



---

**UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE**

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

**ESTILOS DE VIDA Y FACTORES  
BIOSOCIOCULTURALES DE LOS ADULTOS DEL  
DISTRITO DE AQUIA-BOLOGNESI-ANCASH,  
2013**

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

**AUTORA:**

**YURI NOVALIS CUEVAS CARRERA**

**ASESORA:**

**Dra. MARIA ADRINA VILCHEZ REYES**

**CHIMBOTE- PERÚ**

**2018**

## **JURADO EVALUADOR DE TESIS**

Dra. María Elena Urquiaga Alva

**Presidente**

Mgtr. Leda María Guillén Salazar

**Miembro**

Mgtr. Fanny Rocío Ñique Tapia

**Miembro**

## **AGRADECIMIENTO**

A mi alma mater la Universidad Los Ángeles de  
Chimbote por haberme brindado tantas  
oportunidades y enriquecerme en conocimiento.  
A todos los docentes de la escuela profesional de  
enfermería. quienes enriquecieron nuestra  
formación profesional a través de sus  
conocimientos y experiencia.

A mi asesora la Dra Maria Adrina Vilchez  
Reyes, por sus enseñanzas, orientación y  
apoyo desmedido. A los pobladores del  
distrito de Aquia – Bolognesi, Ancash por dar  
su consentimiento y formar parte de este  
trabajo de mucha significancia en mi Carrera  
profesional.

**YURI.**

## **DEDICATORIA**

A DIOS por haberme permitido llegar hasta este punto y haberme dado salud para lograr mis objetivos, además de su infinita bondad y amor.

A MIS PADRES, Vilma Carrera Vargas y Oriol Cuevas Julca, quienes son pilares fundamentales en mi vida, por haberme brindado su apoyo incondicional en cada momento de mi vida, dándome ejemplos dignos de superación y entrega, por su fuente de trabajo, sacrificio y por la motivación constante que me dieron hoy puedo ver alcanzada mis metas trazadas.

A mis hermanos Jairo, Meri, Daycy, por impulsarme a seguir adelante y apoyarme en cada momento difícil.

## RESUMEN

El presente trabajo de investigación es de tipo cuantitativo, de corte transversal y con diseño descriptivo correlacional. Se realizó con la finalidad de determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Aquia - Bolognesi. La muestra estuvo conformada por 130 adultos. Se utilizó dos instrumentos para la recolección de datos: La escala de estilo de vida y el cuestionario sobre factores biosocioculturales de la persona. Los datos fueron procesados con el Software SPSS 20.0 y presentados en tablas simples y de doble entrada. Para establecer la relación entre las variables de estudio se aplicó la prueba de Independencia de Criterios Chi Cuadrado. Se concluye que la mayoría de las personas adultas tienen un estilo de vida no saludable, mientras que menos de la mitad tienen un estilo de vida saludable. Respecto a los factores biosocioculturales: La mayoría profesa la religión religiosa, más de la mitad son de sexo femenino, con ingreso económico 100 a 599 nuevos soles, la mitad tiene grado de instrucción primaria completa e primaria incompleta, menos de la mitad son adultos maduros, con estado civil casado, de ocupación agricultor. No hay relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: sexo, religión, estado civil. Si hay relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: edad, grado de instrucción, ocupación e ingreso económico, al aplicar la pruebas de Independencia Chi cuadrados.

**Palabras claves:** Adulto, Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales.

## ABSTRACT

The present work of investigation is of quantitative type, of cross section and with descriptive design correlacional. It was carried out in order to determine the relationship between the lifestyle and the biosociocultural factors of the adults of the district of Aquia -Bolognesi. The sample consisted of 130 adults. Two instruments were used for data collection: The lifestyle scale and the questionnaire on biosociocultural factors of the person. The data was processed with the SPSS 20.0 Software and presented in simple and double entry tables. To establish the relationship between the study variables, the Chi Square Criterion Independence test was applied. It is concluded that most adults have an unhealthy lifestyle, while less than half have a healthy lifestyle. Regarding the biosocioculturales factors: The majority professes religious religion, more than half are female, with economic income 100 to 599 nuevos soles, lamitad has complete primary and incomplete primary education, less than half mature adults, with state civil married, farmer occupation. There is no statistically significant relationship between lifestyle and biosocio-cultural factors: sex, religion, marital status. If there is a statistically significant relationship between lifestyle and bi-cultural factors: age, educational level, occupation and economic income, when applying the tests of Independence Chi square.

**Key words:** Adult, Lifestyle and Biosociocultural factors

# INDICE

AGRADECIMIENTO.....	iii
DEDICATORIA.....	iv
Resumen.....	v
ABSTRACT.....	vi
<b>I. INTRODUCCION.....</b>	<b>01</b>
<b>II. REVICION DE LITERATURA.....</b>	<b>09</b>
2.1 Antecedentes.....	09
2.2 Bases Teóricas.....	12
<b>III. METODOLIGÍA.....</b>	<b>20</b>
3.1 Tipo y Diseño de la investigación.....	20
3.2 Población y Muestra.....	20
3.4 Definición y Operacionalización de Variables.....	21
3.4 Tecnicas e Instrumentos de Recolección de Datos.....	25
3.5 Procedimiento y Análisis de Datos.....	27
3.5 Principios Éticas.....	29
<b>IV. RESULTADOS.....</b>	<b>30</b>
4.1 Resultados.....	30
4.2 Análisis de los Resultados.....	39
<b>V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....</b>	<b>75</b>
5.1 Conclusiones.....	75
5.2 Recomendaciones.....	76
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>77</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>95</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

	Pág. N°
<b>TABLA 1:</b> ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL DISTRITO DE AQUIA-BOLOGNESI, ANCASH, 2013.....	<b>30</b>
<b>TABLA 2:</b> FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS ADULTOS DEL DISTRITO DE AQUIA- BOLOGNESI, ANCASH,2013 .....	<b>31</b>
<b>TABLA 3:</b> FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL DISTRITO DE AQUIA- BOLOGNESI, ANCASH, 2013.....	<b>37</b>
<b>TABLA 4:</b> FACTORES CULTURALES Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL DISTRITO DE AQUIA- BOLOGNESI, ANCASH, 2013.....	<b>38</b>
<b>TABLA 5:</b> FACTORES SOCIALES Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DE DISTRITO DE AQUIA- BOLOGNESI, ANCASH, 2013.....	<b>39</b>

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

	Pág. N°
<b>GRÁFICO DE TABLA 1:</b> ESTILO DE VIDA D E LOS ADULTOS DEL DISTRITO DE AQUIA -BOLOGNESI, ANCASH, 2013.....	30
<b>GRÁFICO DE TABLA 2:</b> EDAD DE LOS ADULTOS DEL DISTRIRO DE AQUIA - BOLOGNESI, ANCASH, 2013.....	32
<b>GRÁFICO DE TABLA 3:</b> SEXO DE LOS ADULTOS DEL DISTRITO DE AQUIA - BOLOGNESI, ANCASH, 2013.....	32
<b>GRÁFICO DE TABLA 4:</b> GRADO DE INSTRUCCION DE LOS ADULTOS DEL DISTRITO DE AQUIA -BOLOGNESI, ANCASH, 2013.....	33
<b>GRÁFICO DE TABLA 5:</b> RELIGIÓN DE LOS ADULTOS DEL DISTRITO DE AQUIA - BOLOGNESI, ANCASH, 2013.....	33
<b>GRÁFICO DE TABLA 6:</b> ESTADO CIVIL DE LOS ADULTOS DEL DISTRITO DE AQUIA -BOLOGNESI, ANCASH, 2013.....	34
<b>GRÁFICO DE TABLA 7:</b> OCUPACION DE LOS ADULTOS DEL DISTRITO DE AQUIA- BOLOGNESI, ANCASH ,2013.....	34
<b>GRÁFICO DE TABLA 8:</b> INGRESO ECONÓMICO DE LOS ADULTOS DEL DISTRITO DE AQUIA -BOLOGNESI, ANCASH, 2013.....	35

## **I. INTRODUCCION**

Los estilos de vida estan basados en las actitudes, comportamientos que cada persona puede adoptar, para poder desarrollarnos individualmente y colectiva. Los estilos de vida que uno lleva influye directamente en la salud mental y fisica del individuo (1).

En cuanto a los factores biosocioculturales son procesos sociales, tradiciones, hábitos, conductas y comportamientos de los individuos y grupos de población que conllevan a la satisfacción de las necesidades humanas para alcanzar el bienestar y la vida, estan determinados por la presencia de factores protectores para el bienestar (2).

Para tener mayor comprensión, la tesis se ha estructurado en Capítulo I: Introducción; Capítulo II: Revisión De Literatura; Capítulo III: Metodología; Capítulo IV; Resultados; Capítulo V: Conclusión Y Recomendaciones. Finalmente las referencias bibliográficas y anexos. El presente trabajo de investigación contiene hallazgos importantes que contribuirán, al enriquecimiento del sistema de conocimientos teóricos.

El estilo de vida es la interacción entre las condiciones de vida y los patrones individuales de conducta, determinados por los factores socioculturales y las características personales, determinado por una estructura social, valores, normas, actitudes, hábitos y conductas individuales (3).

Los estilos de vida es relacionado con el consumo de alimentos, el consumo de cigarrillo, y en general con diferentes vicios como el alcoholismo, la drogadiccion, etc, serán facores m (3).

La salud de las personas esta asocia al estilo de vida, es promotor de salud procura el bienestar del ser humano y los estilos de vida poco saludables se

asocian a factores de riesgo que contribuyen a la presencia de las enfermedades en cualquier edad que se encuentren (3).

Los estilos de vida están en base a un proceso dinámico, proceso que se compone de riesgos que pueden conducir a una vida desordenada, del mismo modo está compuesto por factores para el bienestar humano lo cual permite tener un buen estado de ánimo. (4).

Los estilos de vida saludable básicamente están dentro de la prevención de enfermedades y promoción de la salud, y el momento clave o el inicio de esta tendencia fue en el año 2004 y se generó por una declaración de la Organización Mundial de la Salud, para mejorar los factores de riesgo como alimentación poco saludable y sedentarismo (4).

La Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud, al analizar los estilos de vida saludables como componentes importantes de intervención para promover la salud, la salud se inicia y se vive en el marco de la vida diaria, en los centros educativos, en el trabajo y de recreación. La salud es el resultado de los cuidados que cada individuo crea para sí mismo (4).

El estilo de vida que lleve de cada persona tiene un gran impacto en la salud y en el bienestar de éstas. La Organización Mundial de la Salud (OMS) sugiere que se adopte un estilo de vida saludable durante todo el ciclo de vida, con el fin de preservar la vida y mantenerse sano (5).

Es importante mantener una dieta balanceada para lograr un estilo de vida saludable. Los alimentos que se consumen diario, deben tener las cantidades adecuadas tanto de los macronutrientes (carbohidratos, proteínas, lípidos), como los micronutrientes (minerales y vitaminas), y agua, para satisfacer los requerimientos fisiológicos de cada individuo (5).

La mayor causa de muerte que se da en el mundo, y en el país no es la excepción, es la obesidad, los cardiovasculares, algunos cánceres, enfermedades respiratorias crónicas y diabetes, conocidas como Enfermedades No Transmisibles (ENT) (5).

América Latina y el Caribe han llegado a convertirse en la región del mundo en desarrollo que tiene la mayor urbanización, puesto que más de 60% de la población habita en centros urbanos. Según datos obtenidos de 24 países en la Región de las Américas, más de la mitad de la población es inactiva, es decir, en varios países del continente americano, la proporción de la población cuya salud está en riesgo debido a una vida inactiva se aproxima a 60% (6).

El Perú ha contribuido con 13 alimentos al Fondo de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO); Anchoqueta, Sacha inchi, Camu-camu, Camote, Lúcuma, Maíz morado, Maca, Quinoa, Tomate y Yacón (7).

La población peruana se encuentra en un creciente proceso de envejecimiento, existe una tendencia decreciente en cuanto al número y tasa de años de vida. Entre 1990 y 1996 se redujo la pérdida de años debido a una reducción en las enfermedades transmisibles tanto en hombres como mujeres; en la actualidad el país presenta la característica de mosaico epidemiológico, con prevalencia en enfermedades crónicas y degenerativas, en términos generales se están incrementando las enfermedades emergentes y reemergentes (Malaria, Dengue, TBC multidrogo resistente, SIDA, violencia social, pandillaje, consumo de drogas; entre otros) (8)

En el Perú existen 6 estilos de vida según Arellano, especialista en temas relacionados con el marketing y considerado de los mejores en esta materia, y estos son (9).

Los afortunados con un nivel de ingresos más altos que el promedio; los progresistas hombres que buscan permanentemente el progreso personal o familiar;

las modernas mujeres que trabajan o estudian, gustan de comprar productos de marca en general, de aquellos que les faciliten las tareas del hogar; los Adaptados hombres trabajadores y orientados a la familia valoran mucho su estatus social; las conservadoras mujeres con tendencia religiosa y tradicional típicas mamá gallina; los modestos segmento mixto, de bajos recursos económicos que vive resignados a su suerte (9).

Sin embargo, no existe una relación directa entre modernidad e ingreso, ni tampoco entre orientación al logro y recursos económicos. Si bien los Afortunados son los más modernos y más ricos, y los Modestos los más tradicionales y más pobres, también se observa que hay pobres modernos, como algunos Progresistas y algunas Modernas, y ricos tradicionales, como algunos Adaptados y algunas Conservadoras. Y más aún muchas personas pertenecientes al más alto nivel económico no se encuentran estipulados ni comerciantes pueblerinos no cuentan con fuerte ingreso económico (8).

Esta clasificación está generalizada en el común denominador de la población peruana, esta clasificación permite estimar las necesidades y ambiciones del peruano según su ingreso económico (9).

A esta realidad no escapan los adultos del distrito de Aquia, El distrito de Aquia es uno de los quince distritos de la provincia de Bolognesi, ubicado en el departamento de Áncash, en el Perú. Limita al norte con la provincia de Huari, al este con el distrito de Huallanca y el distrito de Huasta, al sur con el distrito de Chiquián y al oeste con la provincia de Recuay. Posee dos centros poblados: Racrachaca y Pachapaqui y siete caseríos: Santa Rosa, Uranyacu, Suyán, Pacarenca, Villanueva, Vista Alegre y San Miguel. El distrito de Aquia su elevacion esta a 3335msnm con una superficie de 434.60 Km<sup>2</sup>, y gosa de un clima frijido (10).

Cuenta con las siguientes autoridades: alcalde, teniente alcalde. Y respectivos Regidores, Agente Municipal, Gobernador y Juez de Paz. Hay hostales y restaurantes para atención de visitantes, comerciantes y turistas.

Cuenta con una institución educativa de nivel inicial “los angelitos”, una institución educativa de nivel primaria, y nivel secundario “Colegio San Miguel de Aquia” N°86216. A la vez, dicho distrito cuenta con espacios de esparcimiento como lozas deportivas, campo de fútbol y plaza de armas adornados con árboles podados en figuras de la fauna andina; un Campo Santo “cementerio”, una iglesia en honor al patrón “San Miguel Arcángel.

El distrito en relación al saneamiento básico las viviendas cuentan con: agua, el mismo que necesita de mejoramiento y tratamiento para su uso. Cuenta con servicio de energía eléctrica. Tales como teléfono público y redes satelitales móvil de la empresa Movistar y con una señal deficiente. Las viviendas en su mayoría están construidas de material rústico (barro) y techos de calaminas y eternit.

El distrito de Aquia tiene una variada y linda diversidad cultural y fervor religioso, La Fiesta de San Miguel Arcángel, patrón del pueblo; realizada desde el 27 de setiembre hasta el 3 de octubre con la celebración de capitán, inca y pallas, como también se realizan las siguientes actividades: una misa general, procesión por la calle principal del pueblo, almuerzo de socialización para todos los pobladores de dicha comunidad, quema de fuegos artificiales, presentación de los caballos de paso y su tarde taurina, Esta actividad de devoto religioso es ofrecida por un miembro familiar del distrito quien de manera voluntaria decide rendirle homenaje al patrón del pueblo (capitán, inca, mayordomos y estardantes ). Dentro de las bebidas típicas tenemos la chicha de jora y el chinguirito (preparado en base de hierbas, alcohol y limón). Sus comidas típicas son el locro de cuy). También mencionar que celebran la fiesta al

Señor de Cáyac (el cristo de piedra), realizada el 3 de mayo, el distrito de Aquia cultiva las danzas de las jijas, los diablitos y pastorcitos.

Las principales actividades a la que se dedica la población adulta del distrito de Aquia son: La agricultura produciendo alimentos como la papa, maíz, habas, cebada, trigo, oca en cuanto a la ganadería la crianza de animales (vacunos, ovinos), las mujeres mayormente se dedican al cuidado de sus menores hijos y al que hacer del hogar, y decir tambien que crían animales menores (cuyes, gallina,) y realizan la artesanía como el tejido mucha de ellas apoyan a sus esposos en la agricultura y al ordeño de animales vacunos.

Dicho distrito cuenta con un puesto de salud, que brinda atención integral a los pobladores y a los del alrededor con énfasis en prevención y promoción, mencionar que cuenta con una técnica en enfermería y una Licenciada en Enfermera, licenciada en obstetricia, los tipos de servicios que brinda son: la Inmunización, visita domiciliaria, atención en tópico, (11).

Al realizar la recopilación de información de la data informática del año 2016 del puesto de salud Aquia, nos arrojan que los adultos residentes del distrito de Aquia, tienen una mayor prevalencia de adquirir enfermedades como infecciones respiratorias agudas (IRAS) 18%, enfermedad diarreica aguada (EDAS) 10%, infección del tracto urinario (ITU) 19%, hipertencion arterial 20% (11).

Frente a lo expuesto se considera correspondiente la realización de la presente investigación, planteando el siguiente problema:

¿Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Aquia – Bolognesi- Ancash, 2013?

Los objetivos para el presente trabajo de investigación son:

### Objetivo general

Determinar la relación entre estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Aquia – Bolognesi- Ancash.

### Objetivo específico

Valorar el estilo de vida de los adultos del distrito de Aquia – Bolognesi- Ancash.

Identificar los factores biosocioculturales: edad, sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico de los adultos del distrito de Aquia – Bolognesi- Ancash.

La hipótesis para el presente estudio fue:

Existe relación estadísticamente entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Aquia – Bolognesi- Ancash, 2013.

El presente estudio de tipo cuantitativo y descriptivo, de diseño de una sola casilla fue preparado con mucho aprecio y esmero con el propósito de dar a conocer la relación entre los estilos de vida y los factores biosocioculturales, valorar el estilo de vida e identificar los factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Aquia – Bolognesi- Ancash, de esta manera describir los estilos de vida saludables y poco saludables de los adultos a su vez se podrá cuantificar la cantidad de pobladores que tienen estilos de vida saludables y poco saludables y poder implementar estrategias de solución.

Los resultados adquiridos de esta línea de investigación serán compartidos con autoridades regionales, municipalidad distrital de Aquia, con el puesto de salud de dicho lugar, profesionales interesados en la presente investigación, con la biblioteca virtual de la Universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

La cual será de suma importancia los resultados obtenidos ya que a partir de ellos podrán mejorar estrategias de solución frente a diversas enfermedades que aquejan nuestros pobladores.

Se podrán incrementar líneas de acción directas (promoción y prevención de la salud) y poder reducir los factores de riesgo, así como mejorar los estilos de vida de la población, estos resultados obtenidos ayudaran a que las personas identifiquen sus factores de riesgo y tomen cartas en el asunto en materia de salud, ya que al conocer el estilo de vida propio de las personas se podrá disminuir el factor de riesgo de padecer enfermedades y evitar riesgos de contagio y vulnerabilidad en la población.

## **II. REVISIÓN DE LITERATURA:**

### **2.1. Antecedentes**

#### **Investigaciones en el ámbito internacional:**

Leignagle J, Valderrama G, Vergara I, (11). Titulado: Estilo de vida y Sentido de Vida en Estudiantes Universitarios Panamá 2011, estudio cuantitativo, descriptivo. Con una muestra de 157 mujeres y 109 hombres, se obtuvo que: El 76% de las mujeres y el 71% de hombres presentan estilos de vida saludables. En los factores sociodemográficos, el 59% de la muestra corresponde al sexo femenino y el 41% al sexo masculino, el 96% de mujeres tienen de 17 a 25 años de edad y el 95% de hombres también se encuentra en ese rango, el 95% de la muestra es soltero, el 82% de las mujeres y el 86% de hombres es católico.

Díaz F, (12). En su estudio sobre percepción del estado de salud y estilo de Vida en trabajadores de una Refinería en México, en una muestra de 196 trabajadores, obtuvo como resultado: La mayoría son del sexo masculino, con pareja, residentes del estado de Veracruz, en su mayor proporción son obreros. Es una población adulta joven con un nivel de estudios que la media nacional y un ingreso económico mayor a dos salarios mínimos. No existe diferencia en el estilo de vida promotor según sexo y ocupación. Los factores biológicos y socioculturales no mostraron el efecto sobre el estilo de vida promotor. La percepción del estado de salud tuvo efecto esperado en el estilo de vida.

Quiroga I, (13). En su estudio: Estilos de Vida y Condiciones de Salud de los Enfermeros 2013. De tipo cuantitativo, descriptivo, con una muestra de 415 enfermeros se encontró como resultados lo siguiente; El 48% consumen tabaco, y el 61% se consideran fumadores ocasionales, El 55% no tienen horario de comidas, y el resto no respeta los horarios. Consumen de 2 a 3 veces comidas diarias, la clasificación de la comida, es de mala en un 45% a buena un 41%, el 57% aumento de peso desde que

empezó a trabajar, El 57% no va a control médico periódico, en cuanto a la valoración de su estado de salud manifiestan que es buena en 46% a regular en un 43% y Según el IMC 36% tiene peso normal, el 39% sobre peso y 25% obesidad; de las cuales 73% tiene obesidad I y el 27% obesidad II.

### **Investigaciones en el ámbito nacional:**

Vegas S, (14). Estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la Persona Adulta del Asentamiento Humano 4 de mayo - Castilla - Piura, 2014; Tipo cuantitativo, diseño descriptivo y de corte transversal, La muestra estuvo conformada por 194 , se encontró los siguientes resultados, encontrándose que en los adultos el 69.1% tienen un estilo de vida saludable y 30.9% estilo de vida no saludable y en los factores biosocioculturales se reporta que el factor biológico el 52% de las personas adultas joven tienen una edad entre 36 y 59 años, el 57% son de sexo femenino, en el factor cultural el 32.4 % tienen secundaria , mientras que el 71.1% son catolicos, en el factor social tenemos que el 47.9% son casados, en cuanto a ocupación tenemos que el 37.6% son empleados, mientras que el 50.5 % de las personas adultas tienen un ingreso económico entre 100 a 599 soles.

Vilchez, (15). Estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de Adultos Maduro del Asentamiento Humano 10 de setiembre -Chimbote. 2017. Estudio de tipo cuantitativo, diseño descriptivo y de corte transversal, la muestra estuvo conformada por 176 , se encontró los siguientes resultados, encontrándose que en los adultos el 25% tienen un estilo de vida saludable y 75% estilo de vida no saludable y en los factores biosocioculturales, el 65,8% son de sexo femenino, en el factor cultural el 55,8% tienen secundaria , mientras que el 68,3% son católicos, en el factor social tenemos que el 42,5% son convivientes, en cuanto a ocupación

tenemos que el 65,8% son amas de casa, mientras que el 29,2% de las personas adultas tienen un ingreso económico entre 651 a 850 soles.

Atoche J, (16). Estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la Persona Adulta en la Caleta el Ñuro – los Órganos – Talara 2017 Estudio de tipo cuantitativo, diseño descriptivo y de corte transversal, la muestra estuvo conformada por 228 ,se encontró los siguientes resultados, encontrándose que en los adultos el 85,9 % tienen un estilo de vida saludable y 14,1% estilo de vida no saludable y en los factores biosocioculturales se reporta que el factor biológico el 63,60% de las personas adultas joven tienen una edad entre 20 a 35 años, el 58,3% son de sexo femenino, en el factor cultural el 50,4% tienen secundaria completa, mientras que el 89,5% son catolicos, en el factor social tenemos que el 36,4% son casados, en cuanto a ocupación tenemos que el 53,9% se ubica en otros, mientras que el 42,1% de las personas adultas tienen un ingreso económico de menor a 100 soles.

### **Investigaciones en el ámbito local**

Ramirez L, (17). Investigo: Estilos de Vida y Factores de los Adultos Custodios del Orden de las Fuerzas Policiales de la Comisaria de Huaraz, 2016; tipo cuantitativo, método descriptivo y de corte transversal, la muestra estuvo conformada por 80 , se encontró los siguientes resultados, encontrándose que en los adultos el 10% tienen un estilo de vida saludable y 90% estilo de vida no saludable y en los factores biosocioculturales se reporta que el factor biológico el 81,2% de las personas adultas joven tienen una edad entre 20 a 35 años, el 76,2% son de sexo masculino, en el factor cultural el 100% son católicos, en el factor social tenemos que el 61,2% son solteros.

Núñez M, (18). Investigo acerca de: Estilos de Vida y Factores de los Adultos del Distrito de Huasta – Bolognesi, 2015; Estudio de tipo cuantitativo, diseño

descriptivo y de corte transversal, La muestra estuvo conformada por 130 , se encontró los siguientes resultados, encontrándose que en los adultos el 26% tienen un estilo de vida saludable y 74% estilo de vida no saludable y en los factores biosocioculturales se reporta que el factor biológico el 45% de las personas adultas joven tienen una edad entre 36 y 59 años, el 56% son de sexo femenino, en el factor cultural el 26% tienen primaria incompleta , mientras que el 64% son católicos, en el factor social tenemos que el 39 %son casados, el 58% son agricultores y el 55% de las personas adultas tienen un ingreso económico entre 651 a 850 soles.

Cahuana M, (19). Estudio: Estilos de Vida y Factores de los Adultos Trabajadores de las Plantas de Tratamiento de Residuos Sólidos de Huaraz, 2016.; tipo cuantitativo, diseño descriptivo y de corte transversal, la muestra estuvo conformada por 118 , se encontró los siguientes resultados, encontrándose que en los adultos el 33.9% tienen un estilo de vida saludable y 66.1% estilo de vida no saludable y en los factores biosocioculturales se reporta que el factor biológico el 56.8% de las personas adultas joven tienen una edad entre 36 y 59 años, el 87.3% son de sexo masculino, en el factor cultural el 22% tienen secundaria incompleta , mientras que el 93.3% son católicos, en el factor social tenemos que el 49.2%son casados, mientras que el 87.3% de las personas adultas tienen un ingreso económico entre 651 a 850 soles.

## **2.2. Bases teóricas de la investigación:**

Los Estilos de Vida son Formas de ser, tener, querer y actuar compartidas por un grupo significativo de personas el estilo de Vida, sería aquél patrón más o menos consistente de comportamiento que caracteriza al individuo en su forma de ser y expresarse, pero su concepto engloba no sólo elementos psicológicos sino también comportamientos y características externas, los cuales son determinados y a su vez determinan la manera de ser y actuar futura de un individuo (20).

Los comportamientos de cada individuo que tienen impacto en la salud se denominan habitualmente “Modos o Estilos de Vida”, este término se convierte en un referente de la manera como la gente se comporta con respecto a la exposición a factores nocivos que representan riesgo para la salud (21).

El estilo de vida tiene una gran representación en el estado de la salud pública de la población ya que se considera que un tercio de las enfermedades en el mundo pueden prevenirse mediante cambios en el comportamiento y modificaciones en el estilo de vida. Los estilos de vida de cada persona se establecen en la infancia, al interior de la familia y se comienzan a moldear desde entonces de acuerdo a los comportamientos familiares y las Influencias directas de las costumbres y actitudes del grupo social al que se pertenece, es en la adolescencia en donde el sujeto comienza a ejercer su autodeterminación, configurando su estilo de vida (21).

La determinación del estilo de vida para su estudio como referente de salud considera; alimentación, actividades físicas, control de tabaquismo, alcohol y otras drogas, conductas sexuales, salud mental, relaciones sociales y familiares, sueño, manejo de estrés, trabajo, tipo de personalidad y responsabilidad civil (21).

Estas enfermedades solían considerarse enfermedades de los países industrializados y se las llamaba "enfermedades occidentales" o "enfermedades de la abundancia", sin embargo, internacionalmente se las conoce como enfermedades no transmisibles y crónicas, y forman parte del grupo de enfermedades degenerativas. Una enfermedad crónica puede resultar en la pérdida de independencia, años con discapacidad o la muerte, y supone una carga económica considerable para los servicios de salud (22).

Las enfermedades relacionadas con el estilo de vida comparten factores de riesgo semejantes a los de la exposición prolongada a tres conductas modificables

también relacionadas con el estilo de vida, el tabaquismo, una dieta poco saludable y la inactividad física tienen como resultado el desarrollo de enfermedades crónicas, especialmente enfermedades del corazón, accidentes cerebrovasculares, diabetes, obesidad, síndrome metabólico, enfermedad pulmonar obstructiva crónica y algunos tipos de cáncer (22).

La Asamblea Mundial de la Salud aprobó una resolución en el año 2000 sobre la prevención y el control de las enfermedades crónicas. Pidió a sus estados miembros que elaborasen un marco normativo nacional, teniendo en cuenta las políticas públicas en materia de salud, así como las medidas fiscales y tributarias aplicables a los bienes y servicios buenos o malos. En la resolución también se pidió que se establezcan programas para prevenir y controlar las enfermedades crónicas; se evalúen y vigilen la mortalidad y la proporción de morbilidad atribuibles en una zona a enfermedades crónicas (22).

La combinación de cuatro factores de un estilo de vida saludable mantener un peso saludable, hacer ejercicio regularmente, seguir una dieta saludable y no fumar parece estar asociada a una reducción de hasta un 80% en el riesgo de desarrollar las enfermedades crónicas más comunes y mortíferas (22).

Esta circunstancia refuerza las recomendaciones actuales en materia de salud pública de que se sigan hábitos de estilo de vida saludables y, como estos hábitos a menudo se adquieren durante las etapas formativas de la vida, es especialmente importante comenzar pronto a impartir lecciones importantes sobre una vida sana (22).

Los beneficios conocidos de un estilo de vida saludable, solo una pequeña parte de los adultos la logran poner en práctica; a diferencia de los que llevan una vida sana porque está disminuyendo. Hay muy poca conciencia pública sobre la relación entre la salud y el estilo de vida (22).

La mayoría de las personas no son conscientes de que un cambio en el estilo de vida constituye un factor importante en la aparición de las enfermedades crónicas como causas de una mayor morbilidad y mortalidad. Los estilo de vida es generalmente considerado un asunto personal son prácticas sociales y formas de vida adoptadas por las personas que reflejan identidades personales, de grupo y socioeconómicas (22).

Así mismo refiere Bustamante (23) que las enfermedades crónicas se pueden disminuir o retrasar con hábitos saludables implementados desde etapas tempranas, realizar 150 minutos por semana de actividad física es muy beneficiosa para nuestra salud.

Desde esta perspectiva integral, los estilos de vida no pueden ser aislados del contexto social, económico, político y cultural al cual pertenece y deben de ser acorde a los objetivos del proceso de desarrollo que como fue expuesto es dignificar a la persona humana en la sociedad a través de mejores condiciones de vida y de bienestar (24).

La epidemiología dice que el estilo de vida son un conjunto de comportamientos o actitudes que desarrollan cada persona, que unas veces son saludables y otras nocivas para la salud; pues son causantes de enfermedades entre las más importantes que afectan la salud encontramos: consumo de sustancias tóxicas (hoja de coca, alcohol), estrés, dieta, manipulación de los alimentos y relaciones interpersonales (24).

La sociología menciona que el estilo de vida es la manera en que vive una persona (o un grupo de personas). Esto incluye la forma de las relaciones personales. Una forma de vida típicamente también refleja las actitudes, los valores o la visión del mundo de un individuo (24).

En el presente estudio el estilo de vida será medido en base a la modificación del instrumento propuesto por el Modelo de Promoción de la salud (MPS) de Nola Pender el cual permite una valoración de los estilos de vida pero basado en el estilo de vida promotor de salud de los individuos; que resulta útil para las enfermeras, en la asistencia tanto en el apoyo como en la educación al paciente (25).

Las dimensiones consideradas para la presente investigación sobre estilos de vida son: nutrición, actividad y ejercicio, manejo del estrés, responsabilidad en salud, apoyo interpersonal y autorrealización.

**Dimensión de alimentación:** Es el mecanismo mediante el cual el organismo recibe, procesa, absorbe y utiliza los alimentos para la producción de energía, que permita el funcionamiento normal de los tejidos y órganos, el crecimiento y el mantenimiento en general de la vida de cada individuo (25).

**Dimensión Actividad y Ejercicio:** Es el esfuerzo corporal o actividad física que pone en movimiento al cuerpo en su totalidad o una parte del mismo de manera armónica, ordenada y repetida que se realiza regularmente con el propósito de mejorar, desarrollar y conservar las funciones de cada persona (25).

La actividad física se refiere a una amplia variedad de actividades y movimientos que incluyen actividades cotidianas, como caminar, bailar, subir y bajar escaleras, tareas domésticas, de jardinería y otras, además de los ejercicios planificados. El sedentarismo se vincula, entre otras cosas, al desarrollo de Obesidad, Diabetes, algunos tipos de cáncer, enfermedades cardiovasculares y sus factores de riesgo. La práctica regular de actividad física no solo previene su desarrollo sino que contribuye al buen control de la enfermedad cuando la misma ya se encuentra instalada (25).

**Dimensión Manejo del estrés:** El manejo del estrés se refiere al esfuerzo que hace el adulto por controlar y reducir la tensión que surge cuando la situación es considerada difícil o inmanejable, mediante acciones coordinadas sencillas o complejas para sobrellevar la presión, las emergencias o el estrés (25).

El estrés es un proceso natural del cuerpo humano, que genera una respuesta automática ante condiciones externas que resultan amenazadoras o desafiantes, que requieren una movilización de recursos físicos, mentales y conductuales para hacerles frente, y que a veces perturban el equilibrio emocional de la persona (26).

**Dimensión responsabilidad en salud:** Esto implica saber escoger y decidir sobre alternativas saludables y correctas en vez de aquellas que generan un riesgo para su salud, además deben modificar su comportamiento y realizar actividades que mantengan su salud (25).

**Dimensión apoyo interpersonal:** Esta es una dimensión importante por considerar al adulto como ser eminentemente social, para lo cual él requiere de redes de apoyo familiar y social, lo mismo que le permita sostenerse y seguir creciendo en el camino junto a otros individuos de su entorno (27).

**Dimensión Autorrealización:** Esta se refiere a la adopción del adulto mayor a su inicio como persona en la tercera edad, teniendo como tendencia innata a desarrollar al máximo los propios talentos y potenciales, que contribuyen a obtener un sentimiento de satisfacción hacia el mismo como adulto mayor, alcanzando la superación y a la autorrealización (28).

En cuanto a los factores biosocioculturales de la persona para el presente estudio se han considerado: la edad, sexo, grado de instrucción, ocupación, ingreso económico, y la religión.

Ciertos factores tienen influencia indirecta sobre las conductas de salud, a través de los factores cognitivo – perceptual. Estos factores pueden ser: Factores demográficos; se proponen que tanto la edad; sexo, raza étnica, educación procedencia e ingreso económicos tienen influencia indirecta a través de su impacto en el establecimiento de conductas de salud (29).

**Características biológicas:** Los factores biológicos han sido encontradas y catalogados como importantes influencias en el establecimiento de conductas promotoras de salud. Influencias interpersonales: Estos elementos están considerados como factores que pueden hacer variar las conductas promotoras de salud, considerándose dentro de ellos los siguientes: Expectativas de las personas significativas, los patrones familiares de atención a la salud y las interacciones con los profesionales de salud (30).

**Los factores circunstanciales o ambientales:** Estas son determinantes de la conducta de promoción de la salud. Factores conductuales: Una experiencia previa con acciones de promoción de la salud incrementa la habilidad de la gente para adoptar estas conductas promotoras (30).

En relación al factor económico la pobreza es la causa fundamental de la inseguridad alimentaria ya que ella puede ser causa del desempleo o ingresos insuficientes que no permitan adquirir los alimentos necesarios de forma suficiente, la pobreza existe donde quiera que haya personas extremadamente pobres o gravemente desfavorecidas; tanto en los países pobres como en los ricos. El problema de muchos hogares pobres es que la mayor parte o totalidad de su trabajo y de sus ingresos apenas alcanza para cubrir sus necesidades en circunstancias normales (31).

Según el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) en el 2013 menciona que el factor socio cultural, influyen factores sociales relacionados

con la inversión, en educación y formación laboral y con la eficiencia y cuantía del gasto social. Cabe considerar así mismo determinantes demográficos y culturales, en que la situación de pobreza está condicionada por el número de dependientes en un hogar, las tasas de fecundidad, de embarazo en adolescente y mayores de 35 años y entre muchos otros. Se estima que los ingresos del hogar están determinados en un 20% en promedio por los ingresos de trabajo; ingreso propio del autoconsumo de sus siembras 80% (31).

El estado civil es la situación determinada por sus relaciones de familia, proveniente del matrimonio o del parentesco, que establece ciertos derechos y deberes. Generalmente los estados llevan un registro público con los datos personales básicos de los ciudadanos, entre los que se incluye el estado civil. A este registro se le denomina Registro Civil. Aunque las distinciones del estado civil de una persona pueden ser variables de un estado a otro, la enumeración de estados civiles más habitual es la siguiente: soltero(a), casado(a), conviviente, divorciado(a), viudo(a). Del mismo modo en determinados países se contemplan distintas formas de matrimonio, tales como el matrimonio homosexual o la poligamia, lo que lleva a distintos matices del estado civil (32).

La religión es un elemento de la actividad humana que suele componerse de creencias y practicas sobre cuestiones de tipo existencial, moral y sobrenatural esta nos hace referencia a las creencias que cada individuo puede fortalecer (33).

El grado de instrucción considerada como el último año escolar cursado por la persona donde puede demostrar sus capacidades cognitivas, conceptuales, aptitudinales, procedimentales (33).

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1. Tipo y nivel de investigación

Cuantitativo, descriptivo (34, 35).

**Cuantitativo** porque usa magnitudes numéricas que pueden ser tratadas con medio de herramientas de campo estadístico; de corte transversal, porque no existe continuidad en el eje del tiempo. **Descriptivo** describe los hechos que se observan y correlacional porque estudia la relación entre variables

#### 3.2. Diseño de la investigación

Diseño no experimental de una sola casilla (35, 36).

Utilizan un solo grupo con el objetivo de obtener información aislado de lo que existe en el momento del estudio, sirve para resolver problemas de identificación.

##### 3.2.1. Población Muestral

La población estuvo conformada por 452 adultos de ambos sexos, que residen en el distrito de Aquia Provincia de Bolognesi Departamento de Ancash.

El tamaño de muestra fue determinado con un nivel de confianza del 95% y un margen de error permisible del 5% Aplicando la técnica de muestreo aleatorio simple obtenemos una muestra de 130 adultos de ambos sexos que residen en el distrito de Aquia- Bolognesi –Ancash (Ver anexo N° 01).

#### Unidad de análisis

Cada adulto(a) que forma parte de la muestra y cumple con los criterios de inclusión.

#### Criterios de Inclusión

- Adulto (a) > de 20 años que vivieron en el distrito de Aquia
- Adulto (a) que residan más de 3 años en el distrito de Aquia
- Adulto (a) que dieron su consentimiento informado.

### **Criterios de Exclusión**

- Adulto (a) que presentaron alguna enfermedad.
- Adulto (a) que presentaron problemas de comunicacion.
- Adulto (a) que presentaron problemas neurologicos.

### **3.3. Definición y operacionalización de variables**

#### **ESTILOS DE VIDA DE LA PERSONA**

##### **Definición Conceptual**

El estilo de vida es un conjunto de actitudes y comportamientos que adoptan y desarrollan cada ser humano de forma individual o colectiva para satisfacer sus necesidades como seres humanos y alcanzar su desarrollo personal (37).

##### **Definición Operacional**

Se utilizó la escala nominal

Estilo de vida saludable: 75 - 100 puntos

Estilo de vida no saludable: 25 – 74 puntos

#### **FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LA PERSONA**

##### **Definicion conceptual**

Los factores biosocioculturales son procesos que por end eve los comportamientos, conductas, actitudes de los individuos y la poblacion, ya que sobre lleva la satisfaccione de los seres humanos y asi adquirir el bienestar, es decir la presencia de factores que protejan el bienestar del individuo (26).

##### **Definicion Operacional**

Para fines de la presente investigacion se operacionalizó en los siguientes indicadores.

## **FACTOR BIOLÓGICO**

### **EDAD**

#### **Definición conceptual**

Tiempo que ha vivido una persona o ciertos animales o vegetales también es referida al tiempo de existencia de alguna persona, o cualquier otro ser animado o inanimado, desde su creación o nacimiento, hasta la actualidad (38).

#### **Definición Operacional**

Escala de razón

Adulto Joven 20 – 35

Adulto Maduro 36 – 59

Adulto Mayor 60 a más

### **SEXO**

#### **Definición Conceptual**

Es la condición orgánica que distingue a los machos de las hembras (39).

Definición Operacional.

Se utilizó la escala nominal

- Masculino
- Femenino

## **FACTORES CULTURALES**

### **RELIGIÓN**

#### **Definición Conceptual**

Es el conjunto de creencias religiosas, de normas de comportamiento y de ceremonias de oración o sacrificio que son propias de un determinado grupo humano y con las que el hombre reconoce una relación con la divinidad (un dios o varios dioses (38)).

## **Definición Operacional**

Escala nominal

- Católica
- Evangélica
- Otros

## **GRADO DE INSTRUCCIÓN**

### **Definición Conceptual**

Esta se denomina al nivel de instrucción de una persona, es el proceso de enseñanza aprendizaje que crea la integración y elaboración de lo aprendido. Es decir métodos de aprendizaje que se puede calificar como cognitivo funcional (40).

### **Definición Operacional**

Escala nominal

- Analfabeto (a)
- Primaria Incompleta
- Primaria completa
- Secundaria Incompleta
- Secundaria Completa
- Superior completa
- Superior Incompleta

## **FACTORES SOCIALES**

### **ESTADO CIVIL**

#### **Definición conceptual.**

Condición de una persona según el registro civil en función de si tiene o no pareja y su situación legal respecto a esto (38).

### **Definición Operacional**

Escala nominal

- Soltera Casada
- Conviviente
- Separada
- Viuda

### **OCUPACIÓN**

#### **Definición Conceptual**

La ocupación de una persona hace referencia a lo que ella se dedica; a su trabajo, empleo, actividad o profesión, lo que le demanda cierto tiempo, y por ello se habla de ocupación de tiempo parcial o completo, lo que le resta tiempo para otras ocupaciones (41).

#### **Definición Operacional**

Escala nominal

- Obrera
- Empleada
- Agricultor
- Ama de casa
- Estudiante
- Otros.

### **INGRESO ECONÓMICO**

#### **Definición Conceptual**

Es la cantidad de dinero que una persona percibe mensualmente producto de su trabajo (42).

## **Definición Operacional**

Escala de intervalo

- Menor de 100 nuevos soles
- De 100 a 500 nuevos soles
- De 600 a 1000 nuevos soles
- Mayor de 1000 nuevos soles

### **3.4. Tecnicas e instrumentos de recolección de datos:**

#### **Técnicas**

En el presente trabajo de investigación se utilizó la entrevista y la observación para la aplicación de los instrumentos.

#### **Instrumentos**

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

#### **Instrumento No 01**

##### **Escala del Estilo de Vida**

Este instrumento fue elaborado en base al Cuestionario de Estilo de Vida Promotor de Salud Elaborado por Walker, Sechrist y Pender, y modificado por las investigadoras de línea de la escuela profesional de Enfermería de la Universidad Los Ángeles de Chimbote; Delgado R, Reyna E y Díaz R, para fines de la presente investigación y poder medir el Estilo de Vida a través de sus dimensiones como son alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, apoyo interpersonal, autorrealización y responsabilidad en salud (Ver anexo N° 02).

Está constituido por 25 ítems distribuidos de la siguiente manera

Alimentación : 1, 2, 3, 4, 5, 6

Actividad y Ejercicio : 7,8,

Manejo del Estrés : 9, 10, 11, 12  
Apoyo Interpersonal : 13, 14, 15, 16  
Autorrealización : 17, 18, 19  
Responsabilidad en Salud : 20, 21, 22, 23, 24, 25

Cada ítem tiene el siguiente criterio de calificación

NUNCA: N = 1  
A VECES: V = 2  
FRECUENTEMENTE: F = 3  
SIEMPRE: S = 4

En el ítem 25 el criterio de calificación el puntaje es N=4; V=3; F=2; S=1

Los puntaje obtenidos para la escala total resultan del promedio de las diversas respuestas a los 25 ítems, de la misma manera se procede en cada sub escala.

## **Instrumento N° 02**

### **Cuestionario sobre los factores socioculturales de la persona**

Elaborado por las investigadoras de línea de la escuela profesional de Enfermería de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote; Delgado, R; Reyna E y Díaz, R. para fines de la presente investigación y esta constituido por 9 ítems distribuidos en 4 partes: (Ver anexo N° 03).

- Datos de Identificación, donde se obtuvo el nombre y la dirección de la persona entrevistada (2 ítems).
- Factores Biológicos; donde se determinó el sexo y la edad (2 ítems).
- Factores Culturales, donde se determinó la escolaridad y la religión (2 ítems).
- Factores Sociales, donde se determinó el estado civil, la ocupación y el ingreso económico (3 ítems).

## **CONTROL DE CALIDAD DE LOS DATOS**

### **Validez externa:**

Se aseguró la validez externa por juicio de expertos presentando el instrumento a 4 expertos en el área a investigar, quienes con sus sugerencias brindaron mayor calidad y especificidad a los instrumentos (34, 35).

### **Validez Interna**

Para realizar la validez interna se realizó la prueba item por item e item total a través de la prueba piloto a una muestra similar a la población en estudio (34, 35). (Ver anexo N° 04)

### **Confiabilidad**

Se midió y garantizó mediante la prueba de Alpha de Crombach, luego de aplicar una prueba piloto; y con el método de división en mitades. (Ver anexo N°05)

## **3.5. Procesamiento y Análisis de Datos**

### **Procedimiento de recolección de datos**

Para la recolección de datos del presente trabajo de investigación se consideró los siguientes aspectos:

- Se informó y pidió consentimiento a los adultos (as) de dicha comunidad, haciendo hincapié que los datos recolectados y resultados obtenidos mediante su participación son estrictamente confidenciales.
- Se coordinó con los adultos (as) su disponibilidad y el tiempo para la fecha de aplicación del cuestionario.
- Se realizó lectura del contenido o instrucciones de la escala y del cuestionario, para llevar a cabo las respectivas entrevistas.
- Los instrumentos fueron aplicados en un tiempo de 20 minutos, la ejecución total de los instrumentos será en un periodo de 5 días.

## Procesamiento y análisis de datos

Los datos fueron procesados en el paquete SPSS/info/software versión 18.0, se presentaran los datos en tablas simples y se elaboraran gráficos para cada tabla.

Para establecer la relación entre variables de estudio se utilizará la prueba de independencia Chi cuadrado con el 95% de confiabilidad y significancia de  $p < 0.05$ .

### 3.6. Matriz de consistencia

TÍTULO	ENUNCIADO	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	METODOLOGÍA
Estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Aquia-Bolognesi-ancash,2013	¿Existe relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Aquia – Bolognesi-Ancash, 2013?	Determinar la relación entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Aquia – Bolognesi-Ancash.	Valorar el estilo de vida de los adultos del distrito de Aquia – Bolognesi-Ancash. Identificar los factores biosocioculturales: edad, sexo, grado de instrucción, religión, estado civil, ocupación e ingreso económico de los adultos del distrito de Aquia – Bolognesi- Ancash	<b>Tipo:</b> Cuantitativo, descriptivo <b>Diseño:</b> De una sola casilla <b>Técnicas:</b> Entrevista y observación

### **3.7. Principios Éticas**

Durante la aplicación de los instrumentos se respetaron y cumplieron los principios de ética (34, 36)

#### **Anonimato**

Se aplicará el cuestionario indicándoles a los adultos (as) que la investigación será anónima y que la información obtenida es solo para fines de la investigación.

#### **Privacidad**

Toda la información recibida en el presente estudio se mantuvo en secreto y se evitó ser expuesto respetando la intimidad de los adultos (as), siendo útil solo para fines de la investigación.

#### **Honestidad**

Se informó a los adultos (as) los fines de la investigación, cuyos resultados se encuentran plasmados en el presente estudio.

#### **Consentimiento**

Solo se trabajó con los adultos (as) que acepten voluntariamente participar en el presente trabajo, (Ver anexo N° 06)

## IV. RESULTADOS

### 4.1 Resultados:

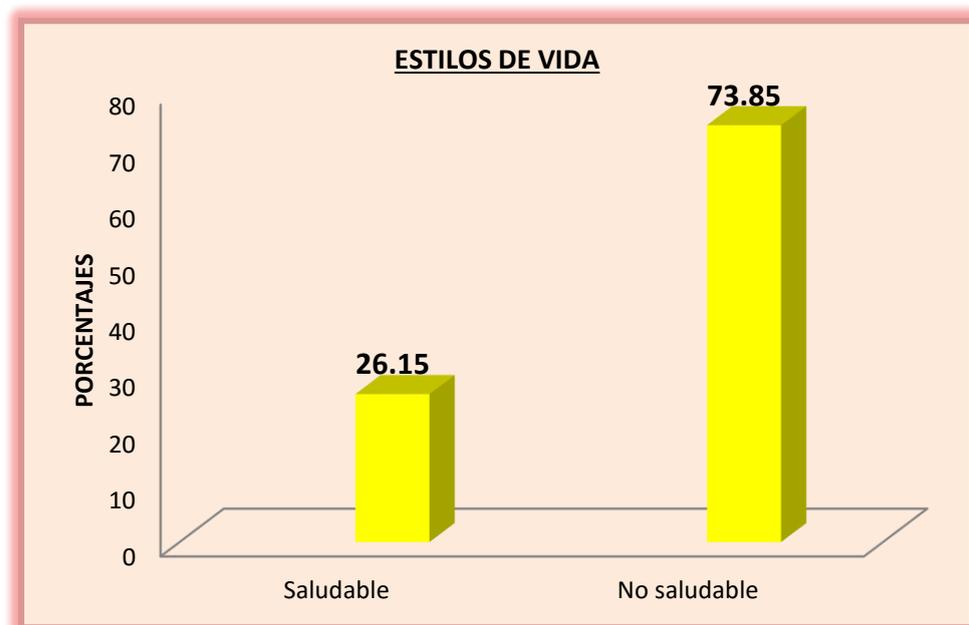
**TABLA 1**  
**“ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL DISTRITO DE AQUIA-BOLOGNESI-ANCASH, 2013”**

ESTILOS DE VIDA	FRECUENCIA	%
Saludable	34	26.15
No saludable	96	73.85
<b>TOTAL</b>	<b>130</b>	<b>100.00</b>

**Fuente:** Escala de estilo de vida. Elaborado por: Walker, Sechrist, y Pender. Modificado Por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a los adultos (a) del distrito de aquia-bolognesi-ancash, 2013

### GRÁFICO 1

**ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL DISTRITO DE AQUIA-BOLOGNESI-ANCASH, 2013**



Fuente: Tabla 1

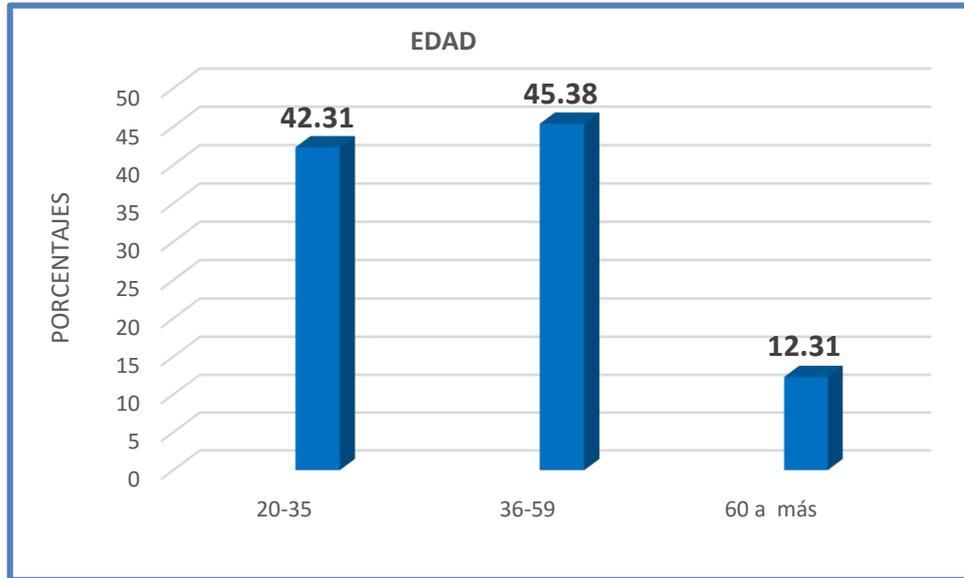
**TABLA 2**

**“FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE LOS ADULTOS DEL DISTRITO  
DE AQUIA-BOLOGNESI-ANCASH, 2013”**

<b>FACTORES BIOLÓGICOS</b>		
<b>Edad (años)</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
20-35	55	42.31
<b>36-59</b>	<b>59</b>	<b>45.38</b>
60 a más	16	12.31
<b>TOTAL</b>	<b>130</b>	<b>100.00</b>
<b>Sexo</b>		
	<b>N°</b>	<b>%</b>
Maculino	57	43.85
<b>Femenino</b>	<b>73</b>	<b>56.15</b>
<b>TOTAL</b>	<b>130</b>	<b>100.00</b>
<b>FACTORES CULTURALES</b>		
<b>Grado de instrucción</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Analfabeto(a)	0	0.00
Primaria Incompleta	31	23.85
<b>Primaria Completa</b>	<b>34</b>	<b>26.15</b>
Secundaria Incompleta	26	20.00
Secundaria Completa	24	18.46
Superior Incompleta	6	4.62
Superior Completa	9	6.92
<b>TOTAL</b>	<b>130</b>	<b>100.00</b>
<b>Religion</b>		
	<b>N°</b>	<b>%</b>
<b>Católico(a)</b>	<b>83</b>	<b>63.85</b>
Evangélico(a)	42	32.31
Otras	5	3.85
<b>TOTAL</b>	<b>130</b>	<b>100.00</b>
<b>FACTORES SOCIALES</b>		
<b>Estado Civil</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Soltero(a)	24	18.46
<b>Casado(a)</b>	<b>51</b>	<b>39.23</b>
Viudo(a)	17	13.08
Unión Libre	19	14.62
Separado(a)	19	14.62
<b>TOTAL</b>	<b>130</b>	<b>100.00</b>
<b>Ocupación</b>		
	<b>N°</b>	<b>%</b>
Obrero(a)	1	0.77
Empleado(a)	7	5.38
Ama de casa	23	17.69
Estudiante	8	6.15
<b>Agricultor</b>	<b>76</b>	<b>58.46</b>
Otras	15	11.54
<b>TOTAL</b>	<b>130</b>	<b>100.00</b>
<b>Ingreso económico (soles)</b>		
	<b>N°</b>	<b>%</b>
Menos de 100	3	2.31
<b>De 100 a 599</b>	<b>102</b>	<b>78.46</b>
De 600 a 1000	16	12.31
Más de 1000	9	6.92
<b>TOTAL</b>	<b>130</b>	<b>100.00</b>

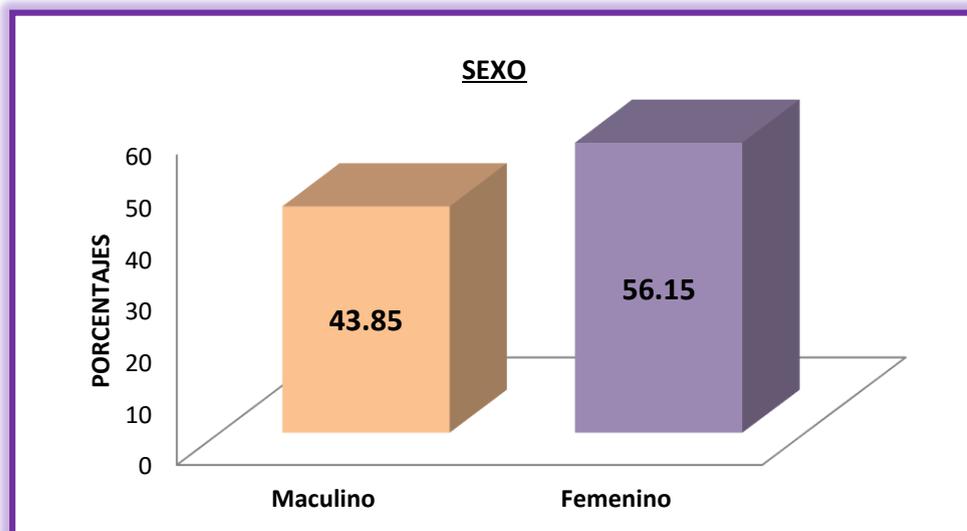
Fuente: Cuestionario de factores biosocioculturales. Elaborado por: Walker, Sechrist, y Pender. Modificado por: Díaz, R; Reyna, E; Delgado R. Aplicado a los adultos del distrito de aquia-bolognesi-ancash, 2013

**GRÁFICO 2**  
**EDAD DE LOS ADULTOS DEL DISTRITO DE AQUIA-BOLOGNESI-  
 ANCASH, 2013**



Fuente: Tabla 2

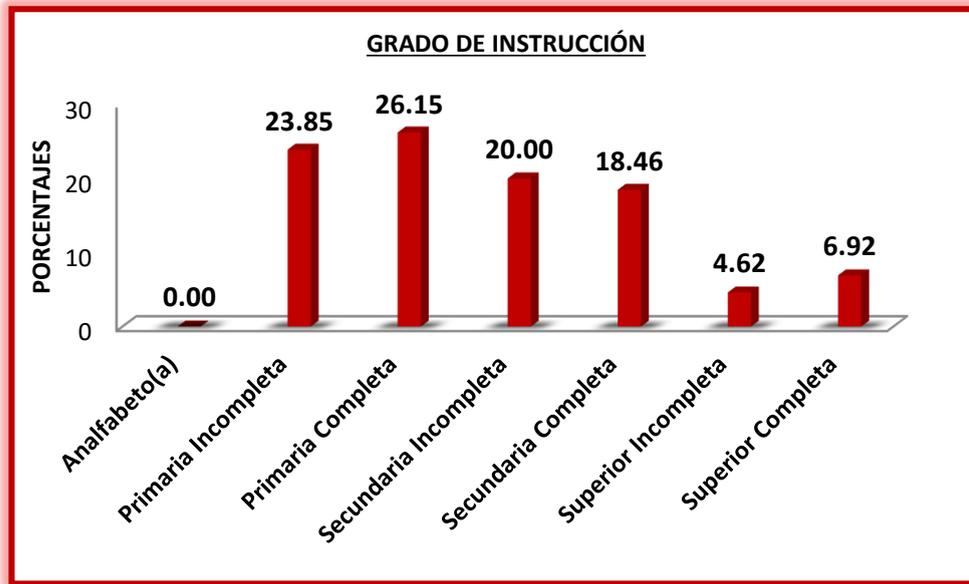
**GRÁFICO 3**  
**SEXO DE LOS ADULTOS DEL DISTRITO DE AQUIA-BOLOGNESI-  
 ANCASH, 2013**



Fuente: Tabla 2

#### GRÁFICO 4

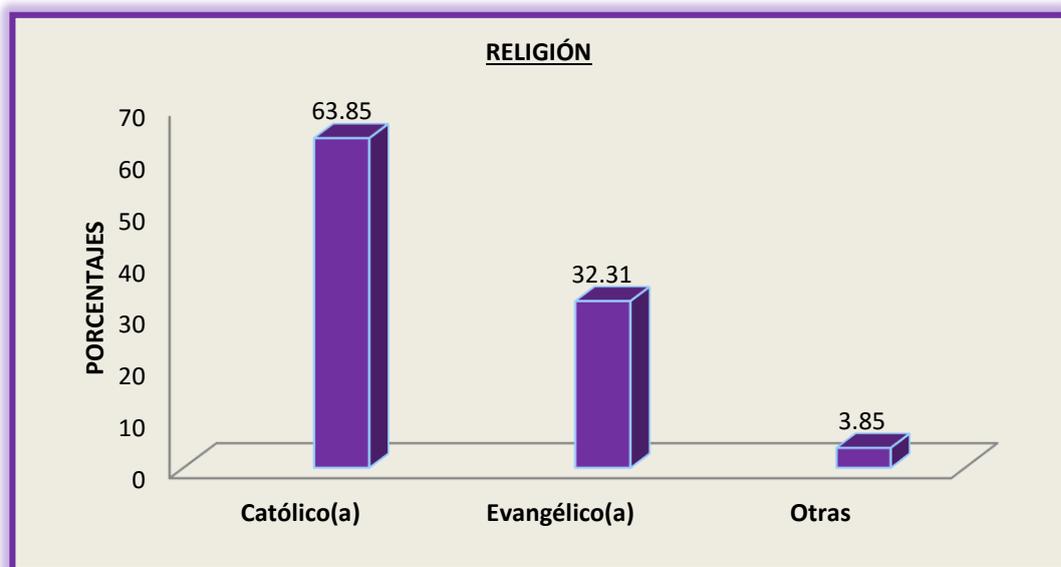
### GRADO DE INSTRUCCIÓN DE LOS ADULTOS DEL DISTRITO DE AQUIA-BOLOGNESI-ANCASH, 2013



Fuente: Tabla 2

#### GRÁFICO 5

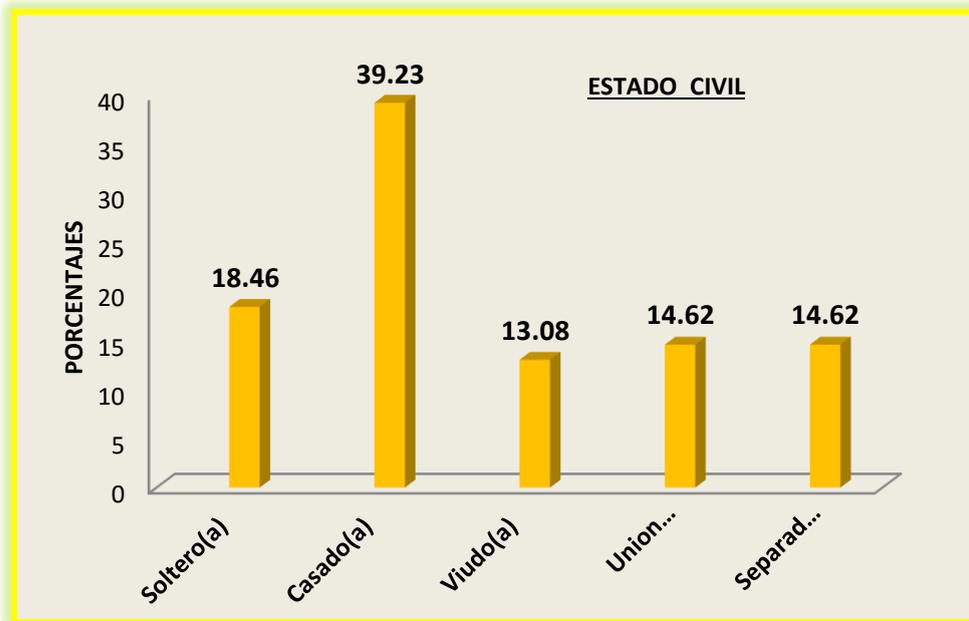
### RELIGIÓN DE LOS ADULTOS DEL DISTRITO DE AQUIA-BOLOGNESI-ANCASH, 2013



Fuente: Tabla 2

### GRÁFICO 6

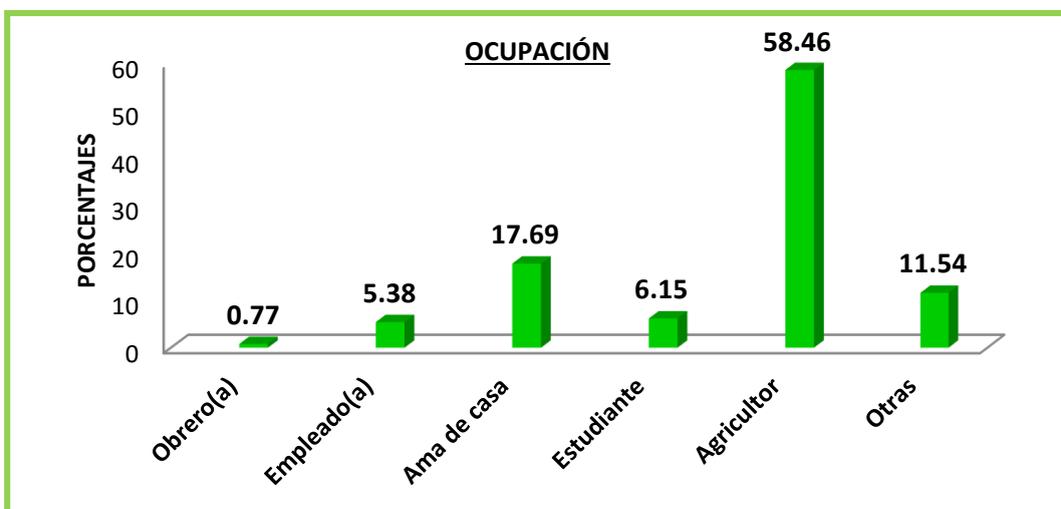
#### ESTADO CIVIL DE LOS ADULTOS DEL DISTRITO DE AQUIA-BOLOGNESI-ANCASH, 2013



Fuente: Tabla 2

### GRÁFICO 7

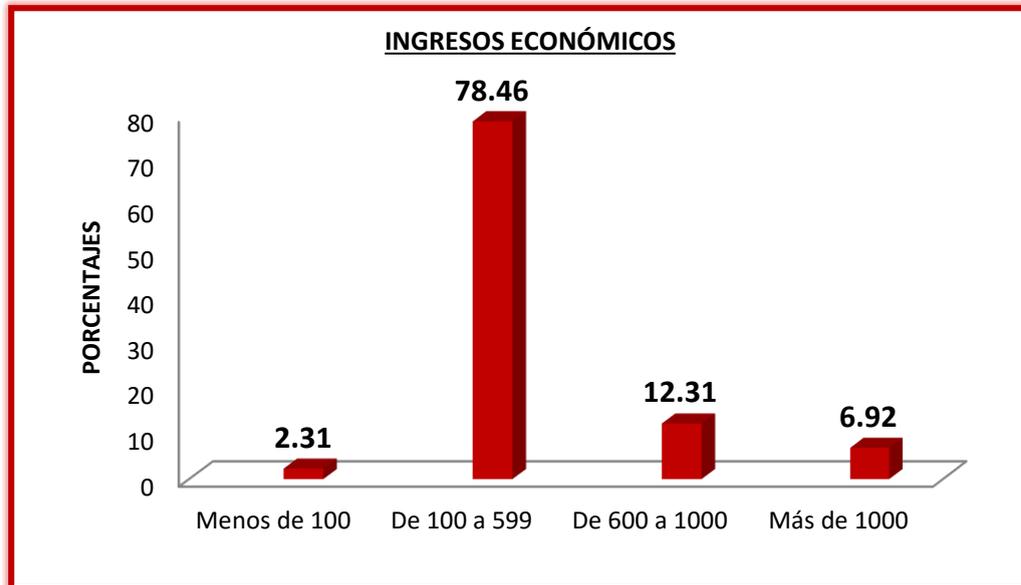
#### OCUPACIÓN DE LOS ADULTOS DEL DISTRITO DE AQUIA-BOLOGNESI-ANCASH, 2013



Fuente: Idem Tabla 2

**GRÁFICO 8**

**INGRESO ECONÓMICO DE LOS ADULTOS DEL DISTRITO DE AQUIA-BOLOGNESI-ANCASH, 2013**



Fuente: Tabla 2

**RELACIÓN ENTRE LOS FACTORES BIOSOCIOCULTURALES Y EL ESTILO  
DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL DISTRITO DE AQUIA-BOLOGNESI-  
ANCASH, 2013**

**TABLA 3**

**“FACTORES BIOLÓGICOS Y ESTILOS DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL  
DISTRITO DE AQUIA-BOLOGNESI-ANCASH, 2013”**

Edad	Estilo de Vida				Total		<i>Prueba de Chi Cuadrado</i> $x^2 = 8.148$ , 2 gdl $p=0,017 < 0.05$ Existe relación estadísticamente significativa
	Saludable		No Saludable				
	N	%	N	%	N	%	
20-35	11	32.35	44	45.83	55	42.31	
<b>36-59</b>	<b>22</b>	<b>64.71</b>	<b>37</b>	<b>38.54</b>	<b>59</b>	<b>45.38</b>	
60 a más	1	2.94	15	15.63	16	12.31	
Total	34	100.00	96	100	130	100	

Sexo	Estilo de Vida				Total		<i>Prueba de Chi Cuadrado</i> $x^2 = 0.133$ , 1 gdl $p=0,715 > 0.05$ No Existe relación estadísticamente significativa
	Saludable		No Saludable				
	N	%	N	%	N	%	
Masculino	14	41.18	43	44.79	57	43.85	
<b>Femenino</b>	<b>20</b>	<b>58.82</b>	<b>53</b>	<b>55.21</b>	<b>73</b>	<b>56.15</b>	
Total	34	100.00	96.00		130.00	100.00	

**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz R, Reyna E, Delgado R, aplicado a los adultos del distrito de Aquia- Bolognesi, Ancash 2013.

**TABLA N° 04**

**“FACTORES CULTURALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL  
DISTRITO DE AQUIA-BOLOGNESI-ANCASH, 2013”**

Grado de instrucción	Estilo de Vida				Total		<p><i>Prueba de Chi Cuadrado</i>  <math>x^2 = 13,277</math>, 5gdl  <math>p=0,021 &lt; 0.05</math>                      Existe relacion estadisticamente significativa</p>
	Saludable		No Saludable				
	N	%	N	%	N	%	
Analfabeto (a)	0	0.00	0	0.00	0	0.00	
Primaria Incompleta	5	14.71	26	27.08	31	23.85	
<b>Primaria Completa</b>	<b>4</b>	<b>11.76</b>	<b>30</b>	<b>31.25</b>	<b>34</b>	<b>26.15</b>	
Secundaria Incompleta	10	29.41	16	16.67	26	20.00	
Secundaria Completa	8	23.53	16	16.67	24	18.46	
Superior Incompleta	4	11.76	2	2.08	6	4.62	
Superior completa	<b>3</b>	8.82	<b>6</b>	6.25	9	6.92	
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>100</b>	<b>96</b>	<b>100</b>	<b>130</b>	<b>100</b>	

Religión	Estilo de Vida				Total		<p><i>Prueba de Chi Cuadrado</i>  <math>x^2 = 0.528</math> 2gdl  <math>p=0,768 &gt; 0.05</math>                      No Existe relacion estadisticamente significativa</p>
	Saludable		No Saludable				
	N	%	N	%	N	%	
<b>Catolico(a)</b>	<b>21</b>	<b>61.76</b>	<b>62</b>	<b>64.58</b>	<b>83</b>	<b>63.85</b>	
Evangélico(a)	11	32.35	31	32.29	<b>42</b>	32.31	
Otras	2	5.88	3	3.13	5	3.85	
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>94.12</b>	<b>96.00</b>	<b>100.00</b>	<b>130.00</b>	<b>100.00</b>	

**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz R, Reyna E, Delgado R, aplicado a los adultos del distrito de Aquia- Bolognesi, 2013.

**TABLA N° 05**

**“FACTORES SOCIALES Y ESTILO DE VIDA DE LOS ADULTOS DEL  
DISTRITO DE AQUIA- BOLOGNESI-ANCASH, 2013”**

Estado civil	Estilo de Vida				Total		<p><i>Prueba de Chi Cuadrado</i>  <math>x^2 = 5.361</math> 4gdl  <math>p=0,252 &gt; 0.05</math>                      No Existe relacion estadisticamente significativa</p>
	Saludable		No Saludable				
	N	%	N	%	N	%	
Soltero(a)	8	23.53	16	16.67	24	18.46	
<b>Casado(a)</b>	<b>14</b>	<b>41.18</b>	<b>37</b>	<b>38.54</b>	<b>51</b>	<b>39.23</b>	
Viudo(a)	5	14.71	12	12.50	17	13.08	
Union Libre	6	17.65	13	13.54	19	14.62	
Separado(a)	1	2.94	18	18.75	19	14.62	
Total	34	100	96	100	130	100	

Ocupación	Estilo de Vida				Total		<p><i>Prueba de Chi Cuadrado</i>  <math>x^2 = 12,750</math>, 5gdl  <math>p=0,026 &lt; 0.05</math>                      Existe relacion estadisticamente significativa</p>
	Saludable		No Saludable				
	N	%	N	%	N	%	
Obrero(a)	1	2.94	0	0.00	1	0.77	
Empleado(a)	3	8.82	4	4.17	7	5.38	
Ama de casa	8	23.53	15	15.63	23	17.69	
Estudiante	3	8.82	5	5.21	8	6.15	
<b>Agricultor</b>	<b>12</b>	<b>35.29</b>	<b>64</b>	<b>66.67</b>	<b>76</b>	<b>58.46</b>	
otros	7	20.59	8	8.33	15	11.54	
Total	34	100.00	96.00	100.00	130.00	100.00	

Ingresos Económicos (soles)	Estilo de Vida				Total		<p><i>Prueba de Chi Cuadrado</i>  <math>x^2 = 10,358</math>, 3gdl  <math>p=0,016 &lt; 0.05</math>                      Existe relacion estadisticamente significativa</p>
	Saludable		No Saludable				
	N	%	N	%	N	%	
Vmenos de 100	6	17.65	37	38.54	43	33.08	
<b>100-599</b>	<b>20</b>	<b>58.82</b>	<b>52</b>	<b>54.17</b>	<b>72</b>	<b>55.38</b>	
600-1000	7	20.59	7	7.29	14	10.77	
Más de 1000	1	2.94	0	0.00	1	0.77	
Total	34	100.00	96.00	100.00	130.00	100.00	

**Fuente:** Cuestionario de factores biosocioculturales y escala de estilo de vida elaborada por: Walker, Sechrist y Pender, modificado por: Díaz R, Reyna E, Delgado R, aplicado a los adultos del distrito de Aquia- Bolognesi, Ancash, 2013.

#### IV. ANÁLISIS Y RESULTADOS:

##### TABLA 1:

Los resultados obtenidos en la presente tabla muestra la distribución porcentual sobre del estilo de vida de los adultos del distrito de aquia - Bolognesi, donde se observa que de las personas encuestadas en el estudio el 26.15% (34) tiene un estilo de vida saludable y un 73.85% (96) tienen un estilo de vida saludable.

Estos resultados son similares a lo encontrado por León K, (43) en su estudio: estilo de vida y factores biosocioculturales del adulto maduro en el A.H. 1o de Setiembre – Chimbote 2017. Donde culmina que el 25% de las personas adultas presentan un estilo de vida saludable y el 75% de las personas adultas tienen un estilo de vida no saludable.

Así mismo estos resultados son semejantes obtenido por Ramos C, (44). En su estudio: Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto. Sector VI. Chonta.Santa María, 2016. Donde llega a concluir que el 39,2% de los adultos llevan un estilo de vida saludable y el 60,8% tienen un estilo de vida no saludable.

Tambien los resultados coinciden con el obtenido por Ramírez L, y (45). En su estudio: estilo de vida y factores biosocioculturales de los adultos custodios del orden de las fuerzas policiales de la comisaria de Huaraz, 2016. Dondereportan que el 10% de las personas adultas presentan un estilo de vida saludable y el 90% tienen un estilo de Vida no saludable.

Resultados que difieren obtenido por Revilla F, (46). En su estudio: estilo de vida y factores biosocioculturales del Adulto del distrito de Jangas – Huaraz, 2015. Concluyó que el 79% de adultos tienen un estilo de vida saludable y el 21% un estilo de vida no saludable .

Por otro lado encontramos resultados que difieren con lo obtenido por Cabrera D, (47). Quien investigo el Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Caserío de Cajapampa – Ranrahirca - Yungay - 2012. Donde muestra que el 100 % (141) son adultos que participaron en el estudio, el 96% (135) tienen un estilo de vida saludable y un 4% (6) no saludable.

Así mismo difieren los resultados obtenidos por Tello K, (48). En su estudio: Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales de las personas Adultas Maduras del A.H. La Balanza Chimbote, 2012. Donde muestra que el 100% (150) de personas adultas maduras que participaron en el estudio el 65% (98) tienen un estilo de vida saludable y un 35% (52) no saludable.

El estilo de vida se denomina a aquellos patrones cognitivos, afectivos-emocionales y conductuales que muestran cierta consistencia en el tiempo, bajo condiciones más o menos consistentes y que pueden constituirse en factores de riesgo o seguridad, dependiendo de su naturaleza. Gutiérrez, intenta mostrar que el estilo de vida es la forma de como uno vive, la manera de ocupar su tiempo libre, es el consumo, las costumbres alimentarias y los hábitos higiénicos que uno tiene y son elementos configuradores de lo que se entiende como estilo de vida (49,50).

Los estilos de vida saludable repercuten de manera positiva para nuestra salud, empujando el riesgo de contraer enfermedades. Es decir comprender hábitos que ayuden a llevar vida saludable tales como: ejercicios. Alimentación equilibrada y/o adecuada, tener un alto estima ayuda a que la persona se sienta bien consigo misma y lleve un estilo de vida saludable. (51).

El estilo de vida no saludable es denominada como conductas de riesgo para la salud. Por ende la conducta influye en el estilo de vida , podemos decir que que frente a las conductas podemos incrementar y/o aumentar riesgo a enfermarse o sufrir lesiones de cualquier tipo (50).

Los estilos de vida no saludable conlleva a sufrir enfermedades, en la actualidad vemos que las personas se enferma directamente por lo que hace. Es decir la conducta influye en tener un estilo de vida saludable ya que la conducta se ah convertido en una pieza elemental en la salud y la enfermedad, las enfermedades que uno puede contraer es a base del comportamiento inadecuado que uno tiene (51).

En la presente investigacion, se considera en el estilo de vida las siguientes dimensiones: Nutrición o alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estrés, responsabilidad en salud, apoyo interpersonal y autorrealizacion.

Respecto a la dimensión alimentación se puede apreciar que en el distrito de Aquia la mayoría de adultos presentan un estilo de vida no saludable debido a que los adultos trabajan en la agricultura, labores domésticas, lo cual conlleva que la población tenga un desorden en el horario de la alimentación, actividad y ejercicio, manejo del estyres, apoyo interpersonal, autorrealizaci'pon, responsabilidad en salud.

Al analizar los resultados encontrados en la investigación se muestra que en la dimension nutricional, la mayoría de pobladores del distrito de Aquia preferentemente se alimentan de acuerdo a la época de producción, caracterizándose como una zona agrícola (papa, maíz, habas etc) y ganadera (vacuno, ovino).

Consumen muy poca fruta debido al costo del producto hay pocas tiendas que comercializan de estos productos, se observa que tienen un horario de alimentación desordenada por la misma labor que desarrollan, además mencionan que en el desayuno que lo consumen entre las 6.00 a.m. y las 10.00 a.m. y el almuerzo entre las tres de la tarde su alimentación es ligera, observándose una cena más suculenta y abundante que es aproximadamente a las 19.00 horas.

Ejemplo del desayuno consiste en pan con leche o avena con pan, o mazamoras de harina de trigo, en el almuerzo consumen cancha con queso, más caldo de

papa, trigo y mazamorras, en la cena consumen una combinación de todo, sopa, segundo, mazamorras, un té de hierbas.

Con respecto a la dimensión actividad y ejercicio los adultos en estudio explican que realizan largas caminatas de tiempos mayores a una hora, por la ubicación geográfica de sus terrenos para poder cumplir con sus actividades cotidianas (vigilar sus animales y realizar la agricultura), en la población femenina desarrollan la actividad física basándose mayormente en el cumplimiento de sus labores cotidianas (llevan a sus hijos menores al colegio, realizan manufacturas como el hilado, el ordeño de vacunos) y esto es considerado como una actividad física importante beneficiosa para su salud, que es considerado como un factor importante de estilo de vida saludable, no realizan otras actividades de ejercicios como medio de relajación.

El caminar es una actividad o ejercicio fácil y simple de realizar y tiene muchos beneficios para la salud como el prevenir la obesidad, alivia las tensiones mejora la capacidad física para poder resistir otras enfermedades, reduce el riesgo de padecer enfermedades cardiacas y la hipertensión arterial.

En relación a la dimensión manejo de estrés comentan que se sienten estresados por la misma labor que realizan diariamente obviando sus horas de descanso, de igual forma se observó que son pocos comunicativos e incluso entre los miembros de la familia persistiendo una cultura muy reservada en la población (miedo a expresar lo que sienten, vergüenza, y por no preocupar a sus familiares). La mayoría de la población del distrito de Aquia aún no concientiza de lo peligroso que puede ser el estrés y que puede dañar su estado anímico como familiar y social, ignorando la ayuda de los profesionales.

Los adultos del presente estudio se relacionan por motivos culturales (fiestas costumbristas), fechas cívicas (día de la madre, fiestas patrias, etc) la ran mayoría se

reúnen con sus familias para poder recibir cualquier apoyo (celebran cumpleaños y visitas familiares), por motivos de celebración la mayoría de la población dejan sus quehaceres para participar muy activamente ya que es una costumbre tradicional.

La mayoría de la población del distrito de Aquia se observa que desconocen la importancia de la autorrealización y que se ven limitados en el desarrollo personal, también se observó que no se sienten satisfechos con las actividades que realizan porque buscan el bienestar de su familia realizando actividades rigurosas para su salud física y no desempeñan actividades que fomenten su desarrollo personal, no poder desarrollar sus capacidades para así obtener el sentimiento de satisfacción como personas adultas.

En la dimensión apoyo interpersonal los adultos mantienen buenas relaciones entre vecinos porque el distrito de Aquia es chico y se conocen entre todos, fortalecen sus lazos de confianza y respeto mutuo por cada poblador.

En la Dimensión Responsabilidad en salud, la mayoría de adultos no acuden a los establecimientos de salud, manifiestan que cuando presentan molestias leves prefieren curarse en casa con las medicinas caseras como: muña, cáscara de papa, cáscara de limón para la cefalea, la planta llamada “cashua”, pepa de palta para la enfermedad diarreica, el cuy lo utilizan como remplazo a una ecografía y para curar el susto, los adultos que reciben atención medica no cumplen con las indicaciones médicas poniendo en riesgo que la enfermedad sea más resistente en el tratamiento y se auto medican por indicación de la farmacia sin previa evaluación médica.

Los adultos del distrito de Aquia solo acuden al centro de salud cuando ya no pueden resolver su problema de salud, pero no acuden como rutina para llevar un control de su salud. Se observa a las madres que llevan a sus niños al control del niño sano solo durante el tiempo que reciben sus vacunas, luego no los llevan porque no son conscientes del control que deben llevar de sus niños o solo lo hacen cuando

se les brinda un apoyo económico o alimentario de algunos programas para dejar vacunar o controlar a sus niños.

En la actualidad no cuentan con un seguro de ESSALUD porque no cuentan con un contrato permanente, el tipo de contrato es solo por días eso condiciona a que no cuenten con seguro social; por este motivo se han acogido al seguro integral de Salud (SIS – MINSA) que es un tipo de salud otorgado por el para poblaciones de pobreza extrema.

En nuestro país no existe un control sobre la venta de medicamentos bajo indicación médica por ello la población peruana en general cuando se sienten mal optan por automedicarse, para ello acuden a las boticas, farmacias o algunas bodegas explican sus dolencias y el técnico en farmacia o la vendedora le receta que debe tomar.

Los resultados también demuestran que hay pocos adultos que tienen un estilo de vida saludable, son los que tienen conocimiento de los riesgos de enfermar, su alimentación es balanceada, acuden al puesto de salud, asisten en charlas educativas que son beneficiosas para su salud, tienen momentos recreativos, reciben apoyo profesional. Esto es porque existen personas que si toman en cuenta lo que observan, escuchan de beneficios para el ser humano

## **TABLA 2**

Se muestra la distribución porcentual de los factores biosocioculturales de los adultos del distrito de Aquia- Bolognesi, Ancash, 2018. En el factor biológico, se observa que el 45.38 % (59) de los adultos encuestados tienen una edad comprendida entre 36 a 59 años, el 56.15 % (73) son de sexo femenino, con respecto a los factores culturales el 26.15 % (34) de los adultos tienen primaria completa, se observa también que el 63.85 % (83) profesan la religión católica, y el 39.23 % (51) de los adultos tienen el estado civil casados , el 58.46 % (76) son agricultores y el 78.46 % (102) tienen un ingreso económico de 100 a 599 soles.

Los resultados obtenidos guardan relación con lo encontrado por León K, (44). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los adultos maduros en el A.H 10 de Setiembre 2017. Donde llegó a la conclusión que en el factor biológico el 100% son adultos maduros, el 65,8% son de sexo femenino; en los factores culturales el 55,8% tienen grado de instrucción primaria, y el 68,3% tienen religión católica; con respecto a los factores sociales el 42,5% tienen estado civil conviviente y el 32,5% (39) tienen un ingreso económico 851 soles a 1100 soles . Pero difieren en la ocupación donde el 65,8% son amas de casa.

Así mismo se relaciona en algunos aspectos con lo encontrado por Castillo Y, (52). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los adultos. Sector 8, Bellamar - Nuevo Chimbote, 2014. En el factor biológico el 54% son de edades de 36 a 59 años; el 54 % son de sexo femenino; con respecto a los factores culturales el 46,4 % tienen primaria completa, 42,4 % son de religión católica, respecto a los factores sociales el 54% de los adultos son de estado civil conviviente, pero difiere en la ocupación el 41,2 % son amas de casa; el ingreso económico, el 52,4% su ingreso económico es menos de 400 soles.

De igual manera los resultados guardan relacionan con lo obtenido por Loayza E, (53). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la Persona Adulta en el Asentamiento Humano Nuevo Amanecer - Piura, 2014. En el factor biológico el 59,6% de las personas adultas tienen una edad comprendida entre 36 – 59 años, el 58,3% de las personas son de sexo femenino ; en el factor cultural se observa que el 72,2% profesan la religión católica; en el factor social el 41,1% son de estado civil casados; pero difiere en que 31,8 % tienen grado de instrucción primaria incompleta, el 43,7% son amas de casa, mientras que el 76,8% de las personas adultas tienen un ingreso económico entre 100 y 599 soles.

A su vez hay estudios que difieren en algunos indicadores, son lo encontrado por Menacho E, (54). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los estudiantes de la Facultad de Ingeniería Civil de la ULADECH Católica filial Huaraz, 2015. En donde reporta que el 62,4% tiene una edad de 20 a 35 años, el 62,4% son de sexo masculino; respecto a los factores sociales el 56,8% son de estado civil solteros, pero son similares en el factor biológico donde el 82,6% son de religión católica y en los factores sociales el 26,8% tienen un ingreso económico de 600 a 1000 soles.

Estos resultados también difieren a lo obtenido por Revilla F, (46). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Distrito de Jangas – Huaraz, 2015. Donde muestra que en los factores biológicos el 56% tienen una edad comprendida entre 20 y 35 años, el 55% son del sexo femenino; con respecto a los factores culturales el 21% son de grado de instrucción analfabetos; en lo referente a los factores sociales el 43% son de estado civil casados y el 41% tienen un ingreso económico menor a 100 nuevos soles y 37% son empleados; pero son similares con el factor cultural donde el 83% son de religión católico.

También difieren a lo obtenido por Ávila Y, (55). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los adultos de la Urbanización la Colina – Huaraz, 2013. En el factor biológico se observa 66,7% tienen una edad comprendida entre 20 y 35 años; Con respecto al factor cultural el 24,1% de las personas adultas tienen superior incompleta. En lo referente al factor social en el 34,5% son amas de casa y un 32,2% tienen un ingreso económico de 100 a 599 nuevos soles. Pero son similares en el 54% de sexo femenino, en cuanto a la religión 93,1% son católicos y el 36,8% su estado civil es unión libre.

El adulto maduro será el crecimiento y a partir de 36 – 59 años hay una disminución progresiva de la talla debido a los cambios degenerativos. Desarrolla un nuevo tipo de relación interpersonal. Desecha a voluntad lo que considera bueno o no. Contribuye a la transformación del medio (56).

En la etapa del adulto la persona puede controlar adecuadamente su vida emocional, permite afrontar los problemas con mayor serenidad y seguridad, se adapta por completo a la vida social y cultural, busca formar su propia familia, ejerce plenamente su actividad profesional, es capaz de reconocer y valorar sus propias posibilidades y limitaciones (57).

La edad cronológica como la edad biológica, no instan el grado de madurez que tenga la persona, algunas con menos edad son más maduras que otras de mayor edad, hablando en el plano psicológico más no el físico, pues es sabido que el desarrollo y en general la vida del ser humano se desenvuelve a través de sucesivas etapas que tienen características muy especiales y cada individuo es distinto (58).

La denominación sexo originalmente se refiere a la división de género humano en dos grupos: mujer u hombre. Cada ser humano pertenece a uno de estos grupos, a uno de los dos sexos femenino o masculino referentemente, es un conjunto de condiciones anatómicas, fisiológicas y psicológico-afectivas que caracterizan cada sexo ya sea masculino o femenino (59).

La organización mundial de la salud, dice que la sexualidad es un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida. Podemos decir que abarca al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Se vivencia y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, practicas, papeles y relaciones interpersonales (60).

El sexo es la distinción de las características fisiológicas y biológicas que están asociados típicamente al hombre y la mujer, hoy en día las características biológicas, psicológicas, sociales y culturales que existe entre hombre y mujer condicionan la salud que uno lleva, ello nos permite determinar como difieren los resultados y riesgos de sanidad emntre hombre y mujer, en la mayoría de las sociedades es el hombre quien tiene un mayor estatu social que nos indica desigualdad entre el varon y la mujer 62).

Un ser que pertenece al sexo femenino está dotado de órganos para ser fecundado. Esto quiere decir que los integrantes del género femenino producen las células sexuales que se conocen como óvulos. La mujer que alcanza la madurez sexual produce óvulos cada cerca de 28 días. Al madurar en el ovario, el óvulo (que presenta material genético) se traslada a las trompas de Falopio (62).

En cuanto al grado de instrucción, es el proceso de aprendizaje que se desarrolla en el aula, de forma específica, de la transmisión de conocimientos por parte del profesor y de la adquisición de esos conocimientos por parte del alumno. Por medio de la instrucción, en clases, el maestro va formando y desarrollando habilidades, destrezas y hábitos en el alumno (63).

El grado de instrucción es el nivel de instruccion de un individuo el que corresponde al grado más avanzado terminado y/o al último año de estudios cursado o terminado a que haya llegado esa persona en el sistema de enseñanza donde va a ir adquiriendo nuevos conocimientos integradores en el orden social, lo que le permitirá un mejor desenvolvimiento y mejora tanto en ámbitos individuales como colectivos (64).

La secundaria incompleta es considerada cuando el adolescente no ha concluido la educación secundaria por motivos del ingreso económico o problemas familiares, así mismo la escuela secundaria es el segmento del sistema educativo que completa los 13

años de educación obligatoria fijados por la Ley de Educación Nacional N° 26.206 (65).

La religión es el conjunto de ideas, las cuales son aceptadas por un conjunto de personas con un mismo fin. Estas ideas han ido desarrollándose a lo largo de los siglos, adaptándose a las necesidades del hombre. Como producto del pensamiento, la religión es algo que está en un cambio continuo, ya que a medida que pasa el tiempo, el hombre se desplaza tanto temporal como espacialmente, y es quizás esto segundo lo que hace que cambie más el concepto religión, ya que se va mezclando con las diferentes culturas (66).

También podemos mencionar que la religión es uno de los aspectos importantes, en relación a las creencias y valores de cada cultura que determina el tipo de estilo de vida a seguir. Las costumbres alimentarias de cada religión se basa en una creencia común: el alimento no solo se brinda al organismo los nutrientes necesarios para fortalecerse, sino que también tiene una influencia determinante sobre la personalidad y el alma (67).

La Iglesia católica en el Perú en la actualidad representa un 70-80% siendo el resto otras religiones, es por ende que nuestro País es una sociedad netamente católica, siendo la congregación de los fieles más grandes del mundo, que se encuentra regida por el papa actual. La iglesia católica fue fundada por Jesucristo y fueron los apóstoles quienes se encargaron de dirigirlo en sus inicios.

La iglesia católica tiene como misión principal impartir las enseñanzas de nuestro señor Jesucristo y preservar la unión, el amor de los fieles, si bien Jesucristo nos enseñó a amarnos unos a otros y adoración a él, es entonces por medio de la iglesia católica que se trata de inculcar a cada uno de sus fieles (68).

Al estado civil se le denomina como el conjunto de situación jurídica a partir de la cuales se relaciona las personas con su familia de procedencia o que han formado y con elementos de la personalidad jurídica que son elementales en sí mismo. Es así como el estado civil se constituye como un atributo fundamental de la personalidad, igualmente señala el estado civil de una persona en su situación jurídica en la familia y la sociedad, determina su capacidad para ejercer derechos y contraer ciertas obligaciones, indivisibles, indispensables e imprescriptible (69).

La unión libre consiste en que una determinada pareja se presente ante la comunidad como esposos, pero ni la iglesia ni la ley los determina de esta manera. Gracias a la reforma civil podrán gozar y conformar una familia extramatrimonial la cual consiste en: procreación, fidelidad, y obligaciones fundamentales, esté tipo de relación que establece una pareja cuando sin estar casada por la Iglesia o por lo civil y sin tener intención definitiva de casarse, comparten techo y cama. La unión libre de hecho es cuando una pareja vive como matrimonio estable, sin haberse casado (70).

Al estado civil también se le conoce como la situación de las personas físicas determinadas por sus relaciones de familia, provenientes del matrimonio o del parentesco, que establece ciertos derechos y deberes. Generalmente los estados llevan un registro público con los datos personales básicos de los ciudadanos, entre los que se incluye el estado civil. A este registro se le denomina Registro Civil (71).

La agricultura es la actividad productiva que comprende al conjunto de técnicas y conocimientos para cultivar la tierra los productos alimenticios o industriales que requiere el ser humano para satisfacer sus necesidades vitales. En ella se engloban los diferentes trabajos de tratamiento del suelo y los cultivos de vegetales. Involucra todo un conjunto de acciones humanas que transforma el medio ambiente natural, con el fin de hacerlo más apto para el crecimiento de las siembras (72).

Por otro lado la ocupación es el conjunto de funciones, obligaciones y tareas que desempeña una persona en un determinado trabajo, determinados por la posición en el trabajo, la ocupación es definida también como profesión que una persona está vinculada a este trabajo que le impide emplear el tiempo en otro cosa u oficio (73).

Las actividades que elaboran cada persona es el desempeño de diferentes ocupaciones como actividades económicas, alimentarias, para cubrir las necesidades y deseos en toda la sociedad en particular (74).

Se denomina al ingreso económico como toda atribución que percibe el hombre a cambio de un servicio que prestado con su trabajo. La cantidad de dinero que una familia puede gastar en un periodo determinado sin aumentar o disminuir sus activos netos. Son fuente de ingreso económico (75).

Se llama ingreso económico a la retribución del esfuerzo y desgaste físico o mental trabajo en diferentes ámbitos como familiar, empresarial, organizacional, en diferentes terrenos el ingreso económico tiene diferentes objetivos (capitalización, especulación) (73).

En los resultados encontrados en la presente investigación se puede evidenciar que respecto a la edad menos de la mitad son adultos maduros (36 a 59 años) que son personas que no han tenido la oportunidad de inmigrar a otros lugares por la falta de economía, ya que la población en estudio refiere que se sienten cómodas en sus lugares de origen y no pueden dejar sus bienes y sus hogares.

Según censo realizado por el INEI del año 2015 indica que se presentaría una migración de los niños, niñas y adolescentes desde las zonas rurales hacia las urbanas, la cual es considerable entre los que tienen entre 6 y 11 años y más acentuada entre los adolescentes de 12 a 17 años. Esta migración estaría vinculada a la búsqueda de oportunidades laborales (76).

En relación al sexo como existe predominio del sexo femenino porque algunas de ellas se quedan al cuidado del hogar y asumen ser muchas veces ser la dirigente de la familia ya que los varones emigran por mejores oportunidades laborales. Otro motivo es la explicación a través de las leyes de la genética donde las probabilidades de los nacimientos será siempre el del sexo femenino pero actualmente en la planificación familiar y los métodos de elección sexual ya están nivelándose los porcentajes.

Estos resultados encontrados se vincula a lo reportado por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), en el año 2015 donde se reporta que el 42,2% de la población son de sexo masculino y el 50% son de sexo femenino. Avalando el resultado obtenido (76).

Por otro lado, al analizar los factores culturales con respecto al grado de instrucción, la mayoría de los adultos cuentan con estudios de primaria incompleta/completa, es probable que la mayoría de la población haya alcanzado este nivel de instrucción debido a que hace algunos años atrás, la educación no era primordial, debido a que los adolescentes y adultos de esa época solo se preocupaban en la producción de sus terrenos (agricultura) no teniendo el apoyo de sus padres para poder estudiar, descuidando totalmente la formación educativa. Otro motivo es que formaron familias muy jóvenes lo cual no les permitió continuar con sus estudios

Al realizar una comparación con los datos estadísticos obtenidos por el INEI a nivel nacional en el año 2007, de acuerdo con el Ministerio de Educación, en 515 centros poblados rurales había una demanda de educación primaria, pero se carecía de centros educativos para ese nivel, se estima que sea posible que la población en estudio no culminó sus estudios primarios por ese motivo ya que provienen de zonas rurales (76).

En cuanto a la religión encontramos que la mayoría de los adultos profesan la religión católica, estas son creencias inculcadas desde sus antepasados y renovadas

mediante el sacramento del Bautismo que para ellos es presentarse ante los ojos de Dios y fortalecen su fe mediante las fiestas patronales que las celebran con gran fervor religioso. Explican que existen otras religiones como el de evangélico, pero no quieren ser parte de ellas ya que tiene nuevas reglas que son: no beber alcohol asistir a sus reuniones todos los domingos, en las tardes y tiene que dar su diezmo (entregar el 10% de su ingreso mensual) es por ello que han elegido ser católicos.

Segun el Instituto Nacional de Estadistica e Informatica (INEI) la poblacion profesan la religion católica el 89% de peruanos esto avala nuestros resultado en donde tenemos que más de la mitad son de religion católica (76).

Muchos de los adultos encuestados tienen estado que son casadas esto sucede porque antiguamente los padres obligaban a sus hijos a casarse con las personas que ellos consideraban adecuados para una vida feliz de sus hijas/os, otros se unían por decisión propia y aprobación de sus padres, aun conciben una ideología que se debe cuidar la dignidad e integridad de las mujeres esto posiblemente así han sido formados por sus padres, quienes les habrían inculcado que el matrimonio es un sacramento de la iglesia y como católicos deben cumplirlo, era muy importante ya que recibían la bendición de Dios y de los Padres, pero no todos los casados lo han hecho en el ámbito religioso, hay muchos en esta población que sólo son casados civilmente.

Según el Instituto Nacional de Estadistica e Informatica (inei) en el año 21015 señala que en los grupos de mayor edad, la proporción de casados y convivientes aumenta. Entre los 40 y 64 años de edad, los casados constituyen la mayor proporción (65.0%). En los grupos menores de 25 años, los solteros son los mas numeros, y en las personas de 65y más años, la viudez aummeta en importancia, alcanzando el 30.2% (76).

En cuanto a lo encontrado en la ocupación tenemos que son agricultores, agricultores porque realizan trabajos de esfuerzo físico en las chacras para poder

mantener a su familia, sin embargo, en nuestra sociedad machista vemos todavía que la mujer sólo debe dedicarse a las labores domésticas y a la crianza de sus hijos, como al cuidado de algunos animales domésticos para su propio consumo, parece ser también la realidad de la mayor parte de la población femenina de este distrito, que quizás no hayan tenido oportunidad para seguir superándose. No realizan otras actividades pues no lograron tener estudios superiores, limitando esto su acceso a otros tipos de trabajo, pero no salen a trabajar a otros lugares

Esta población presenta un ingreso económico de 100 y 599 nuevos soles, esto debido a que sus ocupaciones son diversas, en la población estudiada se evidencia que los adultos son agricultores, se levantan a las 5 am, para realizar sus actividades en sus chacras y retornando a las 6 pm, la población tienen ese ingreso porque no tienen la oportunidad de exportar al mercado sus productos solo producen para su propio consumo, lo cual resulta para muchos insuficiente para cubrir sus necesidades básicas, dada la carga familiar que tienen, entre tres a cinco hijos por familia. Sin embargo la población en estudio a demostrado que a pesar de esta limitación por el ingreso mensual que estos reciben de sus trabajos han logrado administrar la economía del hogar y dividir los gastos que ésta demanda aunque a veces descuidando su salud. El ingreso que obtienen es de la venta de sus animales.

Podemos afirmar que en la población del distrito de Aquia cada persona tiene sus propias características biosocioculturales particulares y la intervención para la adopción de estilos de vida saludables y conductas saludables, sería considerar estas características que de una u otra manera van a influir en el comportamiento de cada uno de ellos para generar sus propias conductas en su salud.

Según el censo realizado por el Instituto Nacional de Estadística e Informática INEI en el 2015, los pobladores con primaria incompleta presentaron ganancias de S/.1108; mientras que los de primaria promediaron S/.778, al realizar momento de

realizar una comparación en estos resultados no se reflejan en la realidad de la población en estudio (76).

En conclusión los factores biológicos engloba todos los acontecimientos relacionados con la salud física y mental de los adultos del distrito de Aquia-bolognesi, ancash influyen mucho en patrón de conductas de los seres humanos, la conducta de la persona, lo que piensa, lo que siente y lo que hace, depende no sólo de cómo fue criado o dónde, sino también de la interrelación de los elementos físicos y biológicos del organismo.

### **TABLA 3**

Se muestra la relación entre los estilos de vida y factores biológicos de la persona adulta del distrito de Aquia – Bolognesi, ancash. Al vincular dichos factores se (edad y sexo) y estilos de vida de los pobladores adultos del distrito de Aquia, se observa que el 45% de los adultos tienen una edad entre 36-59 años en su mayoría el 65% (22) tienen un estilo de vida saludable y el 39% (37) tienen un estilo de vida no saludable. Por otro lado en lo referente al sexo el 59% (20) de las mujeres tienen un estilo de vida saludable, mientras que el 55% (53) tienen un estilo de vida no saludables.

Al relacionar estadísticamente la variable edad con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi cuadrado de Independencia de criterios ( $\chi^2 = 8,148,2$ ;  $P = < 0,05$ ) se encontró que existe relación estadísticamente significativa. Así mismo haciendo uso del estadístico Chi cuadrado de Independencia de criterios ( $\chi^2 = 0,133,1$ ;  $P = > 0,05$ ) Se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre el sexo y el estilo de vida.

Dichos resultados son similares a lo hallado en la investigación de Ramos C, (44). En su estudio: Estilos de Vida y factores biosocioculturales en el adulto. Sector

VI. Chonta. Santa María, 2016. Reportó que no existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida de la persona adulta con el sexo

Del mismo modo son similares a lo encontrado por Cahuana M, (77), En su estudio: estilos de vida y factores biosocioculturales de los adultos trabajadores de las plantas de tratamiento de residuos sólidos- Huaraz, 2016. Donde concluye que no existe relación estadísticamente significativamente entre el estilo de vida de la persona adulta con el sexo y edad.

Por otro lado se asemejan a lo obtenido por Kabalan L, (78). Quien investigó estilos de vida y factores biosocioculturales de la persona adulta de la Asociación de vivienda Villa el Pacífico del Distrito de Calana- Tacna, 2015. Donde no existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida sexo y edad.

Estos resultados difieren a lo encontrado por Revilla F, (46). En su estudio: Estilos de vida y factores biosocioculturales del Adulto del Distrito de Jngas –Huaraz, 2015. Donde concluye que existe relación estadísticamente significativamente entre el estilo de vida de la persona adulta con el sexo pero son similares en relación a la edad que no influye en el estilo de vida.

También son diferentes con lo encontrado por Roque R, (79). En su estudio: Estilos de vida y factores Biosocioculturales de los adultos de la Asociación de Choferes y Propietarios de la Ruta Huaraz- Caraz, 2015. Donde concluye que existe relación estadísticamente significativamente entre el estilo de vida de la persona adulta con el sexo pero son similares en relación a la edad que no influye en el estilo de vida.

También es diferente con lo encontrado por Gutiérrez C, (80). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos de las manzanas del 56 – 60 de la Urbanización José Santos Chocano Collique III zona – Lima, 2014. Donde concluye que existe relación estadísticamente significativamente entre el estilo

de vida de la persona adulta con el sexo pero son similares en relación a la edad donde no influye en el estilo de vida.

En las personas adultas del distrito de Aquia- Bolognesi, ancash se obtuvo que la edad se relaciona con el estilo de vida, esto se puede explicar con algunas teorías como las de Vives A, (81). Quien refiere que las etapas de la vida no son un factor decisivo en los hábitos o estilos de vida que uno lleva, cada persona es independiente de optar decisiones que lleven a tener una vida sana a cualquier edad, esto dependerá de los conocimientos que tenga la persona.

Tenemos otras teorías que avalan nuestro resultado como el de Elliot D, (82). Explica que aproximadamente que entre los 14-15 años se suscitan conductas múltiples de riesgo para la salud modificando así el estilo de vida

Sin embargo, hay estudios que encuentran relación entre la edad y el estilo de vida, así lo afirma Cruz E, (83). En su estudio de investigación explica que los estilos de vida están relacionados con las etapas de la vida (aspectos biológicos) ya que están condicionados a través de experiencias de aprendizaje a lo largo de la vida, por lo tanto la edad influye a adquirir o modificar comportamientos, en cada ciclo de vida, así como también influyen los factores genéticos y conductuales en el estilo de vida de uno.

Por otro lado encontramos teorías que mencionan que si tiene relación la edad con el estilo de vida esto lo afirma Fernández N, (84). Intenta mostrar en su libro que llegado a la etapa de la adultez una persona tomando decisiones permanentes e importantes que aún van afectando su estilo de vida lo cual demuestra que aún en esta etapa no se ha encontrado la madurez suficiente en la toma de decisiones. Es decir, los años adultos tienen un gran potencial de desarrollo intelectual emocional y aún físico.

Como también afirma que los avances importantes ocurren durante temprana edad adulta periodo entre los 20 y 40 años, a través de la edad media de los 40 a los

65 años y a través de los últimos años de la vida a los 65 y después. Algunos de estos avances suceden como resultado de los papeles nuevos y significativos que mucha gente asume en la edad adulta: como trabajador, esposo y padres. Estos les afectan en la manera de como la gente piensa y llega actúa (84).

En los resultados encontrados en los adultos del distrito de Aquia- Bolognesi, ancash, se obtuvo que el sexo no se relaciona con el estilo de vida, esto se puede explicar porque el hombre y la mujer tienen exactamente las mismas capacidades físicas e intelectuales. Las diferencias actuales a tener un estilo de vida saludable o no saludable responden a una diferencia de práctica cultural, desde que los hombres asignaron un papel determinado a la mujer, esta se vio sometida a alimentarse de una forma diferente y a realizar actividades diferentes. Pero el correr de los siglos, esas prácticas diferentes dejaron su huella tanto en el aspecto físico, emocional, en la forma de relacionarse con el medio ambiente y el modo de actuar frente a una situación que puede ser adecuada o inadecuada para su salud (85).

Valverde S, (86). En su investigación analiza que la variable sexo no tienen relación significativa, considerando que el sexo no es un factor predominante en el estilo de vida que uno lleva, pues cada quien es responsable y dueños de sus propios actos. Tanto el varón como la mujer están aptos y en la capacidad de decisión de llevar un buen estilo de vida.

Otro autor menciona lo contrario a nuestro resultado es el de Martínez A, (87). Donde afirma que el género viene a ser un factor predominante en la salud de una persona, pues es el género quien determina desigualdades entre hombres y mujeres. Puesto que cada uno de ellos tienen diferencias bien marcadas en los hábitos y estilos de vida que cada uno lleva.

Bennasar M, (88). Intenta mostrar en un estudio publicado sobre el estilo de vida en estudiantes universitarios, que la mayoría de las mujeres tienen mejor estilo de vida

a comparación de los varones, ya que las mujeres no tienen los mismos hábitos que los varones, puesto que se observó que las mujeres beben menos alcohol, fuman menos o no lo hacen, mientras que los varones por su parte, viven una vida más liberada.

Así también lo afirma Levin J, (89), en donde afirma que el estilo de vida radica principalmente en tipo de sexo, esto quiere decir que los varones están más propensos a llevar una vida no saludable puesto a que a diferencia de las mujeres tienen al mayor consumo de bebidas alcohólicas, consume de cigarrillos y otros otros hábitos que inclinan a llevar un estilo de vida no saludable. A parte del tipo de sexo considera otras variables como la edad, el nivel socioeconómico, las experiencias vividas y no vividas, que pueden inclinar a llevar Buenos hábitos.

En cuanto al factor biológico edad que si existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y el factor biológico edad, y presentan un estilo de vida no saludable, esto se debe a que la población tiene una vida muy agitada en especial las mujeres porque al pesar que realizan sus labores domésticas en casa ellos ayudan a sus esposos en la chacra es por ello que adquieren malos hábitos alimenticios como comer a deshoras por el mismo trabajo y así descuidando un poco su hogar trayendo como consecuencias enfermedades crónicas no transmisibles tales como obesidad, diabetes, hipertensión, enfermedades pulmonares, anemia.

En cuanto al factor biológico sexo no existe relación estadísticamente significativa con el estilo de vida esto se puede explicar porque no se elige el sexo ya que es una construcción determinada por la naturaleza, que viene dada desde el nacimiento. No interesa que sean hombres o mujeres para que lleven estilos de vida saludable o no saludable, ahora hombres y mujeres realizamos las mismas actividades y tenemos los mismos derechos el que elijan tener buenos o malos hábitos de vida depende mucho de la decisión de cada individuo por lo tanto el sexo no influye en el estilo de vida que elija la persona.

#### **TABLA 4:**

En cuanto al estilo de vida y los factores culturales de los adultos del distrito de Aquia- Bolognesi, ancash,2018, al relacionar dichos factores se observa que el 11.76% (4) tienen un grado de instrucción primaria completa teniendo un estilo de vida saludable y el 31.25 %(30) presentan un estilo de vida no saludables. Por otro lado se observa que el 61.76 %(21) son de religión católica teniendo un estilo de vida saludable, y el 64.58 % (62) presentan un estilo de vida no saludable.

Se muestra la relación entre los factores culturales y el estilo de vida, al relacionar el grado de instrucción con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi-cuadrado de Independencia ( $\chi^2 = 13, 277$  y  $p < 0,05$ ) encontramos que existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables. Así mismo muestra la relación entre la religión y estilo de vida, haciendo uso del estadístico Chi-cuadrado de Independencia ( $\chi^2 = 0,528,2gl$  y  $p > 0,05$ ) se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre la religión y el estilo de vida.

Los resultados encontrados en la presente investigación se relacionan, al estudio realizado por Engreiros L, (56), en su estudio Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales de los Adultos Del Caserío De Carianpampa- Huaraz, 2012. Al relacionar el grado de instrucción, encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables. Asimismo se encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre la religión y el estilo de vida.

Así mismo tienen relación con lo encontrado por Roque R, (79). En su investigación titulado: Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos de la Asociación de Choferes y Propietarios de la Ruta Huaraz – Caraz, 2015. Se encontró que el grado de instrucción y la religión no tiene relación estadísticamente significativa con el estilo de vida.

También se relaciona con lo encontrado por Solís, B. y Chancahuaña, P. (90), en su estudio sobre “Estilo De Vida Y Factores Biosocioculturales De La Persona Adulta Del Centro Poblado Huallcor-Huaraz 2012”. Concluyendo que si existe relación estadísticamente significativa entre el grado de instrucción y el estilo de vida. Así mismo la religión no tiene relación significativamente con el estilo de vida.

Pero encontramos resultados que difieren con nuestro estudio como el de Lino N, (91). En su estudio: de vida y factores biosocioculturales de los adultos del Barrio de los Olivos sector “O” – Huaraz, 2014. Donde concluye que en el grado de instrucción sí existe relación estadísticamente significativa con el estilo de vida. Pero son similares respecto a que no existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y la religión.

Igualmente los resultados difieren con lo obtenido por Zegarra S, (92). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la Persona Adulta Joven en el Asentamiento Humano Villa Primavera – Sullana, 2013. Donde concluye que en el grado de instrucción y la religión sí existe relación estadísticamente significativa con el estilo de vida.

Otro resultado que difiere es lo obtenido por Cárdenas L, (93). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la persona adulta de la Cooperativa 28 de Agosto – la Yarada. Tacna, 2013. Donde concluye que en el grado de instrucción sí existe relación estadísticamente significativa con el estilo de vida. Pero son similares respecto a que no existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y la religión.

Al indagar los resultados, llegamos a la conclusion que no existe relacion estadistica entre el grado de instruccion y el estilo de vida. Espinoza L, (94). En su investigación que realiza dice que la parte economica influye directamente en el estilo

de vida de la población, concluyendo que no existe relación estadística entre estas dos variables. Siendo la economía un factor importante en el estilo de vida que uno lleva.

También encontramos Durán R, (95). En su estudio realizado menciona que el progreso tecnológico es la variable predominante para el estilo de vida, ya que el avance tecnológico trae consigo variaciones ambientales sociales y culturales, influyendo en forma directa el estilo de vida. La tecnología trae consigo modernidades (máquinas, videojuegos etc.) que son los causantes para mantenernos ocupados en ellos y desequilibrar nuestro estilo de vida.

. Si bien es claro día a día la tecnología avanza trayendo consigo progreso para la sociedad del mismo modo viene acompañado de factores negativos cambiando nuestro estilo de vida.

Así mismo tenemos a Mayo I y Gutiérrez A, (96). Menciona que no hay relación entre estas variables (grado de instrucción y estilos de vida), explicando que el grado de instrucción no influye directamente en el estilo de vida de una persona, se puede mencionar que antiguamente no se contaba con una educación adecuada lo cual no impedía llevar un buen estilo de vida.

La educación afecta positivamente el estado de salud a través de la adquisición de estilos de vida saludables. Así, Guerrero L y León A, (97). Señala que la formación y el tipo de vida que lleva un individuo influye directamente con la salud y la educación, ya que a través de la enseñanza se producen cambios positivos en las actitudes del que aprende. El comportamiento de una persona está en base a la educación que tiene del mismo modo a la educación familiar, educación escolar, con el tipo de personas que uno se relaciona y al nivel intelectual. Del mismo modo tiene que ver con nuestro sentir, pensar y nuestras respectivas creencias.

Las Instituciones educativas (Colegios, Universidades, Institutos y otros), favorecen en gran magnitud al proceso de aprendizaje, permitiendo un crecimiento

individual y colectivo de la persona, los centros educativos cumplen un rol muy importante en la formación de la persona, pues se encargan de impartir una serie de conocimientos que serán la base para afrontar a la sociedad y al mundo tan competitivo que tenemos día a día, (98).

Para Navarro B, (99). Da referencia que la base de la educación se da en los comienzos de la vida, es decir que ese es en los primeros años de vida, siendo ahí donde se da la formación de una persona, otro variable importante es el hábitat donde uno se desarrolla, ya que influye directamente el con quien nos relacionamos para llevar una formación definida. Esto quiere decir si mantenemos contacto con un buen ambiente (ecológico) y buenas relaciones sociales (personas) hará que tengamos una mejor vida y consigamos un mayor estilo de vida.

Al analizar los resultados encontramos que no existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y la religión según Villena O, (100). Dice que la religión y estilo de vida no tienen relación, es decir, la religión no influye en nada para que la persona tenga un estilo de vida saludable, debido a que las prácticas religiosas son una serie de costumbres que el hombre va reformando día a día dependiendo de las influencias de los diferentes tipos de creencias y el estilo de vida va estar dado por comportamientos que el ser humano va adoptando a lo largo de su vida sin importar el tipo de religión que profese.

Actualmente a nivel mundial existen muchas religiones, siendo en muchos países libre cada uno de elegir la religión que desea seguir, generalmente en muchos de los casos uno sigue la religión de nuestros antepasados, cada persona creyente está netamente convencido de la religión que lleva, siendo entonces que la religión no influye en el estilo de vida (101).

La calidad de vida nunca ha dependido de los hábitos religiosos. Sí es cierto que, especialmente en las personas de edad avanzada, la vivencia de sentimientos religiosos

y la práctica habitual de ritos influyen positivamente en ella, la conciencia de la sociedad que la calidad de vida depende fundamentalmente de cuestiones psicológicas, del ánimo vital especialmente, del influjo de los sentimientos, del control de las emociones, del trabajo por mejorar lo que antes se denominaban pasiones (102).

Sin embargo Morales L, (103). Trata de explicar que el espiritualismo y la religion actuan en forma conjunta, ya que lo espiritual va relacionado con la formacion de valores, principios y la union con Dios, y es por medio de la religion que contribuye a fortalecer e ir desarrollando la espiritualidad de cada uno de nosotros, ( 103).

La religión y creencias que cada cultura a desarrollado a lo largo de la historia marcan el estilo de vida que uno lleva. Cada cultura y religion tienen diferentes formas de alimentación, alimentos que son ingeridos no solo para alimentar y fortalecer el cuerpo físico sino también el cuerpo espiritual (104).

Al analizar los resultados, encontramos que si existe relacion estadísticamente significativa entre el grado de instruccion y el estilo de vida, esto se debe posiblemente a que los adultos del presente estudio tienen instruccion primaria y tienen estilos de vida no saludable esto demuestra que si se relaciona el estilo de vida con el grado de instruccion, ya que podemos afirmar a mayor nivel de instruccion el estilo de vida mejora y que a menor nivel de instruccion el estado de salud y el estilo de vida empeora.

Si bien, los estilos de vida de las personas adultas del distrito de Aquia-Bolognesi, tienen relación con el nivel educativo, es lógico afirmar que la educación es un factor cultural que es esencial en la calidad de vida de las personas y en su nivel de salud y es uno de los pilares sobre los cuales se sostiene el desarrollo humano. En tal sentido, la educación juega un rol fundamental, pues actúa de manera directa sobre la inteligencia y las habilidades cognoscitivas, y también en el desarrollo de competencias y de estilos de vida saludables.

Podemos decir que el grado de instrucción es un factor que predispone directamente el estilo de vida del ser humano, no importa el grado de estudio tenga la persona para que desarrolle su estilo de vida saludable, existen otros factores que están condicionando el estilo de vida, porque el ser humano es un ser con la capacidad de razonar y decidir sus comportamientos, llevándolo a un estilo de no saludable o poco saludable.

La religión católica es un sentido en la vida que actúa como un escudo frente a los problemas cotidianos o a las catástrofes personales, como la pérdida de un trabajo o mas aún, de un ser querido que reforzamos mediante un oración y la creencia en nuestros santos. Mas no influye en los hábitos saludables que puedan tener las personas, es por ello que no existe relación entre el estilo de vida y la religión ya que la religión en este caso la católica nos fortalece espiritualmente.

#### **TABLA 5**

En cuanto a la relación entre factores sociales y el estilo de vida, de ambos sexos, quienes residen en el distrito de Aquia- Bolognesi, Ancash se observa que el 41.18 % (14) que son casados tienen un estilo de vida saludable, mientras que el 38.54% (37) de los casados tienen estilos de vida no saludables. Por otro lado se observa que un 35.29% (12) de la población son agricultores y tienen estilo de vida saludable y el 66.67 % (64) de los agricultores tienen un estilo de vida no saludables. Por último, se muestra que el 58.82 % (20) con ingresos económicos entre 100 a 599 nuevos soles mensuales tienen estilo de vida saludables y el 54.17 % (52) con este mismo ingreso económico mensual tienen estilos de vida no saludables.

Se muestra la relación entre los factores sociales y el estilo de vida.

Al relacionar el estado civil con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi-Cuadrado de Independencia ( $\chi^2 = 5,361$ ; 4gl y  $p > 0,05$ ) encontramos que no existe

relacion estadisticamente significativa entre ambas variables asi mismo se muestra la relacion con la ocupacion y el estilo de vida, haciendo uso del estadístico Chi-Cuadrado de Independencia ( $\chi^2 = 12,750$ ; 5gl y  $p < 0,05$ ) Se encontro que existe relacion estadisticamente significativa entre las variables. Tambien se muestra la relacion entre los ingresos economicos y el estilo de vida utilizando del estaditico Chi-Cuadrado de Independencia ( $\chi^2 = 10,358$ ; 3gl y  $p < 0,05$ ) se encontro que existe relacion estadisticamente significativa entre el ingreso economico y el estilo de vida.

Se muestra la relación entre los factores sociales y el estilo de vida. Al relacionar el estado civil con el estilo de vida utilizando el estadístico Chi-Cuadrado de Independencia ( $\chi^2 = 5,361$ ; 4gl y  $p > 0,05$ ) encontramos que no existe relación estadísticamente significativa entre ambas variables. Así mismo se muestra la relación con la ocupación y estilo de vida, haciendo uso del estadístico Chi-Cuadrado de Independencia ( $\chi^2 = 12,750$ ; 5gl y  $p < 0,05$ ) se encontró que existe relación estadísticamente significativa entre las variables. También se muestra la relación entre los ingresos económicos y el estilo de vida utilizando del estadístico Chi- Cuadrado de Independencia ( $\chi^2 = 10,358$ ; 3gl y  $p < 0,05$ ) se encontró que existe relación estadísticamente significativa entre el ingreso económico y el estilo de vida.

Estos resultados son similares a la investigación que realizo Castillo, R. (105), en su estudio titulado “Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos Del Centro Poblado Menor de Shiqui-Catac, 2012”. Donde concluye que los factores sociales, y la variable estado civil no tiene relación estadísticamente significativa con los estilos de vida, mientras que las variables ocupación e ingreso económico si tienen relación estadísticamente significativa con los estilos de vida.

Así mismo son similares realizadas por Rosas, L. (82), en su studio titulado estilo de vida y facores biosocioculturales de la mujer adulta del centro poblado elegidos del Norte-Piura, 2012. Coincide en que no existe relacion estadisticamente

significativa entre el estado civil y los estilos de vida, del mismo modo si existe relación estadísticamente significativa entre la ocupación, ingreso económico y los estilos de vida.

Estos resultados son similares a la investigación que realizó Bolo, E. (127), en su investigación *Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto Joven del A.H. “Santa Irene”- Chimbote, 2012*. En donde concluye que no existe relación estadísticamente significativa entre el estado civil con el estilo de vida, que si existe relación estadísticamente significativa entre la ocupación e ingreso económico y el estilo de vida.

Por otro lado difieren de los resultados encontrados por Aguirre, B. (128), en su estudio titulado *“Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales de la Persona Adulta en el Distrito de Cura Mori-Piura, 2012*. Concluyendo que existe relación estadísticamente, entre el estado civil y el estilo de vida, y por lo contrario que no existe relación estadísticamente significativa entre la ocupación, ingreso económico y los estilos de vida.

También encontramos estudios con resultado diferente a nuestro estudio así tenemos a Nuñez M, (106). En su estudio: *Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto del distrito de Huasta –Bolognesi, 2015*. Donde reportó que si tienen relación estadísticamente significativa el estilo de vida con la ocupación y el ingreso económico. Pero son similares en donde reporta que no tienen relación estadísticamente significativa el estilo de vida con el estado civil.

Este resultado difiere con lo encontrado por Estelita F, (107). En su estudio: *Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto Joven Varón del Centro Poblado Rinconada – Chimbote, 2013*. Quien muestra que si tienen relación estadísticamente significativa el estilo de vida con la ocupación y el ingreso económico.

Pero son similares porque encontró que no existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida con el estado civil.

Así mismo difieren en lo encontrado por Chinguel G, (108). En su estudio: Estilos de vida y factores biosocioculturales de la persona adulta del A.H. Victor Raúl – Piura, 2013. Donde reportó que si existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida con el estado civil y el ingreso económico. Pero son similares en donde dice que no tiene relación estadísticamente significativa el estilo de vida con el estado civil.

En la presente investigación realizada los resultados difieren con lo encontrado por Castro W, (109). En su estudio: Estilos de Vida y Factores Biocioculturales del Adulto Mayor del A.H. Ramiro Priale – Chimbote, 2013. Donde reporto que si tienen relación estadísticamente significativa la ocupación y el ingreso económico el estilo de vida, pero coincide en que no encuentra relacion estadisticamnete significativaentre el estado civil y el estilo de vida.

Al analizar la variable estado civil se encontró que no existe relación estadísticamente significativa con el estilo de vida, el estado civil es un conjunto de situaciones jurídicas a partir de las cuales se relacionan las personas con su familia de procedencia, o que han formado y con elementos de la personalidad jurídica, que son fundamentales en sí mismos, es así como el estado civil se constituye como un atributo fundamental de la personalidad, ya que ésta se encarga de identificar entre otras funciones, a las personas y se elige con un derecho constitucional, por medio del cual se defiende que toda persona, sin distinguir su condición, pueda tener derechos y contraer obligaciones (110).

Encontramos a Retuerce M, (111). Manifiesta que el estado civil no es relevante en el estilo de vida, ya que muchas personas se sienten felices y cómodas con su condicion ya sean solteros, comprometidos casados, ya que la felicidad de cada uno depende unicamente de la formacion y de las experiencias vividas de uno mismo.

Así mismo lo afirma Rosow A, (112). Los resultados obtenidos en el presente trabajo nos muestran que no existe relacion alguna entre el estado civil y el estilo de vida que llevamos, el hecho de estar soltero o casado no influye a que uno cambie su estilo de vida, en la actualidad muchas personas deciden no contraer matrimonio y prefieren la convivencia, pero es en muchos casos que la cultura que tenemos nos conlleva a mantener costumbre, tradiciones, lenguas, religiones.

También hay estudios que mencionan que el estado civil se relación con el estilo de vida Acosta K, (113). Indica que después de la educación, es el estado civil el que más contribuye a la incidencia negativa del estilo de vida en las mujeres. Esto se explica porque las mujeres casadas tienen mayor riesgo de obesidad, porque la mayor parte del tiempo pasa en sus domicilios al cuidado de sus hijos y del hogar, consumiendo una diversidad de alimentos y realizando poca actividad física.

Encontramos otra teoría que contradice nuestro resultado como el de Maturana R, (114). Explica que la nupcia (matrimonio) en general, parece ser saludable. La gente casada tiene menos imposibilidades o situaciones crónicas que limitan sus actividades y pueden llevar vidas más saludables y seguras que la gente soltera, debido a que los esposos pueden cuidarse entre sí, proporcionarse mutua compañía ofreciéndose apoyo emocional y se facilitan la vida el día a día.

Además, el Doctor Haslam D, (115). Explica que vivir con pareja puede ser el motivo de subir de peso, debido a que ahora ingerira gustos con comidas empalagosas. Cuando varia ese nuevo régimen alimenticio: de convivencia; la mayoría de las mujeres tienden a subir de peso una vez que cohabitan, ya que empiezan compartir comidas con hombres, quienes tienen necesidades energéticas más altas y más apetito. Además, hacen menos ejercicio cuando tienen un compañero y van a cenar a restaurantes mucho más a menudo que cuando estaban solteras, cayendo en excesos no habituales.

Al evaluar la variable ocupación se encontró que existe relación estadísticamente significativa con el estilo de vida, la OMS manifiesta que en entornos laborales saludables, no garantiza que los trabajadores experimentan una salud excelente. La salud de una persona depende mucho de los hábitos que posee, (116).

Rueda L, (117). Menciona que la ocupación no se encuentra vinculado a los estilos de vida en el individuo, sin embargo se da a entender que están vinculados a los hechos del mundo a través de un saber hacer, por lo tanto los aspectos del saber son exactamente teóricos, circunscritos al establecimiento de una ciencia de la ocupación y los aspectos centrados preferentemente en el saber qué hacer, por lo tanto, la generación de herramientas para el desarrollo de la disciplina específica, renovado por la investigación para su aplicación y demandas de la vida cotidiana; que conducen a cumplir con intereses sociales, estéticos, terapéuticos, económicos, científicos.

En nuestra actualidad en nuestro País se desempeñan diferentes ocupaciones pero ello no influye en el estilo de vida que lleva, es decir tanto un agricultor como un abogado pueden gozar de Buena salud, esto dependiendo al contexto donde se desarrollan y a los hábitos que cada uno posee. Si bien los horarios y los ambientes donde uno desarrolla su labor repercuten en la salud, pues siendo los trabajadores ambulantes y/o los que laboran en las calles están más propensos a sufrir enfermedades y llevar una vida no saludable, (118).

Sin embargo contrario al resultado es lo que afirma Jaramillo M, (119). Indica que la ocupación en que una persona se encuentra día a día influye en forma directa con su personalidad y del mismo modo con su salud. El realizar ocupaciones productivas y de bien a la sociedad, conlleva a realizarnos y fortalecernos como persona ya sea en forma individual o en forma colectiva.

Como también sugieren Reed K y Sanderson S, (120). Actualmente el ser humano desarrolla una infinidad de actividades en su vida cotidiana, siendo actividades

buenas y malas, e incluso existen juegos que no son de gran ayuda en el desarrollo personal de cada uno, a medida que pasan los años y la tecnología va en aumento se suscitan juegos cibernéticos que no son de mucha ayuda para la persona, antiguamente se practicaban juegos como el ajedrez, el ludo y otros, permitiéndonos un desarrollo mental y psicológico en la persona.

En esta investigación se encontró que el ingreso económico no tiene relación estadística con el estilo de vida. Hay referencias que mencionan que el ingreso económico deja de ser el factor económico condicionante del estilo de vida saludable. Demostrando así la capacidad de los pobladores para la distribución equitativa de dinero para la satisfacción de las necesidades de primer orden, no se confirma que los ingresos económicos influyan de manera directa en el estilo de vida (121).

Del mismo modo tenemos Vargas F, (122). Indica que el estilo de vida y el ingreso económico no tienen relación estadísticamente significativa. Considerando que la variable más importante para tener un mayor estilo de vida es la familia o individuo. Con esto quiere decir que la parte económica no es un factor predominante para mantener buenos hábitos, no siempre las personas que tienen un buen estado económico gozan de un buen estilo de vida, dando mayor realce a la importancia de la familia y su formación como tal, la forma de ser de cada uno determina nuestros respectivos estilos de vida.

Para Arellano R, (123). Trata de explicar que lo más importante es el dinero, ya que orienta al ahorro o al gasto, las selecciones racionales o emocionales, la tendencia de la búsqueda de información, la necesidad de estatus a través de la compra, etc. Estos estilos ayudan a explorar la elección de la marca, las motivaciones personales, las creencias y percepciones acerca de los productos y servicios.

En relación a nuestro estudio también encontramos teorías en las que afirman que el estilo de vida se relaciona con el ingreso económico, tenemos a Martínez F, (124).

La situación económica con la que cuenta una persona (bienes) marca el estilo de vida de la persona, existiendo una relación entre la situación económica y el estilo de vida. El aspecto económico es un recurso que permite gozar de muchos beneficios, como el de poder asistir a buenos centros educativos y por consiguiente tener mejor educación, del mismo modo asistir a mejores centros de salud y ser atendidos por mejores especialistas y permitirnos tener mejor salud que otras personas que carecen de este recurso económico, en general el contar con este recurso como es el dinero nos permite tener muchos accesos y privilegios que nos permitirán llevar un estilo de vida adecuado..

Además, Sen A, (125). intenta mostrar que el no contar con un ingreso económico conveniente afecta de manera nefasta a la salud, ya que limita las capacidades básicas, las cuales permite reconocer que el no generar ingresos económicos es un problema más para la salud. Las personas que tienen mayores ingresos económicos disfrutan de una mejor salud a la diferencia de las personas de bajos ingresos. Esta relación persiste, independientemente del sexo, la cultura o la raza, aunque las causas de la enfermedad y la muerte pueden variar.

Los pobres enferman debido a la ausencia de precondiciones materiales de la salud, como dieta deficiente, malas condiciones de la vivienda, hacinamiento, exposición a la violencia, contaminantes medioambientales también refiere que no se trata de negar a la pobreza como explicación, sino entenderla como una condición compleja, con múltiples dimensiones, entre las cuales la económica es una de ellas (123).

Además Chande R y Cornejo E, (126). Describe que el ingreso económico ofrece una serie de satisfacciones muy grata en la vida del ser humano, permitiendo una gran socialización e imprimiendo un sentimiento de utilidad, están ligadas con el deseo de vincularse a la práctica ocupacional y a las oportunidades que ayudan a sentirse bien y mantener la propia admiración.

Al analizar los resultados de los adultos encontramos que no hay relación estadísticamente significativa entre ambas variables.

Lo cual indica que el estado civil es una condición particular y legal entre dos personas, pero esto no quiere decir que al adoptar un estado civil nos da una forma de conducta de vida adecuada o no, porque estas conductas son asimiladas a través de la familia que es independiente de la condición, lo que se observa es que el estilo de vida de las familias se decide por las costumbres transmitidas de generación en generación y que ellos lo consideran bien para su progreso

En cuanto a la ocupación y el estilo de vida de los pobladores del distrito de Aquia sí encontramos relación estadísticamente significativa entre ambas variables. Pues vemos que, en nuestra población de estudio, el mayor porcentaje de ocupación son agricultores que en su gran mayoría adoptan estilos de vida no saludables. se explica que las personas que trabajan tienen una vida muy agitada por el horario de trabajo, si bien es cierto que la jornada laboral de una persona debe ser de 8 horas al día y 48 horas a la semana, esto no sucede en la población ya que vemos que la mayoría de personas trabaja más de 12 horas al día, por eso casi no tiene tiempo para tener una adecuada alimentación, para hidratarse, descanso de trabajo, las mujeres participan en los cuidados de los hijos, en labores de la chacra así ayudando a la pareja para solventar los gastos del hogar, dejan de lado los problemas de salud que los aquejan y viven estresados.

Por último, el ingreso económico los pobladores del distrito de Aquia sí encontramos relación estadísticamente significativa entre ambas variables ya que su ingreso económico es entre 100 a 599 soles mensuales lo que es un ingreso bajo y pues la economía es necesaria en el hogar para poder gozar de alimentación saludable, recreación, servicios de salud entre otras cosas y por ende tener una mejor calidad de vida. Se pudo observar que muchas de las personas adultas por no tener la suficiente

economía restringen todo esto es por eso que presentan estilos de vida no saludables. Pero además de estos factores circunstanciales debemos considerar el factor de las decisiones personales que influyen en el modo de vida individual o familiar sin importar el nivel de ingresos. Sin embargo el estilo de vida se determina por las circunstancias y las decisiones que toman las personas, de manera consciente, sobre la forma que eligen para vivir.

## V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES:

### 5.1 Conclusiones:

- En el distrito de Aquia-Bolognesi-Ancash, la mayoría de los adultos presentan un estilo de vida no saludable y un porcentaje mínimo presentan un estilo de vida saludable.
- Respecto a los factores biosocioculturales: La mayoría profesa la religión religiosa, más de la mitad son de sexo femenino, con ingreso económico 100 a 599 nuevos soles, la mitad tiene grado de instrucción primaria completa e primaria incompleta, menos de la mitad son adultos maduros, con estado civil casado, ocupación agricultor.
- No existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales: sexo, religión, estado civil, al aplicar la prueba de independencia de criterios Chi – cuadrado. Si existe relación estadísticamente significativa entre el estilo de vida y los factores biosocioculturales edad, grado de instrucción, ocupación, ingreso económico.

### **5.1 Recomendaciones:**

- Dar a conocer al personal del Puesto de salud del distrito de Aquia, los resultados del presente trabajo de investigación y coordinar para promover actividades preventivas de salud y mejorar su calidad de vida realizando temas referentes al estilo de vida.
- Difundir los resultados obtenidos en la presente investigación y continuar realizando estudios en el area de salud de los adultos a fin de promover, mejorar y ampliar los conocimientos para mejorar la calidad de vida en los adultos.
- Dar a conocer los resultados y recomendaciones de la presente investigación a las diferentes autoridades del distrito de Aquia para poder fortalecer estrategias educativas en temas referentes al estilo de vida saludables.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Uniminuto. Calidad y hábitos de vida [Documento de internet] Bogota: Bienestar UVD; publicado el 10 setiembre del 2014 [Citado el 09 de setiembre del 2017] [Alrededor de 1 planilla]. Disponible desde el URL: [http://www.uniminuto.edu/web/bienestaruvd/vida-saludable/-/asset\\_publisher/HBJfz6IGSN46/content/calidad-y-habitos-de-vida](http://www.uniminuto.edu/web/bienestaruvd/vida-saludable/-/asset_publisher/HBJfz6IGSN46/content/calidad-y-habitos-de-vida)
2. Bardález C, la salud en el Perú. Consorcio de investigación económica y social. [Documento en Internet]. [Citado 10de setiembre del 2017]. [09 páginas]. Disponible en URL: <http://www.bvsde.paho.org/bvsacd/cd67/saludenelperu.pdf>
3. García L, Estilos de Vida (Spanish). Hacia La Promoción De La Salud. [Documento en Internet]. [Citado 10de setiembre del 2017]. [08 páginas]. Disponible en URL: <https://www.estilos de vida.gob.sv/archivos/pdf/>.
4. Ministerio de salud el Salvador Unidos Crecemos Todos [Documento de internet] El Salvador: estilos de vida saludable; [Citado el 26 de diciembre del 2017] [Alrededor de 4 planillas]. Disponible desde el URL: [https://www.salud.gob.sv/archivos/pdf/telesalud\\_2016\\_presentaciones/presentaciones12072016/ESTILOS-DE-VIDA-SALUDABLE.pdf](https://www.salud.gob.sv/archivos/pdf/telesalud_2016_presentaciones/presentaciones12072016/ESTILOS-DE-VIDA-SALUDABLE.pdf)
5. Organización Mundial de la Salud OMS. Vida saludable [Documento en Internet]. [Citado 10de setiembre del 2017]. [1 páginas]. Disponible en URL: <http://www.who.int/es/>.
6. Chaney C. Estilos de vida. Edición 2017 Disponible en URL:[https://es.wikipedia.org/wiki/wikipedia\\_texto\\_de\\_la\\_licencia\\_creative\\_commons\\_atribuci%c3%b3n-compartirIgual\\_3.0\\_Unported.31mayo2017](https://es.wikipedia.org/wiki/wikipedia_texto_de_la_licencia_creative_commons_atribuci%c3%b3n-compartirIgual_3.0_Unported.31mayo2017).
7. Fundación Universia. Tienes una Vida Saludable [Documento de internet]; publicado el 05 de abril del 2017 [Citado el 27 de diciembre del 2017]

- [Alrededor de 1 planilla]. Disponible desde el URL:  
<http://noticias.universia.edu.pe/cultura/noticia/2017/04/05/1151282/vida-saludable.html>
8. Ministerio de Salud lineamientos para la dirección general de las personas adultas mayores [Serie Internet] [Citado el 2017 set 05] [Alrededor de 1 planilla]. Disponible desde el URL:  
<http://www.upch.edu.pe/vrinve/gerontologia/minsapdf/lineamientos.pdf2>.
9. Cconsumer. Estilos de Vida en el Perú [Documento de internet] Perú; [Citado el 27 de diciembre del 2017] [Alrededor de 1 planilla]. Disponible desde el URL:  
<https://cconsumer.wordpress.com/comportamiento-del-consumidor-2/los-estilos-de-vida-en-el-peru/>.
10. Puesto de Salud la Cano Sistema de Vigilancia Comunitaria (SIVICO) sector Asentamiento Humano Estrella del Nuevo Amanecer.
11. Leignagle J, Valderrama G, Vergara I. Estilo de vida y sentido de vida en estudiantes universitarios. [Documento en internet]. Panamá. [Citado el 10 de noviembre del 2017]. Disponible desde el URL:  
<http://usmapanama.com/wpcontent/uploads/2011/10/INFORME-FIN...>
12. Díaz F. Percepción del estado de salud y estilo de vida en trabajadores de una refinería. [Tesis para optar el grado de magister en enfermería]. Universidad Autónoma de Nuevo León. España. [Citado el 12 de noviembre del 2017]. Disponible desde el URL: <http://eprints.uanl.mx/1798/1/1080093843.PDF>
13. Quiroga I, Estilos de vida en personas adultas con diabetes mellitus 2. [Revista en internet]. México; [Citado 12 de noviembre del 2017]. [1 pantalla]. Disponible en URL <http://dgsa.uaeh.edu.mx/revista/sicologia/>
14. Ramos C, Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales en el adulto sector VI.

- Chonta – Santa Maria. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería].  
Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2016.
15. Vilchez M. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de adultos maduro del asentamiento humano 10 de setiembre -Chimbote. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Chimbote:Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2017
16. Atoche J. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la persona adulta en la caleta el Ñuro – los Órganos – Talara 2017. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Chimbote:Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2017.
17. Mendoza S. Estilos de Vida y Factores de los adultos de la Comunidad de Collcapampa, Huaraz. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2015
18. Nuñez M. Estilos de Vida y Factores de los adultos del Distrito de Huasta – Bolognesi. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2015.
19. Ramirez L. Estilos de Vida y Factores de los adultos custodios del Orden de las Fuerzas Policiales de la Comisaria de Huaraz. [Tesis para optar el título de licenciada en enfermería]. Chimbote: Universidad Católica los Ángeles de Chimbote; 2016.
20. Arellano R. Marketing [Documento de internet] Estilos de Vida en el Perú; [Citado el 28 de diciembre del 2017] [Alrededor de 15 planillas]. Disponible desde el URL: <https://es.scribd.com/doc/12770553/ESTILOS-DE-VIDA-SEGUN-ROLANDO-ARELLANO>
21. Congreso internacional Estilos de Vida Saludables [Documento de internet]

Estilos de Vida Saludables; [Citado el 28 de diciembre del 2017] [Alrededor de 4 planillas]. Disponible desde el URL: <http://www.acmor.org.mx/cuam/2009/Humanidades/338Cog%20Univ%20Marcelino%20Champag-Estilos%20de%20vida%20saludables.pdf>

22. Crónica ONU [Documento de internet] Enfermedades relacionadas con el estilo de vida; [Citado el 28 de diciembre del 2017] [Alrededor de 2 planillas]. Disponible desde el URL: <https://unchronicle.un.org/es/article/enfermedades-relacionadas-con-el-estilo-de-vida-una-carga-econ-mica-para-los-servicios-de>

23. Bustamante K. [Documento de internet] Estilos de vida saludable para vivir publicado el 27 diciembre del 2016 [Citado el 09 de setiembre del 2017] [Citado el 30 de diciembre del 2017] [Alrededor de 1 planillas]. Disponible desde el URL: <http://vital.rpp.pe/expertos/estilos-de-vida-saludables-para-vivir-mas-y-mejor-noticia-1019427>

24. Maya L. estilos de vida saludables: componente de la calidad de vida. [Documento en internet]. Colombia; 2001. [Citado 10 de diciembre del 2017]. [Alrededor de 3 pantallas]. Disponible en URL: <http://www.funlibre.org/documentos/lemaya1.htm>

25. Pender N. Promoción de la salud, dimensiones en salud: [Documento en internet]. [Citado 10 de diciembre del 2017]. [Alrededor de 7 pantallas]. Disponible en URL: [promocion.de.la.salud.stareas.com/ensayos](http://promocion.de.la.salud.stareas.com/ensayos)

26. Ministerio de Salud Argentina. [Documento de internet] Argentina, Actividad Física; [Citado el 31 de diciembre del 2017] [Alrededor de 1 planilla]. Disponible desde el URL: <http://www.msal.gob.ar/ent/index.php/informacion-para-ciudadanos/actividad-fisica>

27. Consultas Salud y bienestar. [Documento de internet] estres; [Citado el 31 de

- diciembre del 2017] [Alrededor de 1 planilla]. Disponible desde el URL:  
<https://www.webconsultas.com/mente-y-emociones/emociones-y-autoayuda/controlar-el-estres-772>
28. Lopategui E. la Salud como responsabilidad Individual. [Serie Internet] [Citado el 2017 setiembre 09] [Alrededor de 1 planilla]. Disponible desde el URL:  
<http://www.saludmed.com/Salud/CptSalud/CptSaRes.html>
29. Camacho K y Lau Y. Estilo de vida y el estado nutricional del adulto mayor del AAHH Fraternidad del distrito de Chimbote [tesis para optar el título de enfermería]. Chimbote. Universidad católica los Ángeles de Chimbote. 2010 [Citado el 31 de diciembre del 2017].
30. Figueroa D. Seguridad alimentaria. [Monografía en Internet] [Citado el 2017 set 08] [Alrededor de 01 planilla]. Disponible desde el URL:  
[http://www.respyn.uanl.mx/iv/2/ensayos/seguridad\\_alimentaria.htm](http://www.respyn.uanl.mx/iv/2/ensayos/seguridad_alimentaria.htm)
31. INEI. Definición de Estado Civil. [Citado 2017 set 12]. [Alrededor de 04 panillas]. Dispo. desde el URL: <http://www.inei.gov.pe/biblioineipub/bancopub/Est/Lib0044/C6-6.htm>
32. Las Religiones. [Ensayo en internet]. [Citado 2017 Set. 04]. Disp. en:  
<http://www.com/ensayos/Las-Religiones/5136.html>
33. Nivel de instrucción. [Portal de internet]. [Citado 2017 Set. 04]. En:  
[http://www.eustat.es/documentos/idioma\\_c/opt\\_0/tema\\_303/elem\\_2376/definicion.html](http://www.eustat.es/documentos/idioma_c/opt_0/tema_303/elem_2376/definicion.html)
34. Pollit D y Hungler B. Investigación Científica en Ciencias de la Salud. Edit. Interamericana Mc Graw Hill. México. D.F. 2007. [Serie Internet] [Citado el 2017 Set 24] [Alrededor de 01 planilla]. Disponible desde el URL:  
[www.hjunin.ms.gba.gov.ar/capacitacion/mi\\_programa\\_metodologia\\_2008](http://www.hjunin.ms.gba.gov.ar/capacitacion/mi_programa_metodologia_2008)

35. Hernández R. Metodología de la Investigación. Edit. Mc Graw, 3 a. Hill. Interamericana México 2003. [Serie Internet] [Citado el 2017 Set 24] [Alrededor de 01 planilla]. Disponible desde el URL: <http://www.metabase.net/docs/unibe/03624.html>
36. Canales F y Alvarado E. Metodología de la Investigación. Edit. Limusa, a.Reimpresión, México.
37. Estilos de vida y edad Consumidores bien informados [Serie Internet] [Citado el 2017 Set 24] [Alrededor de 01 planilla]. Disponible desde el URL: <https://www.consumoteca.com/bienestar-y-salud/vida-sana/estilo-de-vida/>
38. Edad, Obra social la Caixa. [Documento en internet]. [Citado el 31 de diciembre del 2017]. [Alrededor de 1 pantallas]. Disponible el URL: <http://dle.rae.es/?id=EN8xffh>
39. Sexo. Documento en internet]. [Citado el 31 de diciembre del 2017]. [Alrededor de 1 pantallas]. Disponible el URL: [https://www.google.com.pe/search?rlz=1C1TSNG\\_enPE561PE561&ei=w3FOWufYBNKRSAfVjbboDw&q=definicion+de+sexo&oq=definicion+de+sexo&gs\\_l=psy-ab.3..0l8j0i10k1.2747.5487.0.6205.5.5.0.0.0.365.686.3-2.2.0....0...1.1.64.psy-ab..3.1.320....0.frzXDFTX3C8](https://www.google.com.pe/search?rlz=1C1TSNG_enPE561PE561&ei=w3FOWufYBNKRSAfVjbboDw&q=definicion+de+sexo&oq=definicion+de+sexo&gs_l=psy-ab.3..0l8j0i10k1.2747.5487.0.6205.5.5.0.0.0.365.686.3-2.2.0....0...1.1.64.psy-ab..3.1.320....0.frzXDFTX3C8)
40. Grado de Instrucción [Documento en internet]. [Citado el 31 de diciembre del 2017]. [Alrededor de 1 pantallas]. Disponible el URL: [http://www.eustat.eus/documentos/opt\\_0/tema\\_165/elem\\_2376/definicion.html](http://www.eustat.eus/documentos/opt_0/tema_165/elem_2376/definicion.html)
41. Ocupación. [Portada en internet]. 2008. [Citado el 31 de diciembre del 2017]. Disponible desde el URL: <http://definicion.de/ocupacion/>
42. Ingreso económico. [Portada en internet]. 2008. [Citado 2010 Set 09]. Disponible desde el URL: <http://definicion.de/ingresoeconomico/Com.>

43. León K. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto maduro en el A.H. 10 de Setiembre – Chimbote, 2017. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
44. Ramos C. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto. Sector VI. Chonta. Santa María, 2016. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
45. Ramírez L. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos custodios del orden de las Fuerzas Policiales de la Comisaria de Huaraz, 2016. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
46. Revilla F. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto del Distrito de Jangas – Huaraz 2015. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
47. Cabrera D. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Caserío de Cajapampa – Ranrahirca- Yungay -2012. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
48. Tello K. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales de las personas Adultas Maduras del A.H. La Balanza Chimbote, 2012. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
49. Los Estilos de Vida en la Salud. En: La Salud Pública en Costa Rica. [Artículo en Internet]. [Citado 2018 febrero 20]. [20 planillas]. En: <http://www.saludpublica.ucr.ac.cr/Libro/06%20Los%20estilos.pdf>

50. El estilo de vida. (2014). Estilos de Vida. [Artículo de Internet]. [Citado 2018 febrero 20]. En: <http://www.consumoteca.com/bienestar-y-salud/vida-sana/estilo-de-vida>
51. Gutiérrez E (2014). Promoción de Estilos de Vida Saludables. Colombia [Citado 2018 febrero 20]. En: <http://www. /bienestar-y-salud/vida-sana/estilos de vida saludable>
52. Castillo Y. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales en los adultos. Sector 8, Bellamar - Nuevo Chimbote, 2014. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
53. Loayza E. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la persona adulta en el Asentamiento Humano Nuevo Amanecer - Piura, 2014. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
54. Menacho E. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los estudiantes de la Facultad de Ingeniería Civil de la ULADECH Católica filial Huaraz, 2015. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
55. Ávila Y. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los adultos de la Urbanización la Colina – Huaraz, 2013. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
56. Engreiros, L. “Estilos De Vida Y Factores Biosocioculturales de los Adultos Del Caserío De Carianpampa-Huaraz, 2012”. [Tesis para optar el título de enfermería de Enfermería]. Huaraz: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

57. La etapa adulta. [Serie internet] [Citado el 21 de febrero del 2018.] [Alrededor de una planilla]. Disponible en URL: <http://esanswers.yahoo.com/question/index?quid=201000701071>.
58. Edad. [Artículo en Internet]. [Citado 2018 febrero 21]. Disponible desde URL: <http://www.buenastareas.com/ensayos/edad/2605701>.
59. Girondella L, Sexo y Género: Definiciones [monografía internet]. Perú: Naturaleza humana; 2013 [Citado 2018 febrero 21]. [alrededor de 5 pantallas]. Disponible desde: <http://contrapeso.info/2012/sexo-y-genero/definiciones/>.
60. Organización Mundial de la Salud – sexualidad. [Serie internet] [Citado 2018 febrero 21]. Disponible en URL: <http://nuevodiario.com.do/app/antide.aspx?i=>
61. Ministerio de Salud, guías nacional de atención integral de salud reproductiva: lima ,2016. [monografía internet]. 2013 [Citado 2018 febrero 21]. [alrededor de 5 pantallas]. Disponible desde: <http://sexo-y-genero/definiciones/>
62. Sexo [Serie internet] [Citado 2018 febrero 21]. [alrededor de una planilla] Disponible en URL: <http://www2.huerlin.des/sexología/ecs/index1.htm>.
63. Educación y la instrucción [Serie internet] [Citado 2018 febrero 21]. [alrededor de una planilla] Disponible en URL: [http://www2.huerlin.des/educación y la instrucción/ecs/index1.htm](http://www2.huerlin.des/educación%20y%20la%20instrucción/ecs/index1.htm).
64. El grado de instrucción [Apuntes en internet]. 2009. [Citado 2018 febrero 21]. [1 pantalla] Disponible en URL; <http://espanol.answers.yahoo.com/question/index?quid=20120203145248AAWXQHK>
65. La educación secundaria incompleta [Apuntes en internet]. 2015. [Citado 2018 febrero 23]. [1 pantalla]. Disponible en URL; [https://www.google.com.pe/?gws\\_rd=ssl#q=el+estado+provee+educaci%C3%B3n+b%C3%A1sica+universal+a+todos+los+peruanos.+As%C3%AD+mismo%2C+seg%C3%BAn+l](https://www.google.com.pe/?gws_rd=ssl#q=el+estado+provee+educaci%C3%B3n+b%C3%A1sica+universal+a+todos+los+peruanos.+As%C3%AD+mismo%2C+seg%C3%BAn+l)

a+investigaci%C3%B3n+de+CAD+Ciudadanos+en++al+d%C3%ADa%2C+al+  
base+a+informaci%C3%B3n+del+INEI.

66. Sheinbaum D. Creencias religiosas [Serie internet] [Citado 2018 febrero 23].  
[alrededor de una planilla] Disponible en URL:  
[http://sepiensa.org.mx/contenido/5/2007/1\\_costumbrealimen\\_1.html](http://sepiensa.org.mx/contenido/5/2007/1_costumbrealimen_1.html).
67. Rojas S. Filosofía y el porqué de la religión. [monografía en internet] [Citado 2018 febrero 23] [alrededor de una planilla] Disponible en URL:  
<http://www.monografias.com/trabajos6/filo/filo>.
68. Rojas L. El efecto de la religión católica. [monografía en internet] [Citado 2018 febrero 23]. [alrededor de dos planilla] Disponible en URL:  
<http://labibliaweb.com/?=p577>.
69. Goncebat R. El estado civil influye en la salud. [serie internet] [Citado 2018 febrero 23]. [alrededor de una planilla] Disponible en URL:  
<http://www.univision.com/content.hym/?cid=746616>
70. Estado civil biblioteca del congreso Nacional de Chile. La persona; tipo de persona [artículo en internet] Citado 2018 febrero 23 [1 pantalla disponible en URL; disponible en URL; <http://www.bcn.cil.civica/tiper>]
71. Carrasco V, unión libre. [Artículo en internet]. 2013 [Citado 2018 febrero 23].  
Disponible en URL: [//deconceptos.com/ciencias-juridicas/estado-civil](http://deconceptos.com/ciencias-juridicas/estado-civil).
72. Aranda P. Guía de ocupación el estado civil influye en la salud. [Citado 2018 febrero 24]. [alrededor de una planilla] Disponible en URL:  
[http://www.dian.gou.co/content/ayuda/guía\\_rutal/content/main/manual/pagina/0440\\_cupo.htm](http://www.dian.gou.co/content/ayuda/guía_rutal/content/main/manual/pagina/0440_cupo.htm).
73. Salario y Ocupación. [Artículo en internet]. 2010 [Citado 2018 febrero 24]  
disponible en URL: [http:// es. wikipedia.org/wiki/salario](http://es.wikipedia.org/wiki/salario).

74. Los agricultores. [Artículo en Internet]. [Citado 2018 febrero 24]. [Alrededor de 01 plantilla]. Disponible desde: <http://www.definicionabc.com/social/ocupacion.php>.
75. Robin K. Ingreso económico editor [serie internet] [Citado 2018 febrero 24]. [alrededor de una planilla] Disponible en URL: <http://www.ecofinanzas.com/diccionario/ingresos-economicos.htm>.
76. Datos estadísticos Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) [serie internet] [Citado 2018 febrero 24]. [alrededor de una planilla] Disponible en URL: <https://www.inei.gob.pe/>
77. Cahuana M. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos Trabajadores de las Plantas de Tratamiento de Residuos Sólidos - Huaraz, 2016. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
78. Kabalan L. Estilos de Vida y Factores Bisocioculturales de la Persona Adulta de la Asociación de Vivienda Villa el Pacífico del Distrito de Calana – Tacna, 2015. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
79. Roque R. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los adulto de la Asociación de Choferes y Propietarios de la Ruta Huaraz- Caraz, 2015. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
80. Gutiérrez C. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos de las manzanas del 56 – 60 de la Urbanización José Santos Chocano Collique III zona – Lima, 2014. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.

81. Vives A. Salud Actual. [artículo en internet]. [citado 2018 febrero 26]. disponible en URL: [http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S03704106201000020100002000058&script=sci\\_artt\\_ext](http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S03704106201000020100002000058&script=sci_artt_ext).
82. Elliot D. (1998). Health-Enhancing and Health-Compromising Lifestyles. En: Promoting the Health of Adolescents. New Directions for the Twenty-First Century (pp. 119-150). Inglaterra, citado 2018 febrero 26.
83. Cruz E. “Estilos de Vida relacionado con la Salud.” [artículo en internet] [citado 2018 febrero 26, disponible en, URL: <http://www.Muyinteresante.es/salud/articulo/el-estilo-de-vida-afecta-a-la-memoria-a-cualquier-edad-4514019676620>].
84. Fernández N y Aebli H. Una didáctica fundada en la psicología de Jean Piaget. citado 2018 febrero 26, Buenos Aires: Editorial KAPELUSZ. 1979. Disponible 79 en: [http://www.ite.educacion.es/formacion/materiales/124/cd/guia/documentacion%20complementaria/15\\_persona\\_adulta.pdf](http://www.ite.educacion.es/formacion/materiales/124/cd/guia/documentacion%20complementaria/15_persona_adulta.pdf).
85. Sexualidad [apuntes de internet] 2011 [citado 2018 febrero 26] [4 paginas]. disponible en URL; <http://clubensayos.com/psicolog/c3%ada/ensayo-sobre-sexualidad/79925.html>
86. Valverde S. 2018. Diferencias de Sexo en Conductas de Riesgo y Tasas de Mortalidad Diferencial Entre Hombres y Mujeres. Ediciones Fundación Mapfre. España.
87. Martínez A. (2018). Influencia del Género en los Estilos de Vida que se Asocian a Enfermedades Vasculares en Universitarios. Revista Hipertensión y Riesgo Vascular. 27(4): 138-145. España.
88. Bennasar M. Estilos De Dirección Y Género. [Monografía en internet]. 2009: Universidad Católica Boliviana. [Citado Febrero, 27]. [Alrededor de 02 pantallas].

Disponible desde el URL: <http://www.ucb.edu.bo/publicaciones/ajayun/v1n1/v1n1a10.pdf>

89. Levin J. Hábitos sanos para una vida sana. Instituto de Sanidad, Costa Rica, 2018.
90. Solís, B. y Chanchhuaña, P. “Estilo De Vida Y Factores Biosocioculturales De La Persona Adulta Del Centro Poblado Huallcor-Huaraz 2012”. [Tesis para optar el título de enfermería de Enfermería]. Huaraz: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote..
91. Lino N. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos del Barrio los Olivos sector “O” – Huaraz, 2013. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
92. Zegarra S. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la Persona Adulta Joven en el Asentamiento Humano Villa Primavera – Sullana, 2013. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
93. Cárdenas L. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la Persona Adulta de la Cooperativa 28 de Agosto – la Yarada. Tacna, 2013. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
94. Espinosa L. (2018). Cambios del Modo y Estilo de Vida: Su Influencia en el Proceso Salud-Enfermedad. Revista Cubana Estomatología, 41 (3). Cuba. Disponible en: [http://www.bvs.sld.cu/revistas/est/vol41\\_3\\_04/est09304.htm](http://www.bvs.sld.cu/revistas/est/vol41_3_04/est09304.htm)
95. Durán R. (2018). Estilos de Vida de los Adolescentes de Educación Secundaria y Media Superior del Municipio de Atlahuilco, Veracruz. [Tesis Para Optar el Título de Licenciado en Psicología]. México: Universidad Veracruzana.
96. Mayo I y Gutiérrez A. Actualidad y Pertinencia del Enfoque Personológico del

Estilo de Vida. Centro de Estudios de la Educación de la Universidad Pedagógica de Holguín. Cuba.

97. Guerrero L y León A. Estilo de Vida y Salud: Un Problema Socioeducativo, Antecedentes. Revista EDUCERE, 49: 287-295. Venezuela.
98. Arce A. Educación Para la Salud Como Tema Transversal en el Sistema Educativo Costarricense: Guía Para Docentes y Personal de Salud. Ediciones OPS. Costa Rica.
99. Navarro B. La Educación Para la Salud, Reto de Nuestro Tiempo. [Artículo en Internet]. [citado 2018 febrero 28]. [Alrededor de 10 Pantallas]. Disponible en: [http://html.rincondelvago.com/educacion-para-la-salud\\_4.html](http://html.rincondelvago.com/educacion-para-la-salud_4.html)
100. Villena O. Socialización, instrucción, educación. [serie en internet]. [citado 2018 febrero 28]. [Alrededor de 2 pantallas]. Disponible desde el URL: <http://www.biblioteca.itam.mx/estudio/letras45-46/texto>
101. Aebli H. Una Didáctica Fundada en la Psicología de Jean Piaget. Buenos Aires: Editorial KAPELUSZ. 1979. Disponible en: [http://www.ite.educacion.es/formacion/materiales/124/cd/guia/documentacion%20complementaria/15\\_persona\\_adulta.pdf](http://www.ite.educacion.es/formacion/materiales/124/cd/guia/documentacion%20complementaria/15_persona_adulta.pdf).
102. Religión en Términos Generales: Forma de Vida o Creencia. [Artículo en Internet]. [citado 2018 febrero 28]. [Aprox. 5 páginas]. Disponible en URL: <http://www.monografias.com/trabajos11/temrelig/temrelig.shtml>
103. Morales L. La Influencia de la Religión y Espiritualidad en las Conductas de Riesgo de la Salud en Niños/as y Adolescentes. [Artículo en Internet]. [citado 2018 febrero 28]. [Alrededor de 01 Pantalla]. Disponible
104. Religión y el estilo de vida. [Artículo en Internet]. [citado 2018 febrero 28]. [Alrededor de 01 Pantalla]. Disponible

en:[http://citation.allacademic.com/meta/p\\_mla\\_apa\\_research\\_citation/5/5/8/2/4/p558241\\_index.html](http://citation.allacademic.com/meta/p_mla_apa_research_citation/5/5/8/2/4/p558241_index.html)

105. Castillo, R. “Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de los Adultos Del Centro Poblado Menor de Shiqui-Catac,2012”. [Tesis para optar el título de Enfermería de Enfermería].Huaraz: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.
106. Nuñez M. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto del Distrito de Huasta –Bolognesi, 2015. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
107. Estelita F. Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto Joven Varón del Centro Poblado Rinconada – Chimbote, 2012.. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
108. Chinguel G. Estilos de Vida y Factores Biosocioculturales de la Persona Adulta del A.H. Víctor Raúl – Piura, 2011. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
109. Castro W. Estilos de Vida y Factores Biocioculturales del Adulto Mayor del A.H. Ramiro Prialé – Chimbote, 2011. [Tesis Para Optar el Título de Licenciada en Enfermería]. Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. Perú.
110. El Matrimonio no Siempre es Saludable. [Artículo en Internet]. [Alrededor de 02 Pantallas] [citado 2018 Marzo 06]. Disponible en: <http://www.abc.es/salud/noticias/matrimonio-siempre-saludable-14401.html>
111. Retuerce M. Soltería: Ventajas e Inconvenientes. [Artículo en Internet]. [Alrededor de 02 Pantallas]. [citado 2018 Marzo 06]. Disponible en:

- <http://estilodevida.latam.msn.com/especiales/san-valentin/articulo.aspx?cp-documentid=26935122>
112. Rosow A. Estado civil influye en la salud. Managua, Nicaragua. Noviembre del 2005. Edición 9084. [Artículo en internet]. 2011 [citado 2018 Marzo 06]. Disponible en URL: <http://archivo.elnuevodiario.com.ni/2005/11/27/variedades/6664>.
113. Acosta K. Estado civil influye en el estado civil., Chile. Marzo 2018.. [Artículo en internet]. 2018 [citado 2018 Marzo 06]. Disponible <https://www.google.com.pe/search?rlz=1C1TSNG>
114. Maturana R. capacitación registro civil. Definiciones del registro civil. [citado 2018 Marzo 07] Disponible en URL: [http://www.monografias.com/trabajos23/definicionesregistrocivil/definiciones\\_registro-civil.shtm](http://www.monografias.com/trabajos23/definicionesregistrocivil/definiciones_registro-civil.shtm)
115. Haslam D. Instituto Karolinska de Estocolmo, en Suecia Cuestionario de estilos de vida en jóvenes, [ artículo en internet citado 2018 Marzo 06, [1 una pantalla] disponible en URL;<http://revistas.javerianacali.edu.com>
116. OMS. Estilos de Vida Saludables en la Escuela. [Documento en Internet]. [citado 2018 Marzo 06]. [Alrededor 10 pantallas]. Disponible en: <http://www.col.ops-oms.org/Municipios/Cali/08EstilosDeVidaSsaludables.htm>
117. Rueda L. Ocupación/tiempo libre/ adulto [Artículo en Internet]. [citado 2018 Marzo 06]. Disponible en URL: <http://www.monografias.com/trabajos84/ocupacion-tiempo-libre-adulto-mayor/ocupacion-tiempo-libre-adulto-mayor.shtml>
118. El trabajo y la salud. [Artículo de Internet]. [citado 2018 Marzo 07]. [Alrededor de 02 pantallas] Disponible en: <http://www.juntadeandalucia.es/>

averroes/recursos\_informaticos/proyectos2003/orientacion\_laboral/ tema11/  
tema11.html

119. Jaramillo M. Ocupación en la adultez media. [Documento en internet].2008  
[citado 2018 Marzo 08] [Alrededor de+1+pantalla].  
[http://www.ucursos.cl/medicina/2008/0/tootoc12/1material\\_alumnos/previsualizarid\\_material=12621](http://www.ucursos.cl/medicina/2008/0/tootoc12/1material_alumnos/previsualizarid_material=12621).
120. Reed K y Sanderson S. Concepts of Occupational Therapy. Cuarta Edición.  
Baltimore. Lippincott Williams and Wilkins. Estados Unidos de América.
121. Los Modelos Explicativos del Proceso de Salud y Enfermedad: Los  
Determinantes Sociales. Ediciones McGraw Hill. España.
122. Vargas F. Programa estilo de vida para la salud. [power point en internet].  
Colegio oficial de médicos Santa Cruz de Tenerife. [citado 2018 Marzo 08].  
[Alrededor de 34 pantallas]. Disponible desde el URL: <http://www.comtf.es/cursos/EPS/EPS%202004%20presentacion.ppt>
123. Arellano R. Los Estilos de Vida en el Perú: Como somos y pensamos los  
peruanos del siglo XXI.2 ed. Lima. Arellano Investigaciones de Marketing S.A.  
2018.
124. Martínez F. Los Modelos Explicativos del Proceso de Salud y Enfermedad: Los  
Determinantes Sociales. Ediciones McGraw Hill. España.
125. Sen A. (1999, Salud en el Desarrollo. Discurso Inaugural de la 52° Asamblea  
Mundial de la Salud. Organización Mundial de la Salud Ginebra
126. Chande R y Cornejo E, Factores socioeconómicos y condiciones de salud de la  
población adulta. Chile.
127. Bolo, E. “Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales del Adulto Joven del  
A.H. “Santa Irene”- Chimbote, 2012”. [Tesis para optar el título de

enfermería de Enfermería].Chimbote: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

128. Aguirre, B. “Estilo de Vida y Factores Biosocioculturales de la Persona Adulta en el Distrito de Cura Mori-Piura, 2012”. [Tesis para optar el título de enfermería de Enfermería].Piura: Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

## ANEXO N° 01



## ESCALA DEL ESTILO DE VIDA

AUTOR: Walker, Sechrist, Pender Modificado  
por: Díaz E.; Reyna, E; Delgado, R (2008)



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



ANEXO N° 02



UNIVERSIDAD LOS ANGELES DE  
CHIMBOTE FACULTAD CIENCIAS DE  
LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



**CUESTIONARIO SOBRE FACTORES BIOSOCIOCULTURALES  
DE LA PERSONA**

**AUTOR:** Díaz R.; Reyna, E; Delgado, R (2008)

DATOS DE IDENTIFICACIÓN:

Iniciales o seudónimo del nombre de la persona:

.....

**A. FACTORES BIOLÓGICOS**

- **¿Qué edad tiene usted?**  
a) 20 a 35 años ( )    b) 36 – 59 años ( )    c) 60 a más años ( )
- Marque su Sexo  
a) Masculino ( ) b) Femenino ( )

**B. FACTORES CULTURALES**

- **¿Cuál es su grado de instrucción?**  
a) Analfabeto(a) ( )    b) Primaria completa ( )  
c) Primaria incompleta ( )    d) Secundaria completa ( )  
e) Secundaria incompleta ( )    f) Superior completa ( )  
g) Superior incompleta ( )
- **¿Cuál es su religión?**  
a) Católico (a)    b) Evangélico    c) Mormón  
d) Protestante    e) Otra religion

**C. FACTORES SOCIALES**

- **¿Cuál es su estado civil?**  
a) Soltero(a) ( )    b) Casado(a) ( )    c) Viudo(a) ( )

d) Unión libre ( )      e) Separado(a) ( )

- ¿Cuál es su ingreso económico?

Menos de 100 nuevos soles ( ) De 100 a 500 nuevos soles

( ) De 600 a 1000 nuevos soles ( ) De 1000 a más nuevos  
soles ( )

- ¿Cuál es su ocupación?

a) Obrero(a) ( )      b) Empleado(a) ( )      c) Ama de casa ( )

d) Estudiante ( )      e) Agricultor ( )      f) Otros.....



### ANEXO N°-03



## VALIDEZ INTERNA DE LA ESCALA ESTILO DE VIDA

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

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

R-Pearson

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

Si  $r > 0.20$  el instrumento es válido.

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



ANEXO N° 04



**CONFIABILIDAD DE LA ESCALA DEL ESTILO DE VIDA**

**Resumen del procesamiento de los casos**

		N	%
Casos	Válidos	27	93.1
	Excluidos(a)	2	6.9
	Total	29	100.0

A Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

**Estadísticos de fiabilidad**

Alfa de Cronbach	N de elementos
0.794	25



CONSENTIMIENTO INFORMADO



**“ESTILO DE VIDA Y FACTORES BIOSOCIOCULTURALES DE  
LOS ADULTOS DEL DISTRITO DE AQUIA-BOLOGNESI-  
ANCASH, 2013”**

Yo,.....acepto  
participar voluntariamente en el presente estudio, señalo conocer el propósito de  
la investigación. Mi participación consiste en responder con veracidad y de forma  
oral a las preguntas planteadas.

La investigadora se compromete a guardar la confidencialidad y anonimato de  
los datos, los resultados se informaran de modo general, guardando en reserva  
la identidad de las personas entrevistadas.

Por lo cual autorizo mi participación firmando el presente documento.

FIRMA: