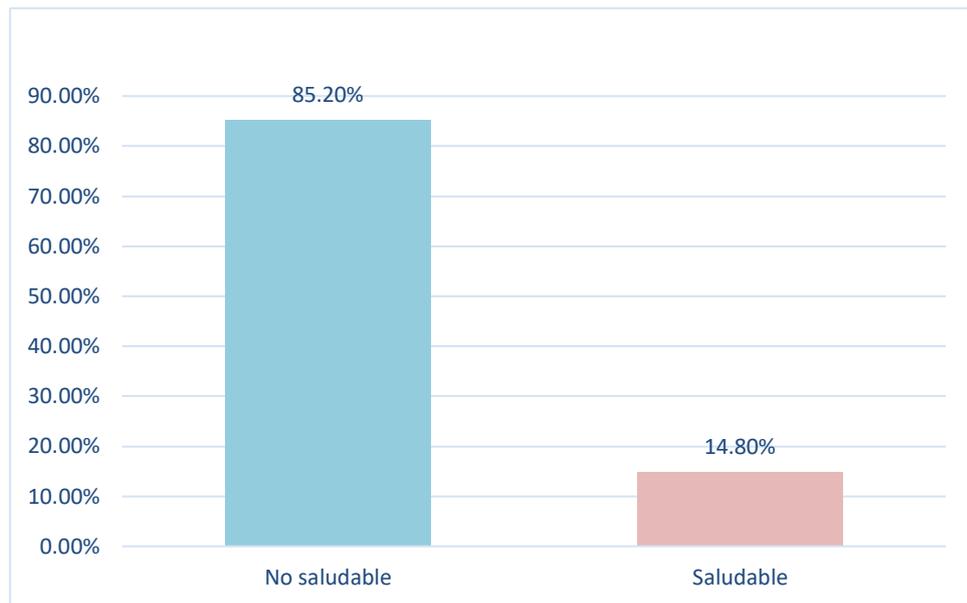
ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024

Estilo de vida	n	%
No saludable	92	85,2
Saludable	16	14,8
Total	108	100,0

Fuente: Cuestionario de estilos de vida elaborado por Serrano M., Boada J., Vigil A., Gil C., aplicado al adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

FIGURA DE LA TABLA 4

ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024



Fuente: Cuestionario de estilos de vida elaborado por Serrano M., Boada J., Vigil A., Gil C., aplicado al adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

TABLA 5

RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS ASOCIADOS A LOS ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024

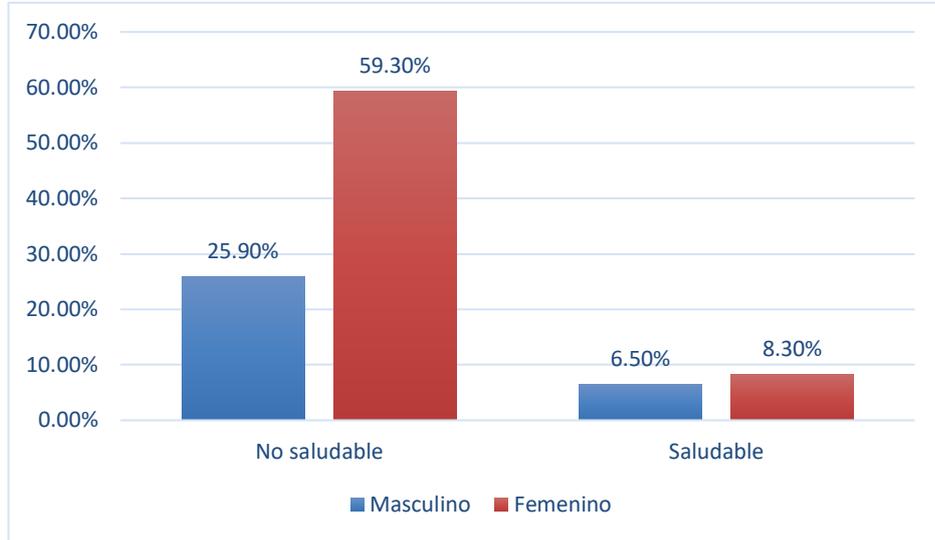
FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS		ESTILO DE VIDA			CHI ²
Sexo		No saludable	Saludable	Total	
Masculino	n	28	7	35	X ² =1,103; 1 gl P=0,294 >0,05.
	%	25,9%	6,5%	32,4%	
Femenino	n	64	9	73	No existe relación estadísticamente significativa
	%	59,3%	8,3%	67,6%	
Total	n	92	16	108	
	%		14,8%	100,0%	
Edad		No saludable	Saludable	Total	
18-35 años	n	50	9	59	X ² =0,020; 1 gl P=0,888 >0,05.
	%	46,3%	8,3%	54,6%	
36-59 años	n	42	7	49	No existe relación estadísticamente significativa
	%	38,9%	6,5%	45,4%	
60 a más	n	0	0	0	
	%	0,0%	0,0%	0,0%	
Total	n	92	16	108	
	%	85,2%	14,8%	100,0%	
Grado de instrucción		No saludable	Saludable	Total	
Analfabeto	n	0	0	0	X ² =1,072; 2 gl P=0,585 >0,05.
	%	0,0%	0,0%	0,0%	
Primaria	n	39	9	48	No existe relación estadísticamente significativa
	%	36,1%	8,3%	44,4%	
Secundaria	n	39	5	44	
	%	36,1%	4,6%	40,7%	
Superior	n	14	2	16	
	%	13,0%	1,9%	14,8%	
Total	n	92	16	108	
	%	85,2%	14,8%	100,0%	
Religión		No saludable	Saludable	Total	
Católico (a)	n	62	11	73	X ² =1,426; 2 gl P=0,490 >0,05.
	%	57,4%	10,2%	67,6%	
Evangélico	n	25	3	28	No existe relación estadísticamente significativa
	%	23,1%	2,8%	25,9%	
Otras	n	5	2	7	
	%	4,6%	1,9%	6,5%	
Total	n	92	16	108	
	%	85,2%	14,8%	100,0%	
Estado civil		No saludable	Saludable	Total	
Soltero	n	34	5	39	X ² =0,930; 4 gl P=0,920 >0,05.
	%	31,5%	4,6%	36,1%	
Casado	n	5	1	6	No existe
	%				

	%	4,6%	0,9%	5,6%	relación estadísticamente significativa
Viudo	n	3	0	3	
	%	2,8%	0,0%	2,8%	relación estadísticamente significativa
Conviviente	n	42	8	50	
	%	38,9%	7,4%	46,3%	relación estadísticamente significativa
Separado	n	8	2	10	
	%	7,4%	1,9%	9,3%	relación estadísticamente significativa
Total	n	92	16	108	
	%	85,2%	14,8%	100,0%	
Ocupación		No saludable	Saludable	Total	
Obrero	n	26	6	32	X ² =1,078; 2 gl P=0,583 >0,05.
	%	24,1%	5,6%	29,6%	
Empleado	n	0	0	0	No existe relación estadísticamente significativa
	%	0,0%	0,0%	0,0%	
Ama de casa	n	45	8	53	relación estadísticamente significativa
	%	41,7%	7,4%	49,1%	
Estudiante	n	21	2	23	relación estadísticamente significativa
	%	19,4%	1,9%	21,3%	
Otros	n	0	0	0	relación estadísticamente significativa
	%	0,0%	0,0%	0,0%	
Total	n	92	16	108	
	%	85,2%	14,8%	100,0%	
Ingreso económico		No saludable	Saludable	Total	
Menor de 400 nuevos soles	n	21	2	23	X ² =1,078; 2 gl P=0,583 >0,05.
	%	19,4%	1,9%	21,3%	
De 400 a 650 nuevos soles	n	0	0	0	No existe relación estadísticamente significativa
	%	0,0%	0,0%	0,0%	
De 650 a 850 nuevos soles	n	45	8	53	relación estadísticamente significativa
	%	41,7%	7,4%	49,1%	
De 850 a 1100 nuevos soles	n	26	6	32	relación estadísticamente significativa
	%	24,1%	5,6%	29,6%	
Mayor a 1100 nuevos soles	n	0	0	0	relación estadísticamente significativa
	%	0,0%	0,0%	0,0%	
Total	n	92	16	108	
	%	85,2%	14,8%	100,0%	
Sistema de seguro		No saludable	Saludable	Total	
ESSALUD	n	0	0	0	X ² =0,131; 1 gl P=0,717 >0,05.
	%	0,0%	0,0%	0,0%	
SIS	n	71	13	84	No existe relación estadísticamente significativa
	%	65,7%	12,0%	77,8%	
No tiene seguro	n	21	3	24	relación estadísticamente significativa
	%	19,4%	2,8%	22,2%	
Total	n	92	16	108	
	%	85,2%	14,8%	100,0%	

Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos elaborado por la Dra. Vélchez A., y el cuestionario de estilos de vida elaborado por Serrano M., Boada J., Vigil A., Gil C., aplicado al adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

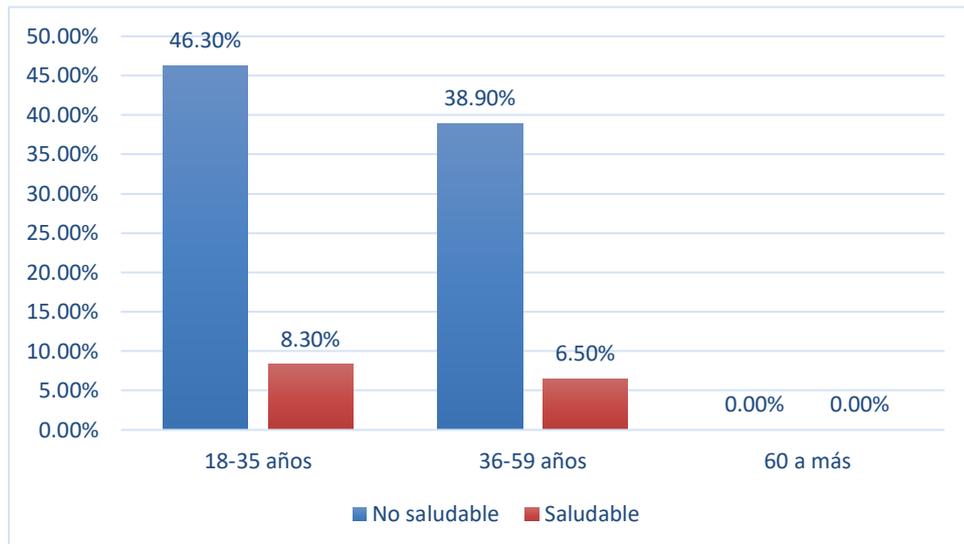
FIGURAS DE LA TABLA 5

FIGURA 1: SEXO ASOCIADO A LOS ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024



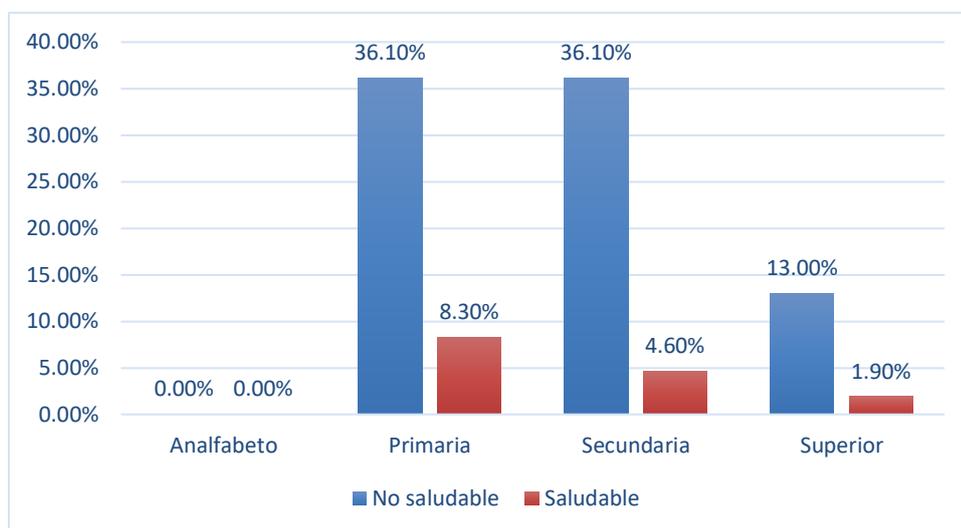
Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos elaborado por la Dra. Vílchez A., y el cuestionario de estilos de vida elaborado por Serrano M., Boada J., Vigil A., Gil C., aplicado al adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

FIGURA 2 EDAD ASOCIADO A LOS ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024



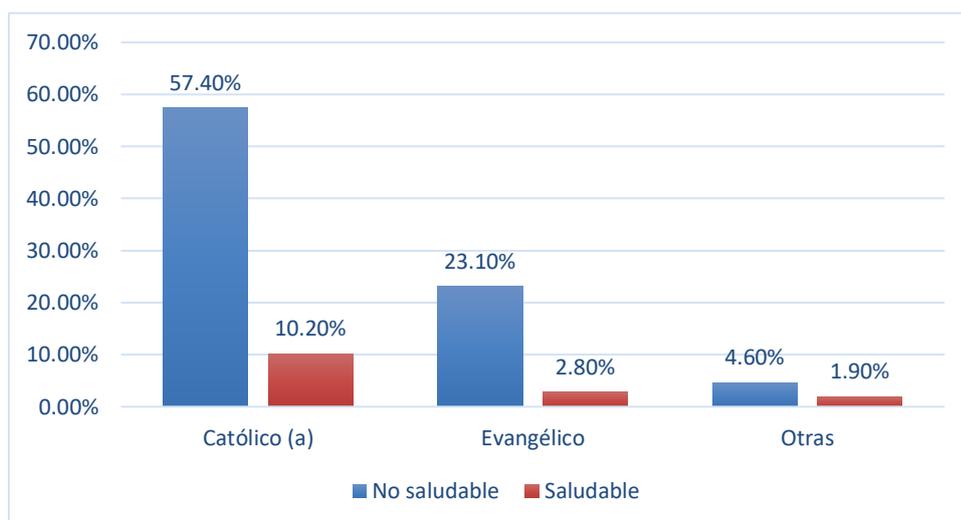
Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos elaborado por la Dra. Vílchez A., y el cuestionario de estilos de vida elaborado por Serrano M., Boada J., Vigil A., Gil C., aplicado al adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

FIGURA 3: GRADO DE INSTRUCCIÓN ASOCIADO A LOS ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024



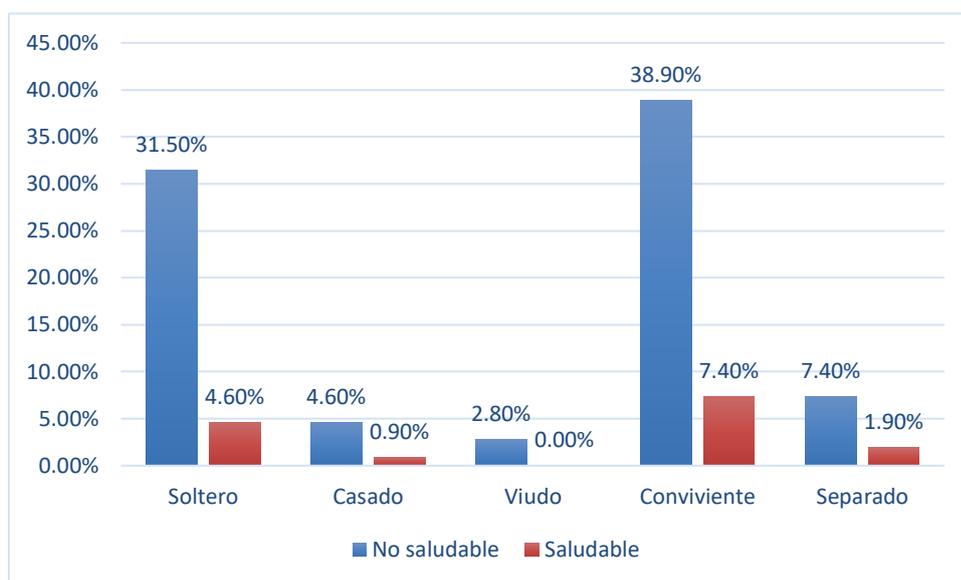
Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos elaborado por la Dra. Vílchez A., y el cuestionario de estilos de vida elaborado por Serrano M., Boada J., Vigil A., Gil C., aplicado al adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

FIGURA 4: RELIGIÓN ASOCIADO A LOS ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024



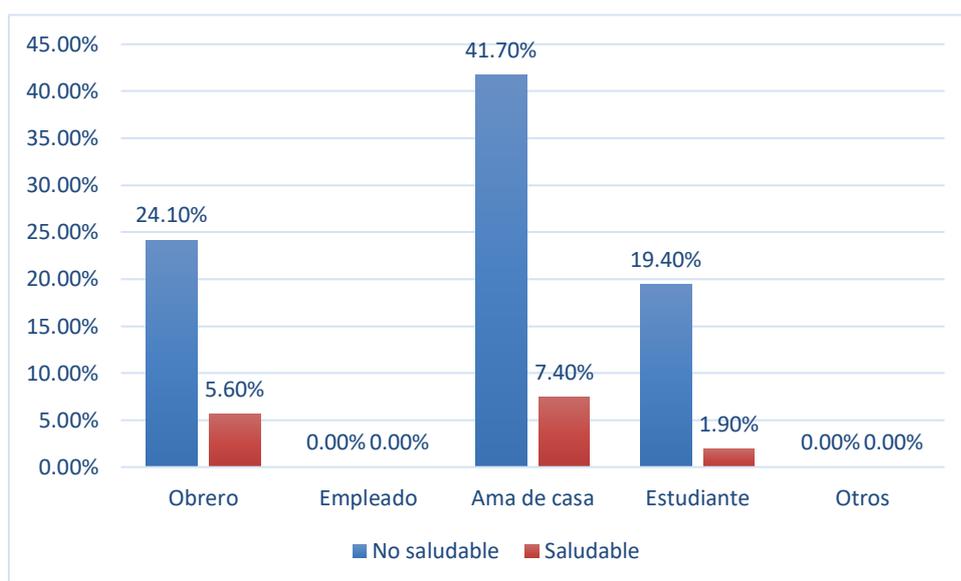
Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos elaborado por la Dra. Vílchez A., y el cuestionario de estilos de vida elaborado por Serrano M., Boada J., Vigil A., Gil C., aplicado al adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

FIGURA 5: ESTADO CIVIL ASOCIADO A LOS ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024



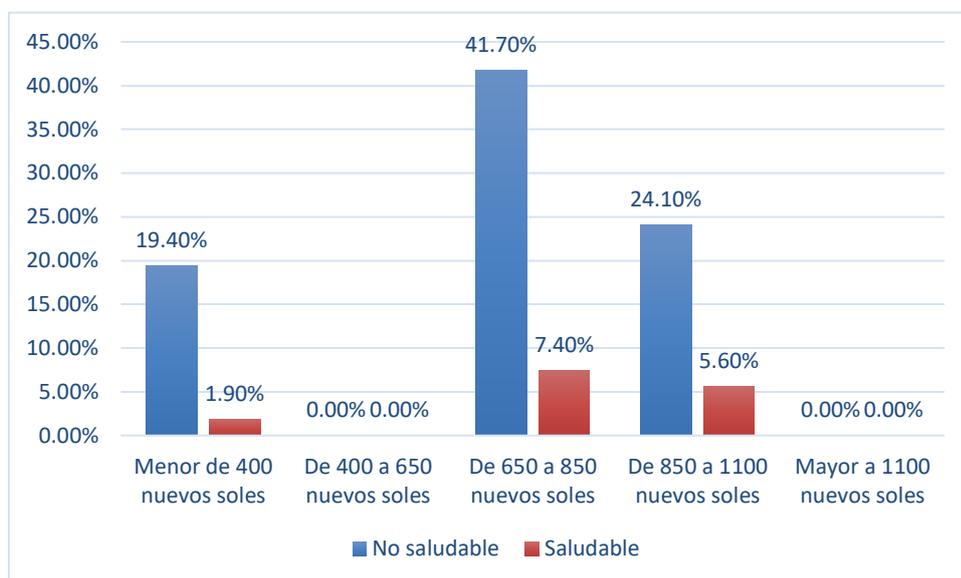
Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos elaborado por la Dra. Vílchez A., y el cuestionario de estilos de vida elaborado por Serrano M., Boada J., Vigil A., Gil C., aplicado al adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

FIGURA 6: OCUPACIÓN ASOCIADO A LOS ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024



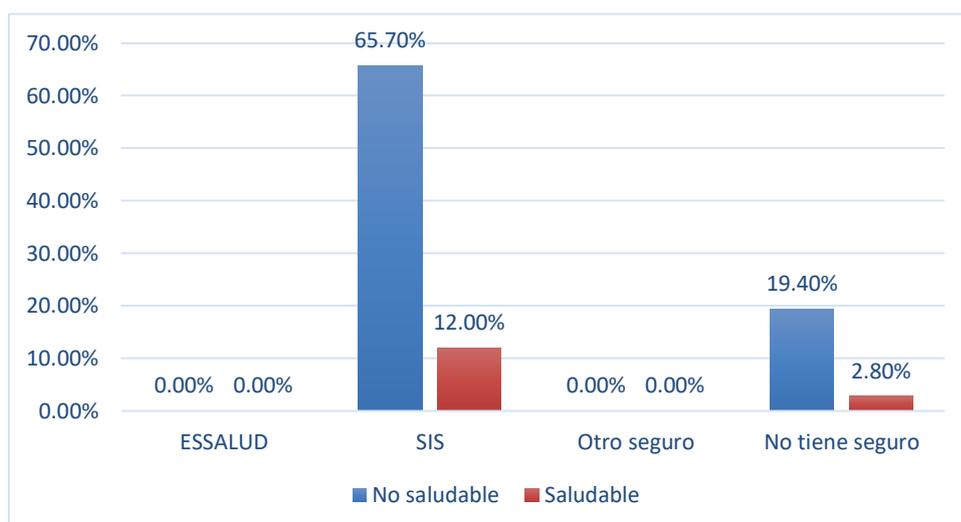
Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos elaborado por la Dra. Vílchez A., y el cuestionario de estilos de vida elaborado por Serrano M., Boada J., Vigil A., Gil C., aplicado al adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

FIGURA 7: INGRESO ECONÓMICO ASOCIADO A LOS ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024



Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos elaborado por la Dra. Vílchez A., y el cuestionario de estilos de vida elaborado por Serrano M., Boada J., Vigil A., Gil C., aplicado al adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

FIGURA 8: SISTEMA DE SEGURO ASOCIADO A LOS ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024



Fuente: Cuestionario de factores sociodemográficos elaborado por la Dra. Vílchez A., y el cuestionario de estilos de vida elaborado por Serrano M., Boada J., Vigil A., Gil C., aplicado al adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

TABLA 6

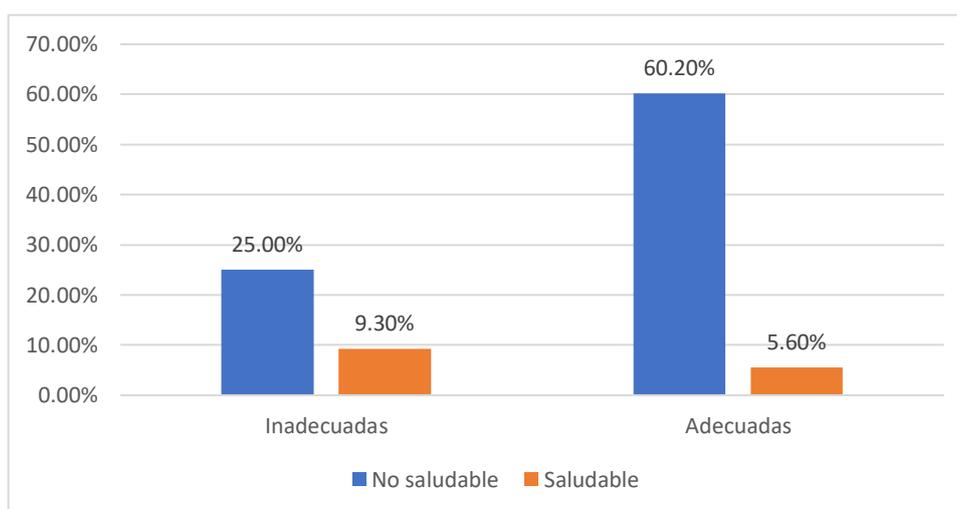
RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN Y ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024

Acciones de prevención y promoción		Estilo de vida		Total	CHI ²
		No saludable	Saludable		
Acciones inadecuadas	n	27	10	37	X ² =6,651; 1 gl P=0,010 <0,05. Si existe relación estadísticamente significativa
	%	25.0%	9.3%	34.3%	
Acciones adecuadas	n	65	6	71	
	%	60.2%	5.6%	65.7%	
Total	n	92	16	108	
	%	85.2%	14.8%	100.0%	

Fuente: Cuestionario de acciones de prevención y promoción elaborado por la Dra. Vílchez A., y el cuestionario estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J., Vigil A., Gil C., aplicado al adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

FIGURA DE LA TABLA 6

RELACIÓN ENTRE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN Y ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024



Fuente: Cuestionario de acciones de prevención y promoción elaborado por la Dra. Vílchez A., y el cuestionario estilo de vida elaborado por Serrano M, Boada J., Vigil A., Gil C., aplicado al adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.

V. DISCUSIÓN

Tabla 2

El 67,6% (73) son de sexo femenino y el 54,6% (59) tienen edades comprendidas de 18 a 35 años, el 44,4% (48) tienen grado de instrucción primaria, el 67,6% (73) profesan la religión católica, el 46,3% (50) de estado civil conviviente, el 49,1% (53) de ocupación ama de casa, el 49,1% (53) el ingreso económico es entre los 650 a 850 nuevos soles y el 77,8% (84) poseen seguro SIS.

Según el resultado obtenido en el presente estudio la mayoría son de sexo femenino adultos jóvenes, frente a ello tenemos resultados que coinciden con la investigación realizada por Ruiz A, et. al, (14) en su investigación titulada “Asociación entre patrones alimentarios y factores sociodemográficos en la población adulta de Antioquia, Colombia”. Donde mencionan que la mayoría son de sexo femenino con un (60,2%), y comprenden la edad de 18 a 39 años con un (53%). Así mismo se asemejan el estudio de Campoverde B, (15) en su investigación titulada, “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del caserío de Chapaira _ Piura, 2021”. Donde hace mención que la mayoría (61,0%) son de sexo femenino y el (71,4%) comprenden la edad de 18 a 35 años de edad.

Sin embargo, difiere en la investigación de Correa E, (17) en su investigación titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del distrito de Yúngar_Carhuaz, 2021”. donde hace mención que el (84,6%) más de la mitad son de sexo masculino y comprenden la edad de 36 a 59 años de edad.

Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), en el año 2023 la población masculina como femenina crecieron en 0,9% y 0,6%, mencionando que, del total de la población de Perú, el 55,9% son hombres y el 44,1% son mujeres. También se incrementó la población de adultos que están dentro de las edades de los 25 a 44 años disminuyendo el empleo entre la población de dicha edad (47).

En estos resultados se corrobora que al recolectar los datos se encontró en su mayoría a madres de familia adultas jóvenes que se dedican a las labores del hogar, siendo este un rol primordial en sus hogares, ya que son ellas las que se dedican a las tareas domésticas y que hacen los deberes diarios del hogar que de tal manera ofrezcan una excelente calidad de vida a su familia, así mismo hay mujeres que también contribuyen al ingreso económico del hogar

ya que se encuentran en una etapa en la que gozan de buena salud, independencia y autonomía para explorar el mundo que les rodea, siendo esto uno de los periodos más largos de su vida en donde incluyen múltiples cambios, donde refieren encontrarse con energía, con múltiples emociones, ganas de superación y de disfrutar su independencia. Aunque con miedo e incertidumbre a lo desconocido o a lo que les esté por venir.

Los resultados obtenidos en la investigación menos de la mitad tienen grado de instrucción primaria y la mayoría profesa la religión católica, la cual son similares con el estudio de Correa E, (17) en su investigación titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del distrito de Yúngar_Carhuaz, 2021”. Donde menciona que el (45,4%) menos de la mitad tiene grado de instrucción primaria. De la misma manera se asemejan con el estudio de Garcia A, (16) en su investigación titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo_Huaraz, 2021”. Donde hace mención que la mayoría (91,9%) profesan la religión católica.

Según León A, menciona que la educación tiene como premisa la concepción de visiones, ideas, conocimientos y formas de pensar sobre el mundo y la vida, visiones del futuro y formas de satisfacer las necesidades humanas. La necesidad de vivir y estar seguro, de pertenecer, de conocerse a uno mismo, de crear y producir. Habiendo dentro de ellos un espíritu que los anima e inspira a conocerse a sí mismo, a mirarse a sí mismo, a sus propias palabras y pensamientos sobre sí mismo, sin olvidar que la educación es universal, pero también individualizada (48).

No todos los adultos han culminado con éxito sus primarias completas debido a ciertos factores como: la maternidad a temprana edad, vivir en zonas alejadas de las instituciones y sobre todo la falta de recursos económicos. Por lo que anteriormente los padres solo les brindaban la educación primaria mencionando que es suficiente para que puedan aprender a leer y escribir, la cual esto limita a los adultos a encontrar un trabajo estable y falta de conocimientos de cómo afrontarla vida, de los beneficios y consecuencias de no prevenir y promover la buena salud la cual va de la mano con los buenos y malos hábitos y estilos de vida. Como bien se sabe la educación es primordial en la vida que podría decirse que es un arma para romper el ciclo de la pobreza, la miseria, las enfermedades por lo que la educación y la salud van siempre de la mano.

Al mismo tiempo para los adultos la fe es muy necesaria e importante para su vida diaria, debido a sus creencias, tradiciones y fiestas patronales en honor a algún santo. La palabra de Dios influye mucho en su vida diaria, suelen asistir puntualmente a las misas donde ellos pueden escuchar la palabra de Dios que de tal manera puedan reconocer sus errores siendo conscientes de sus malas acciones y de esta forma buscan el perdón de Dios y así poder hacer el bien y poner en prácticas las buenas acciones.

Se encontró que menos de la mitad de los adultos son de estado civil conviviente y de ocupación ama de casa, estos resultados tienen concordancia con el estudio de Garcia A, (16) en su investigación titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo_Huaraz, 2021”. Donde hace mención que menos de la mitad (49,3%) son de estado civil conviviente. Así mismo otra investigación que se asemeja es la de Campoverde B, (15) en su investigación titulada, “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del caserío de Chapaira _ Piura, 2021”. Menciona que menos de la mitad (32,4%) son de ocupación ama de casa.

Los adultos que se encuentran en estado civil conviviente y son amas de casa no ven necesario el casarse para poder formar una familia, ya que el matrimonio no les garantiza la felicidad y que tan solo basta con el hecho de convivir en pareja para mantener siempre el respeto y apoyarse el uno al otro, siendo suficiente para tener una convivencia sana, siendo ellas las encargadas de cuidar a los hijos y de la preparación de los alimentos, pero aun así trabajan para aportar a su hogar, algunos suelen tener tiendas de abarrotes, verduras, algunos suelen alquilar alguna habitación de su casa para poder cubrir sus gastos y mejorar su calidad de vida. Asimismo, la minoría son obreros lo que explica que son padres de familia y buscan manera de sustentar su hogar dedicándose a la construcción, a la chacra y entre otros trabajos para llevar dinero y alimentos a su hogar.

De igual manera, menos de la mitad de los adultos tienen un ingreso económico de 650 a 850 nuevos soles y la mayoría cuenta con un sistema de seguro SIS. Así mismo los resultados obtenidos difiere en el estudio de Soles A, (21) en su investigación “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del asentamiento humano Miguel Grau_Salaverry_Trujillo, 2021”. Donde hace mención que la mayoría (62,9%) cuentan con

un ingreso económico de 650 a 850, sin embargo, se asemeja en el eje temático del sistema de seguro ya que la mayoría (76,0%) cuenta con SIS.

Cabe indicar que con el monto de dinero de 650 a 850 nuevos soles los adultos apenas pueden solventar los gastos de sus necesidades básicas como la alimentación, luz, agua, vestimenta y medicina, la cual mencionan que no pueden ahorrar para metas futuras u objetivos trasados ya que tienen niños en el jardín y escuelas por lo que en algunas situaciones apenas pueden sobrellevar los gastos, todo esto les conlleva a poseer un sistema de seguro SIS. Por lo que la población adulta de este distrito al carecer de recursos opta por contraer la cobertura gratuita del SIS ya que no cuentan con suficientes recursos para ser atendidos en clínicas particulares que por lo general se encuentran muy alejados de la ciudad.

El SIS es un seguro gratuito diseñado para proteger la salud de la persona, dando prioridad a las personas vulnerables en la que se encuentran en situaciones de pobreza, teniendo como fin mejorar la salud de la población ayudando a brindarles una mejor calidad de vida. El Minsa busca proteger a salud de toda persona enfocándose en las personas de extrema pobreza de manera gratuita ayudando a reducir los altos costos y cubriendo los gastos de los medicamentos, intervenciones quirúrgicas, traslados o referencias a un Hospital para ser atendido (49).

En los resultados encontrados las limitaciones que se han presentado en el distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, el grado de instrucción, estado civil, ocupación, ingreso económico y tipo de seguro están afectando la salud de los adultos debido a su limitado nivel de educación ya que cuentan solo con nivel primaria y eso conlleva a que las mujeres se dediquen a las labores del hogar y los hombres a trabajos eventuales por lo que eso hace que descuiden su aspecto personal, incluyendo su alimentación y salud, dificultando la toma de buenas decisiones y comportamientos que favorezcan su bienestar de salud propio. Acorde a ello se sugiere a las autoridades y personal de salud realicen seguimientos a todos los adultos que no cuentan con ningún tipo de seguro y sobre todo los que cuentan con un ingreso económico bajo, que se elaboren estrategias de prevención y promoción de la salud que estén enfocados en brindar información sobre los estilos de vida saludable y que de tal manera puedan tener una mejor calidad de vida.

Tabla 3

El 65,7% (71) tienen acciones de promoción y prevención adecuadas y el 34,3% (37)

tienen acciones inadecuadas.

Estos resultados obtenidos donde la mayoría tienen acciones de prevención y promoción adecuadas se asemejan al estudio de Garcia N, (22) en su investigación titulada “Acciones de Prevención y Promoción de la Salud Asociado a los Estilos de Vida de los Usuarios del Programa Integral del Adulto y Adulto Mayor del Hospital I Luis Albrecht – Trujillo, 2023”. Donde menciona que la mayoría 86% tienen acciones de prevención y promoción adecuadas y el 14% mantienen acciones no adecuadas. Así mismo hay otro estudio que es similar al de Garcia A, (16) en su investigación titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo_Huaraz, 2021”. El resultado que se obtuvo es que la mayoría 72,2% tienen acciones de prevención y promoción adecuadas y el 27,8 tienen acciones inadecuadas.

Por lo general, la prevención y promoción de la salud busca mantener la calidad de vida de un individuo, lo cual puede comenzar con escenarios sociales, interpersonales, y personales que promuevan un estilo de vida saludable y sobre todo brinden a las personas adultas la orientación necesaria para tomar un mayor control de sus vidas de manera positiva (50).

En el eje temático de la alimentación y nutrición los adultos saben que es sustancial para el organismo para su buen funcionamiento de su cuerpo ya que para ellos se requiere de sustancias y nutrientes, carbohidratos, grasas, proteínas, verduras y frutas. Los adultos han referido tener los conocimientos sobre una alimentación saludable pero mayormente suelen optar por alimentos enlatados y comida chatarra ya que con ello se les hace mucho más fácil y les quita menos tiempo al momento de preparar sus alimentos brindándoles mas tiempo de poder culminar con sus otras actividades. Cabe recalcar que estas acciones que los adultos están tomando no les conllevará en un futuro a tener una vida saludable, la cual implica que adquieran diversas enfermedades como la diabetes, sobrepeso, obesidad, hipertensión arterial, osteoporosis, cáncer de colon y enfermedades cardiovasculares.

La UNICEF afirma que la alimentación es una de las funciones básicas de los seres humanos porque les permite crecer y obtener su máximo desarrollo obteniendo la energía necesaria para el adecuado funcionamiento del organismo ya que sin alimentos los seres humanos no podrían crecer y desarrollarse, ni podría existir. La alimentación es una parte social y cultural de nuestra vida y forma parte de nuestra identidad como seres humanos (51).

En el eje temático de higiene en los adultos, refirieron que tienen una adecuada higiene de manos, se bañan y mantienen su ropa limpia ya que la vestimenta refleja y es la imagen de la persona, por lo tanto son cuidadosos con ellos ya que también les permite estar más cómodos en su entorno social, de la misma manera mantienen los mismos hábitos de limpieza en su hogar, lo realicen ellos mismos o en apoyo de su pareja e hijos, buscando una equidad e igualdad dentro de casa para que todos los miembros se sientan útiles al cooperar con las actividades del hogar. En cuanto a la situación de los adultos que son obreros ya que suelen mayormente ensuciar su vestimenta y cuerpo debido a la situación de trabajo refieren que en cuanto llegan a su hogar suelen realizar su higiene personal, lo que implica el baño corporal, lavado de manos y el cambio de vestimenta.

Según el Ministerio de Salud (MINSA) indicó que la prevención y el control de infecciones se logra mediante la higiene de manos que contribuirá en mejorar su estado de salud, ya que es un enfoque práctico basado en la evidencia con un impacto demostrado en la atención del público usuario en salud (52).

En el eje temático habilidades para la vida los adultos saben escuchar a los demás y se comunican abiertamente entre ellos. Suelen apoyarse entre sí cuando requieren de ayuda, afrontan los problemas y se dan ánimos los unos a los otros, suelen trabajar en equipo, son partícipes de eventos sociales ya sea reuniones familiares o con amigos y suelen mostrar siempre respeto comunicándose fácilmente con toda clase de personas. Así como también hay adultos que prefieren no tener mucha comunicación con las demás personas, son muy poco sociables y no suelen ser partícipes de fiestas, eventos o reuniones.

Según la UNICEF las habilidades para la vida son como un conjunto de habilidades psicosociales y habilidades interpersonales que pueden orientarse hacia acciones personales e interpersonales y necesarias. Han sido clasificados en tres categorías: sociales, cognitivas y emocionales. El enfoque de habilidades para la vida ayuda a las personas desde la adolescencia a desarrollar las habilidades necesarias para crecer y enfrentar los desafíos de la vida adulta (53).

En el eje temático de actividad física los adultos suelen caminar de sus chacras a sus hogares, algunos practican algún deporte, bailes en casa para así lograr un gasto de energía necesario diario, buscando mantenerse activos. Mencionando también que al dedicarse a su hogar y al cuidado de sus hijos también genera un gasto de energía y cansancio donde se ve reflejado que se mantienen activos a nivel físico y mental. A diferencia de algunos adultos

que no realizan ninguna actividad están conllevando a una vida sedentaria, el tener una vida inactiva trae como consecuencia múltiples enfermedades a futuro como la obesidad, diabetes, hipertensión arterial, enfermedades al corazón, etc.

La OMS define la actividad física como cualquier movimiento corporal generado por los músculos esqueléticos, con el resultado de un consumo de energía. El término "actividad física" se refiere a todo movimiento, incluso en el tiempo libre, para desplazarse a lugares específicos o desde ellos, o como parte del trabajo de una persona. El ejercicio, tanto moderado como intenso, mejora la salud. Caminar, montar en bicicleta, pedalear, practicar deportes, participar en actividades recreativas y juegos son algunas de las actividades físicas más comunes, y todas ellas se pueden realizar con cualquier nivel de habilidad. La actividad física regular ha demostrado ser beneficiosa para prevenir y controlar enfermedades no transmisibles como las enfermedades cardíacas, los accidentes cerebrovasculares, la diabetes y una variedad de otras (54).

En el eje temático de salud sexual y reproductiva, los adultos no tienen claro la información sobre los exámenes preventivos los métodos anticonceptivos, por lo general suelen tener relaciones sexuales sin protección, no se realizan exámenes médicos ginecológicos recomendados una vez al año ya que en el puesto de salud del distrito en la que ellos radican no realizan los siguientes exámenes ya sea una mamografía, PAP, ecografía vaginal y la prueba del IVAA que por lo general tienen que viajar a la provincia de Pataz para realizarse estos exámenes y que por motivo de economía y lejanía de la provincia no suelen realizarse estos exámenes para la detección temprana del cáncer de mama o cuello uterino.

Con lo que respecta a los hombres son los exámenes de próstata o PSA para detectar a tiempo el cáncer de próstata como también alguna infección del sistema reproductivo, sin dejar de lado el examen general de orina y prueba de enfermedades infecciosas para prevenir y detectar enfermedades de (ETS) como hepatitis c, sífilis, clamidia, gonorrea y SIDA. Por lo general al carecer de información los adultos suelen contagiarse de ETS y embarazos no deseados a temprana edad, la cual no les garantiza a tener una actividad sexual saludable.

La salud sexual y reproductiva también aborda problemas como la igualdad de género, la accesibilidad a los servicios y la información de salud reproductiva y la prevención de la violencia sexual y de género. Es crucial para las mujeres porque afecta la calidad de vida, el bienestar general y la autonomía de las mujeres. Aquí se destacan algunas de las

principales razones por las cuales la salud reproductiva es vital y uno de ellos son los derechos y autonomía, salud materna, planificación familiar, prevención y tratamiento de enfermedades ginecológicas, educación sexual y los derechos sexuales y reproductivos. La salud reproductiva no se limita a la ausencia de enfermedades, sino también a garantizar que las mujeres tengan el control sobre sus decisiones reproductivas, accedan a servicios de alta calidad y experimenten bienestar en todas las facetas de su vida reproductiva (55).

En el eje temático salud bucal los adultos no suelen acudir a dentista periódicamente a sus controles. Algunos suelen consumir gaseosas, golosinas, etc. La cual no siempre se cepillan los dientes y tampoco usan enjuague bucal e hilo dental para la eliminación de bacterias y restos de los alimentos, esto traerá como consecuencia a los adultos a tener mal aliento, comezón, sensibilidad en las encías y caries en los dientes. Por lo general los adultos si no presentan ningún problema de dolor o molestia no acuden al dentista, olvidan que ir periódicamente al establecimiento de salud a pasar consulta con el odontólogo es de suma importancia para mantener un buen estado de salud bucal.

Según el Instituto Nacional de Investigación Dental y Craneofacial menciona que una buena salud oral ayuda a disfrutar de la vida, permite hablar con claridad, saborear, masticar y tragar los alimentos sin ningún problema mostrando a través de expresiones faciales sentimientos de felicidad ya que al proteger su salud oral con buenas prácticas de higiene oral como el cepillado y el uso del hilo dental aumenta la probabilidad de conservar los dientes durante toda su vida. Asiendo mención que para mantener los dientes sanos es importante eliminar la placa dental, es decir la capa que esta compuesta por bacterias siendo el causante de caries y enfermedades de las encías (56).

En el eje temático de salud mental y cultura de paz, los adultos se muestran con sentimientos de tristeza y tensión por tener múltiples responsabilidades en su hogar con su familia, pareja e hijos y sobre todo por no haber culminado sus estudios y solo haber cursado el grado de instrucción primaria, la cual esto no les permite tener un trabajo seguro y con ingresos económicos que puedan satisfacer todas sus necesidades básicas, algunos de ellos expresan sus sentimientos de alegría por el simple echo de estar bien de salud y tener a toda su familia unida, sienten paz, tranquilidad, todo esto nos hace ver que los adultos son personas comprensivas con sus familias y amigos ya que el estar solos no hace que se sientan bien y que por ese motivo disfrutan y valoran mucho todo lo que Dios les ha dado. Por lo tanto, la cultura de paz es una actividad que promueve la paz, es decir, prevenir los conflictos

que pueden conducir a la violencia.

Según la OMS la salud mental es un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos difíciles de la vida, desarrollar todas sus habilidades, aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad. Es un componente esencial de la salud y el bienestar que apoya nuestras capacidades individuales y colectivas para tomar decisiones. Además, la salud mental es un derecho humano fundamental siendo una parte importante del desarrollo personal, comunitario y socioeconómico. La salud mental no se limita únicamente a la ausencia de trastornos mentales. Cada persona experimenta este proceso complejo de manera diferente, con diferentes niveles de dificultad, angustia, resultados sociales y clínicos muy diferentes (57).

Los riesgos de la salud mental se encuentran en diferentes escalas en la sociedad. Las amenazas locales colocan a las personas, las familias y las comunidades en mayor riesgo aumentando el peligro para comunidades completas, como las recesiones económicas, los brotes de enfermedades, las emergencias humanitarias y los desplazamientos forzados, así como la crisis climática en aumento. Aunque estén expuestas a un factor de riesgo, la mayoría de las personas no desarrollan afecciones de salud mental. Por otro lado, muchas personas que no están expuestas a factores de riesgo conocidos desarrollan una afección de salud mental (57).

Respecto al eje temático de la seguridad vial los adultos hoy en día no se dan cuenta al cruzar la calle, muchos de ellos no usan el cinturón de seguridad mientras conducen, mucho menos cuando van de copiloto, la mayoría de los adultos prefieren dar más atención a los celulares, hablar por teléfono, siendo así de esta manera en la que cruzan las calles sin fijarse en las vías de tránsito. Los adultos de este distrito suelen caminar por la vía pública sin ninguna preocupación ya que en este lugar transitan muy pocos automóviles.

Según la OPS la seguridad vial se refiere a las medidas adoptadas para reducir el riesgo de lesiones y muertes causadas por el tránsito. La movilidad es esencial para mejorar la calidad de vida de los habitantes. Entornos saludables y seguros fomentan hábitos de vida saludables. En este sentido, la seguridad vial es crucial para crear ciudades saludables y seguras (58).

El modelo de promoción de la salud de Pender, es uno de los más completos y es utilizado por los profesionales de enfermería, explicar el comportamiento saludable a partir del papel de la experiencia en el desarrollo del comportamiento, integra enfoques de la

enfermería y las ciencias del comportamiento, tiene como objetivo ayudar a las personas a alcanzar niveles más altos de salud y bienestar para identificar aquellos factores que influyen en los comportamientos que promueven la salud. El modelo se basa en la educación de las personas sobre cómo cuidarse y llevar una vida saludable (59).

En los resultados encontrados una de las limitaciones que se han presentado es que ciertos adultos de esta comunidad no tienen comportamientos saludables, es decir no practican medidas preventivas promocionales y esto trae como consecuencia múltiples enfermedades de riesgo para su salud por falta de desconocimiento e información, así mismo hay adultos que si tienen acciones adecuadas y una de las implicancias sociales que se ha tenido es que si practican todas estas acciones porque tienen una información adecuada sobre los ejes temáticos de la promoción de la salud (alimentación y nutrición, higiene, habilidades para la vida, actividad física, salud sexual y reproductiva, salud bucal, salud mental y cultura de paz, seguridad vial y cultura de tránsito). Sabiendo que la promoción y prevención de la salud reducirá una gran cantidad de personas que enfermen en un futuro se sugiere a las autoridades locales y personal de salud sigan trabajando juntos y promuevan estrategias que motiven a prevenir y promover la salud del adulto.

Tabla 4

El 85,2% (92) tienen estilos de vida no saludable y el 14,8% (16) tienen estilos de vida saludable.

Se encontraron resultados similares al de Espinoza L, Suárez L, (18) en su investigación titulada “Estilos de vida y estado nutricional en adultos del Centro Poblado Leticia-Supe Puerto, 2022.” En sus resultados menciona que la mayoría 64,9% tienen un estilo de vida no saludable. Así mismo en el estudio de Aniceto T, (19) en su investigación “Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del distrito de Caraz - Ancash, 2020”. Teniendo como resultados que la mayoría 76,96% de los adultos mantienen un estilo de vida no saludable y solo el 23,04% de los adultos mantienen un estilo de vida saludable.

En otra investigación difiere en el estudio de Campoverde B, (15) en su investigación titulada, “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del caserío de Chapaira _ Piura, 2021.” En sus resultados casi la totalidad 97,1% tiene estilos de vida saludable y el 2,9% estilos de vida no saludable.

La población adulta en estudio ante la responsabilidad hacia la salud y la actividad

física, algunos muestran interés por mejorar sus estilos de vida, mas no lo ponen en práctica ya que refieren tener una vida cotidiana, no suelen realizar ejercicio o un deporte como para mejorar su estilo de vida, consumen alimentos no saludables que trae como consecuencia problemas de salud en un futuro. Tomando en cuenta que es de vital importancia mencionar que el estilo de vida está relacionado con los patrones de consumo del adulto en su alimentación, así como con el desarrollo o no de actividades físicas, los riesgos del ocio y el consumo de tabaco, alcohol, drogas y el riesgo ocupacional. La cual son consideradas como factores de riesgo dependiendo del comportamiento de cada uno de los adultos.

Así como indica la OMS que los adultos deberían de realizar actividades físicas o caminar al menos 75 a 150 minutos. Para limitar a conllevar una vida sin actividad y sedentaria reduciendo los efectos perjudiciales de los comportamientos más sedentarios en la salud. Por lo tanto, todos los adultos deberían de incrementar su actividad física moderada a intensa por encima del nivel recomendado (60).

Los adultos no mantienen un adecuado manejo del estrés en su vida diaria, por lo que buscan expresar sus sentimientos con las personas que puedan sentir confianza ya sea un familiar o amigo, buscando por ellos mismos soluciones antes situaciones difíciles o problemas que puedan trascender en sus vidas afectando su salud a nivel físico y mental. Algunos adultos tienen mayor dificultad para poder relacionarse con su entorno el cual no les permite poder expresar sus ideas o pedir ayuda ante algún conflicto, teniendo como consecuencias el mantenerse en un nivel de estrés más elevado, perjudicando su salud.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) menciona que el estrés tiene un impacto tanto en la mente como en el cuerpo. Es beneficioso tener una cierta cantidad de estrés, ya que nos ayuda a llevar a cabo nuestras tareas diarias, pero una cantidad excesiva tiene efectos secundarios físicos y mentales. Sin embargo, pueden aprender a manejarlo para sentirse menos abrumados y mejorar su salud física y mental (61).

Se contempla en cuanto a la relación interpersonal, nutrición y crecimiento espiritual de los adultos de dicho distrito se puede decir que algunos tienen una buenas relaciones con sus familiares, amigos, pareja e hijos y el entorno, lo que les ayuda a tener un buen desarrollo e integración en su círculo social, pueden acoplarse fácilmente a diferentes actividades a realizar, tienen una comunicación intrafamiliar saludable, algunos mantienen mayor confianza solo con algunos de sus miembros e intenta estar lo más cerca de su familia y compartir momentos importantes con ellos, ya sea el momento de compartir los alimentos o

algún tipo de reuniones familiares importantes. De la misma manera ciertos adultos no suelen socializar o interactuar con los demás porque muchos de ellos les conllevan al consumo de bebidas alcohólicas o sustancias psicoactivas la cual es perjudicial para su salud, tomando en cuenta que la causa de recurrir a las bebidas alcohólicas puede ser el sufrimiento emocional, la ansiedad, la depresión y el estrés ambiental.

Según Peltzer E, médica especialista en medicina general y familiar menciona que relacionarse es una necesidad básica y por eso, cuando lo hacen con otras personas de manera sana, es el punto de partida para alcanzar un desarrollo pleno. Deben aprender a construir lazos auténticos y sostenidos a lo largo del tiempo donde a menudo se piensa que la salud solo es la ausencia de enfermedades físicas, pero, por lo contrario, va más allá de eso, y depende de una compleja interacción entre factores biológicos, psicológicos y sociales (62).

Así también señala la teorista Nola Pender, en cuanto al estilo de vida que es un conjunto de hábitos o patrones de comportamiento que están estrechamente relacionados con la salud en un sentido amplio, es decir, con todo lo que contribuye al bienestar y el desarrollo de las personas. Con el fin de evitar que las personas lleguen a un hospital con una complicación, Pender desarrolló su modelo. Es un modelo que está diseñado para prevenir la enfermedad, persuadir a la población para llevar un estilo de vida saludable que les evite contraer cualquier enfermedad, asegurando su bienestar personal (63).

En los resultados encontrados una de las limitaciones que más han repercutido en el adulto, es que no tienen un estilo de vida saludable, no tienen una buena ingesta de los alimentos proteicos y energéticos, destacando que un estilo de vida saludable no es solo aquel que mantiene una buena alimentación sino también los que se mantienen en armonía, actividad física, vida sexual sana, manejo del estrés, descanso, higiene, paz espiritual, recreación, sobre todo las relaciones interpersonales y con el entorno. Así mismo hay una menor cantidad de adultos que si tiene un estilo de vida saludable y una de las implicancias que se han tenido es que si ponen en práctica estos buenos hábitos para mejorar su salud. Por lo tanto, se sugiere a las autoridades y el personal de la salud realicen estrategias de promoción y prevención enfocados en la alimentación saludable mediante charlas educativas, sensibilización con pasacalles, ferias educativas y demostrativas para ayudar a que los adultos cambien sus malas conductas.

Tabla 5

El 67,6% (73) son de sexo femenino y el 59,3% (64) llevan un estilo de vida no saludable, así mismo el 54,6% (59) tienen edades entre 18 a 35 años, la cual el 46,3% (50) tienen un estilo de vida no saludable, el 44,4% (48) con grado de instrucción primaria y el 36,1% (39) llevan un estilo de vida no saludable, el 67,6% (73) profesan la religión católica y el 57,4% (62) llevan un estilo de vida no saludable. El 46,3% (50) de estado civil conviviente, la cual el 38,9% tienen un estilo de vida no saludable, el 49,1% (53) de ocupación ama de casa y el 41,7% (45) llevan un estilo de vida no saludable, el 49,1% (53) con ingreso económico entre 650 a 850 nuevos soles y el 41,7% (45) cuentan con estilos de vida no saludable y el 77,8% (84) poseen seguro SIS, de las cuales el 65,7% (71) llevan un estilo de vida no saludable.

Cabe mencionar que se encontró que no existe una relación estadísticamente significativa entre las variables sociodemográficas como el sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación, ingreso económico y sistema de seguro con el estilo de vida ya que el nivel de significancia resultó ser mayor al 5%.

Estos resultados se asemejan al estudio de Correa E, (17) en su investigación titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del distrito de Yungar_Carhuaz, 2021”. En sus resultados al realizar el Chi cuadrado entre las acciones de prevención y promoción. Asociados al comportamiento de la salud el estilo de vida se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre estas dos variables. De la misma manera hay otro estudio de Soles A, (21) en su investigación titulada “Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del asentamiento humano Miguel Grau _ Salaverry – Trujillo, 2021”. Se obtuvieron los resultados de la prueba del Chi Cuadrado ($X^2 = 1.66$ $P = 5.99 > 0,05$) donde se determinó que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables.

En cuanto al sexo y la edad de los adultos se encontró que no tienen relación estadísticamente significativa con el estilo de vida esto se debe a que desconocen la importancia de tener un buen estilo de vida llevando una mala alimentación, la inactividad física que les conlleva a tener sobre peso u obesidad, no tomando en cuenta las consecuencias al no tener una vida saludable.

En cuanto al grado de instrucción y religión se encontró que no tiene relación

estadísticamente significativa con el estilo de vida, el grado de instrucción que tenga el individuo decide los hábitos a optar, ya que teniendo una profesión tendrá una mejor condición de ingresos económicos, conllevando a un mejor estilo de vida teniendo mejores oportunidad y alternativas para su cuidado, poniendo siempre por delante su fe ante la religión católica ya que esto no afecta en su día a día.

En cuanto al estado civil y ocupación de los adultos se encontró que no tiene relación estadísticamente significativa con el estilo de vida. Los adultos de acuerdo a su estado civil la gran parte son amas de casa y dependiendo del trabajo que tienen suelen no consumir sus alimentos a la hora adecuada o lo necesario para su cuerpo, suelen ocuparse por las labores del hogar y de su familia olvidándose de sí mismos, no tener un estilo de vida saludable trae como consecuencia que estén propensos a enfermarse de gastritis y no solo de ello sino también a tener falta de concentración, mareos, fatiga y daño neuronal.

En cuanto al ingreso económico y el sistema de seguro SIS se encontró que no tiene relación estadísticamente significativa con el estilo de vida. Se ve reflejado en los adultos que el ingreso económico juega un papel muy importante ante la situación de optar un estilo de vida saludable la cual va de la mano con la salud personal de cada adulto, por tal motivo de no contar con los ingresos económicos necesarios optan por el sistema de seguro del SIS ya que es el encargado de ayudarles en la calidad de vida de los adultos elaborando estrategias para que adquieran la información necesaria de los cuidados de prevención de enfermedades y la atención oportuna siendo un gran apoyo para los adultos.

En los resultados encontrados las limitaciones que se han presentado es que ninguna de las variables de los factores sociodemográficos tiene relación estadísticamente significativa con los estilos de vida. Estos resultados nos hacen ver que se deben planear estrategias para el desarrollo de los estilos de vida saludable. La cual se tenga el compromiso personal y social que de tal manera solo así se logre satisfacer las necesidades fundamentales del adulto. Por lo tanto, se recomienda que el centro de salud realice reuniones instructivas, educativas y sobre todo recreativas sobre la importancia de los estilos de vida saludable donde puedan participar activamente y despejar preocupaciones de trabajo, del hogar o problemas del entorno mejorando sus conocimientos para que opten un buen estilo de vida saludable.

Tabla 6

El 65,7% (71) tienen acciones adecuadas y el 60,2% (65) llevan un estilo de vida no

saludable en donde los resultados de las acciones de prevención y promoción de la salud con estilos de vida del adulto arrojan como resultado $X^2=6,651$, $gl=1$, $P=0,010 < 0,05$. La cual si existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Estos resultados son similares al estudio de Garcia N, (22) en su investigación titulada “Acciones de Prevención y Promoción de la Salud Asociado a los Estilos de Vida de los Usuarios del Programa Integral del Adulto y Adulto Mayor del Hospital I Luis Albrecht – Trujillo, 2023”. En esta tabla se dio a conocer la asociación entre la promoción y prevención de la salud con el estilo de vida, que al analizar la relación con el Chi cuadrado se reportó que $x^2= 3.12$ y $p= 3,84 > 0,05$, existiendo relación entre ambas variables. Otro estudio se asemeja al de Mendoza L, (23) en su investigación titulada “Prevención y Promoción de la Salud Asociados al Estilo de Vida en los Adultos del Sector Marbella – El Milagro, 2023”. En sus resultados detalla que cuando se le aplicó la prueba de Chi cuadrado se observó que si existe un vínculo significativo entre las variables.

Los resultados obtenidos en relación a la asociación entre la prevención y promoción de salud y los estilos de vida de los adultos, se encontró que existe relación significativa, dado que los adultos manifestaron que por más que intentan seguir con las recomendaciones brindadas, en los temas de alimentación y nutrición, ejercicio físico y el cuidado de la salud mental la cual les suele ser un poco difícil el poder cumplirlas debido a la situación de trabajo y responsabilidades que tienen a cargo. También refieren que el centro de salud y la municipalidad de su comunidad no realizan la promoción adecuada sobre salud, no realizan sesiones educativas que realmente les incentiven y animen a mejorar su calidad de vida y mucho menos realizan visitas domiciliarias, lo cual muchas veces hay temas de salud que desconocen y les condiciona a mantener un estilo de vida poco saludable.

Según Bustamante C, Franco N. En su investigación que se basa al Modelo de Promoción de la Salud de Nola Pender, menciona que los hábitos y comportamientos que forman el estilo de vida se adquieren en el hogar, por lo que es crucial que las familias participen en la promoción de hábitos de vida saludables. En los patrones cognitivos, afectivos emocionales y conductuales que se mantienen a lo largo del tiempo bajo condiciones similares que se conocen como estilos de vida y pueden ser factores de riesgo o de protección para la salud (64).

Al encontrar relación existente entre ambas variables, podemos decir que Pender en su modelo de promoción de la salud pretende comprender el porqué de los comportamientos

humanos relacionados con la salud, y a sí mismo, guía hacia la generación de conductas saludables y expone cuales son las conductas que modifican las acciones de los seres humanos, enfatiza la importancia de los procesos cognitivos en el cambio de comportamiento y combina aspectos del aprendizaje cognitivo y conductual, reconociendo que los factores psicológicos influyen en el comportamiento de cada uno de los adultos en estudio.

En los resultados obtenidos las limitaciones que se han presentado entre ambas variables es que, si existe relación entre sí, ya que influye de manera significativa en la vida del adulto ya que un estilo de vida saludable refleja beneficios en su salud, ya que tendrán un constante uso de todos sus hábitos como práctica de ejercicio, una adecuada nutrición, beber agua la cantidad necesarias para purificar su cuerpo, realizar actividades de talleres grupales e individuales. Mientras que llevar un estilo no saludable es la mayor causa que da paso a las enfermedades como el sobrepeso, obesidad, estrés, enfermedades no transmisibles, EDAS, IRAS, etc. Por lo tanto, se recomienda implementar sesiones educativas de manera demostrativa que incentiven no solo a escuchar sino también a poder observar y tocar, de tal manera que así todos los adultos puedan reconstituir sus hábitos de forma saludable y puedan de esa forma protegerse y a su familia ante cualquier enfermedad o problema de salud a futuro, permitiéndoles tener una vida tranquila y disfrutar más de esa etapa.

VI. CONCLUSIONES

- En los factores sociodemográficos de los adultos del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, se encontró que la mayoría son de sexo femenino, más de la mitad son adultos de 18 a 35 años, menos de la mitad cuentan con grado de instrucción primaria, la mayoría profesan la religión católica, menos de la mitad en estado civil conviviente, de ocupación ama de casa y con un ingreso económico entre los 650 a 850 nuevos soles, así mismo la mayoría de los adultos poseen un seguro SIS.
- En cuanto a las acciones de prevención y promoción de la salud en los adultos se descubrió que la mayoría tienen adecuadas acciones de promoción y prevención de la salud y menos de la mitad acciones inadecuadas.
- En cuanto al comportamiento de la salud: estilos de vida en los adultos la mayoría tienen estilos de vida no saludable y un porcentaje mínimo tienen estilos de vida saludable.
- Al realizar la prueba de Chi cuadrado la relación de los factores sociodemográficos: sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación, ingreso económico y tipo de seguro con los estilos de vida se encontró que no existe una relación estadísticamente significativa entre estas variables.
- Al realizar la prueba de Chi cuadrado, la relación entre las acciones de prevención y promoción de la salud con el estilo de vida, se encontró que la mayoría tienen acciones adecuadas y llevan un estilo de vida no saludable. La cual si existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

VII. RECOMENDACIONES

- Informar los resultados de la presente investigación a las autoridades locales pertenecientes al distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, así como también al puesto de salud de dicho distrito con la finalidad de motivar y promover programas preventivos y promocionales cuya finalidad sea mejorar los estilos de vida.
- Sensibilizar a la población y autoridades locales encargadas del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad para promover intervenciones educativas para seguir mejorando los estilos de vida saludables, así como la alimentación sana y equilibrada, actividades físicas o deportes, etc.
- Coordinar con las autoridades y gestionar programas, capacitaciones dirigidas a la autorrealización y superación personal en los adultos, con la finalidad de que puedan adquirir y desarrollar habilidades que puedan elevar su grado de instrucción.
- Plantear a los estudiantes de enfermería a la realización de otras investigaciones orientadas a los factores sociodemográficos, acciones de prevención y promoción y estilos de vida con el propósito de aportar nuevos conocimientos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. Organización Panamericana de la Salud. El curso Virtual de Promoción de la Salud recibe más de 8.000 inscripciones en los primeros tres meses tras su lanzamiento. [Internet]. Washington; 2024. [Consultado 16 de abril de 2024]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/19-1-2024-curso-virtual-promocion-salud-recibe-mas-8000-inscripciones-primeros-tres-meses>
2. Organización Mundial de la Salud, Preguntas más frecuentes. [Internet]. 2024.[Consultado el 28 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/about/frequently-asked-questions#:~:text=%C2%ABLa%20salud%20es%20un%20estado,ausencia%20de%20afecciones%20o%20enfermeda%20des%C2%BB>
3. Estrategias de la Promoción de la salud en Latinoamérica, Diario para Gerentes de Clínicas. [Diario en Internet]. 2024. [Citado 28 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://www.medesk.net/es/blog/que-es-promocion-en-salud/>
4. Informe del Estado de Salud de la Población de la Comunidad de Madrid, [Internet]. 2023. [Citado 13 de abril de 2024]. Disponible en: <https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/informe-estado-salud-poblacion-2023>
5. Organización Panamericana de la Salud. Primera Reunión de Alcaldías Promotoras de la Salud en Ciudad de México, [Noticia Internet].2024. [Citado 13 de abril de 2024]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/noticias/22-2-2024-primera-reunion-alcaldias-promotoras-salud-ciudad-mexico>
6. Muñoz J. Sistema de salud en Colombia: 7 avances y medidas hacia la cobertura universal en salud, Revista Política de privacidad. Colombia: [Blog de Internet].2023. [Consultado 28 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://neuroeconomix.com/es/sistema-de-salud-en-colombia-7-avances-y-medidas-hacia-la-cobertura-universal-en-salud/>
7. CDC Perú emite alerta epidemiológica por riesgo de introducción e incremento de enfermedades y otros eventos de importancia en el marco del APEC. Lima, [Noticias Internet].2024. [Consultado 28 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://www.dge.gob.pe/portalnuevo/informativo/prensa/cdc-peru-emite-alerta-epidemiologica-por-riesgo-de-introduccion-e-incremento-de->

- [enfermedades-y-otros-eventos-de-importancia-en-el-marco-del-apec-2024/](#)
8. Gobierno Regional de La Libertad. 400 pobladores de El Porvenir aprenden sobre estilos de vida saludable, [Noticias Internet].2023. [Consultado 29 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://www.regionlalibertad.gob.pe/noticias/regionales/14062-400-pobladores-de-e%20l-porvenir-aprenden-sobre-estilos-de-vida-saludable>
 9. EsSalud. La Libertad realiza actividades de prevención contra cáncer de cuello uterino. La Libertad, [Noticias Internet]. 2023. [Citado 28 de marzo de 2024]. Disponible en: <http://noticias.essalud.gob.pe/?inno-noticia=essalud-la-libertad-realiza-actividades-de-prevencion-contra-cancer-de-cuello-uterino>
 10. Cerda P. Prácticas de promoción de salud basada en el arte: Un análisis de iniciativas y experiencias. [Grado De Magister En Salud Pública]. Santiago: Universidad de Chile, Facultad de medicina, Escuela de salud pública. [internet]. 2020. [Consultado el 28 de marzo de 2024]. Disponible en: https://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/181029/Tesis_Patricia%20%20Cerde%20Torres.pdf?sequence=1&isAllowed=y
 11. Onofre N., Quiles J., Trescastro E. Estilos de vida y factores sociodemográficos asociados a la alta adhesión a la dieta mediterránea en la población adulta de la Comunitat Valenciana (España). Madrid: Campus de Sant Vicent del Raspeig, Universidad de Alicante [Artículo de Internet]. 2021 [Consultado el 29 de marzo de 2024]. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112021000200337
 12. Yaulema L, Parreño Á, Ríos P. Estilos de vidas de los adultos mayores residentes en parroquias rurales del cantón Riobamba. Enlace universitario [Artículo de Internet].2021. [Citado 13 de abril de 2024]. Disponible en: <https://enlace.ueb.edu.ec/index.php/enlaceuniversitario/article/view/163>
 13. Mesa D, et. al. Estrategia de intervención para mejorar la calidad de vida del adulto mayor. [Revista Cubana de Medicina General Integral]. 2020. Vol 4: 36.110. [Consultado el 08 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/revcubmedgenint/cmi-2020/cmi204j.pdf>
 14. Ruiz A, et. al. Asociación entre patrones alimentarios y factores

- sociodemográficos en la población adulta de Antioquia, Colombia. Rdo. Chile nutrir [Internet]. 2023. [Consultado el 15 de mayo de 2024]. Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182023000200174&script=sci_arttext
15. Campoverde B. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del caserío de Chapaira _ Piura, 2021. Repositorio de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. [Tesis de licenciatura en enfermería].2021. [Citado 28 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://acortar.link/EGrqtS>
 16. Garcia A. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del barrio Pedregal Bajo_Huaraz, 2021. Repositorio de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. [Tesis de Licenciatura en Enfermería]. 2021. [Citado 28 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://acortar.link/e2VViY>
 17. Correa E. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del distrito de Yungar_Carhuaz, 2021. Repositorio de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. [Tesis de Licenciatura en Enfermería]. 2021. [Citado 28 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://acortar.link/irTJb2>
 18. Espinoza L, Suárez D. Estilos de vida y estado nutricional en adultos del Centro Poblado Leticia-Supe Puerto, 2022. Repositorio de la Universidad Nacional de Barranca. [Tesis de licenciatura en enfermería]. Barranca – Perú 2022. [Citado 07 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.unab.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/2778e825-904f-4f32-9464-3f8e4b461a0a/content>
 19. Aniceto T. Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Caraz - Ancash, 2020. [Tesis Para optar el Título Profesional de Licenciada en Enfermería]. Huaraz –Perú 2020. [Consultado 07 de mayo de 2024]. Disponible en: https://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13032/19047/ESTILOS_FACTORES_ANICETO_TOLENTINO_ZENON_ANTONIO.pdf?sequence=1&isAllowed=y

20. Pujay E. Acciones de prevención y promoción de la salud relacionado con los estilos de vida de los adultos pescadores del desembarcadero pesquero artesanal-Salaverry, 2020. Repositorio de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. [Tesis de Licenciatura en Enfermería].2020. [Citado 28 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://acortar.link/QUofa2>
21. Soles A. Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida en el adulto del asentamiento humano Miguel Grau_Salaverry_Trujillo, 2021. Repositorio de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. [Tesis de Licenciatura en Enfermería].2021. [Citado 28 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://acortar.link/ERTi18>
22. Garcia N. Acciones de prevención y promoción asociado a los estilos de vida de los usuarios del programa integral del adulto y adulto mayor del hospital I Luis Albrecht ESSALUD – Trujillo, 2023. Repositorio de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote. [Tesis de Licenciatura en Enfermería]. 2023. [Citado 28 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://acortar.link/yzXfX7>
23. Mendoza L. Prevención y promoción de la salud asociadas a los estilos de vida en los adultos del Sector Marbella – El Milagro, 2023. Repositorio de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XXI. [Tesis de Licenciatura en Enfermería]. Trujillo _ 2023. [Citado 12 de mayo de 2024]. Disponible: <https://repositorio.uct.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/123456789/3584/Informe%20de%20Tesis%20-%20Mendoza%20Vera%2c%20Luz..pdf?sequence=3&isAllowed=y>
24. Guzmán P. Prevención y promoción en salud asociado al estilo de vida del adulto de Nuevo Jerusalen III Sector La Esperanza 2022. Repositorio Universidad Católica de Trujillo Benedicto XXI. [Tesis de Licenciatura en Enfermería]. Trujillo _ 2022. [Citado 14 de mayo de 2024]. Disponible: https://repositorio.uct.edu.pe/xmlui/bitstream/handle/123456789/4015/400070009017-T_R.pdf?sequence=1&isAllowed=y
25. Pender N: biografía y teoría de la promoción de la salud. [internet] [Consultado 02 de abril de 2024]. Disponible en: <https://www.lifeder.com/nola-pender/>

26. 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. Enfermería universitaria. [revista de internet]. 2011. [Citado 02 de abril de 2024] Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003
27. Pfeiffer M. Persona humana. [Artículo de internet]. Universiti de Paris; 2017. [Consultado 02 de abril de 2024]. Disponible en: <https://es.scribd.com/document/421349831/Ersona-Humana-Pfeiffer-Ma-Luisa>
28. Peres M, Aperibense P, Dios M, Gómez S, Queirós P. El modelo teórico enfermero de Florence Nightingale: una transmisión de conocimientos, [Revista de internet]. 2021. [Citado el 03 de abril de 2024]. Disponible en: <file:///C:/Users/usuario/Downloads/revista,+2020-0228+--+PREPRINT.pdf>
29. Conferencia Internacional sobre Ética en Salud. Ética y responsabilidad social en salud. [internet] Perú; 2018. [Consultado el 03 de abril 2024]. Disponible en: <https://anmperu.org.pe/sites/default/files/anales-2018/45-Etica-y-responsabilidad-social-en-salud-239-242.pdf>
30. Organización Mundial de la Salud. Actividad Física. [internet]; 2020. [Consultado el 03 de abril 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
31. Gay A. Nutrición [En Línea]. Madrid: Ministerio de Educación y Formación Profesional de España, 2018. [Consultado 03 abril 2024]. Disponible en: <https://elibro.net/es/ereader/uladech/49456>
32. Positivalia. Crecimiento espiritual. [Blog de internet].2024 [Consultado 03 de abril 2024]. Disponible en: <https://positivalia.com/que-es-el-crecimiento-espiritual/>
33. Londoño C, Mejía G. Las relaciones interpersonales en Contextos Educativos Diversos: Estudio de casos. Iberoamericana Corporación Universitaria. Bogotá Colombia. [Revista de internet]. 2020. [Consultado 04 de abril 2024]. Disponible en: <https://revistas.uniminuto.edu/index.php/Pers/article/view/2456/2446>
34. Medlineplus. El estrés y su salud. [internet]; 2021. [Consultado 04 de abril

- 2024]. Disponible en:
<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003211.htm>
35. Barrientos J, Ángel G, López F. Caracterización de los servicios de promoción de la salud y prevención de la enfermedad en cuatro instituciones de salud del municipio de Medellín, [Revista de internet]. Bogotá, Colombia. 2017. [Consultado 04 de abril 2024]. Disponible en:
<https://www.redalyc.org/pdf/545/54553416005.pdf>
36. Valdivia H. Factores sociodemográficos, laborales y su relación con el síndrome de burnout en profesionales de enfermería de sala de operaciones del hospital III Daniel Alcides Carrión ESSALUD- Tacna- 2014. [Tesis para optar el Título de segunda Especialidad]. Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann- Tacna; 2015. [consultado 04 de abril 2024]. Disponible en:
<https://repositorio.unjbg.edu.pe/items/44a694cb-6af4-46f0-b826-2f7263e1fd08>
37. Vargas I, Villegas O, Sánchez A, Holthuis K. Promoción, Prevención y Educación para la Salud - 1 ed.-San José, Costa Rica, [Internet];2003. [consultado 04 de abril 2024]. Disponible en:
https://repositorio.binasss.sa.cr/repositorio/bitstream/handle/20.500.11764/695/AIS_modulo2.pdf?sequence=1&isAllowed=y
38. Guerrero L, Ramón L, León A. Estilo de vida y salud. Educere, vol. 14, Venezuela, 2010: [consultado el 10 de abril del 2024]. Disponible en:
<https://www.redalyc.org/pdf/356/35616720002.pdf>
39. García L, García L. El adulto mayor maduro: condiciones actuales de vida. Rev. Médica Risaralda [Internet]. 2005. [Consultado 11 de abril de 2024] Disponible en:
<https://revistas.utp.edu.co/index.php/revistamedica/article/view/1189/703>
40. Rojas, M. Tipos de Investigación científica: Una simplificación de la complicada e incoherente nomenclatura y clasificación [Revista electrónica]. 2015. [Citado 10 de abril de 2024]; 16(1): 1-14. disponible en:
<http://www.redalyc.org/pdf/636/63638739004.pdf>
41. Cadena P, Rendón R, Aguilar J, Salinas E, Rosario F, Sangerman D. Métodos cuantitativos, métodos cualitativos o su combinación en la investigación: un acercamiento en las ciencias sociales, [Revista de internet]. 2017. [Citado el 10

- de abril del 2024] Disponible en: Disponible en:
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-09342017000701603#:~:text=La%20investigaci%C3%B3n%20cuantitativa%20es%20aquella,y%20las%20entrevistas%20no%20estructuradas
42. Cely N, Palacios W, Caicedo Á. Conceptos y enfoques de metodología de la investigación. [internet]. 2023. [Citado el 10 de abril del 2024] Disponible en: <https://repositorio.ufps.edu.co/bitstream/handle/ufps/6728/CONCEPTOS%20Y%20ENFOQUES%20DE%20METODOLOG%3%8DA%20DE%20LA%20INVESTIGACI%3%93N.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
43. Definición De Indicadores Sociodemográficos. [internet]. 2017. [Citado el 10 de abril del 2024]. Disponible en: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitaes/Est/Lib1753/definiciones.pdf
44. Aldivia H. Factores sociodemográficos, laborales y su relación con el síndrome de burnout en profesionales de enfermería de sala de operaciones del hospital III Daniel Alcides Carrión ESSALUD- Tacna- 2014. Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann- Tacna; [Tesis para optar el Título de Segunda Especialidad].2014. [Consultado el 11 de abril del 2024]. Disponible en: <https://repositorio.unjbg.edu.pe/items/44a694cb-6af4-46f0-b826-2f7263e1fd08>
45. Guerrero L, León A. Estilo de vida y salud. Educere, [Artículo de internet]. 2010. [Consultado el 11 de abril del 2024]. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/356/35616720002.pdf>
46. Consejo Universitario Uladech Católica. Reglamento de Integridad Científica Versión 001. [internet]. 2024. [Citado el 11 de abril del 2024] Disponible en: <https://www.uladech.edu.pe/wp-content/uploads/erpuniversity/downloads/transparencia-universitaria/estatuto-el-texto-unico-de-procedimientos-administrativos-tupa-el-plan-estrategico-institucional-reglamento-de-la-universidad-y-otras-normativas/reglamentos-de-la-universidad/reglamento-de-integridad-cientifica-en-la-investigacion-y001.pdf>
47. INEI. Población ocupada del país alcanzó 17 millones 159 mil 100 personas en el primer trimestre de 2024. [Internet]; 2024. [Consultado 20 de mayo de 2024].

- Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/inei/noticias/954538-poblacion-ocupada-del-pais-alcanzo-17-millones-159-mil-100-personas-en-el-primer-trimestre-de-2024>
48. León A. Qué es la educación. Educere [Artículo de internet]. Mérida-Venezuela. 2007. [Consultado el 20 de mayo de 2024]. Disponible en: http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1316-49102007000400003
 49. Planes de Seguro Integral de Salud (SIS). [Internet]. 2024. [Consultado el 20 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.gob.pe/130-seguro-integral-de-salud-sis>
 50. Gestar Salud. Promoción y la prevención en la salud. [Internet];2022. [Consultado el 20 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://gestarsalud.com/2022/03/24/que-es-eso-de-la-promocion-y-la-prevencion-en-la-salud/>
 51. Comemos Todos, Comemos Bien. El derecho a una alimentación saludable. UNICEF. [Internet]. 2019. Argentina. [Consultado el 20 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.unicef.es/sites/unicef.es/files/educa/unicef-educa-derecho-nutricion-comemos-todos-bien.pdf>
 52. Ministerio de Salud. Minsa: El correcto lavado de manos previene enfermedades infecciosas. [Internet]. 2022. Perú. [Consultado el 20 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/604387-minsa-el-correcto-lavado-de-manos-previene-enfermedades-infecciosas>
 53. Habilidades para la vida. Herramientas para el buen trato y la prevención de la violencia. UNICEF. [Internet]. 2017. Venezuela. [Consultado el 20 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.unicef.org/venezuela/media/431/file/Habilidades#:~:text=La%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de%20la,desaf%C3%ADos%20de%20la%20vida%20diaria%E2%80%9D>.
 54. OMS. Actividad física. [Internet]. 2022. [Consultado el 20 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

55. Gran M. La salud sexual y reproductiva. Rev Cubana Salud Pública [Internet]. 2006. [Consultado el 20 de mayo de 2024]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662006000100001&lng=es.
56. Instituto Nacional de Investigación Dental y Craneofacial. La higiene oral. [Internet]. 2020. EE.UU. [Consultado el 20 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.nidcr.nih.gov/espanol/temas-de-salud/la-higiene-oral>
57. OMS. Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. [Internet]. 2022. [Consultado el 20 de mayo de 2024]. Disponible en: https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response/?gad_source=1&gclid=Cj0KCQjw0ruyBhDuARIsANSZ3wqzUv3kcRggZOKHG4jnbpQKQFXRwhj10U3LjklmAMSZfHSnJNPAdPQaAn4BEALw_wcB
58. Organización Panamericana de la Salud. Seguridad vial. [Internet]. [Consultado el 20 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/seguridad-vial>
59. Pender N: biografía y teoría de la promoción de la salud. [internet] [Consultado el 20 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.lifeder.com/nola-pender/>
60. OMS. Actividad física. [Internet]. 2022. [Consultado el 20 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity#:~:text=La%20OMS%20define%20la%20actividad,el%20conseguiente%20consumo%20de%20energ%C3%ADa>.
61. OMS. Estrés. [Internet].2023. [Consultado el 20 de mayo de 2024]. Disponible en: https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress?gad_source=1&gclid=Cj0KCQjw0ruyBhDuARIsANSZ3woDq0jO0cwTYGXr7mhYHqgtidiM8OyrVmqq6Q4k4HzJvE3OAJBioFxQaAknYEALw_wcB
62. Peltzer E. Las relaciones interpersonales y la salud. AIM. [Artículo de internet]. 2022. [Consultado el 20 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://www.aimdigital.com.ar/salud-y-bienestar/las-relaciones-interpersonales-y-la-salud.htm>
63. Aristizábal G, Blanco D, Sánchez A, Ostiguín R. El modelo de promoción de

la salud de Nola Pender: Una reflexión en torno a su comprensión. *Enferm. univ* [revista en la Internet]. 2011. [Consultado el 20 de mayo de 2024].

Disponible

en:

https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632011000400003

64. Diaz R, Arias D. Efectividad de intervención de enfermería en hábitos de vida saludable desde el modelo de Nola Pender. [Internet]. *Rev Esp Nutr Comunitaria*; 2021. [Consultado el 20 de mayo de 2024]. Disponible en: https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC-D-21-0020_ORIGINAL.pdf
65. Bustamante, C. Franco, N. Gómez, M. Promoción de la Salud bajo la perspectiva de Nola Pender en una comunidad urbana de Pereira. *Digital Areandina*. [Internet]. Grado para optar el título de: Enfermera. Pereira. Fundación Universitaria de Arandina; Facultad de Ciencias de la Salud y Deporte. 2023. [Consultado el 20 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/4967/Trabajo%20de%20grado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

ANEXOS

Anexo 01. Matriz de Consistencia

TÍTULO	FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES E INDICADORES	METODOLOGÍA
Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al Comportamiento de la Salud: Estilos de Vida del Adulto del Distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024	¿Existe asociación entre factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida del adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024?	<p>Objetivo General: Determinar los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida del adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Caracterizar los factores sociodemográficos del adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024. -Caracterizar las acciones de prevención y promoción de la salud del adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024. -Caracterizar el comportamiento de la salud: estilo de vida del adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024. -Explicar la relación de los factores sociodemográficos con el comportamiento de la salud: estilo de vida del adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024. -Explicar la relación de las acciones de prevención y promoción con el comportamiento de la salud: estilos de vida del adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024. 	<p>H1: Existe significancia estadística entre factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida del adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.</p> <p>HO: No existe significancia estadística entre los factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida del adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.</p>	<p>Variable 1: Factores sociodemográficos: Sexo, edad, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación, ingreso económico, tipo de seguro.</p> <p>Variable 2: Acciones de prevención y promoción de la salud: Alimentación nutrición, Higiene, Habilidades para la vida, Actividad física, Salud sexual y reproductiva, Salud bucal, Salud mental y cultura de paz, Seguridad vial y cultura de tránsito.</p> <p>Variable 3: Estilos de vida: Responsabilidad hacia la salud, Actividad física, Nutrición, Manejo de estrés, Relaciones interpersonales, Crecimiento Espiritual y Relaciones Interpersonales.</p>	<p>Tipo: Cuantitativo</p> <p>Nivel: Correlacional– transversal</p> <p>Diseño: No experimental</p> <p>Técnica: Encuesta Observación</p> <p>Población: 300 adultos aproximadamente.</p> <p>Muestra: 108 adultos del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad.</p> <p>Instrumentos: Factores sociodemográficos, prevención y promoción de la salud, estilos de vida.</p>

ANEXO 02: Instrumento de recolección de información

Instrumento N° 01: Cuestionario sobre factores sociodemográficos



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



CUESTIONARIO SOBRE FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS

Autora: María Adriana Vílchez Reyes.

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

4. ¿Cuál es su religión?

a). Católico (a) 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

Instrumento N° 02: Cuestionario sobre acciones de prevención y promoción



“ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN”



Autor: María Adriana Vílchez Reyes

Nombre:

Se agradece con anticipación la atención prestada.

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

N.º	Comportamientos del usuario	CALIFICACION			
		Nunca	A Veces	Casi Siempre	Siempre
EJES TEMÁTICOS					
ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN					
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?				
HIGIENE					
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?				

HABILIDADES PARA LA VIDA

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?				

ACTIVIDAD FISICA

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)?				

SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

32	¿Al tener relaciones sexuales usted se protege?				
33	¿Se informa de los métodos anticonceptivos?				
34	¿Se realiza exámenes médicos?				

SALUD BUCAL

35	¿Usa a diario un enjuague bucal con flúor?				
36	¿Regularmente se realiza exámenes odontológicos?				
37	¿Consumo bebidas como gaseosas, los jugos artificiales y bebidas energéticas?				
38	¿Consumo de tabaco y el alcohol?				
SALUD MENTAL Y CULTURA DE PAZ					
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?				
SEGURIDAD VIAL Y CULTURA DE TRÁNSITO					
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?				



Instrumento N° 03: Cuestionario de Estilos de vida



UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES DE CHIMBOTE
 FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
 ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
 CUESTIONARIO 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.aem>

CONTENIDO ÍTEMS	NUNCA	A VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE	
Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores					
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 caminar rápidamente, andar en bicicleta, baile aeróbico, usar la maquina escaladora)					
Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatrofactores.					
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 el 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.					

22.- Busco apoyo de un grupo de personas que se preocupan por mi					
Matriz de saturaciones de los factores de la escala HPLP-II de la solución de cuatro factores.					
23.-Leo las etiquetas nutritivas para identificar el contenido de grasas y sodio en los alimentos empacados					
24.-Asisto a programas educativos sobre el cuidado de salud personal.					
25.-Alcanzo mi pulso cardiaco objetivo cuando hago ejercicios.					
26.- Mantengo un balance para prevenir el cansancio.					
27.- Me siento unido(a) con una fuerza más grande que yo.					
28.-Me pongo de acuerdo con otros por medio del diálogo					
29.-Tomo desayuno					
30.-Busco orientación o consejo cuando es necesario.					
31.-Expongo mi persona a nuevas experiencias y retos.					
32.- Discuto mis problemas y preocupaciones con personas allegadas					
33. Duermo lo suficiente					
34. Como de 6 a 11 porciones de pan, cereales, arroz, o pastas(fideos) todos los días					
35. Como solamente de 2 a 3 porciones de carne, aves, pescado, frijoles, huevos y nueces todos los días.					

El Health Promoting Lifestyle Profile II (HPLP-II; Walker & Hill-Polerecky, 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 yo 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” .
- 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 excluyó 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 Y CONFIABILIDAD DEL CUESTIONARIO

EVALUACIÓN CALITATIVA:

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 la 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 Giacobb, 2004).

Dónde:
$$V = \frac{\bar{x} - l}{k}$$

\bar{x} : 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

CUESTIONARIO DE ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN:

Confiabilidad del instrumento:

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.

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.

CUESTIONARIO DE ESTILOS DE VIDA:

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 ($\alpha=0.88$).

1. Se solicitó la participación de un grupo 10 jueces expertos del área de Salud.
2. Se alcanzó a cada uno de los expertos la ficha de validación del cuestionario sobre Factores Sociodemográficos y Acciones de Prevención y Promoción Asociado al comportamiento de la salud: Estilos de vida del adulto del Distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024
3. Cada experto para cada ítem del cuestionario respondió a la siguiente pregunta:
¿El conocimiento medido por esta pregunta es esencial, útil pero no esencial o no necesaria?
4. Una vez llenas las fichas de validación se anotó la calificación que brindaron cada uno de los expertos a las preguntas.
5. Luego se procedió a calcular el coeficiente V de Aiken para cada una de las preguntas y el coeficiente V de Aiken total.
6. Se evaluó que preguntas cumplían con el valor mínimo (0,75) requerido teniendo en cuenta que fueron 10 expertos que evaluaron la validez del contenido. De la evaluación se obtuvieron valores de V de Aiken de 0,998 a.

Anexo 04: Formato de Consentimiento informado u otros



**UNIVERSIDAD CATOLICA LOS ANGELES DE CHIMBOTE
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
CONSENTIMIENTO INFORMADO:
PROTOCOLO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ENCUESTAS (CIENCIAS
DE LA SALUD)**

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

La presente investigación en Salud se titula: **Factores sociodemográficos y acciones de prevención y promoción asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida del adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.** Y es dirigido por **Hualcas Iparraguirre Yanina Yorli**, 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 asociado al comportamiento de la salud: estilos de vida del adulto del distrito de Buldibuyo _ Pataz _ La Libertad, 2024.**

Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 20 a 30 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 del correo electrónico. Si desea, también podrá escribir al correo hualcasvanina2000@gmail.com para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

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

Nombre: _____

Fecha: _____

Correo electrónico: _____

Firma del participante: _____

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

CARTA DE RECOJO DE DATOS



Chimbote, 28 de abril del 2024

CARTA N° 0000000617- 2024-CGI-VI-ULADECH CATÓLICA

Señor/a:

**ALCALDE DISTRITAL: MENDIETA VILLANUEVA DOMINGO LEOPOLDO
DISTRITO DE BULDIBUYO_PATAZ_LA LIBERTAD**

Presente.-

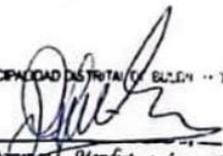
A través del presente reciba el cordial saludo a nombre del Vicerrectorado de Investigación de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, asimismo solicito su autorización formal para llevar a cabo una investigación titulada FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024, que involucra la recolección de información/datos en 108 ADULTOS, a cargo de YANINA YORLI HUALCAS IPARRAGUIRRE, perteneciente a la Escuela Profesional de la Carrera Profesional de ENFERMERÍA, con DNI N° 72096264, durante el período de 25-04-2024 al 25-04-2024.

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

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

Atentamente.


Dr. Willy Valle Salvatierra
Coordinador de Gestión de Investigación


MUNICIPALIDAD DISTRITAL DE BULDIBUYO
ALCALDE DISTRITAL
Domingo L. Mendieta
ALCALDE
DNI N° 40115755

CARTA DE ACEPTACIÓN



FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA

CARTA DE ACEPTACIÓN

Abril del 2024.

Asunto: Carta de aceptación

Carta N° 001- 2024

Presente. -

De mi mayor consideración:

Conste por el presente documento que yo, **Mendieta Villanueva Domingo Leopoldo**, informo la aceptación respectiva para realizar el desarrollo de la siguiente investigación titulada: **FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS Y ACCIONES DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN ASOCIADO AL COMPORTAMIENTO DE LA SALUD: ESTILOS DE VIDA DEL ADULTO DEL DISTRITO DE BULDIBUYO _ PATAZ _ LA LIBERTAD, 2024.**

Presentado por la estudiante **Hualcas Iparraguirre Yanina Yorli**, con código de matrícula N° **1612171036**, perteneciente a la Escuela Profesional de la Carrera Profesional de **ENFERMERÍA**, de la “Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote” para optar al título profesional de Licenciada en enfermería.

Sin más a que hacer referencia.

ATENTAMENTE

Hualcas Iparraguirre Yanina Yorli

DNI: N° 72096264



Mendieta Villanueva Domingo Leopoldo

Alcalde Distrital

DNI: N° 40115755

CÁLCULO DE LA MUESTRA

Para determinar el tamaño de la muestra se utilizó la fórmula estadística de proporciones de una población finita

$$n_0 = \frac{(N \times Z^2 \times p \times q)}{[e^2 \times (N-1)] + (Z^2 \times p \times q)}$$

Donde:

n = Tamaño de muestra = 108

N=Tamaño de la población= 300

Z = Nivel de confianza al 95% establecido por el investigador = 1.96

p = Probabilidad que ocurra el evento = 0.50

q = Probabilidad de no ocurra el evento = 0.50

e = Error máximo permisible =0.05

Remplazando

$$n_0 = \frac{(300) (1.96)^2 (0.50) (0.50)}{(0.05)^2 (300 - 1) + (1.96)^2 (0.50) (0.50)}$$

$n_0 = 169$ (Tamaño de muestra inicial)

Remplazando para obtener el tamaño de muestra final

$$n = \frac{n_0}{\frac{(1+n_0)}{N}}$$

$$n = \frac{169}{\frac{(1+169)}{300}}$$

$n = 108$ (Tamaño de muestra final)

EJECUCIÓN DE LAS ENCUESTAS

